ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Encuentro espiritual		4. Fecha:	10/11/2024	5. Hora: 10:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	79915404	John Jairo Garzon Vanegas	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	80.489.044	Elkin Cesar Sarmiento Ospina	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	19.432.215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
29	CC	10.559.598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	79.558.912	Jose Ismael Cañon Salazar	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	11.188.082	Santiago Espitia	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
32	CC	52.238.443	Miriam Mirella Avila Barrero	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
33	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
34	CC	80.743.922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
35	CC	52230710	Sandra Constanza Alape Ducuara	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
36	CC	93.356.645	Gonzalo Prieto Peñuela	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
37	CC	79825683	Miguel Angel Beltran	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
38	CC	15.987.473	Jose Arley Rincón	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
39	CC	1033727329	Juber Fabian Parra Vasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
40	CC	1.088.262.026	Andres Felipe Muñoz Ramirez	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Omaira Gutiérrez Rojas 14. Cargo o rol del responsable: Trabajo Social 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 12/11/2024	**HORA:** **INICIO** : 08:00 a.m. **FINAL**: 10:00 a.m.
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Diana Ivonne Rodríguez P.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Autonomía una competencia para la vida
Actividad Trasversal

OBJETIVO GENERAL:
Generar en las y los ciudadanos la autonomía, como una competencia que permite guiar conductas de la vida cotidiana, a través del reconocimiento de las habilidades y límites de la autonomía como parte esencial en la transformación y evolución personal.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:
- Promover en las y los ciudadanos la competencia de la autonomía a través de la retoma de valores y reconstrucción de su identidad, autoestima, y toma de decisiones,
- Sensibilizar en la importancia que tiene la autonomía en la modificación de conductas, y patrones para vincularse efectivamente en el contexto social.

METODOLOGIA:
La actividad se realizará en el marco de la línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades y oportunidades, a través de la metodología socio-educativa en la cual se realizará la socialización del objetivo del tema y se abordará el tema a través de una actividad participativa.
Adecuación del espacio: Se adecuará el ambiente del auditorio para la ejecución de la actividad haciendo uso de sillas, computador, a continuación, se convocará a los ciudadanos y las ciudadanas para que participen de la actividad.
Primer momento: Se iniciará con la socialización del objetivo, se indagará en el grupo el conocimiento del concepto de la autonomía y se avanzará en el tema explicando esta competencia como parte del desarrollo y la satisfacción personal.
Segundo momento: Posteriormente se presentará una noticia y se generará un debate en el que se busca generar preguntas que aporten al reconocimiento de la autonomía de pensamiento, incentivando al pensamiento crítico, luego se realizará la presentación de un video sobre la autonomía emocional y cómo influye en la toma de decisiones, se brindaran algunas herramientas para fortalecer esta autonomía.
Tercer momento: Para finalizar se realizará una retroalimentación frente a las habilidades y límites de la autonomía como herramienta para el cambio y transformación de conductas.

TEMAS
La Autonomía
Se refiere a la regulación de la conducta por normas que surgen del propio individuo. Autónomo es todo aquél que decide conscientemente qué reglas son las que van a guiar su comportamiento. Tener autonomía quiere decir ser capaz de hacer lo que uno cree que se debe hacer, pero no sólo eso. También significa ser capaz de analizar lo que creemos que debemos hacer y considerar si de verdad debe hacerse o si nos estamos engañando.
Somos autónomos cuando somos razonables y consideramos qué debemos hacer con todos los datos a nuestra disposición. Dicho de otro modo: somos verdaderamente autónomos cuando usamos nuestra conciencia moral.

Tipos de autonomía
- Autonomía de pensamiento = cuestionar, pensamiento crítico, creencias, juicios y prejuicios
- Autonomía de emociones = libertad, saber estar solos, toma de decisiones por aprobación.
- Autonomía en decisiones = patrones culturales, opinión de otros.
- Autonomía en comportamientos = asumir, no culpar al otro de mi actuar, excusas

Autonomía de pensamiento
Creencias, historias, contexto: Influyen en nuestro pensamiento critico
¿Qué pienso sobre un tema?
¿Por qué creo lo que creo?

¿Cómo sabes lo que sabes?
¿Cuánto sé, puedo hablar ampliamente sobre el tema?
¿Qué dudas tienes sobre el tema?

Habilidades para la autonomía

- Aprender a modificar las conductas: Identifica que patrón deseas cambiar
- Cambia la forma de relacionarse con los demás: Nuevos patrones para vincularte
- Hábitos de autocuidado: emocional, físico, mental.
- Seguimiento de normas, reglas y limites
- Conocer las consecuencias
- Respeto de las necesidades

Límites para la autonomía

- Limites perceptuales: Representación interna de la realidad. Que quiero saber y que no, escoger con quien me debo rodear.
- Limites relacionales: Te aporta o no con quienes te vinculas.
- Limites por los valores: No ser consecuente con lo que somos.

Fuente de consulta

- Youtube Autonomía personal
- https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/51352/AUTONOMIA_Y_RESPONSABILIDAD.pdf/34e7af0a-341e-47eb-b7a6-5b44a2c56a4e

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Computador
- Televisor
- Bafle

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

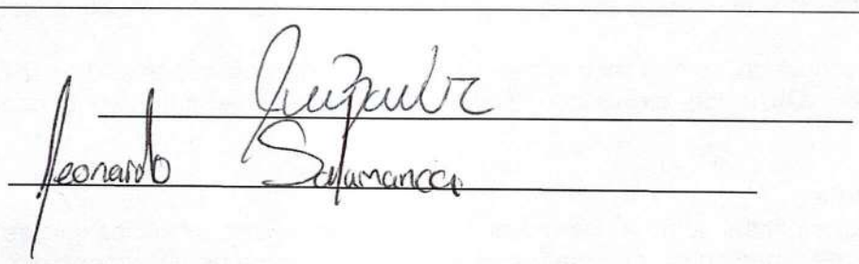
RESULTADOS:

Cualitativos:

- Se logra que los y las ciudadanas identifiquen la autonomía como una competencia requerida en la toma de decisiones dentro de la cotidianidad, reconociendo su importancia para la readaptación social.
- Se logra que los y las ciudadanas interioricen la importancia de fortalecer su autonomía como parte de su crecimiento personal.

N.º total de participantes:47
N.º total mujeres: 2
N.º total hombres: 43
N.º total población LGBTI: 2

FIRMA DEL RESPONSABLE:



FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

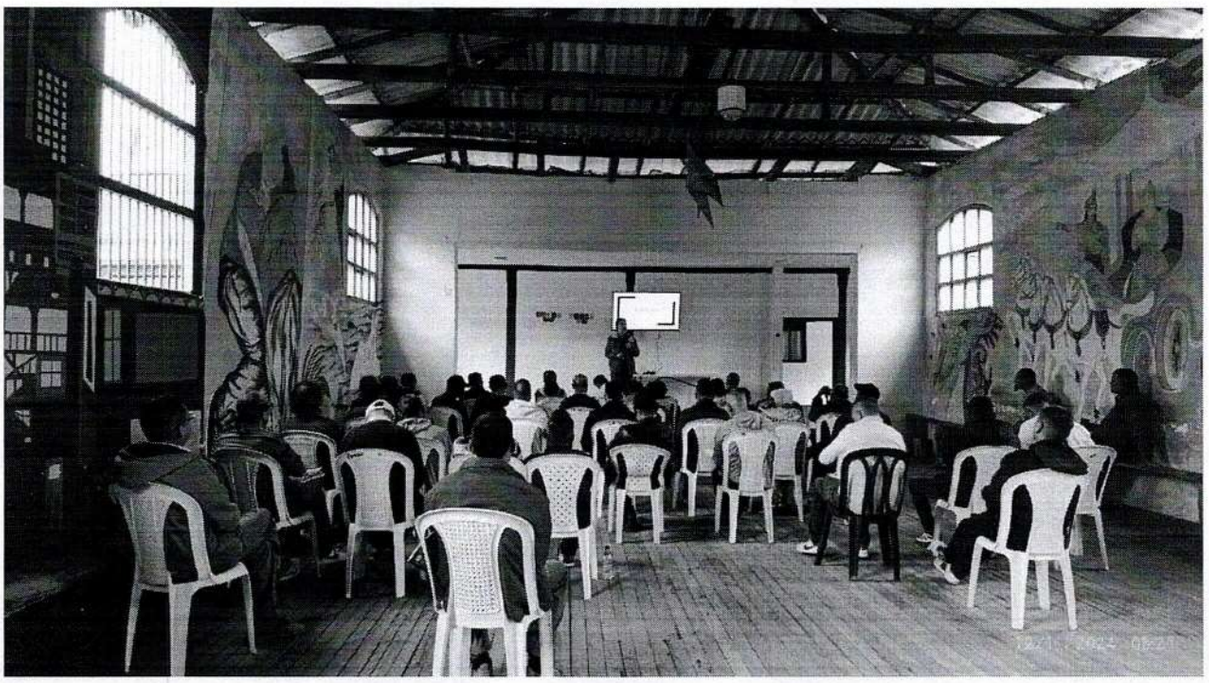
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Autonomía una competencia para la vida

Línea de Atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades y oportunidades.

FECHA: 12/11/2024

Actividad Trasversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Autonomía una competencia para la vida		4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	6104332	Jhon Jairo Garcia Cardona	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80.026.704	Andres Ricardo Suarez Rios	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1.010.222.866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79.768.376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	19.432.215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80.030.038	William Enrique Pedraza Ramirez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	80.741.956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1.003.238.457	Ivan de Jesus Bolaño de la Hoz	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					IVAN BOLAÑO	
10	CC	79497924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jaime	
11	CC	34.534.094	Maria Amparo Galindez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Amparo	
12	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					DAVID	
13	CC	79.995.601	Yair Diaz Gamboa	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79259090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	80.094.979	Nelson Gutierrez Casas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79.558.912	Jose Ismael Cañon Salazar	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jose cañó	
17	CC	16470819	José Ramón Vallecilla Mesa	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	15.907.257	Juan Manuel Bravo Giraldo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					JUAN B	
19	CC	945.330	Aristides Rojas Beleño	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	80296366	John Forigua Salinas	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	79.823.503	Adrian Guerrero Tafur	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Adrang	
22	CC	1019025772	David Andres Bernal	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					DAVID B.	
23	CC	14233798	Victor Manuel Giraldo Mendez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	80.799.628	Dario Arturo Valencia Holguin	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	80743922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					ALVARO ORTIZ	

13. Nombre del responsable: Diana Ivonne Rodriguez

14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Autonomia una competencia para la vida		4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	93.356.645	Gonzalo Prieto Peñuela	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
29	CC	80.489.044	Elkin Cesar Sarmiento Ospina	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	6.774.497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	79.387.235	Danilo Fernando Rios Chisco	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
32	CC	1.053.773.593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
33	CC	11230612	Sixto Elias León Mendez	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
34	CC	19.498.355	Rigoberto Tabares Andrade	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
35	CC	32765219	Elizabeth Yamile Rico Montoya	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
36	CC	10.559.598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
37	CC	79700841	Carlos Julio Vanegas Granados	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
38	CC	79.612.622	Fredy Wilson Delgado Ulloa	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
39	CC	15.987.473	Jose Arley Rincón	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
40	CC	19.298.733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
41	CC	80.036.097	Andres Bernardo Tamayo Vargas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
42	CC	79415338	Diego Fernando Nieto	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
43	CC	10.083.748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
44	CC	80.744.693	Edwin Norberto Blandon Gomez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
45	CC	78077231	Jesus David Diaz	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
46	CC	10.775.655	Elkin Javier Posada Naranjo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
47	CC	80039978	Danny Andrey Barajas Naranjo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Diana Ivonne Rodriguez. 14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES**	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida la Victoria	**FECHA:** 12/11/2024	**HORA** **INICIO:** 08:00am **FINAL:** 10:00 am
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandra Ramirez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Entrenamiento de voleibol
Actividad transversal.

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer valores fundamentales como el respeto, la disciplina, el esfuerzo, la perseverancia y el juego limpio a través de la práctica del voleibol para promover la conciencia y acción sostenible en la comunidad y su entorno.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Incentivar a los demás ciudadanos en participación de la práctica deportiva
- Fortalecer los procesos de trabajo en equipo.
- Desarrollar los hábitos deportivos y una salud mental estable

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, se utilizará una metodología lúdico terapéutica de enseñanza aprendizaje de ejercicios físicos que aporten bienestar al cuerpo y la mente.

- **Adecuación:** Se realizará el llamado a las y los ciudadanos a realizar la actividad que se brindará en el campo deportivo de la comunidad, se diligenciará la planilla de asistencia y se indicará el objetivo teniendo en cuenta capacidades y limitaciones de cada ciudadano.
- **Fase inicial:** Se iniciará con ejercicios de movilidad articular de manera ascendente, rotación de tobillo, con cada pie, elevación de rodillas, rotación de cintura, elongación muscular, aumento progresivo de la frecuencia cardiaca, saltos sin desplazamiento.
- **Fase central:** Se realizará la explicación del porqué y para que se realiza esta clase de entrenamiento de voleibol ya que en próximas fechas se asistirá a unas olimpiadas entre comunidades, seguido de ello se colocará música para dar inicio a la actividad programada.
- **Fase final**: Se finalizará el entrenamiento con un encuentro deportivo entre pares, en donde puedan ejecutar lo aprendido durante la sesión de clase, también se terminó con ejercicios de estiramiento y elongación muscular de manera ascendente que permita una mayor regulación y disminución de tensiones musculares en un pos ejercicio.

Temas : El voleibol, vóleibol, volibol, vólibol, balonvolea o simplemente vóley (en inglés: volleyball; pronunciado /ˈvɑliˌbɔl/)1 es un deporte que se juega con una pelota y en el que dos equipos, integrados por seis jugadores cada uno, se enfrentan sobre una área de juego separada por una red central. El objetivo del juego es pasar el balón por encima de la red, logrando que llegue al suelo del campo contrario mientras el equipo adversario intenta impedir simultáneamente que lo consiga, forzándolo a errar en su intento. Surge una fase de ataque en un equipo cuando intenta que el balón toque el suelo del campo contrario mientras que en el otro equipo surge una fase de defensa intentando impedirlo.

El balón debe ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado. Cada equipo dispone de un máximo de tres toques para devolver el balón al campo contrario (además del contacto del bloqueo).9 El balón se golpea normalmente con

manos y brazos. Desde hace algunos años está permitido el contacto del balón con cualquier parte del cuerpo, incluidos los pies.9 Una de las características más peculiares del voleibol es que los jugadores tienen que ir rotando sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos.

El deporte tuvo su origen en Estados Unidos en 1895, siendo hoy muy popular y practicándose en casi todo el mundo. Lo regula la Federación Internacional de Voleibol (FIVB) y en ella se encuentran representadas 220 naciones.10 Han encabezado los rankings de comienzos del siglo XXI Brasil, Estados Unidos, Italia y Rusia. La lista de naciones que lideran el deporte continúa con Japón, Serbia, Polonia, Cuba, República Dominicana, China y Alemania. De acuerdo con estimaciones de la FIVB, una sexta parte de las personas en todo el mundo participa en el voleibol, activamente o como espectador.

El voleibol es uno de los deportes donde mayor es la paridad entre las competiciones femeninas y masculinas, tanto por el nivel de la competencia como por la popularidad, presencia en los medios y público que sigue a los equipos https://es.wikipedia.org/wiki/Voleibol

RECURSOS:

Físicos:

- Ropa cómoda
- Hidratación
- Balones
- Campo deportivo

Humanos:

- Ciudadanos
- Educadora física

RESULTADOS:

CUALITATIVOS: En la clase no se evaluó el rendimiento físico, sino también el desarrollo personal y social de los participantes. Se consiguió cumplir con el objetivo ya que los participantes estuvieron dispuestos y prestos a realizar las actividades orientada por la edufica en diferentes secciones, con los elementos que se utilizaron dentro de las actividades realizadas, se debe reforzar a su vez la coordinación segmentaria, atención, percepción y compromiso para obtener los resultados que se pretenden lograr en próximas actividades.

CUANTITATIVOS:

N° Participaron: 16 ciudadanos
N° total mujeres: 0
N° total Hombres: 16
Población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA DEL COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE DEL COORDINADOR: Leonardo Salamanca _____

VIDENCIA FOTOGRAFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Entrenamiento de voleibol
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
Fecha: 12/11/2024
Actividad transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Entrenamiento de Voleibol	4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora:	08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79.827.457	Felix Antonio Sierra Vargas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79.814.274	Yiovanny Gallego Mejia	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1.069.925.108	Cristian David Cuevas Velásquez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1057579657	Julian Arley Jimenez Correa	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	102.078.505	Yesid Rodriguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	71.185.511	José Roa Larrota	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79825683	Miguel Angel Beltran	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79723704	Luis Eduardo Martinez De Verano	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1.024.516.772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	80.728.223	Jhon Alexander Prieto Alvarez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1033727329	Juber Fabian Parra Vasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79915404	John Jairo Garzon Vanegas	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1.026.563.775	Carlos Andres Cardenas Corredor	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Alejandra Ramirez

14. Cargo o rol del responsable: Educadora Fisica

15. Firma del responsable de la actividad: Alejandra R.

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 12, 13 14 y 15/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 08:00 am **FINAL**: 12:00 pm
ÁREA: Tallerista de Artes	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sindy Jineth Rico Espinosa

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Arte navideño
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar en las y los ciudadanos la conciencia sobre la importancia del reciclaje, reutilizando materiales en la creación de adornos navideños, fomentando así una actitud responsable y sostenible hacia el entorno, fortaleciendo la capacidad creativa y la conciencia ambiental.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Motivar a los participantes a realizar estructuras en materiales reciclados, por medio de indicaciones e instrucciones, mejorando la capacidad de recepción, atención y concentración que aporten a la elaboración de la decoración navideña.
- Incentivar la utilización de materiales de reciclaje en la elaboración de adornos navideños promoviendo la práctica creativa el buen uso del tiempo libre y la reutilización de materiales y cuidado del medio ambiente.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de ésta actividad en el marco de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, se implementará una metodología psicoeducativa para el desarrollo de la actividad programada, a través de un taller teórico práctico, junto con la asignación de materiales y acompañamiento.

