

ACTA N° 507

FECHA: 5 de Octubre de 2024

HORA: 3 : 3 0 P . M

LUGAR: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

TEMA: Manejo de emociones

ASISTENTES: P ersonas mayores CCT Cundinamarca, practicante de trabajo social, Psicólogo CCT Cundinamarca

ORDEN DEL DÍA:

- Presentación del tema
- Actividad reflexiva

DESARROLLO:

Se realiza actividad cuyo tema principal es el manejo de emociones en donde se les da una breve explicación sobre varios tips que se asocian a la salud mental:

1. **Manejo del Estrés y la Ansiedad:** Los adultos mayores que practican la actividad de la flor de loto pueden experimentar una reducción significativa del estrés y la ansiedad, lo cual es crucial para su bienestar general.
2. **Mejora de la Salud Mental:** La meditación y la visualización pueden contribuir a mejorar la salud mental, ayudando a prevenir o mitigar síntomas de depresión y otras condiciones emocionales comunes en la tercera edad.
3. **Fomento de la Resiliencia:** La visualización de la flor de loto puede fortalecer la resiliencia emocional en los adultos mayores, capacitándolos para enfrentar mejor los desafíos y cambios asociados con el envejecimiento.
4. **Aumento del Bienestar General:** La práctica regular de esta actividad puede llevar a un aumento general del bienestar, promoviendo una sensación de paz interior y satisfacción con la vida.
5. **Conexión Social y Apoyo:** Participar en actividades grupales de meditación puede fortalecer las conexiones sociales, proporcionando un sentido de comunidad y apoyo mutuo entre los adultos mayores.

Posteriormente se realiza un ejercicio manejando la posición de flor de loto, en la que las personas mayores a través de una postura corporal se enfocan en la visualización y la meditación. Frente esta actividad se les explicó que la herramienta poderosa para gestionar sus emociones y mejorar su calidad de vida en general. Las personas mayores participantes, plantearon que el tema es un muy novedoso para ellos y que si se intenta en otro momento podría aportarles y serle benéfico. Una vez abordado el tema se finaliza con la actividad y se hace cierre del acta.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA.

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
<u>Zonia Florentin</u>	<u>Aux Enfermería</u>	<u>CCTC Condinamarca</u>	<u>[Firma]</u>
<u>Rodrigo Chaparro</u>	<u>Psicólogo</u>	<u>CCTC Condinamarca</u>	<u>[Firma]</u>
<u>VERONICA ROJAS</u>	<u>Estudiante</u>	<u>Uniminuto</u>	<u>M^o VERONICA R</u>

Anexos: Registro fotográfico

Elaboro: Rodrigo Chaparro

Secretaría Distrital de Integración
Social Teléfono: 3279797
Correo electrónico institucional: integracion@sdis.gov.co



Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: área psicosocial	Registro fotográfico; Manejo de emociones
 <p>sábado, 5 de octubre de 2024 15:50:22 Bogotá, 111611 Colombia #Cct Cundinamarca #Diagonal 19d #36 - 04</p>	 <p>sábado, 5 de octubre de 2024 15:50:28 Bogotá, 111611 Colombia #Cct Cundinamarca #Diagonal 19d #36 - 04</p>
 <p>sábado, 5 de octubre de 2024 15:50:35 Bogotá, 111611 Colombia #Cct Cundinamarca #Diagonal 19d #36 - 04</p>	 <p>sábado, 5 de octubre de 2024 15:50:41 Bogotá, 111611 Colombia #Cct Cundinamarca #Diagonal 19d #36 - 04</p>

Nombre Unidad Operativa	CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA	Fecha	5-10-2024
Nombre del coordinador	YERY MARTINEZ	Zona	Di. ☒ Noche ☐
Nombre de quien registra el ingreso	Sebastian Gueano	ASISTENCIA ACTIVIDADES	

DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN						ASISTENCIA ACTIVIDADES					
ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN		NOMBRES	APELLIDOS	FISIA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional	ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
	TIPO	NÚMERO					Refundación	LINEA	LINEA	LINEA	
1	CC	41308070	Aura	Zamora	delgadina		Refundación	NO			
2	CC	3045396	Jorge	Trojillo	trojillo			NO			
3	CC	3345976	Carlos	Mora	carlos mora			NO			
4	CC	17064424	Jaime	Valbuena	Jaime			NO			
5	CC	5537095	Francel	Rosero	Francel			NO			
6	CC	5248158	Jose	Parz	Jose			NO			
7	CC	14433715	Luis	Cañigas	Luis			NO			
8	CC	401195	Alfonso	Rivera	Alfonso			NO			
9	CC	14209165	Jose	Jaramillo	Jose			NO			
10	CC	1207752	Luis	Castellanos	Luis			NO			
11	CC	1444224	Alejandro	Valencia	Alejandro			NO			
12	CC	3281474	Roberto	Ostina	Roberto			NO			
13	CC	3295130	Hernando	Artas	Hernando			NO			
14	CC	7503494	Dorian	Jimenez	Dorian			NO			
15	CC	19041123	William	Gonzalez	William			NO			
16	CC	11790490	Aristobaldo	Pico	Aristobaldo			NO			
17	CC	19052573	Luis	Varela	Luis			NO			
18	CC	19072609	Guillermo	Jimenez	Guillermo			NO			
19	CC	17190851	Luis	Jandoval	Luis			NO			
20	CC	W555372	Robiela	Rozo	Robiela			NO			
21	CC	51574931	Ana	Ruiz	Ana			NO			
22	CC	30769077	Irene	Bejarano	Irene			NO			
23	CC	51865419	Luisa	Mayorga	Luisa			NO			
24	CC	77077727	Gorse	Polo	Gorse			NO			
25	CC	39264049	Miguel	Cadena	Miguel			3			

PROCESO DE ESTADO DE SERVICIOS SOCIALES						FORMULARIO LEYENDO HONORARIO AL SERVIDOR Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES			
Nombre Unidad Operativa						CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA			
Nombre del coordinador						VERON MARTINEZ			
Nombre de quien registra el registro						Sebastian Goveano			
FECHA						5-10-2024			
DIA						10			
MES						10			
AÑO						2024			
ASISTENCIA ACTIVIDADES									
NOMBRE DEL PROFESIONAL						Rodrigo Chaparro			
NOMBRE DEL PROFESIONAL						Rodrigo Chaparro			
ACTIVIDAD 1						ACTIVIDAD 2			
ACTIVIDAD 3						ACTIVIDAD 4			
OBSERVACIONES									
DOCUMENTO DE IDENTIFICACION									
TIPO									
NUMERO									
NOMBRES									
APELLIDOS									
FIRMA									
OBSERVACIONES									
26	CC	51724451	Carmen	Castaneda	Carmen	No			
27	CC	93345701	Guillermo	Lamproa	Guillermo	No			
28	CC	1933650	Edisson	Cuellar	Edisson	No			
29	CC	19191411	Luis	Arias	Luis	No			
30	CC	19167975	Francisco	Rodriguez	Francisco	SI			
31	CC	13456249	Jose	Zapata	Jose	No			
32	CC	70053780	Luis	Vera	Luis	No			
33	CC	13825307	Bernardo	Silva	Bernardo	No			
34	CC	19258513	Victor	Quintero	Victor	SI			
35	CC	19067388	Arsenio	Sierra	No FIRMA	SI			
36	CC	8315936	Amado de Jesus	Ocampo	Amado de Jesus	SI			
37	CC	19097362	Jaime	Rodriguez	Jaime	No			
38	CC	14977799	Mario	Mora	Mario	No			
39	CC	3093032	Jaime	Cortes	Jaime	No			
40	CC	3117642	Tito	Jimenez	Tito	No			
41	CC	7572474	Jose	Monteregro	Jose	No			
42	CC	3362876	Antonio	Restrepo	Antonio	No			
43	CC	19382557	Miguel	Calderon	Miguel	No			
44	CC	5932655	Javier	Pena	Javier	No			
45	CC	19220104	Juan	Lancheros	Juan	No			
46	CC	19415459	Helmer	Cochierriz	Helmer	No			
47	CC	72148209	Francisco	Silabi	Francisco	No			
48	CC	17049708	Henry	Zambrano	Henry	No			
49	CC	2313698	Jose	Torrijos	Jose	SI			
50	CC	10079884	Aiberto	Giraldo	Aiberto	No			