



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

Estrategias para fomentar Hábitos de Vida
Saludables

Masivo de Occidente S.A.S. en el SITVA

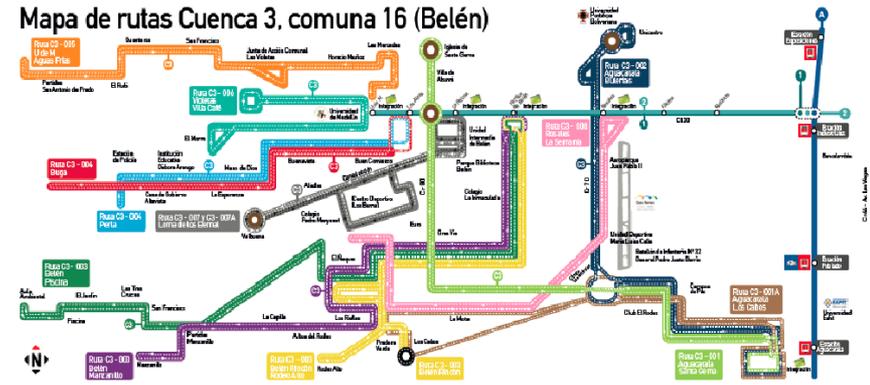


Integra los distintos modos de transporte público masivo de personas en el Valle de Aburrá, para que sean eficientes, seguros, económicos y sostenibles.



Transporta pasajeros en trenes, buses articulados, cables aéreos y tranvías. Genera cultura ciudadana y rentabilidad social y financiera. Mejora la calidad de vida de la comunidad y contribuye al desarrollo metropolitano, regional y nacional.

MDO alimenta las rutas de los buses articulados (Metroplús) en la Cuenca 3. Moviliza personas de manera ágil, accesible y segura, mejorando su calidad de vida y preservando el medio ambiente.



Tarjeta inteligente que le permite a su portador utilizar todos los modos de transporte público que integran el SITVA, incluido **MDO**.



Orden del Día

- Video Masivo de Occidente (MDO)
- ¿Qué es Masivo de Occidente?
- Estrategias para fomentar hábitos de vida saludable



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellín.gov.co



¿ Que es Masivo De Occidente ?



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Masivo de Occidente

Empresa de transporte masivo, constituida el 22 de Agosto de 2012 y seleccionada por la Empresa Metro de Medellín para prestar el servicio de alimentación en la cuenca 3 (comunas, 11, 16 y 70, Laureles, Belén y corregimiento de AltaVista).

Misión

**MOVEMOS
♥ IDAS**

Visión



**EMPRESA
CLASE MUNDIAL**

Valores



**PASIÓN
SERVICIO
RESPECTO
RESPONSABILIDAD**



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Sistema Integrado de Transporte del Valle de Aburrá SITVA



Área Metropolitana
del Valle de Aburrá

SITVA

Metro
(eje estructurante)

Tren

Metro cable

Línea troncal de
buses

Rutas
alimentadoras

Encicla

Tranvía



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Estructura Organizacional



(Total 362)