PRIMER MOMENTO: Los ciudadanos se ubicarán de manera estratégica en el espacio del taller de artes y en el espacio del auditorio de la comunidad.
SEGUNDO MOMENTO: Se explicará la actividad a realizar y se asignarán los materiales correspondientes.
TERCER MOMENTO: Se iniciará con la explicación de la actividad, se dará continuidad a la ejecución de ideas planteadas para la elaboración y decoración de adornos navideños, y todo lo correspondiente a la época del próximo mes de diciembre, se asignarán diferente tareas o actividades, por medio de las cuales se buscará fortalecer habilidades sociales, de trabajo en equipo, aportando al desrrollo de una comunicación asertiva entre pares, se buscará hacer buen uso de los materiales e implementos del taller de artes, rotación de materiales, se fortalecerá la capacidad de retener información, memorizar y plasmar mediante el arte una idea de de piezas en tela, se realizarán estructuras en cartón reciclado mediante el corte y moldeo del mismo.

TEMA:

IMPORTANCIA DE USAR MATERIALES RECICLABLES
Hacer nuestras festividades más respetuosas con el medio ambiente no solo aumenta la alegría que todos nosotros, grandes y pequeños, podemos experimentar en este período mágico, sino que también contribuye a **preservar el planeta que nos acoge y que merece mucho más de nosotros**.
Así que, en este ambiente lleno de esperanza, momentos de felicidad compartida y regalos a las personas que amamos, intentemos hacer uno también para el medio ambiente, gracias a nuestros pequeños gestos diarios.
¡Aquí tienes algunas ideas creativas para adoptar un enfoque verde durante las próximas festividades!

1.DECORACIONES ORIGINALES RECICLADAS
~~Ya te hemos contado~~ cómo puedes dar nueva vida a las botellas de plástico transformándolas en hermosas decoraciones navideñas. Con un toque artístico y un poco de color, puedes crear bolas luminosas, guirnaldas y adornos únicos, involucrando a toda tu familia. Esto no solo reducirá los residuos de plástico, sino que también añadirá un toque personal y súper creativo a tu hogar.

2. ENVOLTURAS DE REGALO AMIGABLES CON EL MEDIO AMBIENTE
Elige regalos con envases reciclados que contribuyan a reducir el impacto ambiental. ¿Cómo? Envuelve tus paquetes con papel reciclado o en materiales reutilizables, como cajas, bolsas y bolsos de tela hechos con plástico reciclado, que pueden ser fácilmente reutilizados de muchas maneras diferentes. Diviértete creando

tarjetas de felicitación en papel reciclado y añade un toque personal escribiendo un mensaje que fomente la conciencia ambiental incluso durante las fiestas.
¡Libera la creatividad! No solo estarás dando un regalo apreciado, sino que también transmitirás un mensaje de amor por el planeta.

3. MENÚ CON BAJO IMPACTO AMBIENTAL
¡Vivir las fiestas en familia y con amigos es maravilloso! ¿Y si pudiéramos organizar nuestras comidas con un ojo en el medio ambiente? Opta por un menú navideño sostenible, reduciendo los productos de un solo uso (por cierto, prohibidos por una reciente directiva europea que busca incentivar la ~~economía circular, de la cual te hemos hablado aquí~~) y favoreciendo ingredientes locales, a «kilómetros cero» y de temporada
Si hay muchos invitados y el ambiente es informal, recuerda elegir vajilla y cubiertos reciclados y, a su vez, reciclables; ahora los encuentras disponibles en varios puntos de venta con facilidad, para crear una atmósfera festiva sin contribuir al aumento de los residuos no reciclables.

4. RECICLAJE DE REGALOS
Está tomando cada vez más fuerza la iniciativa que involucra el intercambio de regalos reutilizando... ¡regalos que ya hemos recibido! Piénsalo: tal vez esa bufanda no era de tu color favorito, o ya habías leído ese libro, o quizás ese perfume ya formaba parte de tu colección. ¿Por qué no aprovechar la oportunidad para hacer un regalo a alguien que pueda apreciarlo?
Fomentemos un divertido intercambio de regalos entre amigos y familiares, quizás organizando precisamente un encuentro temático al estilo de una «swap-party», alentando la reutilización de objetos ya existentes. Esto no solo reducirá la producción de nuevos materiales, sino que también dará a nuestro acto de «dar» un valor adicional.

5. ÁRBOL DE NAVIDAD MÁGICO Y SOSTENIBLE
¿Y si incluso tu árbol de Navidad, símbolo por excelencia de las fiestas, pudiera ser más respetuoso con el medio ambiente? Hoy puedes elegir entre varios árboles de Navidad sostenibles, hechos con materiales reciclados. ¡Y no solo eso! También puedes optar por ~~decoraciones como bolas, puntas y estrellas~~ hechas precisamente con el reciclaje de materiales plásticos.

6. ADORNOS PARA LA MESA CON TODA LA CREATIVIDAD
Personaliza tu mesa con servilletas y centros de mesa hechos con materiales y objetos reutilizados. No solo estarás agregando un toque de originalidad a tu cena, sino que también demostrarás tu compromiso con un futuro más limpio.

7. CALENDARIO DE ADVIENTO ECOLÓGICO
Los calendarios de adviento son uno de los artículos más populares y representativos de la Navidad, especialmente amados por los niños. ¿Por qué no hacer uno lleno de sorpresas relacionadas con el reciclaje y la sostenibilidad? Diviértete diseñando tu propio calendario de adviento llenándolo de pequeños objetos reciclados, sin olvidar incluir información útil para los más pequeños, como la creación de mini libros e ilustraciones, para educarlos desde temprano sobre este tema tan fundamental. ¡Transforma una tradición diaria en una manera divertida de promover la sostenibilidad en familia!

8. ELIGE LUCES LED DE BAJO CONSUMO
Sustituye las tradicionales luces navideñas por LEDs de bajo consumo energético. De esta manera, podrás crear fácilmente la atmósfera navideña adecuada respetando más el medio ambiente y reduciendo considerablemente el consumo de energía, ¡lo cual nunca está de más!

9. ORGANIZA PROYECTOS NAVIDEÑOS DE RECICLAJE COMUNITARIO
Involucra a tu comunidad en un proyecto de reciclaje navideño. Organiza eventos de recogida de residuos de plástico y promueve la importancia del reciclaje, quizás ofreciendo incentivos o donando una parte de los beneficios a causas ambientales. Anima a tus conciudadanos a crear obras de arte amateur utilizando materiales plásticos reciclados: podrás exhibirlas en los espacios públicos de tu ciudad o pueblo y organizar un mercadillo para apoyar el arte y sensibilizar a la opinión pública sobre la importancia de gestionar correctamente los residuos.
Hacer la Navidad más sostenible es un **gesto de amor hacia nuestro planeta**. Con pequeños cambios en las tradiciones que tanto amamos, cada uno de nosotros puede contribuir fácilmente a crear **un impacto positivo en el mundo**. Transformemos las fiestas en un momento de compartir, reflexionar y tomar mayor conciencia de nuestra responsabilidad ambiental, sin renunciar a la diversión y la magia que este período tan especial nos trae.

Fuente de consulta: https://www.areyour.org/es/2023/12/19/la-importancia-del-reciclaje-en-tus-fiestas/

RECURSOS:

Físicos

- Taja lápiz.
- Borrador.
- Lápiz.
- Metro.
- Regla.
- Pintura.
- Tijeras.
- Agujas capoteras.
- Hilos.
- Lana.
- Guata.
- Pinceles.
- Brochas.
- Catón.
- Bambú.
- Guadua.
- Alambre.
- Cartón.
- Cinta ancha transparente.
- Bisturín.
- Zapatos viejos.
- Pantalones en desuso.
- Pintura neón.
- Camisetas negras.
- Cartón cartulina.

Humanos

- Profesional.
- Promotores.
- Ciudadanos y Ciudadanas.

Resultados:

12/11/2024

Cualitativos:

- El ejercicio permitió mantener a los ciudadanos motivados, y siendo constantes durante el desarrollo de la actividad.
- Se fortaleció el sentido del color y de interés por las épocas de unión y celebración del mes próximo.
- Se evidenció constancia, interés, dedicación, fortalecimiento de la concentración, habilidades en motricidad fina y autoconfianza.
- Se evidenció buen trabajo en equipo, rotación de materiales y comunicación asertiva entre los participantes.
- Se evidenció compromiso y motivación en las y los participantes.

Cuantitativos:

N.º total de participantes: 15
N.º total mujeres: 4
N.º total hombres: 11
N.º total población LGBTI: 0

13/11/2024

Cualitativos:

- Se evidenció buen uso de los materiales implementados durante la actividad.
- Los ciudadanos expresaron que este taller de pintura, transformación de materiales, les ha beneficiado y ayudado a mitigar niveles de ansiedad y de estrés, y les ha generado más ideas creativas que desean implementar al estar fuera de la comunidad.
- Se evidenció comunicación asertiva entre los participantes, respeto y buena práctica de trabajo en equipo.

Cuantitativos:

N.º total de participantes: 15
N.º total mujeres: 4
N.º total hombres: 11
N.º total población LGBTI: 0

14/11/2024

Cualitativos:

- Se generó un espacio en donde primaron la empatía, el respeto, la autorreflexión y expresión, durante el desarrollo de la actividad.
- El ejercicio permitió generar espacios de habla y escucha activa, permitió que las y los ciudadanos expresaran sus ideas, dejarán aflorar la imaginación y comunicarán sus habilidades para de manera integrada realizar un mismo objetivo.
- Se fortaleció la rotación de materiales y el trabajo en equipo.

Cuantitativos:

N.º total de participantes:19
N.º total mujeres: 5
N.º total hombres: 14
N.º total población LGBTI: 0

15/11/2024

Cualitativos:

- Se asignaron diferentes funciones, dando inicio de manera grupal a la construcción del pesebre y decoración navideña de la comunidad.
- Se fortaleció la autoconfianza, las habilidades de liderazgo, la comunicación asertiva, el trabajo en equipo, la capacidad de participantes de compartir habilidades y conocimiento artístico.
- El ejercicio permitió observar el compromiso, y reforzar la motricidad fina.
- Se generaron espacio reflexivos, lo cuales fueron socializados.

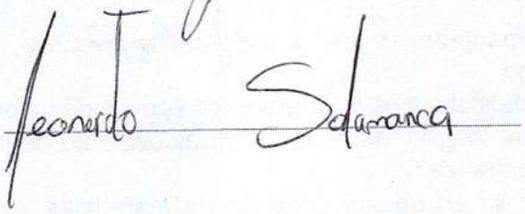
Cuantitativos:

N.º total de participantes: 11
N.º total mujeres: 2
N.º total hombres: 9
N.º total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE:



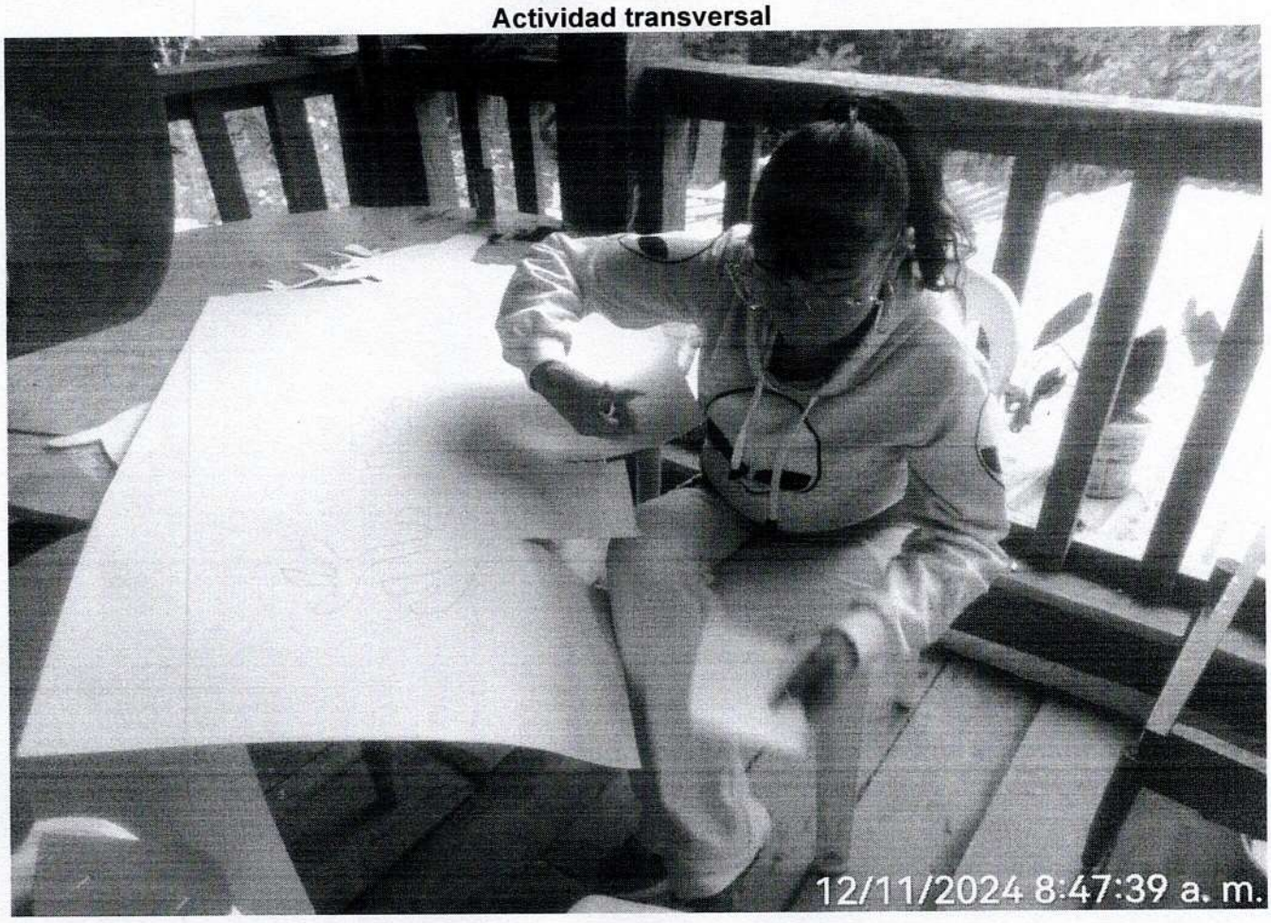
FIRMA COORDINADOR:

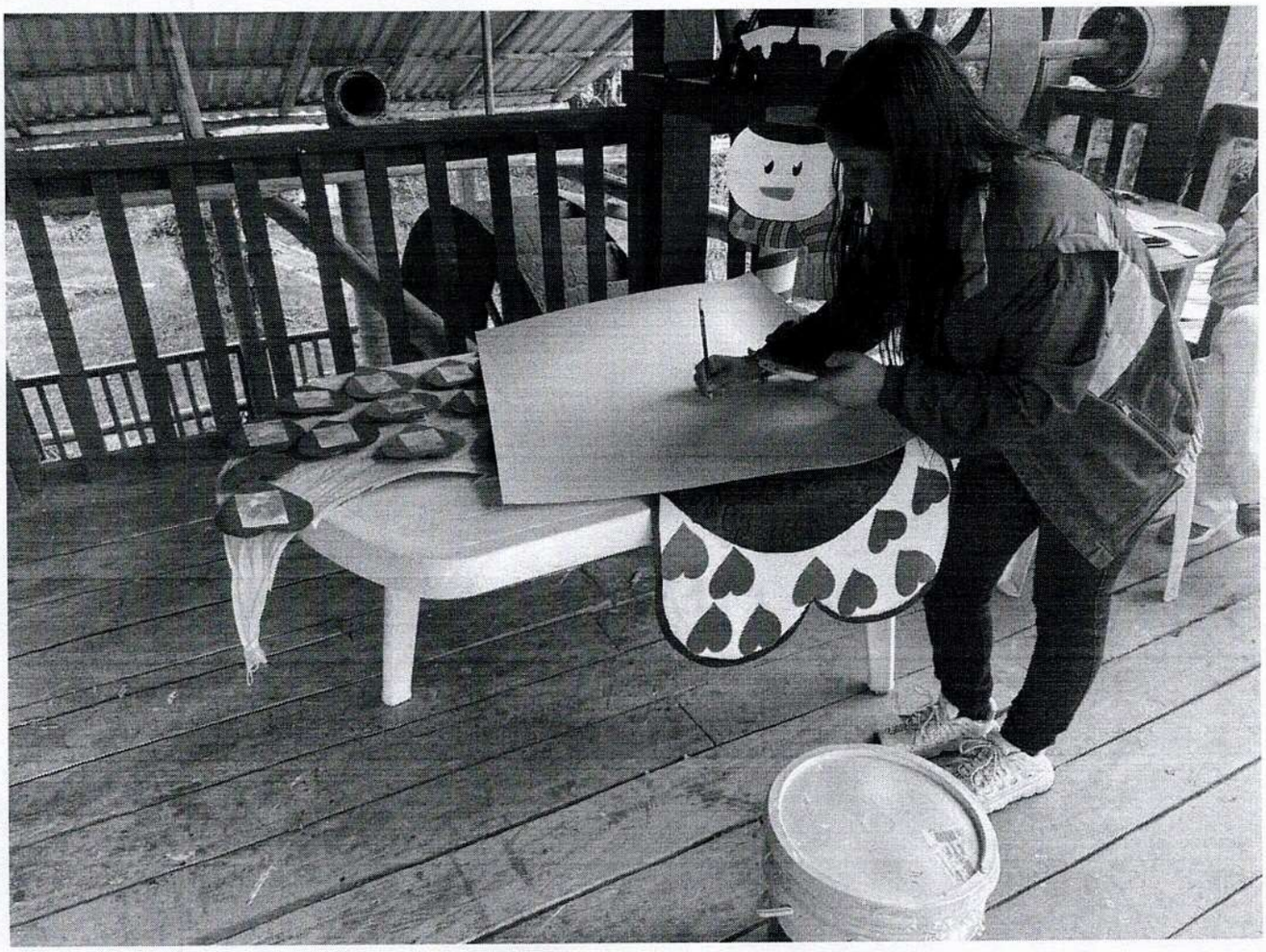


NOMBRE COORDINADOR:

