

## Salud, recreación y deporte en Santander de Quilichao

### **Bogotá, 06 de Marzo de 2018. Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario –INPEC-**

En el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Santander de Quilichao, se llevó a cabo una jornada de deporte y recreación con el fin de conservar y preservar la salud física de la Población Privada de la Libertad de este Centro de Reclusión.

152 Internos participaron de las actividades lúdicas que se realizaron gracias al apoyo del Instituto Municipal del Deporte y Recreación - IMER - de este municipio del Norte del Cauca.

El objetivo de esta actividad fue contribuir al bienestar en los participantes, mejorar su estado de ánimo y disminuir los niveles de estrés y el riesgo de padecer enfermedades mentales como la ansiedad o la depresión, aumentando su autoestima y proporcionando bienestar psicológico.

Esta jornada se marca como el inicio de un programa integral desarrollado en el marco del Proyecto de Recreación y Deporte que comenzó con la Población del Patio 1 del Penal y que contribuye al tratamiento penitenciario, brindando un acompañamiento en su proceso de resocialización, ofreciendo herramientas y estrategias que puedan ser empleadas a nivel personal, procurando el bienestar integral del Interno.

Además de proporcionar alternativas para la utilización del tiempo libre en beneficio propio y en busca del bien común, propiciando un espacio donde la Población Privada de la Libertad se exprese y comparta experiencias con el fin de fortalecer el reconocimiento de sí mismo y hacia los demás.

**Oficina Asesora de Comunicaciones**

**INPEC**