Lugar	*Comunidad de cuidado Los Robles*
Fecha	*21/10/2024*
Tema	***Eje** (Cuidado integral), **Línea** (Respiro al cuidador), **Actividad** Tiempo Activo / octopus race* *Promover el bienestar físico y mental de los empleados mediante la implementación de respiros al cuidador durante la jornada laboral, con el fin de reducir el estrés, mejorar la concentración y prevenir problemas de salud relacionados con el sedentarismo, contribuyendo así a un entorno laboral más saludable y productivo.*
Desarrollo	***1. INTRODUCCIÓN DE LA ACTIVIDAD*** *En un entorno laboral cada vez más demandante, los respiros al cuidador, son una herramienta clave para promover el bienestar físico y mental de los colaboradores. Estas breves actividades, integradas en la jornada laboral, ayudan a reducir el estrés, mejorar la concentración y prevenir problemas derivados del sedentarismo. Implementar estas actividades, no solo contribuye a una mejor salud de los empleados, sino que también fomenta un ambiente de trabajo más productivo y motivado.* ***2. METODOLOGÍA*** *La actividad se desarrolló el día 18 y 21 de octubre a las 2 :00 pm, se inicia realizando desplazamiento al lugar donde se ejecutará la actividad, se da la bienvenida a los participantes y se explica cómo seráel desarrollo de la actividad:* *1. Creación y ubicación de equipos.* *2. Se establece las reglas del juego.* *A (creación de equipos).* *B (cada equipo deberá llevar la pelota y encestarla en su respectivo lugar).* *C (cada vez que el equipo lleve la pelota deberá volver y continuar con la siguiente)* *D (gana el equipo que meta 15 pelotas primero a la cesta gana).* *3. Se les entrega una botella llena de agua y con una cuerda.* *4. Se coloca cesta de pelotas en la mitad de los dos equipos* *5. Se inicia ejecución de la actividad.* *6. Gana el equipo que lleve 15 pelotas primero a la cancha.* ***3. MATERIALES*** *Pelotas* *Cestas* ***4.ANEXOS:*** *Planilla de asistencia y registro fotográfico*

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Se anexa planilla de asistencia	*No aplica*	*No aplica*
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Ejecución del próximo respiro al cuidador	*Lizeth Hilarión Forero*	*Diciembre del 2024*
Próxima reunión	*Diciembre del 2024*		
Elaboró	*Lizeth Hilarión forero*		

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: Espacio de cuidador / Intervención lactancia pare. 2. Lugar o Localidad o Sede: CC los Robles 3. Fecha y hora: 18-10-24 12:00 pm
4. Nombre responsable: Lizeth Hilarión Forero 5. Dependencia responsable: Subdirección para la Vejez

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	Gloria Villalobos	cc	52.890.099	Los Robles	Nutricionista	Contratista	[illegible]	3225083736	
2	Olga Yolanda Garcia	CC	53931758	los Robles	Tallerista	Contratista	— o —	3229256969	
3	Christian Bibiana S.	cc	1020053372	Los Robles	Gerontologa	Contratista	[illegible]	3014010101	
4	Ashid Villalobos	CC	1014256578	Los Robles	Enfermera	contratista	[illegible]	[illegible]	
5	Pilo Jequiamon	cc	53.931.113	Los Robles	Auxiliar Enfermeria	contratista	[illegible]	3213389264	
6	Eduardo Alfonso Gil	cc	3517231157	Los Robles	T-O	Contratista	—	3156021526	
7	Yuliet Reis Rubiano	CC	52301545	Los Robles	Secretaria General	Contratista	— —	3206831444	
8	Leidy Rodriguez	cc	7.693120884	CC Los Robles	ASEO	Contratista	— c —	3145141-32	
9	[illegible]	cc	39724580	CC Los Robles	Auxiliar de Enfermeria	Contratista	[illegible]	2672125K	
10	Diana Torres	CC	1013538964	CC los Robles	Psicologo	Contratista	psicologiaungradohumano@hotmail.com	3124647757	
11	Jessica Alejandra Rios	cc	1003[illegible]122	CC Los Robles	Enfermera	contratista	[illegible]	3207429147	
12	Delmar Jimenez Chaves	cc	1002617389	CC Los Robles	T-operativo	contratista	[illegible]	3018213266	
13	Lizeth Hilarion Forero	cc	1030608583	CC los Robles	FT	contratista	[illegible]	3125256006	
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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARIA 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: Reporo al Cuidado/Tiempo Activo/Cachapas Race 2. Lugar o Localidad o Sede: CC. los Robles 3. Fecha y hora: 21-10-24 / 2:00pm

4. Nombre responsable: Lizeth Viviana Forero 5. Dependencia responsable: Subdirección para la vejez

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	Kyren Vargas	CC	1023848851	CC los Robles	Servicios Generales	Contratista		3015404462	
2	Edier Santamaria	CC	1024516709	CC los Robles	Agente	Contratista	— o —	3144710889	
3	Alejandro Rodriguez	CC	1069713190	CC los Robles	Gestor Comercial	Contratista	— —	3195673972	
4	Ana Maria Rivera Garcia	CC	1073131080	CC los Robles	Aux Cocina	Contratista	— o —	3115626753	
5	Paola Barra	CC	35251855	CC los Robles	Aux Cocina	Contratista	— o —	3108573437	
6	Sandra Gomez	CC	1072189219	CC los robles	Impermeabilizador	Contratista	— / —	3184485516	
7	Diana Rodriguez	CC	1073171011	CC los Robles	Auxiliar de cocina	Contratista	— o —	3105131334	
8	Lina Cardona Ramirez	CC	1033130982	CC los Robles	Cocina	Contratista	— o —	3142964178	
9	Esther Rivallo Bravo	CC	1143263148	CC los Robles	G. Documental	Contratista	envivallo@gmail.com	3232433867	
10	Ana Jasmin Cuevas	CC	1'013604161	CC los Robles	Aux cocina	Contratista	— o —	3177128387	
11	Maribel Paola Fajardo	CC	1025529727	CC los Robles	Auxiliar de cocina	Contratista	Maribel.fajardo@gmail.com	3212450261	
12	Lady Tatiana Nemoga	CC	1024473177	CC los Robles	T. Social	Contratista	Tatiana.nemoga@gmail.com	3213174496	
13	Epifanio Cabrera	CC	40088146	CC los Robles	Coordinador	Contratista	epifanio.cabrera@gmail.com	3144504634	
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.

REGISTRO FOTOGRAFICO

Eje *(Cuidado integral),* ***Línea*** *(Respiro al cuidador),* ***Actividad*** *Tiempo Activo / octopus race*

18/10/2024









21/10/2024