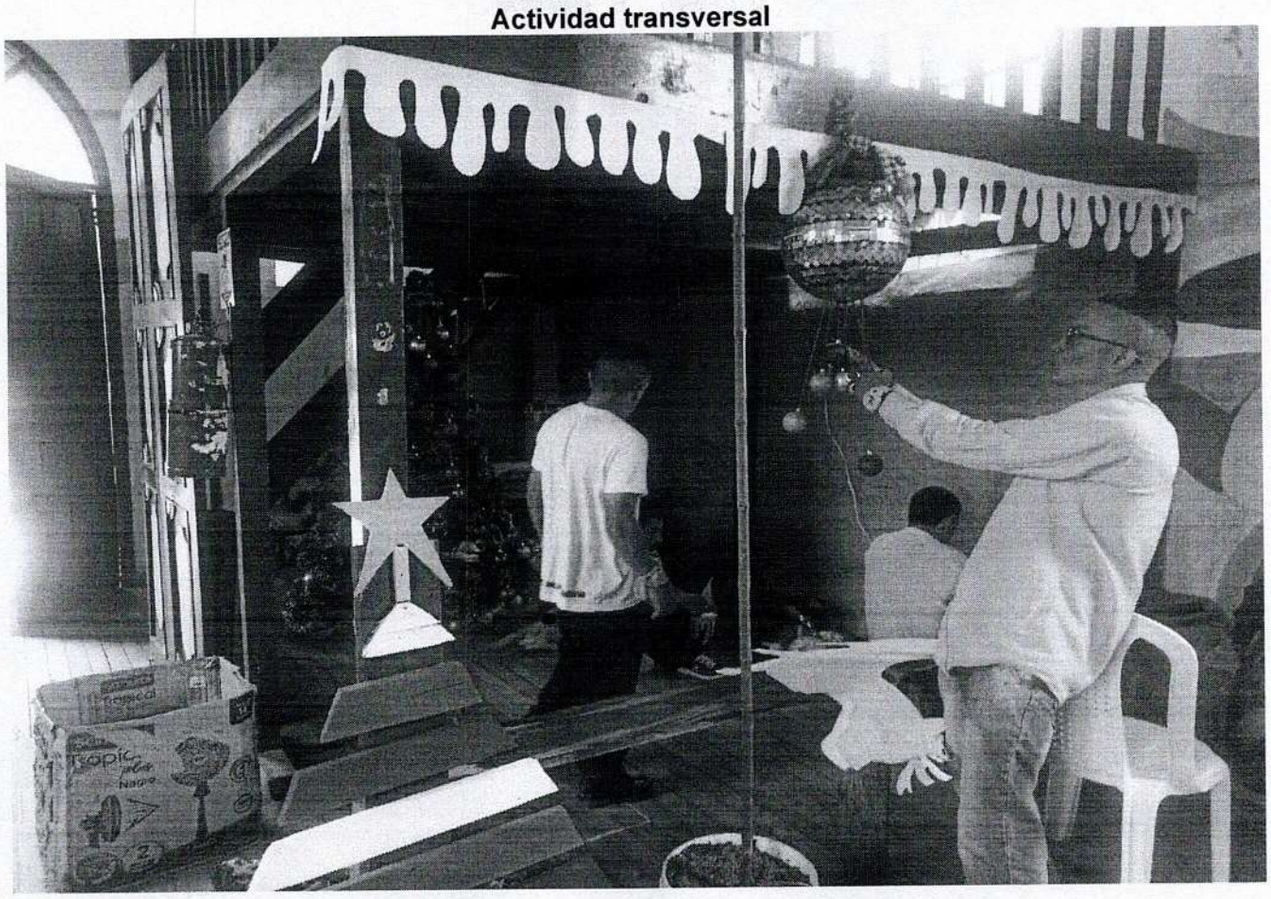
Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Arte navideño
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
FECHA: 12/11/2024
Actividad transversal



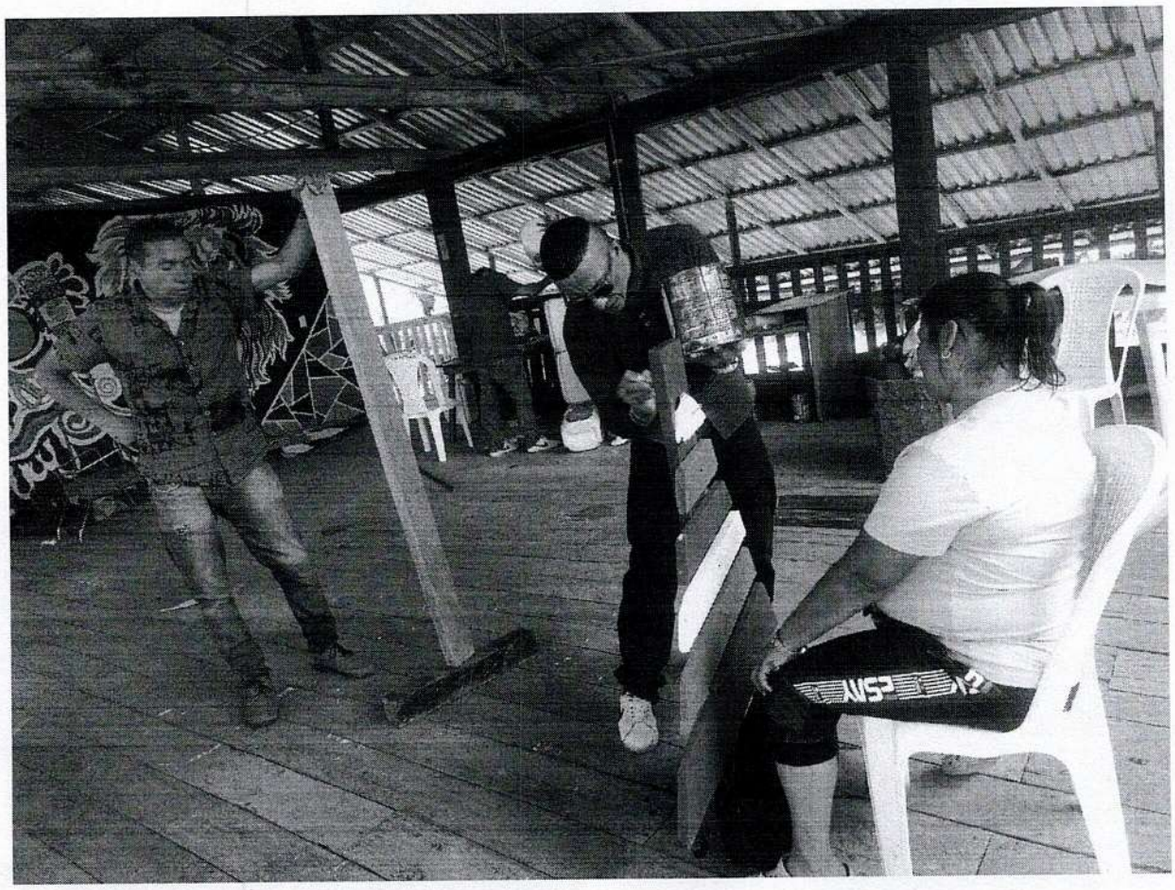


EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Arte navideño
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
FECHA: 13/11/2024
Actividad transversal





EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Arte navideño
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
FECHA: 14/11/2024
Actividad transversal



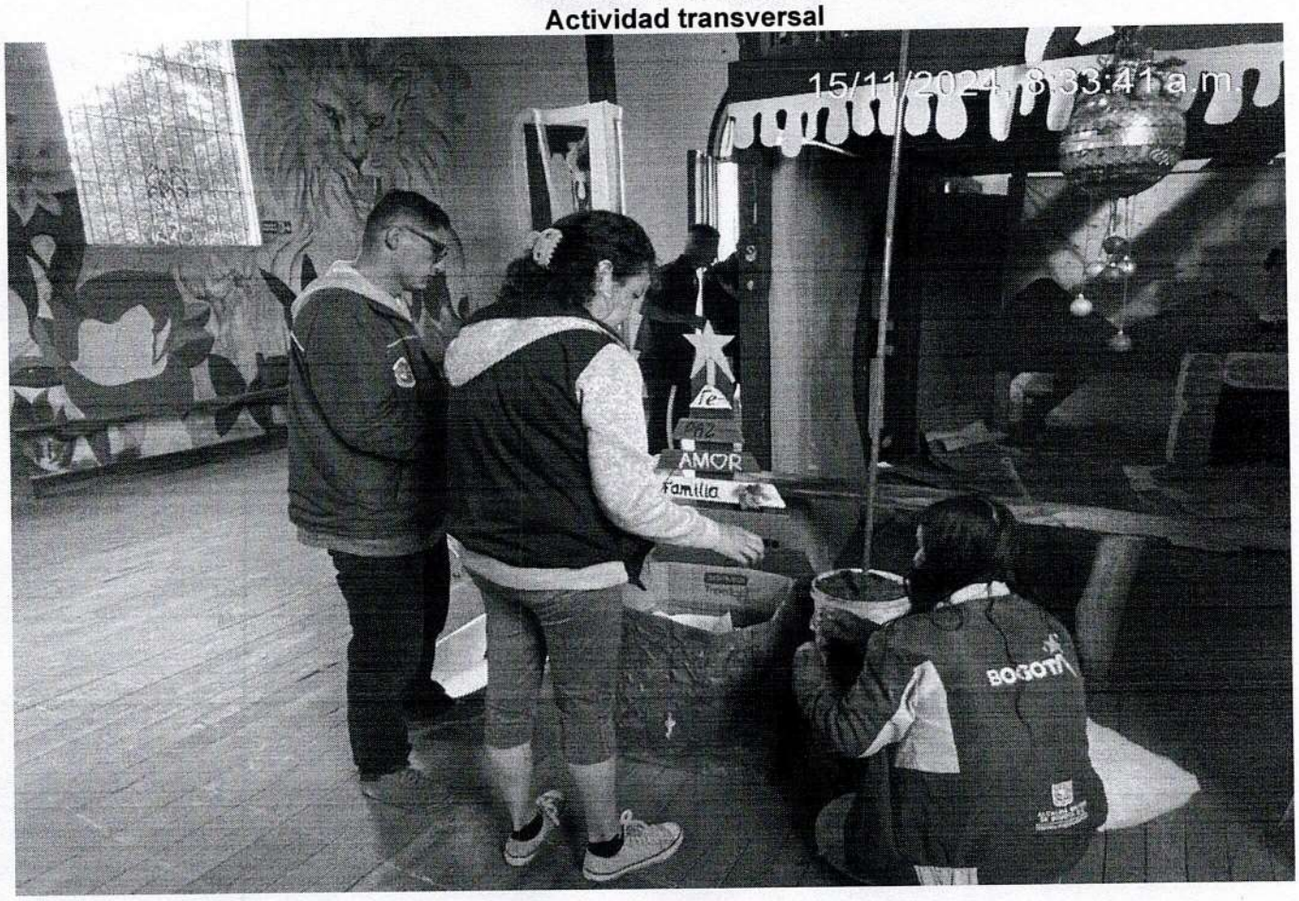


EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Arte navideño **Línea de atención 4**: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

FECHA: 15/11/2024

Actividad transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Arte Navideño		4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79897013	Jan Yerly Vera Parada	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1.026.597.144	Oscar Fabian Duque Lopez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	93.435.556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	11.188.082	Santiago Espitia	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80.362.292	Henry Escallón Cortes	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1.016.041.949	Braian David Castellanos Monroy	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	6774497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79745692	Wilson Yobany Sanchez Acosta	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	52.363.938	Claribel Clavijo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1.016.009.327	Freddy Hernando Ferro Gonzalez	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79910305	Luis Antonio Valdez Rodriguez	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	52238443	Miriam Mirella Avila Barrero	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1033682516	Juan David Gamez Medina	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sindy Jineth Rico Espinosa 14. Cargo o rol del responsable: Tallerista de Artes 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, asi como para consultar los datos alli almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Arte navideño

4. Fecha: 13/11/2024

5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79.915.404	John Jairo Garzon Vanegas	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1.019.059.702	Carlos Andres Villanueva Ordoñez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	52.363.938	Claribel Clavijo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1.016.009.327	Freddy Hernando Ferro Gonzalez	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	93.435.556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1.026.561.880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	52.238.443	Miriam Mirella Avila Barrero	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79745692	Wilson Yobany Sanchez Acosta	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	11.188.082	Santiago Espitia	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	16917917	José Manuel Muñoz Cipriano	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1.026.597.144	Oscar Fabian Duque Lopez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1033682516	Juan David Gamez Medina	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1.010.222.866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80744693	Edwin Norberto Blandon Gomez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	79.723.704	Luis Eduardo Martinez De Verano	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sindy Sineth Rico Espinosa

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista de Artes

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Arte navideño		4. Fecha:	14/11/2024	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1.016.009.327	Freddy Hernando Ferro Gonzalez	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	11.188.082	Santiago Espitia	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	52.230.710	Sandra Constanza Alape Ducuara	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80039978	Danny Andrey Barajas Naranjo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1.024.502.221	Lucy Viviana Castro Osorio	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80.213.838	Cristian David Vasquez	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1033682516	Juan David Gamez Medina	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	52.363.938	Claribel Clavijo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	93.435.556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1.010.222.866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	10.558.636	Nestor Raul Fory Herrera	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79745692	Wilson Yobany Sanchez Acosta	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	80.296.366	John Forigua Salinas	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1.026.597.144	Oscar Fabian Duque Lopez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1.026.561.880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	52.238.443	Miriam Mirella Avila Barrero	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	80360978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	79.221.377	Carlos Orlando Pardo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	80744693	Edwin Norberto Blandon Gomez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sindy Jineth Rico Espinosa 14. Cargo o rol del responsable: Tallerista de Artes 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Arte navideño		4. Fecha:	15/11/2024	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1033682516	Juan David Gamez Medina	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	93.435.556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80744693	Edwin Norberto Blandon Gomez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79745692	Wilson Yobany Sanchez Acosta	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1.024.502.221	Lucy Viviana Castro Osorio	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1.026.597.144	Oscar Fabian Duque Lopez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	52238443	Miriam Mirella Avila Barrero	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79.910.305	Luis Antonio Valdez Rodriguez	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79.897.013	Jan Yerly Vera Parada	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	80039978	Danny Andrey Naranjo Barajas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sindy Tineth Rico Espinosa 14. Cargo o rol del responsable: Tallerista de Artes 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida La Victoria		**FECHA:** 12/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 10:30am **FINAL**: 12:00pm
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Heimy Guio	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Roles de género y reconstrucción de imaginarios
Actividad Transversal.

OBJETIVO GENERAL:

- Contribuir a la reconstrucción de imaginarios acerca de los diferentes roles que puedan ejercer en su diario vivir, a través de las historias de vida y experiencias de personajes famosos que se han visto afectados en casos de discriminación, promoviendo la igualdad entre género, la empatía y la compasión.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar los diferentes roles contribuyendo a la equidad en las funciones diarias y una sociedad más inclusiva.
- Reconocer los roles de género como parte importante de la estructura social así como la diversidad y el respeto.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social, se abordarán estrategias a través de una metodología socio educativa en la que los ciudadanos y ciudadanas comprenderán que aunque estos roles han estado profundamente arraigados en las sociedades, cada vez más personas y movimientos sociales están desafiando estas normas para crear un mundo más inclusivo y equitativo, donde cada individuo pueda decidir libremente su identidad y las actividades que desea desempeñar sin ser limitado.

- **Primer momento:** Se dará la bienvenida a los participantes con la presentación del profesional y se notifica la temática que se abordará. La profesional otorgará la palabra a cada uno de los ciudadanos, llevando a cabo un intercambio de saberes con sus aportes.

- **Segundo Momento:** Se realizará la proyección de un video de una famosa de la televisión y teatro, quien manifiesta su descontento e inconformidad al momento de desempañar su profesión como actriz donde tuvo que ser víctima de la discriminación e inequidad por su género.

- **Tercer Momento:** Se llevará a cabo un ejercicio de intercambio de opiniones acerca del video y su percepción del mismo llevando a una reflexión e interiorización del tema correspondiente.

- **Cuarto Momento:** Se realizará un ejercicio en el que cada ciudadano y ciudadana escribirán de acuerdo a sus funciones del diario vivir, cual de esos creen no hacen parte de su género y no deberán hacer parte de su rol. Finalmente se solicita a los participantes dejar el espacio en adecuadas condiciones y firmar listado de asistencia.

TEMA:

Roles de Género: qué son y cuáles son sus tipos

Los roles de género en nuestra sociedad hacen referencia al conjunto de ideas, comportamientos o formas de expresión asociados al género. Estos patrones comportamentales se han construido en base a lo que se espera de nosotros en función de nuestro género.

Mayoritariamente, el género y los roles que surgen de forma asociada a él se han clasificado normativamente de una forma binaria: hombre y mujer. Aquí vamos a hacer referencia a estos roles de género diferenciados entre lo que es "propio" socialmente de hombres y de mujeres, pero es importante tener en cuenta que existen identidades disidentes fuera de la binarieda de género; la identidad de género no binaria existe y es aquella que no se puede encuadrar ni en lo femenino ni en lo masculino.

En este artículo vamos a comentar sobre lo que son los roles de género asociados al género femenino y masculino, dando algunos ejemplos para comprender más este concepto y las formas en las que se presenta en nuestra sociedad, muchas veces sin ser conscientes o darnos cuenta de ello.