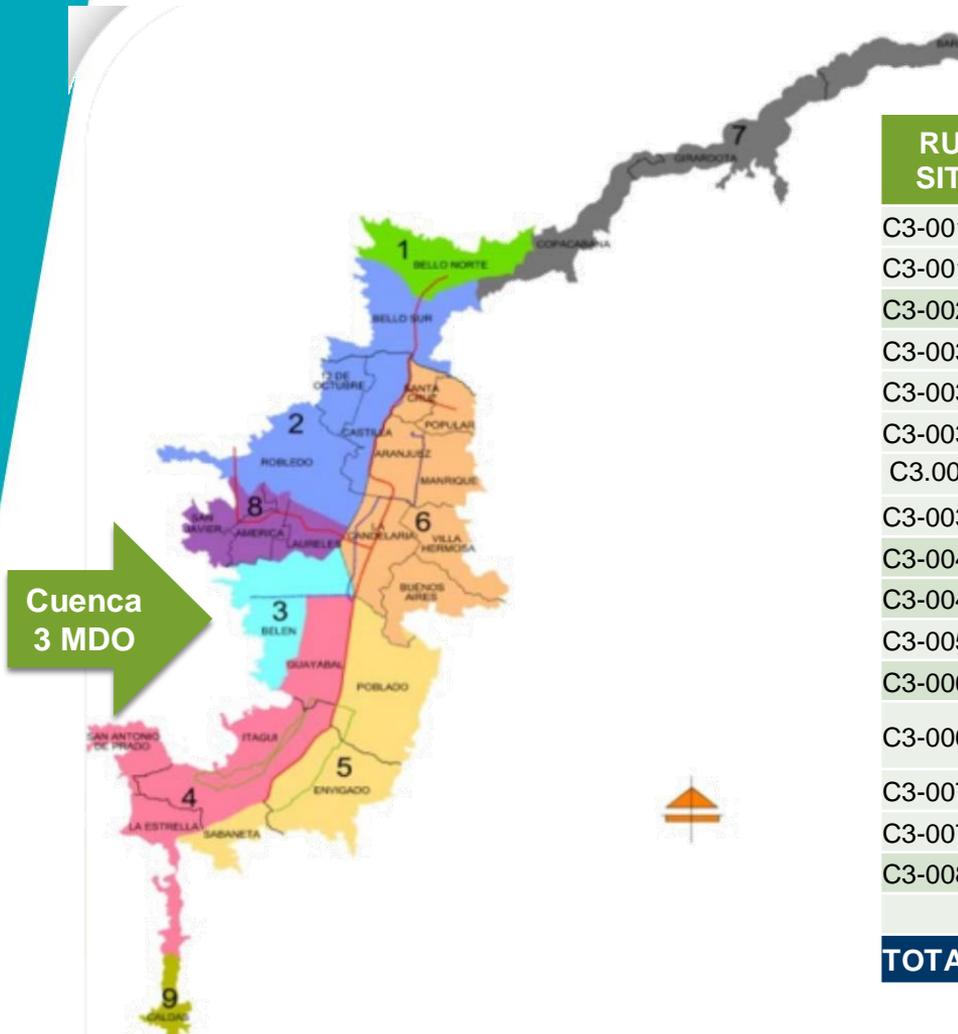
Entre paréntesis numero de personas.



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Servicios Atendidos



RUTA SITVA	DESCRIPCIÓN	FLOTA	NÚMERO DE OPERADORES
C3-001	Aguacatala – Santa Gema	10	26
C3-001A	Aguacatala – Los Cabos	5	13
C3-002	Aguacatala - Bulerías	15	39
C3-003M	Belén - Manzanillo	10	26
C3-003P	Belén - Piscina	7	18
C3-003RA	Belén – Rincón Rodeo Alto	5	13
C3.003RV	Belén - Rodeo Verde	3	8
C3-003RLC	Belén – Rincón los Cabos	4	10
C3-004P	Alpes - Perla	8	21
C3-004B	Alpes - Buga	7	18
C3-005	UDM -Aguas Frías	8	21
C3-006	Villa Café - Las Violeta	3	8
C3-006A	Zafra- U de M- Universidad Adventista	2	5
C3-007	La Palma - Loma de los Bernal	5	13
C3-007A	La Palma - Aliadas	4	11
C3-008	Rosales - Serranias	5	13
	Flota de reserva	7	
TOTAL		108	263



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Datos relevantes



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co



Estrategias para fomentar hábitos de vida saludables



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Estrategias para fomentar hábitos de vida saludables

Partimos de nuestro propósito superior, para mantener y promover estilos de vida saludables, para reducir las posibilidades de contraer enfermedades cardiovasculares, osteomusculares y enfermedades laborales, fomentando cultura de prevención en nuestros colaboradores.



