ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Pagina: 1 de 1

Fecha de ejecución:	15 al 18	10	2024	

Unidad Operativa:	Centro Noche Cundinamarca		
Componente de Atención:		Estilos de la vida saludable	
Línea de Atención:	Buenas Practicas Del Envejecimiento	Profesional a cargo:	Hugo Andres Guerrero
Nombre de la actividad:	Capacidades fisicas		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover la práctica constante de ejercicios físicos entre las personas mayores para mantener su autonomía funcional, mejorar su calidad de vida y prevenir el sedentarismo. Además, se busca fomentar un enfoque integral de bienestar, que incluya el fortalecimiento de habilidades motoras, la mejora de la movilidad articular y el desarrollo de capacidades físicas que les permitan realizar actividades diarias de manera independiente y segura.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1 prioriciar el fortalecimiento muscular, la elasticidad y la estabilidad postural en adultos mayores, con el propósito de minimizar el riesgo de caídas y fomentar su independencia en las actividades cotidianas.
2 Incentivar a las personas mayores a mantenerse activos, contrarrestando los efectos del sedentarismo y mejorando sus capacidades físicas globales, enfocándose en ejercicios adaptados a sus necesidades individuales.
3 Monitorear y analizar los beneficios de la actividad física regular en las personas mayores, evaluando mejoras en su movilidad, bienestar psicológico y reducción de la necesidad de asistencia para tareas diarias

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	se inició un programa donde se animó a las personas mayores a participar activamente en una serie de actividades recreativas y deportivas, desarrolladas en un espacio específico. Se les explicó la importancia y el enfoque de estas actividades. A lo largo de la semana, se realizaron diversas sesiones enfocadas en mejorar las habilidades motoras básicas, subrayando cómo estas prácticas pueden influir positivamente en su rutina diaria.
MOMENTO CENTRAL	Durante la semana en cuestión, se empleó una variedad de equipos adecuados para realizar actividades alineadas con el (PAI), que se centró en el desarrollo de "capacidades físicas". Estas actividades se llevaron a cabo en diferentes sesiones con el uso de elementos como balones, palos de escoba y aros, con el objetivo principal de mejorar la salud y la condición física de los mayores. El objetivo era fomentar una participación activa en el área designada, facilitando la interacción entre los participantes y el equipo profesional para una ejecución fluida de las actividades. El, martes se realizó una sesion de ejecrcicios fomentando la fuerza en el parque cundinamarca donde tuvieron acceso a las maquinas fortaleciendo brazo , cuadriceps y ejercicios cardiovasculares El Miercoles se enfoco en una sesion mas cardiovasculary de coordinacion con aros como elemento a utilizar fomenatndo fluidez motriz y capacidad aerobica jueves Se trabajo una sesion enfocada en la resistencia por medio de bandas elasticas fomentando fuerza y tolerancia al ejercicio el viernes se realizo una sesion de memoria y fluidez mental se realizaro un Bingo donde se trabajo las capacidades fisicas y mentales como fluidez y concentracion
MOMENTO FINAL	Al final de la sesión, se lleva a cabo una serie de estiramientos que incluyen la extensión de los brazos y movimientos de flexión y extensión de las piernas y caderas. La sesión concluye con ejercicios de flexión y extensión de los pies.

RECURSOS

Palos aros parlantes balones	Personas Mayores Equipo interdisciplinario

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Durante la actividad se evidencia interés sobre las actividades desarrolladas , Durante la actividad lúdico recreativa se observa una motivacion al realizar los ejercicios tambien una mejor actitud y energia

Responsable: Andrés Guerrero	Nombre Actividad:
Fecha: 15 al 18 de octubre 2024	Capacidades físicas
	
	