¿Qué son los roles de género?

Como hemos comentado, los roles de género reúnen las diferentes formas de actuar y comportarnos que están guiadas por nuestro género. Incluyen, por ejemplo, la forma en la que hablamos, nos vestimos, nos arreglamos, nos comportamos... Por ejemplo, se la feminidad se ha asociada con la educación y la complacencia, mientras que la masculinidad ha sido más relacionada con la fortaleza y la agresividad.

Los roles de género pueden variar dependiendo de las sociedades, culturas y etnias; cada una tiene expectativas diferentes en relación a los géneros, y pueden variar mucho entre grupos.

Socialización

El aprendizaje de los roles de género se da mediante la socialización. Este es un proceso de aprendizaje que empieza con nuestro nacimiento, y poco a poco y en base a las experiencias que tenemos y las realidades que percibimos, define nuestras maneras de entender el mundo y sus componentes. Por ejemplo, observamos y aprendemos las diferentes formas en las que se da la comunicación con una niña o un niño, las actividades que se consideran adecuadas para ellos y ellas y los comportamientos que pueden ser reprochables.

Todo este conjunto comportamental vendrá definido por nuestro entorno en la infancia y durante nuestro crecimiento, principalmente, nuestro núcleo familiar y contexto social más cercano durante esta etapa. Sin embargo, los roles de género y su adquisición también se han visto afectadas por variables socioeconómicas o contextuales diferentes a la familia; el colegio al que se va, el barrio o ciudad en el que se vive y los medios de comunicación consumidos afectan en el proceso de socialización y el establecimiento de estas ideas.

Estereotipos

La mayor controversia de los roles de género es considerarlos como un reflejo de los estereotipos sociales asociados a cada género. Nuestra sociedad ha sido patriarcal y machista desde el comienzo de nuestros días, por ello, los roles y características asociadas a lo masculino siempre tendrá un valor superior a lo asociado a lo femenino. Mientras que las características femeninas se presentan como más débiles y emocionales, las masculinas son concebidas como más fuertes y valiosas, no tan difíciles de romper.

Esto no quiere decir que las mujeres sean las únicas víctimas de los estereotipos y roles de género; los hombres también sufren sus consecuencias. El hecho de presentar a los hombres como alejados de la emocionalidad, por ejemplo, puede conllevar la represión de estas emociones y el miedo a mostrarse débil socialmente, lo que conlleva problemas en el bienestar emocional y la salud mental a corto y largo plazo.

Tipos de roles de género

Se han podido diferenciar cuatro formas a la hora de clasificar los roles de género y los estereotipos a los que hacen referencia:

1. Características personales

Estos roles o estereotipos hacen referencia a variables de personalidad, tales como la extroversión, la seguridad en uno mismo, la agresividad... Por poner algunos ejemplos, las mujeres se han relacionado mayoritariamente con la paciencia, y los hombres, con la acción.

2. Comportamientos domésticos

Estas actitudes tienen que ver sobre todo con la manera diferencial en la que hombres y mujeres manejan las gestiones domésticas y del día a día. Por ejemplo, las mujeres se han asociado siempre con las tareas de limpieza, cocina y cuidado de los niños/as, mientras que los hombres se han relegado a las finanzas y reparaciones mecánicas.

3. Profesiones y mundo laboral

Estos estereotipos o roles hacen referencia a la separación de ocupaciones o empleos para mujeres y para hombres. Esto queda patente en el lenguaje que utilizamos, lo que es un reflejo del proceso de socialización y machismo inherente en la sociedad que comentábamos anteriormente. Casi siempre decimos la enfermera y el médico; es la manera en la que la sociedad nos ha enseñado a representar estas ocupaciones asociadas al género.

4. Aspectos físicos

También las diferencias de género y la socialización han tenido efecto en el mantenimiento de diferentes cánones de belleza o aspectos físicos considerados aceptables en hombres o mujeres. De esta forma, se asocia la feminidad corporal con la delgadez, la existencia de caderas y la depilación, ente otros, y la

masculinidad con la musculatura y la altura. También estos aspectos físicos hacen referencia a la ropa que llevamos o cómo nos presentamos mediante nuestra apariencia hacia los demás. Por ejemplo, se ha normalizado y se presume que los vestidos son de mujeres, no de hombres.

Algunos ejemplos de roles de género

Aunque hemos comentado y propuesto diferentes ejemplos de la representación de los roles de género o realidades sociales que podemos constatar en nuestro día a día, vamos a repasar en más profundidad algunos ejemplos.

Los cuidados

Los cuidados hacen referencia a la capacidad de ocuparse de las necesidades de aquellas personas que no pueden cubrir las propias por sí mismas. Normalmente, en un hogar normativo, los cuidados se asocian a las personas pequeñas o las personas mayores. Este rol de cuidado ha sido normal e históricamente representado por las mujeres.

Mientras que los hombres se dedicaban al mantenimiento económico de la familia, las mujeres se centraban en ofrecer cuidados y limpieza en el hogar, sin que esto nunca se considerase como un trabajo en sí mismo, sino como parte de sus roles como mujeres. Se dice que la entrada al mundo laboral de las mujeres ha roto este rol, pero no es cierto: más del 80% de hogares monoparentales de España son liderados por una mujer, y el 94% de personas que trabajan a tiempo parcial, son mujeres; es la única forma de equilibrar la vida laboral con los cuidados que tienen.

Una solución para este sol es la de romper completamente por él, teniendo que venir esta transformación también por parte de las estructuras sociales. No puede ser un cambio individual, sino colectivo, que nos dirija hacia la corresponsabilidad en los cuidados.

Fuente de consulta:

https://psicologiaymente.com/sexologia/roles-de-genero

RECURSOS:
Físicos:

- Sillas.
- Área multifuncional.
- Hojas
- Lápiz
- Computador
- Mesas

Humanos:

- Profesionales
- Ciudadanos
- Promotores

RESULTADOS

Cualitativos:

El ejercicio permitió:

- Los ciudadanos y ciudadanas argumentaron que la reconstrucción de imaginarios con respecto al género ayuda a transformar la forma en que entienden y viven el género, creando un entorno en el que todas las personas, independientemente de su identidad de género, puedan tener las mismas oportunidades, derechos y respeto.

- Lograron comprender que la reconstrucción de imaginarios es un proceso que busca cuestionar, redefinir y superar las limitaciones impuestas por los roles de género tradicionales.

- Resaltaron la importancia que las personas puedan vivir y expresarse de acuerdo con su identidad de género, sin miedo a la discriminación o la exclusión.

- Argumentaron la importancia de reducir y eliminar todas las formas de violencia basadas en el género, como la violencia doméstica, el acoso sexual, el feminicidio y la violencia estructural.

- La importancia de los cambios culturales, educativos y legales para garantizar que todos los géneros puedan vivir sin temor a la violencia.

Cuantitativos:

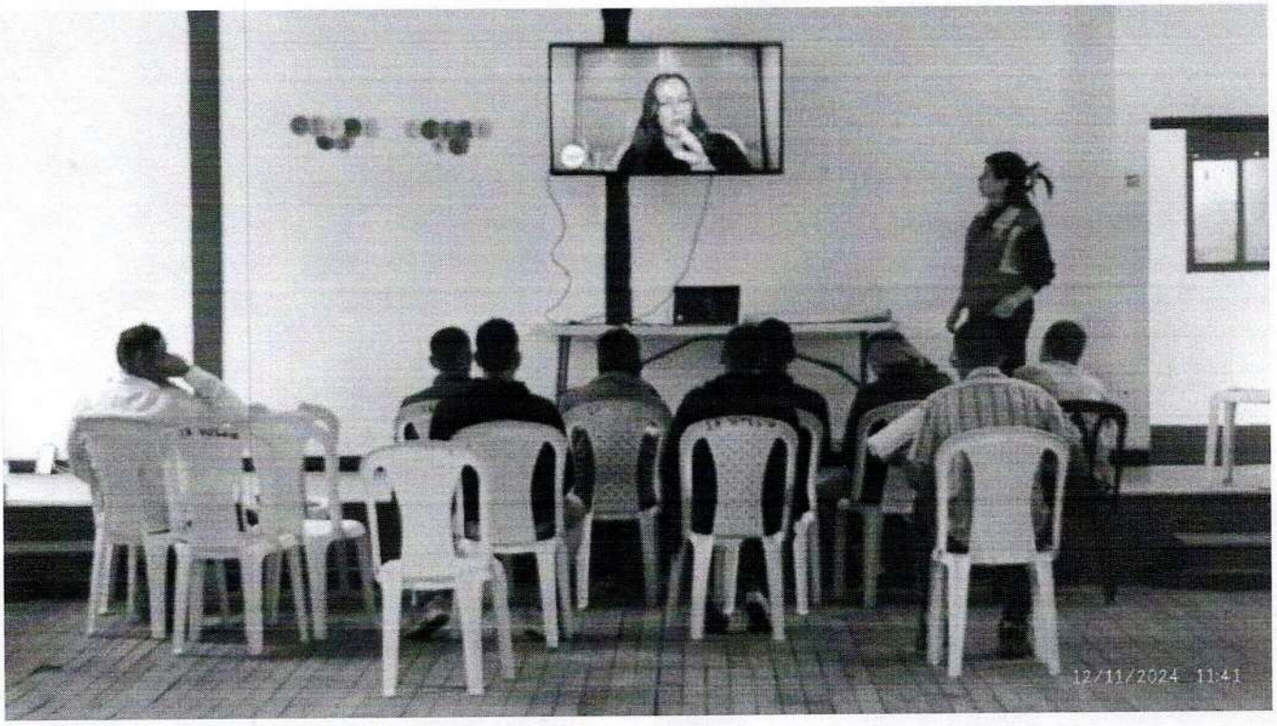
N.º total de participantes: 11
N.º total mujeres: 0
N.º total hombres: 11
N.º total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Roles de género y reconstrucción de imaginarios
Línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social
Fecha: 12/11/2024
Actividad Transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Roles de género y reconstrucción de imaginarios		4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora: 10:30 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1.053.773.593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80.026.704	Andres Ricardo Suarez Rios	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79.315.415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79.558.912	Jose Ismael Cañon Salazar	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79.903.674	Carlos Arturo Galindo Vera	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	93.356.645	Gonzalo Prieto Peñuela	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	6.774.497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79823503	Adrian Guerrero Tafur	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	80.743.922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Harry Guio

14. Cargo o rol del responsable: Trabajo Social

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES**	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 12/11/2024	**HORA:** **INICIO:** 10:30 AM **FINAL:** 12:00 PM
ÁREA: Primeros Auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Wendy García

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ¿Sabes qué es la venopunción?
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:
Proporcionar a los ciudadanos de la comunidad de vida la victoria, conocimientos y técnicas básicas de venopunción, promoviendo el desarrollo de habilidades para que conozcan como es el adecuado manejo que realiza el personal de salud en cuanto a los accesos venosos y la mejora de su inserción en entornos de atención sanitaria, con un enfoque en la salud y el autocuidado, a través de taller lúdico.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Brindar conocimientos teóricos sobre la anatomía y fisiología del sistema circulatorio, enfocados en la identificación de puntos adecuados para la venopunción.
- Describir los distintos tipos de venopunción (como la venopunción para extracción de muestras, administración de medicamentos, etc.), sus indicaciones y diferencias, con el propósito de que los participantes comprendan cuándo y por qué se utilizan cada uno.
- Promover la conciencia sobre la importancia de la venopunción en la atención a la salud, haciendo énfasis en la seguridad, la higiene y la prevención de infecciones, para que los participantes puedan reconocer y valorar estos procedimientos en un entorno clínico.

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, se utilizará la metodología teórica práctica con charla lúdico- pedagógica, con el objetivo de que los ciudadanos conozcan que es la venopunción, tipos de venopunción, riesgos y elementos básicos y necesarios para realizar un correcto procedimiento.
La actividad se realizará en un espacio cerrado (Biblioteca) en el cual se realizará con charla activa y asertiva.

Primer momento:
Se realizará llamado a los ciudadanos con apoyo de promotoría
Se organiza el área y el material de consultas a emplear en la actividad

Segundo Momento
Una vez estén organizados, se iniciará el taller sobre que es la venopunción, tipos de venopunción, riesgos y elementos básicos y necesarios para realizar un correcto procedimiento.

Tercer momento
Se dará respuesta a las inquietudes que manifiesten los participantes durante el taller con el fin de generar aprendizaje mutuo.

Cuarto Momento:
Cierre de la capacitación

Reacondicionamiento del espacio
Una vez terminado el taller se organizará el espacio utilizado con ayuda de los ciudadanos y promotoría.

TEMA:
Venopunción
Es la recolección de sangre de una vena. En la mayoría de los casos, se realiza para análisis de laboratorio.
Forma en que se realiza el examen
La mayoría de las veces, la sangre se extrae de una vena localizada en la parte interior del codo o el dorso de la mano.
El sitio se limpia con un desinfectante (antiséptico).
Se coloca una banda elástica alrededor de la parte superior del brazo con el fin de aplicar presión en la zona. Esto hace que la vena que está debajo se llene de sangre.
Se introduce una aguja en la vena.
Se recoge la sangre en un frasco hermético o en un tubo adherido a la aguja.
La banda elástica se retira del brazo.
Se saca la aguja y el sitio se cubre con un vendaje para detener el sangrado.

En bebés o en niños pequeños, se puede utilizar un instrumento puntiagudo llamado lanceta para punzar la piel y hacerla sangrar. La sangre se recoge en un portaobjetos o en una tira reactiva. Se puede colocar un vendaje sobre la zona si hay algún sangrado.
Preparación para el examen
Las medidas que usted necesita tomar antes del examen dependen del tipo de examen de sangre que le vayan a hacer. Muchos exámenes no requieren preparación especial.
En algunos casos, su proveedor de atención médica le dirá si necesita dejar de tomar algunos medicamentos antes de realizar este examen o si necesita presentarse en ayuno. No suspenda ni cambie sus medicamentos sin hablar primero con su proveedor.
Lo que se siente durante el examen
Usted puede sentir un ligero dolor o una picadura cuando se introduce la aguja. También puede experimentar algo de sensación pulsátil en el sitio después de que se extrae la sangre.
Razones por las que se realiza el examen
La sangre está compuesta de dos partes:
Líquido (plasma o suero)
Células
El plasma es la parte líquida de la sangre en el torrente sanguíneo que contiene substancias como glucosa, electrólitos, proteínas y agua. El suero es la parte líquida que queda después de que la sangre se deja coagular en un tubo de ensayo.
Las células de la sangre abarcan glóbulos rojos, glóbulos blancos y plaquetas.
La sangre ayuda a movilizar el oxígeno, los nutrientes, los residuos y otros materiales por el cuerpo. Asimismo, ayuda a controlar la temperatura corporal, el equilibrio de líquidos y el equilibrio acido-básico del cuerpo.
Los exámenes hechos en la sangre o en partes de esta le pueden suministrar claves importantes acerca de su salud a su proveedor.
Resultados normales
Los resultados normales varían de acuerdo con el tipo específico de examen.
Significado de los resultados anormales
Los resultados anormales también varían de acuerdo con el examen específico.
Los tipos de técnicas a usar son mariposa o scalp, jeringa, sistema al vacío, lanceta y su uso depende de varios factores tales como recursos, habilidad del manipulador, tipo de examen a realizar, edad del paciente, etc. Todas estas complicaciones llevan a la formación de un hematoma y provocan dolor.
¿Cuántos tipos de punción existen?
Tipos de punción seca
Hay dos principales tipos son: superficial y profunda.
¿Cuántos tipos de extracción de sangre hay?
Se distinguen dos técnicas de extracción venosa: el sistema de aspiración y el sistema de presión negativa. Los representantes más conocidos de estos dos sistemas de extracción de sangre son la monovette (sistema de aspiración) y el Vacutainer (sistema de presión negativa).

FUENTES:

https://manualclinico.hospitaluvrocio.es/procedimientos-generales-de-enfermeria/tecnicas-realizadas-al-paciente/puncion-venosa-para-extraccion-de-muestra/

https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003423.htm

https://www.google.com/search?sca_esv=ae093cb415ffb20d&rlz=1C1FHFK_enCO1132CO1132&q=%C2%BFCu%C3%A1ntos+tipos+de+venopunci%C3%B3n+hay%3F&sa=X&ved=2ahUKEwiVgZWHzNeJAxUdmbAFHSKTMG8Qzmd6BAgnEAY&biw=1920&bih=945&dpr=1

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Mesa
- Sillas
- Esfero
- Planilla

Humanos

- Enfermera
- Promotor
- Ciudadanos

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Se logró que las personas participantes comprendieran los conocimientos teóricos sobre la anatomía del cuerpo y humano incluyendo las del sistema circulatorio.
- Se vio interés por conocer los diferentes tipos de venopunción, así como sus indicaciones y las diferencias.

- Para los participantes fue de agrado entender y comprender porque la venopunción es importante en todas las atenciones en salud, siempre basadas en la seguridad, higiene y prevención de todo tipo de infecciones.

Cuantitativos:
N.º total de participantes: 27
N.º total mujeres: 2
N.º total hombres: 24
N.º total población LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE: Wendy L. García M.

FIRMA COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ¿Sabes qué es la venopunción?

