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:	2	12	2024

Unidad Operativa:	CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO MEMORIA Y SABER		
Componente de Atención:	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE		
Línea de Atención:	BUENAS PRACTICAS DE ENVEJECIMIENTO	Profesional a cargo:	EDWIN MARENTES
Nombre de la actividad:			

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

promover el reconocimiento y la sencibilización del envejecimiento como un proceso natural a través de la trasformación de imaginarios y las buenas practicas de envejecimiento

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

fomentar los habitos de vida saludable asi como la motivacion a la practica de la actividad fisica sistematica y regular , como un elemento significativo en la prevencion, promocion, desarrollo y rehabilitacion de la salud.

fortalecer el Sistema muscular de la persona mayor en busca de una vejez de calidad.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	se hizo el llamado a los participantes mediante el voz a voz dentro de la unidad Y posteriormente nos dirigimos al patio de la misma donde se empieza a dialogar acerca de la importancia de la actividad fisica en nuestro dia a dia y asi mismo sensibilizarlos de la influencia de los musculos de la espalda en sus accionescotidianas , tambien darles a conocer la actividad a realizar y su alcance , posteriormente Se realiza activacion muscular mediante un trote suave alrededor delpatio,movimientos articulares de tren inferior y tren superior al igual que ejercicios de respiracion y coordinacion teniendo como referencia las acciones indicadas por el profesional de actividad fisica.
MOMENTO CENTRAL	Después de entrar en calor se procede a realizar ejercicios de fotalecimiento muscular del tren superior y musculos de la espalda , elevacion de brazos , trabajo deburpees , movimientos de fuerza y rotacion con baston de madera, desplazamientos frontales y laterales y trabajo de tonificacion muscular, todo es en series de 10 repeticiones , dicho trabajo es realizado teniendo como referencia el peso corporal de cada persona mayor y el trabajo con el baston de madera
MOMENTO FINAL	para volver a la calma se inician ejercicios de relajacion muscular y respiratorios con los participantes , posteriormente elevacion de brazos , extension de las extremidades y ejercicios de estiramiento para descansar los musculos.

RECURSOS

Talento Humano	
sonido	
baston de madera	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

despues de realizar la actividad se visuliza que la persona mayor se motiva a realizar este tipo de acciones ya que las mismas sirven para la relajacion de su cuerpo y adicionalmente les ayuda a fortalecer los musculos de la espalda (trapecio y deltides).

AMUCI
UN COMPROMISO SOCIAL
ASOCIACIÓN DE MUJERES MUJER Y CIUDAD
NIT. 830093106-1

REGISTRO FOTOGRAFICO

FECHA: 02 DICIEMBRE DE 2024
HORA: 11:00 am
TEMA: TRABAJO CON BASTON
RESPONSABLE: EDWIN MARENTES



Cra 9 No. 81 -22 SUR
TEL. 6014795494 CEL. 3158685886
asociacionamuci@gmail.com

AMUCI
UN COMPROMISO SOCIAL
ASOCIACIÓN DE MUJERES MUJER Y CIUDAD
NIT. 830093106-1



ASOCIACIÓN DE MUJERES
MUJER Y CIUDAD

Cra 9 No. 81 -22 SUR
TEL. 6014795494 CEL. 3158685886
asociacionamuci@gmail.com

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 2
Fecha: Memo Memo I2024018223 - 05/07/2024
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO MEMORI Y SABER — Fecha: 02-12-2024

Nombre del coordinador: William Fernandez — Jornada: Día: X Noche:

Nombre de quien registra el ingreso: Daniela Trujillo

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Edwin Fuentes	Nombre del Profesional: movilizando capacidades	Nombre del Profesional: Camilo Lopez	Nombre del Profesional:
							ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
	TIPO	NÚMERO					LINEA: Buena Practicas ciudadanas	LINEA: line Bermudez	LINEA: movilizando capacidades.	LINEA:
1	CC	19392920	Orlando	Chavarro G.			NO	SI	SI	
2	CC	93200631	Jose Acapita	Rodriguez B.			NO	SI	SI	
3	CC	3761587	Anatar	Venegas			SI	SI	SI	
4	CC	19082759	Salomo	Narino Hios			NO	SI	SI	
5	CC	19470872	Ariel	Alfonso M.			SI	SI	SI	
6	CC	4776037	Oscualdo	Collazos Gomez			SI	NO	SI	
7	CC	5559831	Jose Daud	Carreño James			SI	NO	SI	
8	CC	19162921	Luis Alberto	Cavallos			SI	SI	SI	
9	CC	19252647	Carlos Arturo	Sanchez Sandoval			SI	SI	SI	
10	CC	19131581	Jorge	Jaizo			SI	NO	SI	
11	CC	2909611	Roman Alfonso	Escobar Dorado			SI	SI	SI	
12	CC	19210200	Luis Felipe	Gonzalez Pinto			SI	SI	SI	
13	CC	19444250	Gilberto	Perez Perez			NO	SI	SI	
14	CC	4172538	Alberto	Moscoso			SI	SI	NO	
15	CC	51804602	Dilma Irene	Clavijo Martinez			NO	NO	NO	
16	CC	17063277	Alvaro	Betancourt			SI	SI	NO	
17	CC	6760729	Omar del Carmen	Salcedo			SI	SI	NO	
18	CC	17196899	Rafael Antonio	Vargas H.			SI	SI	NO	
19	CC	13227505	Ildefonso	Silva Calderon			NO	SI	SI	
20	CC	29377385	Maria Lilia	Agudelo			SI	SI	SI	
21	CC	19204257	Jorge Horacio	Alvarez			NO	NO	SI	
22	CC	19277395	Fabio	Jendoza			SI	SI	SI	
23	CC	2258522	Luis Ernesto	Bobadilla			SI	SI	SI	
24	CC	19299777	Carlos	Ramirez			NO	SI	SI	
25	CC	19061739	Luis Maria	Fonseca			NO	NO	SI	

Escaneado con CamScanner

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código:	FOR-PSS-525
Versión:	2
Fecha:	Memo Memo 20240182223 - 05/07/2024
Página:	1 de 1

Nombre Unidad Operativa:	CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO MEMORI Y SABER	Fecha:	02-12-2024
Nombre del coordinador:	William Fernandez	Jornada:	Día: X Noche:
Nombre de quien registra el ingreso:	Daniela Trujillo		

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Edwin Fuentes	Nombre del Profesional: movilizando capacidades	Nombre del Profesional: Camilo Lopez	Nombre del Profesional:
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: Buena Practicas Ciudadanas	LINEA: Vida Barrios	LINEA: movilizando capacidades.	LINEA:
1	CC	19342420	Orlando	Chavarro G.			NO	SI	SI	
2	CC	93200631	Jose Acapita	Rodriguez B.			NO	SI	SI	
3	CC	5761587	Anatar	Venegas			SI	SI	SI	
4	CC	19082759	Salomo	Narino Hios			NO	SI	SI	
5	CC	19470872	Ariel	Alfonso M.			SI	SI	SI	
6	CC	4776037	Oscualdo	Collazos Gomez			SI	NO	SI	
7	CC	5554831	Jose Daud	Carreño James			SI	NO	SI	
8	CC	19162921	Luis Alberto	Cavallos			SI	SI	SI	
9	CC	19252647	Carlos Arturo	Sanchez Sanchez			SI	SI	SI	
10	CC	19131581	Jorge	Jazo			SI	NO	SI	
11	CC	2909611	Ramon Alfonso	Escobar Nieto			SI	SI	SI	
12	CC	19210200	Luis Felipe	Gonzalez Pinto			SI	SI	SI	
13	CC	19444250	Gilberto	Perez Perez			NO	SI	SI	
14	CC	4172538	Alberto	Moscoso			SI	SI	NO	
15	CC	51804602	Dilma Irene	Clavijo Martinez			NO	NO	NO	
16	CC	17063277	Alvaro	Betancourt			SI	SI	NO	
17	CC	6760729	Omar del Carmen	Calcedo			SI	SI	NO	
18	CC	17196899	Rafael Antonio	Vargas H.			SI	SI	NO	
19	CC	13227505	Alcefonzo	Silva Calderon			NO	SI	SI	
20	CC	29377385	Maria Gilia	Agudelo			SI	SI	SI	
21	CC	19209257	Jorge Hernando	Alvarez			NO	NO	SI	
22	CC	19277395	Fabio	Jendoño			SI	SI	SI	
23	CC	2258522	Luis Ernesto	Bobadilla			SI	SI	SI	
24	CC	19249777	Carlos	Ramirez			NO	SI	SI	
25	CC	19061739	Luis Maria	Fonseca			NO	NO	SI	

Escaneado con CamScanner