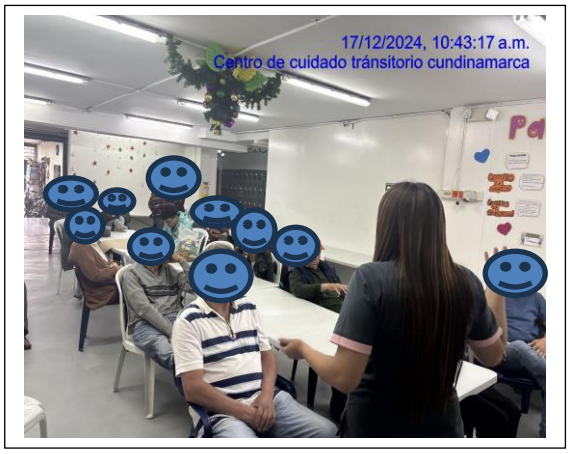
Lugar	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca
Fecha	17/12/2024 10:00am
Tema	Reconocer, expresar y gestionar
Desarrollo	Se realiza una actividad centrada en las emociones, diseñada para reflexionar sobre las diferentes emociones, su manifestación, expresión y regulación. La sesión comienza con una pregunta clave que invita a la reflexión: "¿Qué estrategias utilizamos para gestionar las emociones?". Cada persona mayor comparte cómo maneja sus emociones, mientras la profesional a cargo toma nota de las respuestas en un tablero visible para todos. A partir de estas aportaciones iniciales, se lleva a cabo una lluvia de ideas colectiva para explorar otras formas posibles de gestionar las emociones. Durante este intercambio, se fomenta un ambiente de confianza y participación, en el que cada experiencia y punto de vista es valorado. Posteriormente, se introduce una explicación teórica que resalta aspectos fundamentales sobre las emociones: • Todas las emociones son adaptativas y cumplen una función importante en nuestra vida. • No existen emociones "buenas" ni "malas"; cada emoción tiene su propósito y valor en diferentes contextos. • Reconocer nuestras emociones y entenderlas es el primer paso para regularlas de forma saludable. • La profesional guía una conversación sobre técnicas concretas de regulación emocional, como la respiración consciente, la comunicación asertiva, el ejercicio físico y otras estrategias adaptadas al grupo. El objetivo principal es promover una mayor conciencia emocional, brindar herramientas prácticas y reforzar la idea de que gestionar nuestras emociones es un proceso natural y necesario para el bienestar integral. La sesión finaliza con un espacio de reflexión donde los participantes comparten lo aprendido y se llevan una lista de estrategias útiles para incorporar en su vida cotidiana.

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Sthefania Bolívar Montoya	Psicóloga	CCT Cundinamarca
	Andrés Guerrero Ortiz	Educador Físico	CCT Cundinamarca
	Julián Molano Bolaños	Terapeuta Ocupacional	CCT Cundinamarca

Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Próxima actividad sobre	Psicosocial	Mes de enero

	emociones		
Próxima reunión	Nueva reunión para el mes de enero.		
Elaboró	Sthefania Bolívar Montoya – Psicóloga		

Anexos: Registro fotográfico, listados de asistencia FOR-GD-023 Y FOR-PSS-

EVIDENCIA FOTOGRAFICA	Nombre de la actividad:
Responsable: Psicosocial **Fecha:** 17/12/2024	Reconocer, expresar y gestionar
	
	

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: Reconocer, expresar y gestionar 2. Lugar o Localidad o Sede: CC Cundinamarca 3. Fecha y hora: 17-12-2024 10:00am

4. Nombre responsable: Stheffania Bolivar Montoya 5. Dependencia responsable: Centro Transitorio Cundinamarca

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	Miguel Moreno M	CC	1033744607	CC Cundinamarca	Aux Enfermeria	Contratista	—	3227532320	
2	Andres Guerrero O.	CC	1023894820	CC Cundinamarca	Ed. Fisico	Contratista	—	3125495641	
3	Jhon Ricardo Ndano	CC	1233696612	CC Cundinamarca	T. Ocupacional	Contratista	—	3013289846	
4	Stheffania Bolivar	CC	1056686085	CC Cundinamarca	Psicologa	Contratista	—	3118621510	
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Scanned with CamScanner

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YEANY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso: Dayanni Rey