LINEA DE ATENCION 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades

Fecha: 12/11/2024

Actividad transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: ¿Sabes que es la venopuncion?		4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora: 10:30 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	32765219	Elizabeth Yamile Rico Montoya	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80039978	Danny Andrey Naranjo Barajas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	11.230.612	Sixto Elias León Mendez	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79.995.601	Yair Diaz Gamboa	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80030038	William Enrique Pedraza Ramirez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80.741.956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1.026.580.493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	34534094	Maria Amparo Galindez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15.987.473	Jose Arley Rincon	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	16.470.819	José Ramón Vallecilla Mesa	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	14.233.798	Victor Manuel Giraldo Mendez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	10.559.598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	19432215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	80296366	John Forigua Salinas	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79.259.090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	19298733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	19.499.773	Wilson Camargo Garcia	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79.221.377	Carlos Orlando Pardo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	79.119.184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	80489044	Elkin Cesar Sarmiento Ospina	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	1019025772	David Andres Bernal	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	79.497.924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	15907257	Juan Manuel Bravo Giraldo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Wendy L Garcia

14. Cargo o rol del responsable: Enfermera

15. Firma del responsable de la actividad: Wendy L Garcia

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: ¿Sabes que es la venopuncion?		4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora: 10:30 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	945330	Aristides Rojas Beleño	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	80799628	Dario Arturo Valencia Holguin	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	16.217.898	Jairo Ayala Tamayo	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					NO FIRMA	
29	CC	1.003.238.457	Ivan de Jesus Bolaño de la Hoz	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	79768376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	19.454.578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: _____ 14. Cargo o rol del responsable: _____ 15. Firma del responsable de la actividad: _____

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Código:	FOR-PSS-795
Versión:	0
Fecha:	Memo I2024020296 - 25/07/2024
Página:	1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: ¿Sabes que es la venopuncion?

4. Fecha: 12/11/2024

5. Hora: 10:30 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	945330	Aristides Rojas Beleño	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	80799628	Dario Arturo Valencia Holguin	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	16.217.898	Jairo Ayala Tamayo	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					NO FIRMA	
29	CC	1.003.238.457	Ivan de Jesus Bolaño de la Hoz	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	79768376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	19.454.578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: _____

14. Cargo o rol del responsable: _____

15. Firma del responsable de la actividad: _____

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

El respeto se expresa en diferentes ámbitos: el comportamiento ciudadano, la práctica religiosa, en el apego a las normas democráticas y en el comportamiento en el entorno laboral.
El valor del respeto se evidencia en varias situaciones como son:

- Como valor cívico

El respeto es también un valor cívico. Los valores cívicos son las conductas que se consideran correctas para el adecuado comportamiento ciudadano. Son valores transmitidos por la comunidad y sus instituciones sociales (la familia, la escuela, las leyes).

- Como valor religioso

El respeto es un valor religioso esencial en la mayoría de las creencias. Los valores religiosos son los principios que guían la conducta de las personas que siguen una religión o dogma determinado.

- Como valor democrático

El respeto es uno de los principios que sustenta la vida en democracia. Los valores democráticos son los que ayudan a construir y mantener un sistema de gobierno basado en la voluntad popular.

- Como valor profesional

Los valores profesionales son los principios que una persona aplica en su entorno laboral. Y el respeto es un valor profesional esencial, ya que fomenta relaciones de trabajo basadas en la consideración del otro y de la empresa para la cual trabaja.

Existen varios ejemplos de respeto, entre ellos tenemos:

- Respeto a uno mismo

El respeto comienza por la consideración a nosotros mismos. Debemos tratarnos con la misma amabilidad con la que debemos respetar a otros. Solo conociendo el autorrespeto podremos ser capaces de tratar a otros de la misma forma.

- Respeto a los padres

El respeto a los padres o cuidadores se expresa en tener consideración hacia ellos, ser amables, educados, cumplir con nuestros deberes y acatar las normas del hogar.

- Respeto a los niños y a las personas mayores

Los niños y las personas mayores son grupos vulnerables que necesitan ser tratados con gentileza, paciencia y dedicación. Se respeta a los niños y ancianos escuchando y valorando su opinión, atendiendo sus necesidades y protegiendo sus derechos.

- Respeto al medio ambiente

Respetar el medio ambiente es mantener limpios los espacios que utilizamos a diario, como la casa, la escuela, el trabajo y los lugares públicos. Es también poner la basura en su lugar, reciclar y cuidar la naturaleza.

- Respeto a las instituciones sociales

Las instituciones sociales son las organizaciones formales o naturales esenciales para la vida en sociedad. El gobierno y la escuela son instituciones formales y la familia es una institución natural. Respetar las instituciones sociales significa cumplir con las normas que cada una de ellas ha creado. Cuando los ciudadanos cumplen las leyes dictadas por el gobierno, y los niños cumplen con sus obligaciones familiares y escolares están respetando las instituciones.

- Respeto a las diferencias

Las personas pueden tener rasgos físicos, creencias, costumbres y tradiciones diferentes a las nuestras. Es justamente esa diversidad la que enriquece a la sociedad, por lo tanto, es necesario tratar con respeto a quienes luzcan, piensen o actúen diferente a nosotros. Todas las personas somos valiosas y merecemos respeto.

- Respeto a las normas

Las normas son códigos de comportamiento que debemos seguir en un lugar determinado. Llegar a la escuela a una hora específica, ser solidarios con los compañeros de clase y hacer silencio en el salón de clases son normas básicas que hay que seguir para lograr una convivencia armónica entre estudiantes y profesores.

- Respeto a los símbolos patrios

El respeto a los símbolos patrios se expresa cantando el himno nacional, conociendo la vida de los héroes patrios, honrando la bandera y el escudo nacional, etc.

- Respeto por la vida.

Consiste en aceptar y respetar la vida ajena e implica no poner en riesgo, bajo ninguna circunstancia, la integridad física o psicológica de los demás individuos.

Algo muy importante acerca del respeto es tener claro las características del respeto, que son las siguientes:

1. Virtud moral
2. Respeto a uno mismo
3. Respeto al otro
4. Tolerancia social
5. Respeto a la ley
6. Respeto basado en el miedo

7. Respeto por admiración o amor
8. Respeto por conveniencia
9. Responsabilidad

Fuente de consulta:
https://www.youtube.com/watch?v=xFP8Z1G6l-fI&t=312s
https://es.wikipedia.org/wiki/Respeto
https://www.significados.com/respeto/
https://humanidades.com/respeto/

RECURSOS:
Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Mesas
- Computador
- Video Beam

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

RESULTADOS:
Cualitativos:
Se logró conocer la importancia del valor del respeto dentro y fuera de la comunidad para mejorar las relaciones interpersonales en los diferentes ámbitos a que están expuestos los ciudadanos y ciudadanas.

Se logró sensibilizar acerca de la importancia del valor del respeto, siendo de vital importancia para la convivencia de los ciudadanos.

Se logró la participación de los ciudadanos y ciudadanas manifestando situaciones que han presentado con el valor del respeto dentro y fuera de la comunidad.

Cuantitativos
N.º total de participantes: 16
N.º total mujeres: 1
N.º total hombres: 15
N.º total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: El valor del respeto
LÍNEA DE ATENCIÓN 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
FECHA: 12/11/2024
Etapa 1





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: El Valor del respeto		4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora: 02:15 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79768376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79.814.274	Yiovanny Gallego Mejia	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79.523.151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79.827.457	Felix Antonio Sierra Vargas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	93356645	Gonzalo Prieto Peñuela	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80.026.704	Andres Ricardo Suarez Rios	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	80.743.922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					ALVARO	
8	CC	78.077.231	Jesus Diaz	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79.315.415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Luis Neira	
10	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Miguelromero	
11	CC	102.078.505	Yesid Rodriguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Yesid	
12	CC	1.026.563.775	Carlos Andres Cardenas Corredor	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	80.741.956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					leidy naffar	
15	CC	1088262026	Andres Felipe Muñoz Ramirez	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1.023.917.747	Hugoniel Murcia Sora	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Hugoniel Murcia	

13. Nombre del responsable: Sandra Bibiana Rocha P 14. Cargo o rol del responsable: Ocupacional 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 12/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 2:15 pm. **FINAL**: 4:00 pm
ÁREA: Pedagogía Reeducativa	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	María Fernanda Acosta
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Educación en hábitos saludables. Etapa 2.		

OBJETIVO GENERAL:

Incentivar la práctica cotidiana de los hábitos saludables como parte integral del proceso de desarrollo personal de las y los ciudadanos, a través de la presentación y descripción especifica de cada habito y su repercusión en nuestras vidas, aportando a la deshabituación de las conductas propias de calle, y disminuir la necesidad del consumo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Concientizar en los ciudadanos la importancia de continuar proyectándose hacia el logro de mantener hábitos de vida saludable como estrategia para la deshabituación del consumo y cuidado de su salud física.
- Desarrollar habilidades que les permitan establecer estilos de vida saludables sostenibles
- Estimular a la práctica de dinámicas que les permitan mejorar en la gestión del estrés y la ansiedad.

METODOLOGÍA

Para la realización de este encuentro formativo se tendrá en cuenta la línea de atención 1. desarrollo personal para la inclusión social, en aras de fortalecer las dinámicas que conciernen al manejo y practica de los hábitos saludables los cuales son parte fundamental en el proceso de la deshabituación del consumo y adquisición de nuevos hábitos de vida. por tanto, se usará la metodología teórico – descriptiva, en pro de la comprensión e interiorización por parte de los ciudadanos.

Adecuación del espacio:

Para la realización de este espacio formativo se dispondrá de la sala de televisión presente al interno de la comunidad de vida, la cual esta acondicionada con televisor, sillas, iluminación, HDMI.

Primer, momento:

Se les da la bienvenida a los ciudadanos que se encuentran en etapa 2, los cuales se encuentran trabajando sobre los factores predisponentes y detonantes tanto del inicio de la vida en calle como de su mantenimiento con el fin de identificar posibles áreas de mejora. Se da inicio al espacio formativo con frase de reflexión; "Mi bienestar es mi responsabilidad", dando pauta para el encuentro.

Segundo momento:

Se continua con proyección educativa de diapositivas interactivas relacionadas con el logro de los hábitos saludables como estrategia para la mitigación del consumo, donde se recuerda a los ciudadanos sobre la importancia de retomar la propia vida teniendo como primicia el mantener los hábitos saludables, se les presenta el cigarrillo y el daño irreparable en los órganos, si se continúa consumiendo. Así, mismo se reflexiona sobre la ansiedad, el estrés y como educar la mente para evitar resolver los conflictos interiores dando espacio a la buena salud mental, por último, se les instruye sobre el sedentarismo y las repercusiones sobre la salud de la persona.

Tercer momento:

Luego de la presentación de los subtemas relacionados en la temática de los hábitos saludables y deshabituación del consumo, se abre al debate sobre lo adquirido durante el encuentro formativo, tomando como referencia su propio vivir y actuar en el cuidado de la salud física y mental.

Temas:

Hábitos Saludables:

Llamamos hábitos saludables a todas aquellas conductas que tenemos asumidas como propias en nuestra vida cotidiana y que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y social. Determinan la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar.

Los estilos de vida/hábitos de vida saludables tienen gran importancia en la promoción de la salud y en la prevención de la enfermedad mental en general, no solo en la depresión. Los hábitos de vida saludable pueden resumirse en los siguientes:

Consumir: una dieta equilibrada.

Tener: una higiene personal (incluida la higiene bucal) adecuada.

Tener: un patrón y una calidad de sueño óptimo.

Realizar: actividad física.

Evitar: hábitos tóxicos: no fumar ni consumir drogas, no tomar alcohol en exceso y evitarlo por completo en caso de tener antecedentes de alcoholismo.

Planificar: el día.

Mantener: siempre una actitud positiva.

Evitar: el estrés innecesario.

Aprender: más cosas de la depresión.

La persona con depresión pierde el interés por todo lo que lo rodea. Por ello, es muy importante que realice, poco a poco, actividades que sean placenteras. Al comienzo será muy difícil, ya que no tiene interés, pero con apoyo y compañía será más sencillo. Realizar actividad física, la que le guste. Está comprobado que el ejercicio físico libera endorfinas y estas mejoran el estado de ánimo.

La Adicción

La adicción es esencialmente lo contrario de los **hábitos saludables**. El comportamiento adictivo despoja paulatinamente a la persona de la capacidad para funcionar con normalidad en todas o casi todas las áreas de su vida. En ocasiones, la persona que sufre una adicción es capaz de mantener la apariencia de que todo va bien en una o dos áreas significativas de la vida. Pero a medida que avanza la adicción, cada vez es más difícil mantener la imagen positiva que impida que los demás perciban la **destrucción** que genera el consumo. De esta manera, se dificulta el **cómo superar la adicción**. Cuando una persona se encuentra en esta situación, puede parecer que no hay salida. Las cosas empeoran cada vez más, aun cuando existen buenas intenciones. Uno de los principios con los que trabajamos en es que no importa lo mal que se hayan puesto las cosas, siempre hay una salida. Existe la posibilidad de tener una vida mejor. Antes de nada, debes mantener el compromiso con las sesiones terapéuticas. En ocasiones las personas con el problema de la adicción, tras algunos meses de abstinencia se ven mejor y deciden terminar el proceso terapéutico de manera unilateral. La adicción es una enfermedad compleja que requiere un tratamiento integral y profundo que permita a la persona recuperarse en su totalidad.

Para que ese proceso tenga éxito, es necesario que la persona que sufre de una adicción realice una serie de **cambios** en su estilo vida diaria e introduzca hábitos de vida saludables

Algunos ejemplos de esos hábitos de vida saludables que beneficiarán ese cambio de vida son: Coger distancia de situaciones y personas de consumo. Es imperativo alejarse de situaciones y estímulos que evoquen el consumo. La persona que sufre una adicción no es consciente de todos los estímulos a los que es vulnerable, principalmente los relacionados con situaciones anteriores de consumo. Es importante bloquear esos estímulos para generar una abstinencia.

Empezar a expresar sentimientos y emociones. Las personas que sufren una adicción llevan "ocultando" sus emociones gran parte de su vida. Esta situación ha generado en muchas ocasiones una sobrecarga emocional de la que había que escapar mediante el consumo de sustancias o conductas. Tanto es así que, normalmente a la pregunta, de ¿Cómo estás? suelen responder "Bien", "tirando" o "no me quejo». Cuando la realidad es bien distinta. Empezar a expresar lo que uno siente, a dar su opinión, es muy importante para evitar esa sobrecarga emocional. El objetivo es que la persona necesite escapar mediante el consumo.

No debes dejar de lado el crear una estructura en tu tiempo, es decir, una rutina. Es frecuente que cuando una persona deja de consumir, se encuentre con mucho tiempo libre. Este tiempo, anteriormente, era dedicado al consumo. Es normal no saber en qué ocupar ese tiempo. Crear una rutina que incluya tareas del hogar, actividades saludables y de descanso, proporciona estructura y orden para combatir los momentos en los que los sentimientos de estrés y las ganas de consumir aparezcan.

Realizar ejercicio regularmente y mantener una alimentación sana. Durante el tratamiento de la adicción, la persona se concentrará en gran medida en su bienestar emocional y mental con el hincapié en rutinas de ejercicio y alimentación saludable que permitan la liberación de endorfinas y sensación de felicidad y bienestar.

Tener un horario de sueño regular. Desarrollar un horario de sueño saludable es esencial para el bienestar mental y emocional. Es muy probable que, durante la adicción, el descanso fuera cediendo terreno en favor de momentos y situaciones de consumo

Fuente Bibliográfica:

Hábitos de vida - navarra.es

Hábitos saludables para combatir una adicción - EXII

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Televisor
- Diapositivas
- HDMI

Humanos

- Ciudadanos Etapa 2.
- Pedagoga Reeducativa
- Promotores

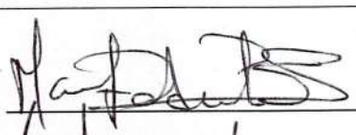
RESULTADOS:

Cualitativos:

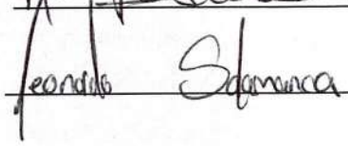
Se evidencia durante el momento formativo de los "hábitos saludables", buena interiorización por parte de los ciudadanos, toman conciencia del mal manejo de ingestión de alimentos, consumo de bebidas, manejo de las emociones que los llevan a no cuidar su aspecto físico y mental, olvidándose de la importancia de la práctica diaria de estos. Se prometen a ellos mismos continuar adquiriendo herramientas para mejorar cada día más, dándose la importancia que se merecen. Desde el punto de visión profesional, se evalúa buena participación, atención, y escucha activa, teniendo un encuentro formativo exitoso, y se logra el objetivo programado para el taller.

Cuantitativos
N.º total de participantes: 13
N.º total mujeres: 1
N.º total hombres: 11
N.º total población LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE:



FIRMA COORDINADOR:



NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Educación en hábitos Saludables
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: Desarrollo personal para la inclusión social
FECHA: 12/11/2024
Etapa 2.



ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Educacion en habitos saludables		4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora: 02:15 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					ANIBAL R HOYOS	
2	CC	79.497.924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jaime R.	
3	CC	1.000.937.725	Enrique Alejandro Penagos	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
4	CC	52.238.443	Miriam Mirella Avila Barrero	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
5	CC	1053773593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
6	CC	10.558.636	Nestor Raul Fory Herrera	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
7	CC	1.010.222.866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
8	CC	1057579657	Julian Arley Jimenez Correa	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
9	CC	1033727329	Juber Fabian Parra Vasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
10	CC	19298733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
11	CC	16.470.819	José Ramón Vallecilla Mesa	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
12	CC	79.915.404	John Jairo Garzon Vanegas	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
13	CC	1012392346	Cristian Fernando Perez Caicedo	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					CRISTIAN P.	

13. Nombre del responsable: Maria Fernanda Acosta 14. Cargo o rol del responsable: Pedagogia Reeducativa 15. Firma del responsable de la actividad: [illegible]

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 12/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 2:15 pm. **FINAL**: 4:00 pm
ÁREA: Pedagogía Reeducativa	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Maira Alejandra Bohórquez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconstruyendo mis redes de apoyo.
Etapa 4

OBJETIVO GENERAL:

- Conocer las diferentes necesidades de los y las ciudadanas a través del restablecimiento de redes, contribuyendo a su redignificación y aportando a su autonomía y autoestima.
-

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reconocer y valorar su identidad y experiencia.
- Desarrollar habilidades para la autonomía y toma de decisiones.
- Promover la reintegración social y comunitaria.

