FICHA METODOLÓGICA	
Fecha de realización (DD/MM/AA):	17/10/2024
Hora:	10:00 AM
Localidad:	San Cristóbal
Profesional Responsable:	Equipo profesional Centro Crecer Balcanes
Enfoques:	Reconocimiento del cuidado __ Redistribución de la labor de cuidado _____ Reducción del tiempo de cuidado X_____
Módulo:	Habilidades sociales para la vida – estrategia territorial para cuidadores -as de personas con discapacidad
Temática:	Tiempo de respiro y actividad física
Entorno de inclusión:	Recreativo
Nombre de la actividad:	Caminata mirador Entrenubes
Objetivo:	Propiciar un espacio diferente de conexión con la naturaleza que le permita a las familias enfocarse en el cuidado de la salud propia mediante la actividad física y el respiro de un aire puro
Metodología:	Se realiza visita al Parque Entrenubes y caminata a uno de los miradores de este lugar.
Entidad con que se articula:	Parque Entrenubes

Desarrollo de la Actividad:	Se realiza visita al Parque Entrenubes, un ecosistema urbano que ofrece una alta oferta de bienes y servicios ambientales y constituye un espacio para la recreación pasiva para los habitantes de las localidades vecinas Rafael Uribe, San Cristóbal y Usme. Se realiza caminata a uno de los miradores de la ciudad característicos de este lugar, la cual permite a las familias asistentes respirar un aire puro en conexión con la naturaleza, realizar actividad física y desprenderse de su rol como personas cuidadoras para enfocarse en la salud y el bienestar propio por su naturaleza de seres humanos.
Resultados:	Se logra la participación activa de 8 referentes familiares, quienes manifiestan satisfacción frente al desarrollo de la caminata dado que no es una actividad que realicen frecuentemente así como, que no conocían este espacio característico de la localidad donde viven. Así mismo, les permitió establecer otras conexiones con las demás personas cuidadoras/ referentes familiares asistentes, actividades necesarias en durante todas las etapas del desarrollo humano.
Número de personas cuidadoras que participaron:	Participaron en la actividad 8 referentes familiares y/o personas cuidadoras de personas con discapacidad.
Recomendaciones o sugerencias por parte de la población participante:	Continuar propiciando estos espacios de conocimiento de lugares de la localidad y de conexión con la naturaleza y las otras familias del servicio. Adicionalmente, sugieren acordar previamente para este tipo de salidas un espacio de compartir de diferentes alimentos, contando con la participación y el aporte de lo que cada uno tenga la posibilidad.
Aprendizajes y corresponsabilidad:	El bienestar propio es tan importante como el bienestar de las personas que me rodean o de las cuales realizo una labor de cuidado, por lo tanto es importante otorgarse espacios diferentes en medio de la rutina para generar hábitos de autocuidado.

Profesional Encargado:

- Laura Alfonso R - Ibeth Serrano P.

  Fonoaudiólogas – Centro Crecer Balcanes

Anexos:

1. Listados de asistencia

2. Evidencia Fotográfica







ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Encuentro local octubre
2. Lugar o Localidad o Sede: Parque entrenubes
3. Fecha y hora: 18/10/24 10:00am
4. Nombre responsable: Laura Alfonso Rodriguez
5. Dependencia responsable: Centro Crecer Barrancas

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Yuleidys Mendoza	CC	1074871418		mama			3126[illegible]79	Yuleidys M.
2	Erika Johana Peña	CC	1012360741		Mamá			3146520779	Erika P.
3	Angelica Castaño	CC	52163002		Mama			3229[illegible]772	ANGELICA
4	Maria Alejandra	CC	35[illegible]		Abuelita			3114833358	
5	Jennifer Rodriguez	CC	1023921566		mamá			3108074653	Jennifer Rodriguez
6	Ingrid Parra	CC	66668382		mama			3178752800	Ingrid
7	Angie Paola Lopez	CC	1023[illegible]020		mamá			3[illegible]35[illegible]65	
8	Flor Varela	CC	4166[illegible]222		mamá			3125713[illegible]	Flor Varela
9	Laura Alfonso Rodriguez	CC	1018498708	Crecer Barrancas	Fonoaudiologa	Contratista	laura.alfonso.r@gmail.c	3123161788	
10	Tatiana Gómez G.	CC	1030599015	CC. Barrancas	Ed. especial	Contratista	liceleidy.tatiana.gomez@gmail.com	3[illegible]2944248	
11	Nora Jimenez	CC	80373766	CC Bolaños	Tsocial	Contratista	nora.jimenez@gmail.com	3006[illegible]38	
12	Dorly Henao Serrano	CC	52530088	CC Barrancas	Fonoaudiologa	Contratista	ibmisep@gmail.c	3150038[illegible]	
13	Carol Marcela Rosero	CC	52880184	CC Barrancas	Trabajo social	Contratista	sandrashlopez@	3105735585	
14	Laura Camila Gomez G.	CC	1023959866	CC Barrancas	Fisioterapeuta	Contratista	laura.gomez0112@gmail.com	3138959979	
15	Christian Mejia G.	CC	80.832689	CC Barrancas	Ed. Fisica	Contratista	Karigomez.2858@	3149788873	
16	Sandra Patricia Bonilla	CC	52191447	CC Barrancas	T. Ocupacional	Contratista	sandrapbonilla@gmail.com	3102[illegible]	
17	Lida Fernanda Laverde	CC	52937810	CC Barrancas	Ed. especial	Contratista	fernanda.laverde.unad@gmail.com	3222181690	
18	Natalia Rojas C	CC	1023[illegible]744	CC Barrancas	Psicologa	Contratista	nataliarojas.co@gmail.com	3135348166	
19	Deisy Milena Pineda	CC	52290413	CC Barrancas	Aux Enfermeria	Contratista	pmilena375@gmail.c	3203581063	
20	Deicy Adriana Triana	CC	1052313916	CC Barrancas	Aux Enfermeria	Contratista	triana@gmail.com	3124816221	

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido pueda generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023	
Versión: 2	
Fecha: Memo I2024016963 - 12/07/2024	
Página: 1 de 1	

1. Tema: Encuentro local octubre
2. Lugar o Localidad o Sede: Parque Entrenubes
3. Fecha y hora: 18/10/2024 10:00 am
4. Nombre responsable: Laura Alfonso Rodriguez
5. Dependencia responsable: Centro Crecer Bolivia

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Laura Belen Ustano.	CC	1013652953	CC Bolivia	Enfermera Jefe.	Contratista	lauraalejandraustano@gmail.com	3022501046	
2	Christian David Muñoz Lopez	C.C	1085932433	CC Bolivia	Coordinador	Contratista	christiandavidmunozlopez@gmail.com	3214093694	
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.