Sebastian Galeano

15-10-2024

				Andres	Rodrigo	Julian
				Buenas practicas	Fortalecimiento interno	Mecanizado habilidades
19672609	Luis	Jimenez		Si	Si	No
3093032	Jaime	cortes		Si	Si	No
11290490	Aristobulo	Rico		Si	Si	Si
41555372	Robinia	Roso		Si	Si	Si
26398332	Bertha	Torres.		NO	Si	Si
1.20769077	Irana	Bejarano		Si	Si	Si
51865419	Luisa	Mayorga		Si	Si	No
13456249	Jose	Zapata		Si	Si	Si
13835307	Bernardo	Silva		Si	Si	Si
14977799	Mario	Mora		NO	NO	No
19097362	Jaime	Rodriguez		Si	Si	No
19258513	Victor	Quintero		Si	Si	No
3117647	Tito	Jimenez		Si	Si	No
1522474	Jose	Montenegro		Si	Si	Si
19382557	Miguel	Colorado		NO	NO	No
401195	Alfonso	Rivera		Si	Si	No
19176561.	Luis	Duvilo		NO	NO	No
70068669	Gildardo	Toro		Si	NO	No
5932655	Javier	Pena		Si	Si	No
71148209	Francisco	Sillebi		Si	NO	No
3781474	Roberto	Ospina		Si	NO	No
51574931	Ana Maria	Ruiz		Si	Si	No

Scanned with CamScanner

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNCHINAMARCA

Nombre del Coordinador: YERMY MARTINEZ

Nombre del adulto registra el ingreso: Sebastian Caicedo

Fecha: 15-10-2024

Jornada: Día X

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

ASISTENCIA ACTIVIDADES

Nombre del Profesional: Andres Ramos — ACTIVIDAD 1: Bienes padres de [illegible] Naturaleza

Nombre del Profesional: Julian — ACTIVIDAD 2: [illegible]

ACTIVIDAD 3: Manipulando Habilidades

ACTIVIDAD 4

LINEA

	TIPO	NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES			
1	CC	7049708	Henry	Zambrano			Si	Si	Si
2	CC	70053780	Luis	Vera			NO	NO	Si
3	CC	65495056	Nubia	Lopez			NO	NO	No
4	CC	93345701	Guillermo	Lamprea			Si	Si	No
5	CC	19191441	Luis	Arias			NO	NO	Si
6	CC	10099834	Alberto	Giraldo			NO	NO	No
7	CC	41483819	Rosalia	PAZ			SI	SI	No
8	CC	41308070	Aura	zonoro			SI	SI	si
9	CC	3045396	Jorge	Trujillo			SI	SI	No
10	CC	2813698	Josa	Torrijos			SI	NO	No
11	CC	3345976	carlos	Mora			NO	NO	No
12	CC	8315936	Arnodo	ocampo			NO	NO	No
13	CC	5357095	Manuel	Rosario			SI	SI	Si
14	CC	5248753	Josa	Poz.		x NO FIRMA	SI	SI	No
15	CC	19667388	Alcanio	Sierra		NO FIRMA	SI	SI	si
16	CC	11064424	Jolmar	Balvuena			NO	SI	No
17	CC	14433715	Luis	cajigos			SI	SI	No
18	CC	14209165	Jose	Jaramillo			si	si	Si
19	CC	14445224	alejandrino	valencia			SI	SI	No
20	CC	14077754	Luis	castellanos			SI	SI	No
21	CC	3295130	Hernando	Arias			NO	NO	No
22	CC	19091123	Jorge	Gonzalez			SI	NO	No
23	CC	19167775	Francisco	Rodriguez			NO	NO	Si
24	CC	6861518	carmelo	annicchiarico			Si	SI	No
		7503494	Dorian	Martinez			SI	SI	No