METODOLOGÍA:

Para la realización de esta actividad se tendrá en cuenta el marco de la línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social, utilizando la metodología de aprendizaje experiencial, la cual le permite a los ciudadanos utilizar sus experiencias prácticas para fomentar la reflexión y el crecimiento personal. Para tener buen éxito con la actividad educativa, será necesario tener en cuenta ambientes favorables que permitan la concentración de los ciudadanos.

Adecuación del espacio: Para obtener un ambiente confortable y tranquilo se acondicionará el espacio de la cancha de baloncesto.

Primer, momento: Se dará inicio al encuentro con la actividad rompehielos "mi red", la cual les permitirá tener una conexión grupal, se utilizarán: papeles de colores, revistas, pegamento, marcadores y música. Se dividirán los participantes en grupos de 4 personas, luego se darán las respectivas orientaciones, explicándoles sobre la creación de un frizo , cada uno va a crear una pieza individual que represente su red, la cual pueden representar con un símbolo, una palabra, una imagen, luego lo combinarán con el del compañero, creando así un frizo grupal, se realizará la exposición de lo trabajado en grupo explicando su significado.

Segundo momento:

Se dará continuidad al encuentro desde el enfoque educativo de la pedagogía transformadora de la liberación, la cual busca de restaurar y fortalecer las redes de apoyo, de las personas ex-habitantes de calle con problemáticas de consumo de SPA, marginados y excluidos de la sociedad, teniendo como principio la justicia social y la solidaridad, usando la praxis de la acción reflexiva y critica que busca transformar la realidad de cada ciudadano.

Tercer momento:

Se dejará espacio para compartir lo interiorizado por cada uno de los ciudadanos presentes en el encuentro, los cuales deberían haber adquirido el conocimiento sobre cómo se restaura o se reconstruye una red de apoyo siendo promotores de una cultura de respeto, solidaridad como bienestar de todos.

TEMAS

¿Cómo es una red de apoyo?

Tener una red de apoyo fuerte no significa que dependas de otros para que te apoyen en *todos* los aspectos de tu vida. De hecho, se ha demostrado que ese enfoque tiene un impacto negativo en el bienestar. Crear una red de apoyo tampoco significa acumular cientos de contactos en las redes sociales o en organizaciones profesionales. Más bien, las mejores redes de apoyo surgen cuando uno está conectado con otras personas de manera que se abren las puertas a relaciones significativas, a recibir ayuda en momentos críticos y a sentirse valorada en lo que es y en lo que aporta.

¿CUÁN GRANDE DEBE SER MI RED DE APOYO?

Cuando estás conectada con muchas personas diferentes, aumenta la probabilidad de que tengas más contacto social y acceso a más apoyo. Sin embargo, esto debe equilibrarse con la realidad de que hay tipos de ayuda que sólo provienen de relaciones que tienen profundidad, seguridad y compromiso. Esfuérzate por ampliar tu círculo de conexión, y refuerza tu conexión con los que consideras tu "círculo íntimo".

¿QUÉ TIPO DE APOYO DEBERÍA BUSCAR?

La respuesta a esta pregunta depende de tus circunstancias y metas personales. Pero aquí hay algunas formas comunes de apoyo que las sobrevivientes han señalado como las más importantes para rodearse de ellas:

Alguien que me escuche.
Alguien que me ayude cuando esté en crisis.
Alguien que entienda por lo que estoy pasando.
Alguien con quien me guste estar.
Alguien que sepa ser honesto y directo conmigo sin atacarme emocionalmente.
Alguien con quien pueda sentirme segura y vulnerable y que no se aproveche de mí.
Alguien a quien pueda, a su vez, apoyar y cuya vida puedo enriquecer, incluso cuando estoy afrontando mis propios desafíos.
Alguien en quien puedo confiar.
El apoyo puede tener diferentes manifestaciones. Por ejemplo, si pierdes tu teléfono, puede que tengas un amigo que inicialmente te señale que tu teléfono ha desaparecido. O puedes tener un compañero de trabajo que te ofrezca el uso de su teléfono mientras buscas dónde has extraviado el tuyo. En este caso, incluso puede ser un desconocido quien encuentre tu teléfono y lo mantenga seguro hasta que puedas recuperarlo. Por último, puede que sólo necesites que un miembro de la familia te escuche mientras cuentas la estresante experiencia y lo agradecida que estás por la ayuda recibida. En este ejemplo, hubo apoyos tangibles que te proporcionaron, así como interacciones significativas que tuviste mientras recibías ayuda. Todas estas formas de apoyo son valiosas.Ahora piensa en el apoyo relacionado con la sanación de tu trauma pasado. Puede haber personas que nos ofrezcan un apoyo tangible, como información de calidad o un estímulo emocional cuando necesitemos a alguien que nos acompañe. Hay otras personas a las que nos sentimos seguros de poder llamar en caso de necesidad. Aunque rara vez recurramos a ellos, el simple hecho de saber que están ahí y que responderán positivamente puede suponer una gran diferencia.Las **redes de apoyo social** son: "el conjunto de relaciones que integran a una persona con su entorno social, o con personas con las que establecen vínculos solidarios y de comunicación para resolver necesidades específicas. Las redes pueden reducirse o extenderse proporcionalmente al bienestar material, físico o emocional de sus integrantes, y al involucramiento y la participación activa en el fortalecimiento de las sociedades. Están en constante movimiento y las integran personas (cualquier número a partir de dos) que comparten intereses, principios ciudadanos y que asumen principios de reciprocidad, no violencia y acción voluntaria".

Entre los tipos de apoyos que brindan las redes podemos encontrar los siguientes:

Emocionales: afectos, confianza, compañía, empatía, reconocimiento, escucha. Pueden ser a través de visitas, llamadas telefónicas, invitaciones, abrazos, etc.
Instrumentales. Ayuda para transportarse, labores del hogar, hacer las compras, el cuidado o acompañamiento.
Cognitivos. Intercambio de experiencias, información, consejos que permitan entender o recordar una situación, etc.
Materiales. Dinero, alojamiento, comida, ropa, donaciones, etc.
Fuente de consulta:
https://www.redalyc.org/journal/1390/139063846004/html/
https://saprea.org/es/sana/enfoque/red-de-apoyo/

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Papeles de colores
- Parlante
- Pegamento
- Música
- Tijeras
- Marcadores

Humanos

- Ciudadanos
- Pedagoga Reeducativa
- Promotor

RESULTADOS:

Cualitativos:

En el taller realizado con los ciudadanos, se evidenció buena participación, pues, la temática presentada por la pedagoga reeducativa, relacionada con la reconstrucción de redes, permitió tomar conciencia en cada uno de los participantes sobre la construcción de desde las diferentes permisividades cotidianas, ya sea del grupos de pares, parejas afectivas, ambiente laboral, y su misma persona desde el momento que continua alimentando su problemática de consumo.

Cuantitativos

N.º total de participantes: 18
N.º total mujeres: 0
N.º total hombres: 18
N.º total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: Maira Alejandra Bohórquez Duvara

FIRMA COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconstruyendo mis redes de apoyo.
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: Desarrollo personal para la inclusión social.
FECHA: 12/11/2024
Etapa 4





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Reconstruyendo mis redes de apoyo		4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora: 02:15 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	93.435.556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79.723.704	Luis Eduardo Martinez De Verano	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	16.217.898	Jairo Ayala Tamayo	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						No firma por discapacidad
4	CC	80.799.628	Dario Arturo Valencia Holguin	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79.910.305	Luis Antonio Valdez Rodriguez	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80.489.044	Elkin Cesar Sarmiento Ospina	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	6.774.497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79.119.184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1026597144	Oscar Fabian Duque Lopez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1.019.059.702	Carlos Andres Villanueva Ordoñez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	71.185.511	José Roa Larrota	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1015403899	Carlos Yesid Murillo González	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79401354	Luis Eduardo Peña Romero	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79221377	Carlos Orlando Pardo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	79.558.912	Jose Ismael Cañon Salazar	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79.995.601	Yair Diaz Gamboa	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	19.499.773	Wilson Camargo Garcia	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	79.415.338	Diego Fernando Nieto	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Maira Alejandra Bohórquez 14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 12/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 02:15 pm **FINAL**: 04:00 pm
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sandra Milena Hernández Correa

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Preparándome para mi Inclusión Social - PAI **Etapa 5B**

OBJETIVO GENERAL:

Preparar a los ciudadanos y ciudadanas de etapa 5 en la fase final de su proceso de deshabituación del consumo de SPA para su futura inclusión social, por medio de un ejercicio práctico que les facilite una autoevaluación y así determinar las áreas y acciones a fortalecer, desarrollar y gestionar en su proyecto de vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Explicar el método SMART para el planteamiento de metas (corto, mediano y largo plazo).
- Facilitar una herramienta que permita a los ciudadanos escribir e identificar visualmente las acciones que deben estar listas al momento de su egreso e inclusión social.
- Sensibilizar a los ciudadanos sobre la importancia de evaluar sus avances y dificultades durante su proceso en comunidad.

METODOLOGÍA:

Con el fin de dar respuesta a la línea de atención 2: Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades, se llevará a cabo la explicación a los ciudadanos sobre el planteamiento de objetivos y su importancia, por medio de la estrategia socio educativa que permita en ellos el fortalecimiento de habilidades para desenvolverse en diferentes contextos al momento de su inclusión social.

Adecuación del espacio: Se dispondrá del ambiente del polifuncional para la proyección de un video corto y didáctico donde se explicará el método SMART para el planteamiento de objetivos y luego un corto de Mafalda donde se sensibilizará la importancia de tener metas y un proyecto de vida, siendo necesario la dotación del espacio con sillas, mesa, computador y televisor. Adicionalmente, se hará la convocatoria de los ciudadanos y ciudadanas para que participen de la actividad programada.

Primer momento: Se hará una presentación general al grupo de ciudadanos y ciudadanas que se encuentren presentes, donde se explicará el objetivo del taller y donde se realizarán preguntas introductorias al tema, para romper el hielo y promover el interés en la temática a trabajar.

Segundo momento: Se realizará la socialización de las diferentes áreas de desarrollo personal y socio ocupacional necesarias para la inclusión social, llevando a los ciudadanos a procesos de introspección. Posteriormente, se realizarán grupos de trabajo donde los ciudadanos deberán plasmar por escrito que cosas necesitan trabajar, fortalecer para su futuro egreso y garantizar una exitosa inclusión social. Así mismo se realizarán parejas para que socialicen sus objetivos plasmados.

Tercer momento: Se dará un espacio de conclusiones, opiniones y reflexiones para que los ciudadanos socialicen lo aprendido y despejen las dudas frente a cómo aplicar las estrategias explicadas sobre el método SMART y las acciones a tener listas.

TEMAS:

1. **Método SMART para el planteamiento de objetivos:**

El significado de SMART en inglés es inteligente, pero cuando hablamos de gestión de proyectos nos referimos también al acrónimo en inglés que te ayuda a establecer objetivos realistas, definidos y alcanzables. Estas siglas aparecieron por primera vez en 1981 cuando el autor George T. Doran las definió por primera vez. SMART significa lo siguiente:

Específico (Specific)

Medible (Measurable)

Alcanzable (Achievable)

Realista (Realistic)

De duración limitada (Time-bound)

El método SMART es un atajo para establecer objetivos claros, inteligentes y relevantes porque incluye todos los ingredientes necesarios para el éxito.

Los objetivos SMART son útiles para:

- Definir, ejecutar, seguir y terminar un proyecto.
- Analizar el desempeño de los esfuerzos.
- Crear métricas y metas concretas.
- Aumentar la probabilidad de éxito y el sentido de logro.

Ventajas

Claridad y enfoque: al ser específicos ayudan a definir con precisión qué se quiere lograr, lo que brinda un mayor enfoque y claridad a los esfuerzos de la empresa o individuo.

Medición y seguimiento: al ser medibles permiten cuantificar el progreso hacia su logro, lo que facilita el seguimiento y la evaluación de su éxito.

Realismo: la característica de ser alcanzables asegura que los objetivos sean realistas y factibles de alcanzar, evitando establecer metas poco realistas que puedan generar frustración o desmotivación.

Relevancia: al estar alineados con los valores y objetivos más amplios de la empresa o individuo, los objetivos SMART son intrínsecamente relevantes, lo que aumenta la probabilidad de su cumplimiento y su impacto en el éxito general.

Definición de plazos: la inclusión de un marco temporal definido ayuda a establecer un sentido de urgencia y prioridad, lo que impulsa a la acción y evita la procrastinación.

Los objetivos SMART se pueden aplicar a cualquier área de la vida, como el ámbito personal, profesional, académico o de desarrollo personal.

Al crear objetivos que cumplan con estas características, se obtienen objetivos inteligentes, que aportan una idea clara de qué queremos conseguir, cómo se medirá el éxito de nuestros esfuerzos por conseguirlo (es decir, qué se considera aceptable y qué no lo es) y en cuánto tiempo debemos conseguirlos.

Fuentes de Consultas:

https://asana.com/es/resources/smart-goals

https://www.sneakerlost.es/blog/fijar-objetivos-smart-de-una-empresa

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Computador
- Video beam
- Hojas
- Lápices
- Cable HDMI

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

RESULTADOS:

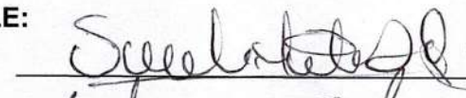
Cualitativos:

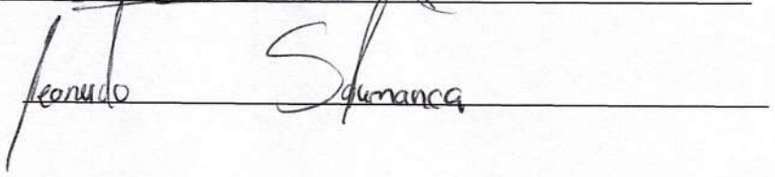
Se logró el cumplimiento del objetivo propuesto, ya que los ciudadanos lograron centrar su atención en la explicación del planteamiento de objetivos SMART necesario para aterrizar sus proyectos de vida con el establecimiento de metas a corto, mediano, largo plazo, siendo estos objetivos específicos, medibles, alcanzables y relevantes. Sin embargo, si se hizo evidente que los ciudadanos y ciudadanas aún necesitan procesos de retroalimentación, refuerzo y fortalecimiento de las diferentes dimensiones de desarrollo personal, ya que algunos de los ciudadanos aún fluctúan con relación a su propósito y metas de proyecto de vida.

Con relación a lo anterior, el ejercicio práctico, direccionado y aterrizado a la realidad, además de la socialización facilitó que los ciudadanos que presentaron dudas pudieran establecer nuevas metas alcanzables y medibles en sus componentes: emocional, laboral, social, familiar.

Cuantitativos:

N.º total de participantes: 13
N.º total mujeres: 1
N.º total hombres: 11
N.º total población LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Preparándome para mi Inclusión Social - PAI
Línea de Atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
FECHA: 12/11/2024
Etapa 5B





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Preparandome para mi inclusion social- PAI		4. Fecha:	12/11/2024	5. Hora: 02:15 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79157197	Luis Francisco Garzón Jiménez	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80.362.292	Henry Escallón Cortes	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	10.083.748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1.026.580.493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1069925108	Cristian David Cuevas Velásquez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	19.498.355	Rigoberto Tabares Andrade	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	34.534.094	Maria Amparo Galindez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	80798474	Janner Hernan Madrigales Ramirez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	16600499	Jorge Elias Bobadilla Zapata	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1.106.482.680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	945330	Aristides Rojas Beleño	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hilera Hernández 14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida la Victoria	**FECHA:** 13/11/2024	**HORA:** **INICIO:** 08:30 a.m. **FINAL:** 10:00 a.m.
ÁREA: Promotora Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Anyela Gisela Leal

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Hábitos de vida saludables
Línea de Atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:
Promover y facilitar dentro de la población, la adquisición de estilos de vida saludables para reducir los comportamientos de riesgo y generar repercusiones en sus estados de salud a nivel físico y mental, que se evidencien en buenos estados de ánimo, reducción de estrés y ansiedad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Establecer rutinas y hábitos para su cuidado personal a nivel físico, intelectual, emocional y social
- Fomentar la autonomía necesaria para llevar su vida de manera más saludable.
- Aprender a detectar hábitos positivos y negativos para la salud
- Proporcionar herramientas y estrategias para adoptar hábitos saludables

METODOLOGÍA:
Esta actividad se desarrollará por medio de la metodología psicoeducativa y lúdica, con el fin de fomentarla participación activa de los participantes, proporcionado información, educación y actividades lúdicas.
Adecuación: Se realizará la invitación a los ciudadanos y ciudadanas a ser partícipes de la actividad con el fin de llevar a cabo el taller desdé un encuentro comunitario que incentive a la unión.
Primer momento: Se dará inicio en el auditorio a esta actividad, dando a conocer el tema y contenido a tratar durante la actividad, pidiendo participantes su colaboración leyendo y que compartan sus opiniones.
Segundo Momento: Se dará inicio a la presentación donde cada uno de los ciudadanos y ciudadanas lee e identifican los hábitos de vida saludable y no saludables, los factores que influyen en la adaptación de estos hábitos para su salud mental, física y emocional.
Tercer momento: Se realiza un debate de opiniones sobre como incorporar estos hábitos de vida saludable en su diario vivir y dentro de la comunidad, donde se plantea metas y objetivos para mejorar estos mismos.
Cuarto momento: Para finalizar se realizará una actividad rompe hielo donde los ciudadanos y ciudadanos se integran para resolver y superar algunos desafíos.