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Movemos salud con :



Osteosanos

El programa tiene como objetivo identificar, evaluar e intervenir los factores de riesgo a nivel osteomuscular en las diferentes áreas por medio de las siguientes actividades:

- Inspecciones de puestos de trabajo.
- Pausas activas.
- Capacitaciones en temas de ergonomía.
- Acompañamiento por Fisioterapeuta.

Movemos salud con :

NutriSanos

El programa busca identificar e intervenir en forma temprana los diferentes factores de riesgo que inciden en el desarrollo de enfermedades cardiovasculares.



Algunas de las actividades Ejecutadas

- Identificación del riesgo a través de exámenes ocupacionales de ingreso y periódicos.
- Retroalimentación del estado de salud.
- Acompañamiento de profesional en nutrición a todos empleados.
- Charlas y sensibilizaciones en hábitos de vida saludable.
- Acondicionamiento físico.

Movemos salud con :



Jornada de bienestar y salud:

Promover la integración entre las áreas, manteniendo un buen clima laboral y por ende mejorar la calidad de vida de los colaboradores.



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Movemos seguridad con :



Programa Vida Sana:

Propender por una movilidad segura para la integridad y las vidas de las personas a través de acciones e intervenciones que brinden prevención, protección y control, fortaleciendo la gestión institucional, la educación vial y la administración de los riesgos derivados de nuestra función en la cual siempre esta presente nuestra responsabilidad social.



Movemos salud con :



Festival de la Vida

Cada año se celebra el festival de la vida, enfocado en el autocuidado y en el cuidado del ser.

Algunas de las actividades de:

Prevención

Tamizaje de mama y testículo, donación de sangre, Relájate sin stress, Cuida tu estomago, Charla sobre el cáncer de próstata.

Promoción:

Cocina Saludable, Seguridad Vial, Kilotón.



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Movemos seguridad con :



Programa Soy seguro:

Busca promover la seguridad de los colaboradores mediante la identificación, evaluación y control de los peligros y riesgos viales, además de fomentar el desarrollo de actividades y medidas necesarias para prevenir los riesgos derivados en cada lugar.

Movemos seguridad con :



Programa pensando en ti:

Es una oportunidad de reflexión y cambio, en donde unimos las experiencias personales con tu desempeño laboral y buscamos la mejor versión de ti.



Movemos seguridad con :



Fomentando cultura de Autocuidado:

Entrenamiento Brigada de Emergencias

Movemos seguridad con :



Fomentando cultura de Autocuidado:

Identificación de riesgos y peligros área administrativa.



Movemos seguridad con :



Fomentando cultura de Autocuidado:

Pausas activas, charlas en prevención del riesgo osteomuscular.

Movemos seguridad con :



Inducción y reinducción en seguridad y salud en el trabajo:

Actividades que fomentan el autocuidado como: reconocimiento de las políticas, comités, plan de emergencias, plan estratégico de seguridad vial.



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Centro de Recarga:

CLED

Come, lee, Ejercítate, Descansa



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellín.gov.co

Comedor

Lugar para que los colaboradores puedan consumir sus alimentos de manera, tranquila, cómoda, higiénica.



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Sala de Lectura

Espacio diseñado para que los colaboradores puedan realizar investigaciones, proyectar documentales o películas informativas y realizar lecturas.