Scanned with CamScanner

CENTRO DE CIUDAD TRANSITORIA JURISDICCIONAL

YENNY MARTINEZ

Dayanni Rojas

16-10-24

	NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	Pedro Guerrero Actividad 1	Sonia Actividad 2	Julian Actividad 3
					Buenas Practicas	Jornada de peluqueria	Movilizando H. P. C
CC	10079884	ALBERTO	Giraldo		NO	NO	NO
CC	93345701	Guillermo	Lampreas		NO	SI	NO
CC	41483819	ROSALIA	PAZ		NO	NO	SI
CC	3117647	Tito	Jimenez		NO	NO	SI
CC	7522474	Jose	Montenegro		SI	NO	SI
CC	14977744	Mario	Mora		NO	SI	NO
CC	19382557	Miguel	Calderon		NO	NO	NO
CC	3093032	Jaime	Cortes		SI	SI	SI
CC	3382896	Antonio	Restrepo		NO	NO	NO
CC	19258513	Victor	Quintero		NO	NO	SI
CC	1935307	Bernardo	Silva		SI	SI	SI
CC	70068669	Gildardo	Toro		NO	SI	NO
CC	13456249	Jose	Zapata		NO	SI	SI
CC	5186419	Luisa	Mayorga		NO	NO	NO
CC	65495056	Nubia	Lopez		NO	SI	NO
CC	19141441	Luis	Arias		NO	SI	NO
CC	19167775	Francisco	Rodriguez		SI	SI	NO
CC	20349332	Bertha	Torres		SI	NO	NO
CC	30769077	Irene	Buitrago		SI	NO	NO
CC	41555372	Rubiela	Rozo		NO	SI	SI
CC	19097362	Jaime	Rodriguez		SI	SI	SI
CC	19077163	Vitelio	Rojas		SI	SI	SI
CC	19072609	Luis	Jimenez		NO	SI	NO
	11290490	Aristobulo	Rico		SI	SI	SI
	1719085	Luis	Sandoval		NO	SI	NO

Scanned with CamScanner

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA — Fecha: 16-10-24 — Jornada: Día [x] Noche [ ]

Nombre del coordinador: YENY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso: Dayanni Rojas — INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION TIPO	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ASISTENCIA ACTIVIDADES — Nombre del Profesional: Andres Gutierrez — ACTIVIDAD 1: Buenas practicas	Nombre del Profesional: Sonia — ACTIVIDAD 2: Jornada de Pausas activas	Nombre del Profesional: Julian — ACTIVIDAD 3: Movilizando H.T.P.C	Nombre del Profesional: — ACTIVIDAD 4
26	CC	19091123	Jorge	Gonzalez			SI	SI	NO	
27	CC	14445224	Alejandrino	Valencia			SI	SI	NO	
28	CC	14209165	Jose	Jaramillo			NO	SI	NO	
29	CC	19052573	Luis	Varela			SI	NO	NO	
30	CC	17077757	Luis	Castellanos			SI	SI	NO	
31	CC	17064424	Jaime	Valbuena			NO	SI	NO	
32	CC	3295130	Hernando	Arias			NO	SI	NO	
33	CC	19067388	Arsenio	Sierra	NO Firma Seguro CC		SI	SI	NO	
34	CC	5248158	Jose	Ruiz	NO Firma Seguro CC		SI	SI	SI	
35	CC	51574431	Ana	Ruiz			SI	NO	SI	
36	CC	5357095	Manuel	Rosero			NO	SI	SI	
37	CC	3345976	Carlos	Mora			SI	SI	NO	
38	CC	2313698	Jose	Torrijos			SI	SI	SI	
39	CC	40195	Alfonso	Rivera			SI	SI	NO	
40	CC	41308070	Ana	Zamora			NO	NO	NO	
41	CC	7503494	Jose	Martinez			NO	NO	NO	
42	CC	19176561	Luis	Davila			SI	SI	SI	
43	CC	14437715	Luis	Cayigua			SI	SI	SI	
44	CC	19416992	Germán	Alvarez			NO	NO	SI	
45	CC	3045396	Jorge	Trujillo			NO	NO	NO	
46	CC	5932655	Javier	Peña			NO	NO	NO	
47	CC									
48	CC									
49	CC									
50	CC									