TEMAS

¿Que son los hábitos de vida saludables?
Llamamos hábitos saludables a todas aquellas conductas que tenemos asumidas como propias en nuestra vida cotidiana y que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y social. Determinan la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar
Los estilos de hábitos de vida saludables tienen gran importancia en la promoción de la salud y en la prevención de la enfermedad mental en general, no solo en la depresión.
Los hábitos de vida saludable pueden resumirse en los siguientes:

Consumir una dieta equilibrada.
Comer bien importa y mucho, no se trata de solo consumir lechugas sino de llevar una alimentación nutritiva y balanceada. Asegúrate de incluir proteínas, grasas, vegetales, frutas, cereales y leguminosas en tu dieta, la diversidad es clave. Reduce el consumo de alimentos altos en azúcares, grasas saturadas y sodio.

Tener una higiene personal adecuada
Se trata de mantener el cuerpo limpio y sano. Una buena higiene personal puede hacer que seas menos propenso a las enfermedades. La falta de estas medidas de higiene puede provocar algunos padecimientos como la sarna, la micosis, la influenza enfermedades diarreicas, caries dental, entre otras.
Por eso debes:

- Lavarte las manos con agua y jabón antes de comer y de preparar alimentos y después de ir al baño
- Bañarte diariamente
- Lavarte los dientes
- Mantener cortas y limpias tus uñas

Tener un patrón y una calidad de sueño óptimo
Tener una buena higiene del sueño te ayuda a reducir el riesgo de padecer diabetes, enfermedades cardiovasculares, hipertensión y depresión. También mejora tu concentración y memoria, baja los niveles de estrés e irritabilidad, y hasta te ayuda a mantener un peso saludable. Trata de mantener un horario fijo para dormir y despertar

Realizar actividad física

Haz ejercicio, no necesitas inscribirte al siguiente maratón, pero sí mover el cuerpo unos minutos al día. Y es que tan solo 10 minutos de ejercicio al día son suficientes para reducir 18% el riesgo de muerte por cualquier causa. Además, te ayuda a liberar endorfinas, disminuir el riesgo de desarrollar enfermedades y fortalecer los pulmones y corazón.

Evitar hábitos tóxicos:

no fumar ni consumir drogas, no tomar alcohol en exceso y evitarlo por completo en caso de tener antecedentes.

Evitar el estrés innecesario

Como el estrés constante y prolongado tiene consecuencias negativas en la salud, es importante aprender a lidiar sanamente con él. Algunos hábitos de esta lista te ayudan a lograrlo (como hacer ejercicio y dormir bien) pero también te sugerimos tomar pausas durante el día, salir a caminar y escuchar música.

Socializa. Tener una buena relación con otras personas ayuda a mejorar tu estado de ánimo, ser más feliz y evitar sentimientos de soledad

Medita y haz ejercicios de respiración. La meditación constante ayuda a reducir la ansiedad, la depresión y el dolor físico.

¡Otros hábitos pueden ser!

- **Dedícales tiempo a tus hobbies:** Apartar tiempo del día para hacer lo que más te gusta te ayudará a mejorar tu estado de ánimo y relajarte. Recuerda que mantener un buen balance entre tu vida personal y laboral es clave para reducir los niveles de estrés. ¡Así que disfruta tu tiempo libre con algo que te haga feliz!
- **Habla con tu dr/a. de cabecera:** No necesitas estar enfermo o sentirte mal para hablar con tu doctor/a. Recibir atención y seguimiento médico es clave para mantenerte saludable, mejorar hábitos y prevenir enfermedades
- **Hidrátate durante el día:** La hidratación es muy importante porque esto ayuda a regular la temperatura del cuerpo, mantener las extremidades lubricadas, llevarle nutrientes a las células y que tus órganos funcionen mejor.

Higiene ambiental y de la comunidad

Los espacios públicos, lugares de trabajo y los sitios donde se desarrollan la mayor parte de las actividades, deben reunir las condiciones mínimas de higiene ambiental para mejorar los niveles de salud, evitar contagios y proteger a las personas que pueden ser más vulnerables, y así, ganar en calidad de vida tanto a nivel personal como en la comunidad.

- Cuida el agua, es necesaria para tu vida diaria. NO la desperdicies
- Clasifica la basura en desechos orgánicos e inorgánicos
- Cuida los árboles
- Evita los incendios forestales
- No tires basura en la calle o en ríos y lagunas
- Mantén limpio tu entorno

Higiene de la vivienda

Al mantener tu casa limpia y ordenada evitarás que los microbios, virus y bacterias lleguen a tu familia y enfermen, algunas medidas que puedes realizar son:

- Barre todos los días
- Sacude y tiende las camas
- Si tienes animales de granja, deben estar en su corral en el patio
- Baña a tus mascotas
- Conserva limpios y ordenados patios, jardines y azoteas

Si todos los días pones en práctica estas medidas de limpieza, con el transcurso del tiempo se harán un hábito y tener buenos hábitos de higiene, te ayudará a mejorar tu salud física y mental. ¡Cuida de ti mismo!

VAMOS A JUGAR .....

Fuente de Consulta:

https://www.marca.com/co/2023/12/19/65819377ca47413b288b4590.html
https://wordwall.net/es-ar/community/juegos-de-habitos-saludables

RECURSOS:

Físicos:

- Televisor
- Computador
- Sillas
- Listado de asistencia

Humanos:

- Ciudadanos
- Promotores

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante la actividad se logra evidenciar interés y participación de los y las ciudadanas, demostrando motivación y deseo por vincularse activamente en el espacio. Dicho encuentro comunitario incentivó a la reflexión desde el marco del respeto y el amor propio teniendo en cuenta la conciencia sobre lo importante de adquirir estas prácticas. permitió un encuentro de conexión consigo mismo y sus compañeros. Adicionalmente, desde este ejercicio se pretendió apuntar al fortalecimiento de sus habilidades, destrezas y capacidades desde la comunicación, la escucha y el reconocimiento de su valor personal los cuales favorecen a sus procesos de socialización y orientados a una sana convivencia.

Cuantitativos:

N° total de participantes: 50
N° total mujeres: 3
N° total hombres: 47
N° total población LGBTI: 2

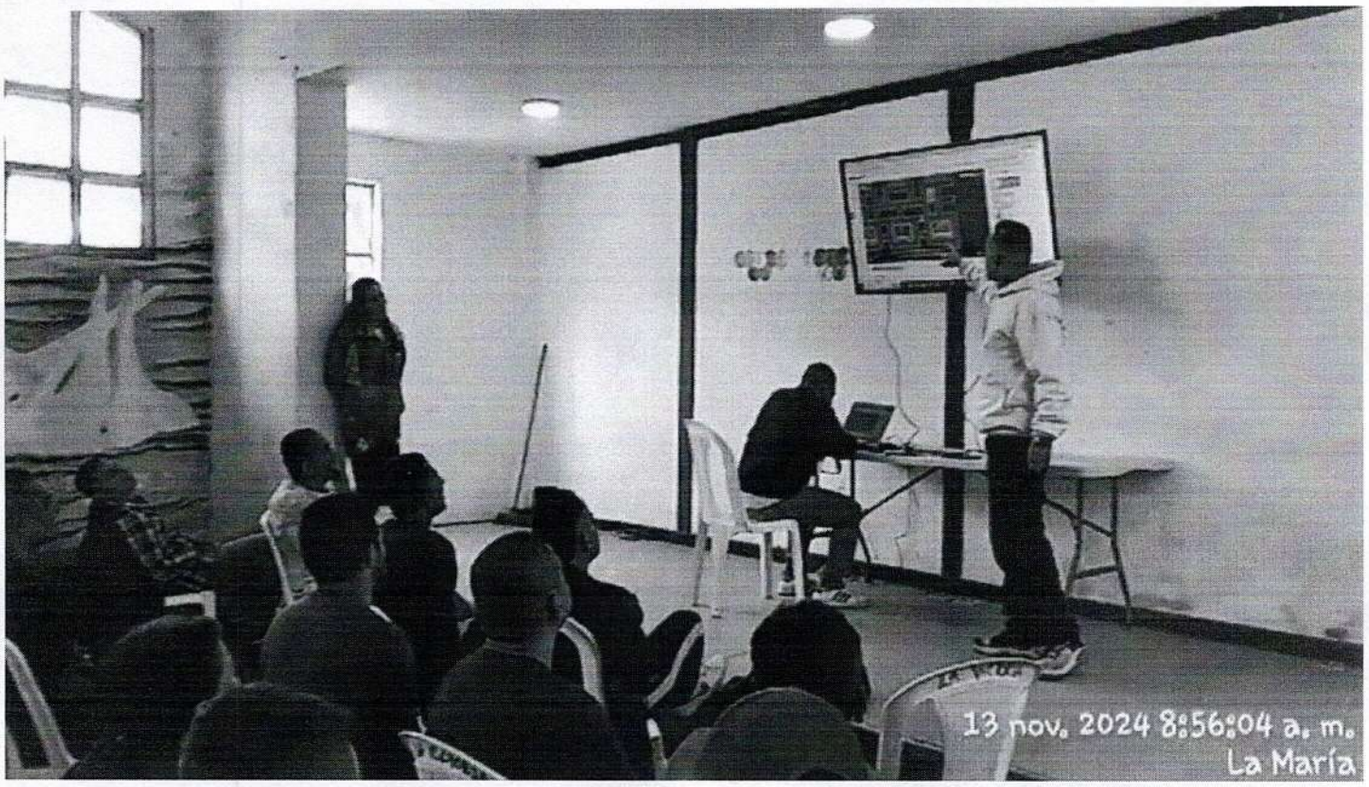
FIRMA DEL RESPONSABLE: Angela Leal

FIRMA COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
NOMBRE ACTIVIDAD: Hábitos de vida saludables
Línea de Atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social
Fecha: 13/11/2024
Actividad transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Hábitos de vida saludable		4. Fecha:	13/11/2024	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	19.298.733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	79.823.503	Adrian Guerrero Tafur	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	10.558.636	Nestor Raul Fory Herrera	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
29	CC	71.185.511	José Roa Larrota	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	79.119.184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	1.019.025.772	David Andres Bernal	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
32	CC	80.489.044	Elkin Cesar Sarmiento Ospina	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
33	CC	19.498.355	Rigoberto Tabares Andrade	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
34	CC	80.743.922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
35	CC	93.356.645	Gonzalo Prieto Peñuela	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
36	CC	16217898	Jairo Ayala Tamayo	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						No firma por discapacidad
37	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
38	CC	102078505	Yesid Rodriguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
39	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
40	CC	78.077.231	Jesus David Diaz	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
41	CC	15907257	Juan Manuel Bravo Giraldo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
42	CC	1057579657	Julian Arley Jimenez Correa	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
43	CC	1.069.925.108	Cristian David Cuevas Velásquez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
44	CC	79.558.912	Jose Ismael Cañon Salazar	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
45	CC	80036097	Andres Bernardo Tamayo Vargas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
46	CC	10.559.598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
47	CC	79.415.338	Diego Fernando Nieto	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
48	CC	16600499	Jorge Elias Bobadilla Zapata	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
49	CC	11230612	Sixto Elias León Mendez	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
50	CC	79221377	Carlos Orlando Pardo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angela Leal

14. Cargo o rol del responsable: Promotora Social

15. Firma del responsable de la actividad: Angela Leal

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Hábitos de vida saludable		4. Fecha:	13/11/2024	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79.387.235	Danilo Fernando Rios Chisco	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80.030.038	William Enrique Pedraza Ramirez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	19.432.215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80.026.704	Andres Ricardo Suarez Rios	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79.768.376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	16.470.819	José Ramón Vallecilla Mesa	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	32.765.219	Elizabeth Yamile Rico Montoya	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79.827.457	Felix Antonio Sierra Vargas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79.814.274	Yiovanny Gallego Mejia	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79.995.601	Yair Diaz Gamboa	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	80741956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1003238457	Ivan de Jesus Bolaño de la Hoz	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79.497.924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1.024.516.772	Carlos Aníbal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1016041949	Braian David Castellanos Monroy	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	34534094	Maria Amparo Galindez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	945.330	Aristides Rojas Beleño	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79.523.151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79259090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	79.612.622	Fredy Wilson Delgado Ulloa	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	79.825.683	Miguel Angel Beltran	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	80094979	Nelson Gutierrez Casas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	15987473	Jose Arley Rincon	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	80799628	Dario Arturo Valencia Holguin	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angela Leal

14. Cargo o rol del responsable: Auxiliar Social

15. Firma del responsable de la actividad: Angela Leal

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 13/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 10:30 AM **FINAL**: 12:00 PM
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Lorena Araque

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Política pública para el fenómeno de habitabilidad en calle
Actividad Transversal

OBJETIVO GENERAL:

- Generar espacios de interacción y reconocimiento con los y las ciudadanas de la comunidad de vida enfocados en el reconocimiento de la política pública del fenómeno de habitabilidad en calle, con el fin de identificar el proyecto 7948 denominado "Desarrollo del abordaje integral del fenómeno de habitabilidad en calle para contribuir a la reducción de las formas extremas de exclusión en Bogotá D.C", liderado por la Secretaria Distrital de Integración Social (SDIS) para el servicio de atención de comunidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Dar a conocer generalidades de la Política Pública Distrital para el fenómeno de habitabilidad en calle y el Proyecto 7948.
- Reconocer los tiempos de permanencia en comunidades de vida y las etapas.
- Socializar nuevos servicios ofertados por la SDIS para la población habitante de calle, mujeres, alto riesgo de estarlo y alta dependencia.

METODOLOGIA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, en la cual se utilizará la metodología socioeducativa, en donde se buscará tener una participación activa que permita generar un espacio de aprendizaje,

Adecuación: Se organizará el espacio, para dar inicio, teniendo en cuenta elementos y materiales; así mismo, se realizará la convocatoria de los ciudadanos que formarán parte de la actividad.

Primer Momento: Se realizará saludo y espacio de socialización sobre el tema que se abordará el cual se denomina: "Política pública y orígenes en Colombia habitabilidad en calle" con el objetivo de propiciar espacios dialógicos e interpretativos con los y las ciudadanas enfocado al reconocimiento de la política pública del fenómeno de habitabilidad en calle y socialización de las etapas del proceso de desarrollo personal (anexo técnico), con el fin de enfatizar en los cambios y reingeniería del proyecto 7948 denominado "Desarrollo del abordaje integral del fenómeno de habitabilidad en calle para contribuir a la reducción de las formas extremas de exclusión en Bogotá D.C", liderado por la Secretaria Distrital de Integración Social (SDIS) para el servicio de atención de comunidad de vida.

Segundo Momento: De dará inicio a la socialización de una presentación sobre los temas anteriormente mencionados.

Tercer Momento: Se expondrá conceptos relacionados a: Diferencia entre habitante de calle y habitante en calle, los 6 componentes y líneas de atención, modalidades y servicios que ofrece y la entidad que trabaja con la población habitante de calle (Secretaría de integración social), proyecto 7948 y las 5 etapas establecidas en el nuevo anexo técnico.

Cuarto Momento: Se habilitará espacio para dar respuesta a las preguntas suscitadas durante el taller y las reflexiones frente al mismo.

TEMAS:

Política Pública Distrital para el Fenómeno de Habitabilidad en Calle-2022-2031

Se rige del decreto 560 de 2015:

Orientada a la promoción, protección, restablecimiento, garantía y realización de los derechos de las Ciudadanas y los Ciudadanos Habitantes de Calle del Distrito Capital.

Que el Artículo 28 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, señala que "Toda persona tiene derecho a que se establezca un orden social e internacional en el que los Derechos y libertades proclamados en esta Declaración se hagan plenamente efectivos".

Que mediante la Ley 12 del 22 de enero de 1991, se aprueba la Convención Internacional de los Derechos del Niño, adoptada por la Asamblea General de la Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1989, en cuyo preámbulo se seña la que los ciudadanos y las instituciones deben promover mediante la enseñanza y la educación, el respeto por los derechos y las libertades, con el fin de asegurar su reconocimiento y aplicación.

Que el 18 de diciembre de 1979 la Asamblea General de las Naciones Unidas, adoptó la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer, y señala en su artículo 1°., que la ["discriminación contra la mujer"] denotará toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo que tenga por objeto o por resultado menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio por la mujer, independientemente de su estado civil, sobre la base de la igualdad del hombre y la mujer, de los derechos humanos y las libertades fundamentales en las esferas política. Económica, social, cultural y civil o en cualquier otra esfera".

Que en ese sentido, en la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer, celebrada en Beijing en 1995, se estableció la Declaración y Plataforma de Acción Mundial como marco programático que insta a los Estados Partes a crear las condiciones necesarias para la potenciación del papel de la mujer en la sociedad y a eliminar los obstáculos que dificultan la participación activa de la mujer en todas las esferas de la vida pública y privada, como lineamiento que compromete la voluntad de los Estados, para el desarrollo de planes, políticas y programas, a fin de establecer medidas que permitan erradicar la discriminación y a tomar acciones positivas orientadas a alcanzar los objetivos de igualdad y equidad real entre mujeres y hombres.

Que la Constitución Política de Colombia de 1991, en su artículo 13 prevé que "El Estado promoverá las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva y adoptará medidas en favor de grupos discriminados o marginados (...). El Estado protegerá especialmente a aquellas personas que por su condición económica, física o mental se encuentran en circunstancias de debilidad manifiesta y sancionará los abusos o maltratos que contra ella se cometan".

Que el artículo 93 de la Constitución Política de Colombia, señala que los tratados y convenios internacionales ratificados por el Congreso, que reconocen los derechos humanos y que prohíben su limitación en los estados de excepción, prevalecen en el orden interno, asimismo, dispone que los derechos y deberes consagrados en esta Carta, se interpretarán de conformidad con los tratados internacionales sobre derechos humanos ratificados por Colombia.

Que la Ley 74 de 1968, mediante la cual se aprueban los "Pactos Internacionales de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, de Derechos Civiles y Políticos...", dispone en su artículo 3, que los Estados Partes "se comprometen a asegurar a los hombres y las mujeres igual título a gozar de todos los derechos económicos, sociales y culturales enunciados en el presente Pacto".