Fecha: 17-12-24 Jornada: Día X Noche

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION TIPO	NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ASISTENCIA ACTIVIDADES Nombre del Profesional: Andres Guerrero ACTIVIDAD 1: Buenas Practicas	Nombre del Profesional: Soniu ACTIVIDAD 2: Socializacion Protocolo	Nombre del Profesional: Stheffanie ACTIVIDAD 3: Emociones	Nombre del Profesional: Nathaly P. ACTIVIDAD 4: Movilizado H.P.C.
1	CC	19167775.	Francisco	Rodriguez			SI	SI	SI	SI
2	CC	70053780	Luis	Vera			SI	SI	SI	NO
3	CC	7522474	Jose	Montenegro			NO	NO	NO	NO
4	CC	3117647	Tito	Jimenez			SI	SI	SI	SI
5	CC	5447505	Jose	Matallana			NO	NO	NO	NO
6	CC	3093032	Jaime	Cortes			SI	SI	SI	SI
7	CC	19176561	Luis	Davila			SI	SI	SI	SI
8	CC	14977799	Mario	Mora			NO	NO	NO	NO
9	CC	19097362	Jaime	Rodriguez			NO	SI	SI	NO
10	CC	13835207	Bernardo	Silva			SI	SI	SI	NO
11	CC	19141441	Luis	Arias			NO	NO	NO	NO
12	CC	14281374	Efrain	Carrota			SI	SI	SI	NO
13	CC	51865419	Luisa	Mayorga			NO	SI	SI	NO
14	CC	31858380	Marta	Manrique	Marta Manrique		SI	SI	SI	SI
15	CC	30764077	Irene	Bascuñan			SI	SI	SI	SI
16	CC	20348332	Bertha	Torres			SI	SI	SI	SI
17	CC	41493814	Rosalia	Paz			SI	SI	SI	SI
18	CC	79264044	Miguel	Cadena			SI	NO	NO	NO
19	CC	19052573	Luis	Varela			NO	NO	NO	SI
20	CC	14072604	Luis	Jimenez			NO	NO	NO	SI
21	CC	1904123	Jorge	Gonzalez			SI	SI	SI	NO
22	CC	14447224	Alejandrino	Valencia			SI	NO	NO	NO
23	CC	17151176	Bernardo	Restrepo			SI	SI	SI	SI
24	CC	17077757	Luis	Castellanos			SI	NO	NO	NO
25	CC	17084316	Victor	Segura			NO	NO	NO	NO

Scanned with CamScanner

PROCESO PRESTACION 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

Fecha: 17-12-24

Jornada: Día [X] Noche [ ]

Nombre de quien registra el ingreso: Dayanni Reyes

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION TIPO	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ASISTENCIA ACTIVIDADES Nombre del Profesional: Angie Guerrero ACTIVIDAD 1: Normas Practicas	Nombre del Profesional: Sonia ACTIVIDAD 2: Socializacion Protocolo	Nombre del Profesional: Stheffanie ACTIVIDAD 3: Emociones	Nombre del Profesional: Nathaly Prieto ACTIVIDAD 4: Movilizando H.P.C.
26	CC	14209165	Jose	Jaramillo			NO	NO	NO	SI
27	CC	5248153	Jose	Paz			SI	SI	SI	SI
28	CC	5357045	Manuel	Rosero			SI	SI	SI	si
29	CC	3345976	Carlos	Mora			SI	NO	NO	si
30	CC	20544375	Zoila	Garzon			SI	SI	SI	Si
31	CC	41309070	Ana	Zamora			NO	SI	SI	no
32	CC	19258513	Victor	Quintero			NO	NO	NO	si
33	CC	7424948	Roberto	Botero			NO	NO	NO	si
34	CC	19382557	Miguel	Calderon			NO	SI	SI	si
35	CC	14473715	Luis	Cavigas			NO	NO	NO	si
36	CC	19160980	Jaider	Montoya			SI	NO	NO	no
37	CC	3045396	Jorge	Trujillo			SI	NO	NO	si
38	CC	5932655	Javier	Pena			NO	NO	NO	no
39	CC	8315936	Alcides	Ocampo			NO	NO	NO	no
40	CC									
41	CC									
42	CC									
43	CC									
44	CC									
45	CC									
46	CC									
47	CC									
48	CC									
49	CC									
50	CC									

Scanned with CamScanner