Scanned with CamScanner

CENTRO DE CIUDADO TRANSITORIO CIUDAMARCA

17-10-2014

Dayani Rojas

	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION TIPO	NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	Rodrigo ACTIVIDAD 1 Fortalecimiento de la Autonomía	Sonia ACTIVIDAD 2 Buenas prácticas Cuge	Jairo ACTIVIDAD 3 Movilizando derechos	Angela ACTIVIDAD 4 Derechos
1	CC	19167775	Francisco	Rodriguez	NO	NO	NO	No
2	CC	10079884	Alberto	Giraldo	NO	NO	NO	SI
3	CC	65449056	Nubia	Lopez	NO	NO	NO	No
4	CC	1429165	Jose	Jaramillo	NO	NO	NO	No
5	CC	3117647	Tito	Jimenez	NO	NO	NO	No
6	CC	14977799	Mario	Mora	NO	NO	NO	No
7	CC	7522474	Jose	Montoya	NO	NO	SI	No
8	CC	19097636	Jaime	Rodriguez	NO	SI	SI	No
9	CC	13835307	Bernardo	Silva	NO	NO	NO	No
10	CC	19387557	Miguel	Calderon	SI	SI	NO	No
11	CC	13453249	Jose	Zapata	SI	SI	SI	SI
12	CC	19176561	Luis	Davila	NO	NO	NO	SI
13	CC	93345701	Guillermo	Lemoyne	NO	NO	NO	SI
14	CC	19191441	Luis	Arias	NO	SI	NO	SI
15	CC	79264049	Miguel	Cadena	NO	NO	NO	SI
16	CC	51865419	Luisa	Mayorga	NO	No	NO	Si
17	CC	20348332	Bertha	Torres	NO	NO	NO	SI
18	CC	30769077	Irene	Bejarano	SI	SI	NO	SI
19	CC	41488814	Rosalia	Paz	NO	NO	SI	SI
20	CC	19072609	Luis	Jimenez	NO	SI	NO	NO
21	CC	11290490	Aristobulo	Rico	NO	NO	SI	SI
22	CC	19052573	Luis	Varela	NO	NO	NO	Si
		1719085	Luis	Sandoval	NO	NO	NO	SI
		3281474	Roberto	Ospina	SI	SI	NO	NO
		19091123	Jorge	Gonzalez	NO	NO	NO	Si

Scanned with CamScanner

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ

Fecha: 17-10-24

Nombre de quien registra el ingreso: Dayanni Rojas

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN TIPO	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES
26	CC	7503494	Jose	Martinez		
27	CC	14445224	Alejandrino	Valencia		
28	CC	17064424	Jaime	Valbuena		
29	CC	17077757	Luis	Castellanos		
30	CC	5357095	Manuel	Rosero		
31	CC	3345976	Carlos	Mora	Carlos Mora	
32	CC	19067388	Arsenio	Sierra	NO Firma Segun cc	
33	CC	8317936	Amado	Ocampo		
34	CC	14437715	Luis	Cajigas		
35	CC	2313690	Jose	Torrijos		
36	CC	5248158	Jose	Paz	NO Firma Segun cc	
37	CC	401145	Alfonso	Rivera	ALFONSORI	
38	CC	41308070	Aura	Zamora		
39	CC	19258513	Victor	Quintero		
40	CC	3045346	Jorge	Trujillo		
41	CC	51574931	Ana	Ruiz		
42	CC	3093032	Juan	Cortes		
43	CC	5932655	Javier	Peña		
44	CC	70068669	Gildardo	Jono		
45	CC	10753386?	Saulo	Mosquera		
46	CC					
47	CC					
48	CC					
49	CC					
50	CC					

ASISTENCIA ACTIVIDADES

Nombre del Profesional:	Rodrigo	Sonia	Julian Alfonso	Andrea Guerrero
	ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
	Fortalecimiento de la Autonomia	Buenos Habitos Energeticos	Movilizando habitos	Derechos
26	NO	NO	NO	NO
27	NO	NO	NO	NO
28	SI	SI	NO	NO
29	NO	NO	NO	SI
30	SI	SI	NO	SI
31	NO	SI	NO	NO
32	NO	NO	SI	NO
33	NO	NO	NO	NO
34	NO	NO	NO	SI
35	NO	NO	SI	SI
36	NO	NO	NO	SI
37	NO	SI	NO	NO
38	NO	NO	SI	SI
39	NO	SI	NO	NO
40	NO	NO	NO	SI
41	SI	SI	NO	NO
42	SI	SI	SI	NO
43	NO	NO	NO	SI
44	NO	SI	NO	SI
45	NO	NO	SI	SI

Scanned with CamScanner

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso: Dayanni Rojas

Fecha: 18-10-24

Jornada: Día [X] Noche [ ]