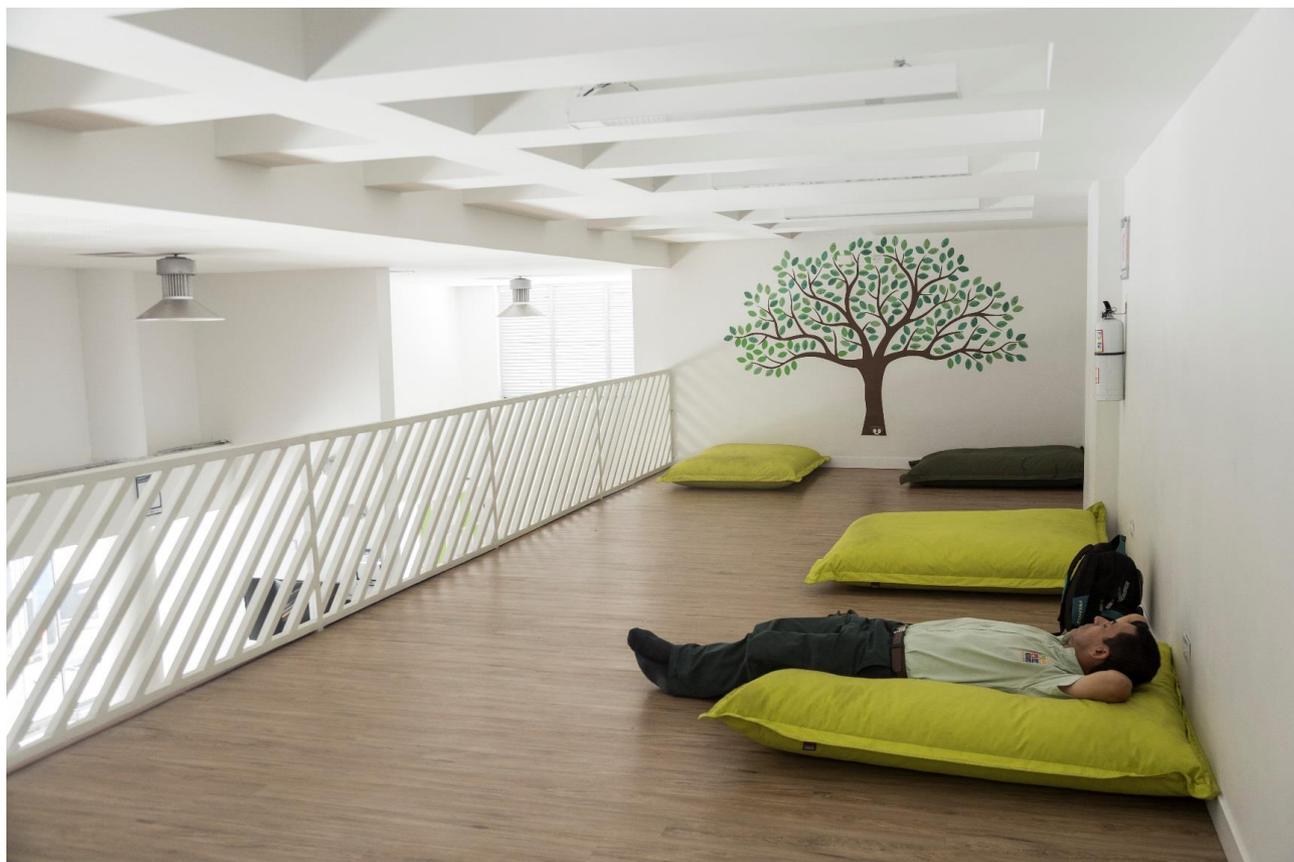


Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Sala de Descanso

Sitio dotado con colchonetas para que las personas puedan descansar en los espacios intermedios de tiempo libre de la jornada laboral.



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Centro de Acondicionamiento Físico