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION TIPO	NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ASISTENCIA ACTIVIDADES Nombre del Cuidador ACTIVIDAD 1 LINEA Por Mi Cuidado y Redes	Nombre del Cuidador ACTIVIDAD 2 LINEA Pequeños Proyectos	Nombre del Profesional ACTIVIDAD 3 LINEA Hospitalizado H. P. L.	Nombre del ACTIVIDAD 4 LINEA Transformación Habitarios
1	CC	93345701	Guillermo	Lampreas			NO	NO	NO	NO
2	CC	41483819	Rosalía	Paz			NO	NO	NO	NO
3	CC	10079884	Alberto	Grajales			NO	NO	NO	NO
4	CC	A0449708	Henry	Zumbruno			NO	SI	SI	NO
5	CC	72148201	Francisco	Silebi			NO	NO	NO	NO
6	CC	3045396	Jorge	Trujillo			NO	NO	NO	NO
7	CC	3345976	Carlos	Hoyos			SI	NO	NO	NO
8	CC	41308070	Aura	Zumora			SI	SI	SI	SI
9	CC	2313698	Jose	Tordos			SI	SI	SI	SI
10	CC	5351045	Manuel	Rosero			SI	NO	NO	SI
11	CC	5248159	Jose	Paz		NO Firma Segunda	SI	NO	NO	SI
12	CC	41445274	Alejandrina	Valencia			NO	SI	SI	NO
13	CC	17084316	Victor	Segura			NO	NO	NO	NO
14	CC	14209165	Jose	Jaramillo			NO	NO	NO	NO
15	CC	17064424	Jaime	Valbuena			NO	NO	NO	NO
16	CC	401195	Alfonso	Rivera			NO	NO	NO	NO
17	CC	17077757	Luis	Castellanos			NO	SI	SI	NO
18	CC	14473715	Luis	Cujigas			SI	NO	NO	SI
19	CC	6861518	Carmelo	Annicchirico			NO	NO	NO	NO
20	CC	17190851	Luis	Sandoval			NO	NO	NO	NO
21	CC	19041123	Jorge	Gonzalez			SI	NO	NO	SI
22	CC	1905 2573	Luis	Varela			SI	NO	NO	NO
23	CC	11290440	Aristobulo	Pico			SI	NO	NO	NO
24	CC	19072609	Luis	Jimenez			NO	NO	NO	NO
25	CC	19077163	Vitelio	Reyes			NO	NO	NO	SI

Scanned with CamScanner

SERVICIO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso: Dayanni Rojas

Fecha: 18-10-24

Jornada: Día [X] Noche [ ]

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
							Nombre del Profesional: Rodrigo Chaparro	Nombre del Profesional: Andres Gutierrez	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
	TIPO	NUMERO					LINEA: Participacion y redes	LINEA: Buenas Practicas	LINEA: Habilitando H. P. C	LINEA: Transformacion Imaginarios
26	CC	41555372	Rubiela	ROZO			NO	NO	NO	NO
27	CC	30764077	Irene	Bejarano			NO	NO	NO	NO
28	CC	65447056	Nubia	Lopez			NO	NO	NO	NO
29	CC	51865419	Luisa	Mayorga			NO	NO	NO	NO
30	CC	20348332	Bertha	Torres			SI	NO	NO	NO
31	CC	79264044	Miguel	Cadena			SI	SI	SI	SI
32	CC	1914441	Luis	Arias			NO	SI	SI	NO
33	CC	19167777	Francisco	Rodriguez			SI	SI	SI	SI
34	CC	13935307	Bernardo	Silva			SI	SI	SI	NO
35	CC	19258513	Victor	Quintero			NO	NO	NO	NO
36	CC	19097362	Jaime	Rodriguez			SI	SI	SI	SI
37	CC	6760729	Omar	Caicedo			SI	SI	SI	SI
38	CC	14477749	Mario	Mora			NO	SI	SI	NO
39	CC	70668669	Gildardo	Toro			NO	NO	NO	NO
40	CC	3117647	Tijo	Jimenez			NO	SI	SI	NO
41	CC	7522474	Jose	Montenegro			NO	SI	SI	NO
42	CC	1438257	Miguel	Calderon			NO	NO	NO	NO
43	CC	3093032	Jaime	Cortes			SI	SI	SI	SI
44	CC	19067388	Arsenio	Sierra	NO Firma	Segun Cc	SI	NO	NO	SI
45	CC	3382876	Antonio	Restrepo			NO	NO	NO	NO
46	CC	19062898	Miguel	Lozano			NO	NO	NO	SI
47	CC	5937655	Javier	Peña			NO	NO	NO	NO
48	CC	19050070	Regulo	Caicedo			NO	NO	NO	NO
49	CC	7503494	Darian	Martinez			NO	NO	NO	NO
50	CC									

Scanned with CamScanner