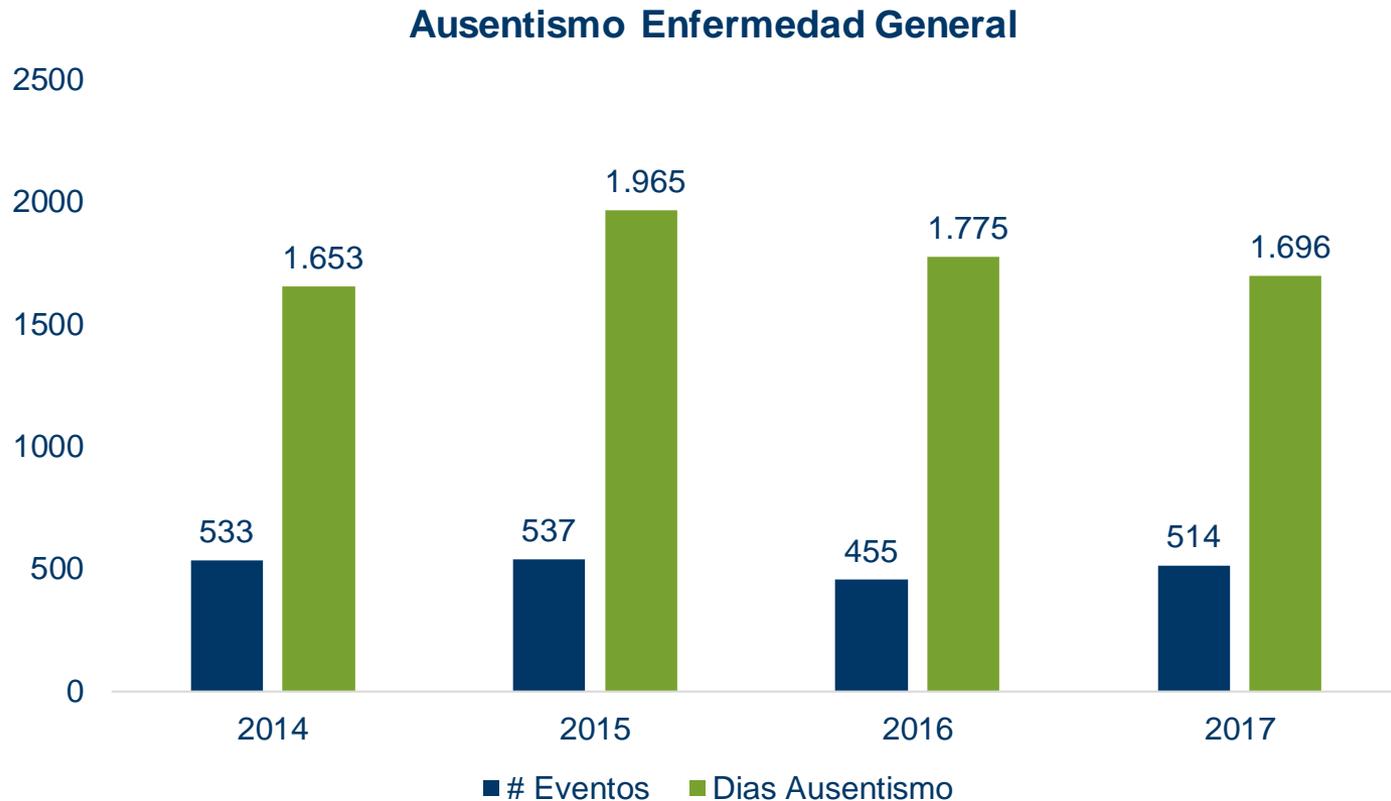
Área implementada para realizar ejercicio de manera funcional con el acompañamiento de un entrenador.



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Ventajas de un Buen Sistema de SST



Se puede evidenciar que los días de ausentismo por enfermedad general han disminuido con respecto a los años 2015 y 2016.



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Ventajas de un Buen Sistema de SST

- Mejora las condiciones de trabajo y garantiza la seguridad y salud de los trabajadores.
- Responsabilidad Social Corporativa.
- Mejora el clima laboral.
- Motivación y compromiso de los trabajadores.
- Aumenta la productividad.
- Reduce el ausentismo.
- Reduce las indemnizaciones.
- Aumenta el valor de la marca y el prestigio.
- Reduce las primas de los seguros.
- Genera confianza de los inversionistas.



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Coherencia y Ética



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co

Propósito Superior

MOVEMOS
♥ IDAS



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co



Gracias por su Atención



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

www.medellin.gov.co