Que la Ley 1257 de 2008 "Por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres...", dispone en su artículo 1°., que la misma tiene como objetivo adoptar las "normas que permitan garantizar para todas las mujeres una vida libre de violencia, tanto en el ámbito público como en el privado, el ejercicio de los derechos reconocidos en el ordenamiento jurídico interno e internacional, el acceso a los procedimientos administrativos y judiciales para su protección y atención, y la adopción de las políticas públicas necesarias para su realización".

Que la Ley 1641 de 2013, por medio de la cual se establecen los lineamentos generales para la formulación de la política pública social para habitantes de la calle, señala que la misma está dirigida a garantizar, promocionar, proteger y restablecer los derechos de estas personas, con el propósito de lograr su atención integral, rehabilitación e inclusión social, y en este sentido, prevé que es de obligatorio cumplimiento para todas las instituciones del Estado colombiano. Igualmente, dispone que para la construcción e identificación del abordaje de la habitabilidad en calle, se requiere que las entidades territoriales adelanten un debate abierto y participativo con todos los sectores de la sociedad, para la adopción de esta política pública.

Que en concordancia con lo anterior, es oportuno señalar que la Corte Constitucional realizó en la Sentencia T - 043 de 2015, un análisis detallado sobre la atención integral a los habitantes de la calle, el derecho fundamental a la salud, el problema de la drogadicción y sobre la política pública a favor de esta población, referenciando entre otros argumento: "Pero una vida así ya no puede ser indiferente al Estado Colombiano. Es más, las condiciones de los habitantes de la calle resultan ser un buen rasero para evaluar la vigencia real de un Estado social y democrático de derecho, consagrado en el artículo 10 de la Constitución Política. Al igual que cualquier otro ser humano, el habitante de la calle cuenta con una trayectoria, con un pasado, tiene necesidades y sentimientos, así como una explosiva creatividad e ingenio por explotar. Entre ellos han desarrollado además formas de socialización, ocultas y alternas pero existentes".

En ese orden de ideas, la Corte Constitucional exhorta: "al Ministerio de Salud y a las demás autoridades responsables de la implementación y desarrollo de la Ley 1641 de 2013, para que culminen a la mayor brevedad posible el proceso de socialización y formulación de la política pública para los habitantes de la calle. La Procuraduría General de la Nación, por su parte, habrá de velar porque las entidades responsables cumplan con sus metas y cronogramas de operación".

Que el Acuerdo 366 de 2009, establece los lineamientos de la política pública para la atención, inclusión y mejoramiento de la calidad de vida del habitante de calle, de tal modo que concreta los compromisos de responsabilidad y corresponsabilidad de la ciudad, a fin de garantizar los derechos de esta población. Que mediante el Decreto Distrital 170 de 2007, se dictan disposiciones en relación con la ejecución del Plan de Atención Integral al Ciudadano (a) Habitante de Calle y se crea la Mesa Permanente del Plan de Atención Integral al Ciudadano (a) Habitante de Calle, con el propósito esencial de realizar la coordinación y seguimiento sobre la ejecución del mencionado Plan.

Que a través del Decreto 689 de 2011, se adoptó la "Guía para la formulación, implementación y evaluación de Políticas Públicas Distritales", como una herramienta para desarrollar el ciclo de las políticas públicas distritales y sectoriales. Que el Decreto 691 de 2011, "Por medio del cual se adopta la Política Pública de

Prevención y Atención del Consumo y la Prevención de la Vinculación a la Oferta de Sustancias Psicoactivas en Bogotá, D.C.", para el Decenio 2011 - 2021, prevé en su artículo 14 que para la implementación de dicha Política, se tendrá en cuenta entre otras premisas, "La reducción de riesgos y daños individuales, familiares, comunitarios y sociales como alternativa viable y exitosa para intervenir entornos de consumo" y "la desestigmatización del consumidor y el reconocimiento de derechos como elemento para la participación de los consumidores en la toma de decisiones sobre las acciones encaminadas hacia ellos".
Que mediante el Decreto 171 de 2013, se estandarizan las definiciones y se unifica el plazo para la formulación o ajuste de los Planes de Acción de las Políticas Públicas Poblacionales y de los Planes de Acción Integrales de Acciones Afirmativas de Bogotá, D.C.
PROYECTO 7948: Desarrollo del Abordaje Integral del Fenómeno de Habitabilidad en calle para contribuir a la reducción de las formas extremas de exclusión en Bogotá D.C.
Bogotá camina segura: Reducir formas extremas de exclusión, Reducir la pobreza, el hambre y promover la garantía de derechos, Aumentar la Inclusión y movilidad social.
-Plan de Desarrollo Distrital: Bogotá Camina Segura (2024 - 2027)
-Objetivo 2: Bogotá confía en su bien-estar
-Programa 9: Reducción de formas extremas de exclusión
-7948: Desarrollo del abordaje integral del fenómeno de habitabilidad en calle para contribuir a la reducción de las formas extremas de exclusión en Bogotá D.C
Meta Plan De Desarrollo: Vincular 3.400 personas habitantes de calle en servicios sociales de permanencia
Fuente de consulta:
https://minvivienda.gov.co/node/676#:~:text=%22Es%20un%20proceso%20integrador%20de,una%20situaci%C3%B3n%20definida%20como%20problem%C3%A1tica.
http://www.saludcapital.gov.co/Normas_Pobl_Vulnerable/Decreto_%20560%20de_2015.pdf
Secretaria Distrital de Integración social

RECURSOS:
Físicos
- Listado de asistencia
- Mesas
- Sillas
- Computador
- Tv

Humanos
- Ciudadanos / ciudadanas
- profesionales
- promotor

RESULTADOS:
Cualitativos:
Durante el espacio se evidencio y se resaltó la participación que tuvieron los y las ciudadanas, en relación al tema, en donde se especificaron cambios relacionados al Plan de desarrollo Distrital del nuevo Gobierno y la implementación del proyecto 7948 de la Secretaria Distrital de Integración Social (SDIS), además, se socializó el nuevo censo liderado por entidades públicas como el DANE, IDIPROM, entre otras para la población con el propósito de actualizar cifras en la ciudad de Bogotá, algo que garantizara el ejercicio de restablecimiento de derechos para las personas en condición de habitabilidad en calle. Asimismo, se dio a conocer las 5 etapas establecidas en el anexo técnico para comunidades de vida, duración y propósito de cada una de ellas, se dio a conocer nuevos servicios para la población como los espacios de alta dependencia y servicio de mujeres, lo cual aporta a la meta establecida.
Cuantitativos:
N.° total de participantes:43
N.° total mujeres: 2
N° total hombres: 40
N° total población LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE: Angie Arevalo.

FIRMA COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR: **Leonardo Salamanca**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Política pública para el fenómeno de habitabilidad en calle

Línea de Atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

Fecha: 13/11/2024.

Actividad Transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Politica Publica para el fenomeno de habilidad en calle		4. Fecha:	13/11/2024	5. Hora: 10:30 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79.315.415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Luis Neira	
2	CC	19.432.215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80026704	Andres Ricardo Suarez Rios	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80.741.956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80.030.038	William Enrique Pedraza Ramirez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	15907257	Juan Manuel Bravo Giraldo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	19.454.578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79.814.274	Yiovanny Gallego Mejia	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79.768.376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79995601	Yair Diaz Gamboa	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1.057.579.657	Julian Arley Jimenez Correa	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	34534094	Maria Amparo Galindez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79825683	Miguel Angel Beltran	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1069925108	Cristian David Cuevas Velásquez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	80296366	John Forigua Salinas	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	80.743.922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	79.497.924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	19.498.355	Rigoberto Tabares Andrade	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	1.019.025.772	David Andres Bernal	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79259090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	79558912	Jose Ismael Cañon Salazar	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	14233798	Victor Manuel Giraldo Mendez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	80094979	Nelson Gutierrez Casas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	16.470.819	José Ramón Vallecilla Mesa	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	102.078.505	Yesid Rodriguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Yesid	

13. Nombre del responsable: Anlie lorena Araque

14. Cargo o rol del responsable: Psicologa

15. Firma del responsable de la actividad: Anlie Araque.

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Politica Publica para el fenomeno de habilidad en calle		4. Fecha:	13/11/2024	5. Hora: 10.30 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	78.077.231	Jesus Diaz	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	19.298.733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
29	CC	32.765.219	Elizabeth Yamile Rico Montoya	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	80.799.628	Dario Arturo Valencia Holguin	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	15.987.473	Jose Arley Rincon	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
32	CC	10.558.636	Nestor Raul Fory Herrera	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
33	CC	80.036.097	Andres Bernardo Tamayo Vargas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
34	CC	80489044	Elkin Cesar Sarmiento Ospina	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
35	CC	1.053.773.593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
36	CC	71.185.511	José Roa Larrota	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
37	CC	1016041949	Braian David Castellanos Monroy	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
38	CC	16600499	Jorge Elias Bobadilla Zapata	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
39	CC	93356645	Gonzalo Prieto Peñuela	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
40	CC	80.204.833	Orlando Barreto Gallego	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
41	CC	79.823.503	Adrian Guerrero Tafur	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
42	CC	945.330	Aristides Rojas Beleño	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
43	CC	79.612.622	Fredy Wilson Delgado Ulloa	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angie Lorena Araq-e. 14. Cargo o rol del responsable: PSICOLOGA 15. Firma del responsable de la actividad: Angie Araque.

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 14/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 08:0 am **FINAL**: 10:00 am
ÁREA: Pedagogía Reeducativa	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Maira Alejandra Bohórquez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Confianza en si mismo.
Actividad Transversal

OBJETIVO GENERAL:

- Promover en los y las ciudadanas valores y principios por medio de ayuda teórica y audiovisual que sea de mayor comprensión, con el fin de aplicarlos en su vida cotidiana.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer la importancia de los valores en la vida cotidiana.
- Aceptar y valorar a uno mismo tal y como es, con sus virtudes y defectos.
- Reflexionar sobre como tener confianza influye en la toma de decisiones.

METODOLOGÍA:

Para la realización de este encuentro en el marco de la línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social, desde el ámbito socio-pedagógico y re-educativo se utilizará la metodología Lógico inductiva; favoreciendo la técnica de mesa redonda, con la intencionalidad de crear un espacio donde el ciudadano se sienta acogido y escuchado.

Adecuación del espacio: Se dispondrá del auditorio para la ejecución del encuentro con de sillas, en forma de cuadrado, con la idea de favorecer la libre expresión de los ciudadanos.

Primer momento: Se acogerán a los ciudadanos de manera calurosa dando la bienvenida al encuentro y se invitarán a acomodarse en el espacio adecuado. Se iniciará la actividad con una dinámica rompehielos llamada "HABLO Y DIGO LO QUE SIENTO" se dará una breve introducción donde se resaltará la importancia de la confianza y lo importante que es en el proceso de transformación en el que se encuentran los participantes teniendo como referencia su misma historia vivida y contada desde las diferentes experiencias.

Segundo momento:

Se dará inicio al tema central del encuentro titulado confió en mí, desde la visión pedagógica, en este contexto explicando el contenido; su importancia y lo que conlleva no creer en nuestras habilidades. Antes de pasar a la libre expresión se les pedirá respeto y escucha activa, así mismo, interiorizan la razón de la problemática personal de cada uno.

Finalizada la explicación del tema en curso, se continuará con la "mesa redonda" dando la posibilidad a los ciudadanos de expresar las situaciones vividas en familia.

Tercer momento:

Terminada la mesa redonda, La pedagoga Reeducativa encargada del encuentro, realizará un recorrido por todas las situaciones reportadas por parte de los ciudadanos frente a la temática, con la finalidad de conectar las historias vividas y lograr efectuar el abordaje pedagógico reeducativo, el cual va encaminado a ayudar la estimulación de la confianza en si mismo.

TEMAS:

¿Qué es la seguridad en uno mismo?

La seguridad o la confianza en ti mismo implica sentirte seguro de ti mismo y de tu talento, no de una forma arrogante, sino de una forma realista. Esta seguridad no significa sentirse superior a los demás. **Se trata de saber, internamente y con serenidad, que eres una persona capaz.**

La gente con confianza en sí misma:

- se siente más segura que insegura
- sabe que se puede fiar de sus talentos y habilidades para hacer frente a todo lo que pueda pasar
- se siente preparada para los desafíos de todos los dias, como un examen, una presentación o una competición
- piensa "yo puedo" en vez de "no puedo"

Por qué es tan importante la seguridad en uno mismo

La confianza en nosotros mismos nos ayuda a sentirnos preparados para hacer frente a las experiencias de la vida. Cuando estamos seguros de nosotros mismos, tendemos a acercarnos a la gente y a las oportunidades, no a alejarnos de ellas. Y, si las cosas no funcionan al principio, la seguridad en nosotros mismos nos ayuda a probarlo de nuevo.

Cuando una persona carece de seguridad en sí misma, ocurre justamente lo contrario. Es mucho menos probable que pruebe cosas nuevas y que trate de comunicarse con un desconocido. Si fracasa en algo la primera vez, es muy poco probable que lo vuelva a intentar. **Una falta de seguridad o de confianza en uno mismo puede impedir que una persona alcance su pleno potencial.**

Cree en ti mismo

¿Te ha dicho alguien que eres listo? ¿Divertido? ¿Amable? ¿Un artista? ¿Un buen estudiante? ¿Un buen escritor? ¿Todo un atleta?

Cuando la gente nos elogia o reconoce nuestro talento, incrementa nuestra seguridad en nosotros mismos, siempre y cuando creamos sus palabras. Si dudaras o pusieras en duda las cosas buenas que la gente dice sobre ti, eso sería lo contario de la seguridad en uno mismo.

Para sentirte realmente seguro de ti mismo, necesitas creer de verdad que eres capaz. La mejor forma de desarrollar esta creencia consiste en utilizar tus talentos y habilidades mediante el aprendizaje y la práctica.

La confianza en nosotros mismos nos ayuda a avanzar hacia el descubrimiento y el desarrollo de nuestras capacidades. Cuando vemos de qué somos capaces y nos enorgullecemos de nuestros logros, nuestra confianza se hace más fuerte.

Cómo ganar seguridad en ti mismo

Todo el mundo puede hacer cosas para ganar más seguridad. He aquí unos pocos consejos para intentarlo:

- **Construye una actitud de confianza mental.** Cuando tu voz interior diga: "No puedo" o "No soy capaz", reentrénala a decir: "Puedo", "Soy capaz". También te podrías decir "Sé que puedo aprender (o hacer) esto si pongo toda mi atención".
- **Sé bondadoso contigo mismo cuando te compares con los demás.** Es normal que nos comparemos con otras personas. Es una forma de entendernos a nosotros mismos y de desarrollar aquellas cualidades que admiramos. Pero, si las comparaciones te suelen dejar sintiéndote mal contigo mismo, esta es una señal de que debes hacer algo para mejorar tu seguridad en ti mismo y tu autoestima.
- **Despréndete de las dudas sobre ti mismo.** Cuando dudamos sobre nuestras habilidades, nos sentimos inferiores, no válidos, indignos o faltos de preparación. Esto nos puede hacer evitar a gente y situaciones con las que podríamos disfrutar y que nos podrían ayudar a crecer.
- **Corre riesgos seguros.** Inscríbete en el consejo escolar de tu centro de estudios, preséntate como voluntario para ayudar en un proyecto de venta de pasteles, o preséntate para formar parte de un equipo o para participar en un espectáculo. Levanta la mano en clase más a menudo. Habla con ese chico tan atractivo de la clase de ciencias.
- **Desafíate a hacer algo que está fuera de tu zona de confort habitual.** Elije algo que te gustaría hacer solo si tuvieras más seguridad en ti mismo. Date un empujoncito y hazlo. Una vez que lo hayas hecho, elije algo más y pruébalo; y sigue repitiendo este mismo proceso. Tu seguridad irá creciendo con cada nuevo paso que des hacia delante.
- **Reconoce tu talento y deja que brille.** Nos enseñan que trabajemos duro para mejorar nuestros puntos débiles. A veces, es importante, como cuando sacamos malas notas en el colegio y nos damos cuenta de que nos hemos de esforzar más. Pero no permitas que el hecho de trabajar tus puntos débiles te impida mejorar todavía más aquello que ya haces bien.
- **Haz lo que corresponde.** Estudia. Haz las tareas y trabajos escolares. Prepárate para las clases, los exámenes y las pruebas. ¿Por qué? Si te mantienes al día en las tareas escolares a lo largo de todo el curso, te sentirás más seguro en las pruebas y en los exámenes finales. La mejor defensa contra la ansiedad ante los exámenes y el estrés escolar es seguir el ritmo de la clase y trabajar constantemente.
- **Muéstrate tal como eres.** Deja que los demás te vean tal y como eres, con tus errores, tus inseguridades y todo lo demás. Es más fácil superar una inseguridad cuando no sentimos que la debemos ocultar. Asume y acepta tus peculiaridades en vez de intentar ser como otra persona o de actuar de una forma que no es la tuya.

Hace falta valentía y seguridad en uno mismo para ser auténtico. Pero, cuanto más auténticos seamos, más seguros de nosotros mismos nos volveremos. La confianza en nosotros mismos aumenta nuestra autoestima.

Persevera

El nivel de seguridad en uno mismo nos sube y baja a todos, hasta a la gente que parece más segura.Si algo repercute negativamente en tu seguridad en ti mismo, sé comprensivo contigo mismo. No te critiques a ti mismo. Aprende de lo que ha ocurrido, piensa en cómo podrías hacerlo mejor y recuérdalo para la próxima vez. Habla sobre lo que te ha ocurrido con alguien a quien le importes. Luego, recuérdate a ti mismo tus puntos fuertes y todo lo que has conseguido hasta ahora. ¡Y vuelve a tu vida de todos los días!

Fuente de consulta:
https://kidshealth.org/es/teens/confidence.html
https://www.psicoglobal.com/blog/confianza-en-uno-mismo

RECURSOS:
Físicos
- Listado de asistencia
- Sillas
- Hoja de apuntes

Humanos
- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

RESULTADOS:
Cualitativos:
Desde el sentir profesional y visionar, se evalúa la capacidad de resiliencia en algunos participantes frente a la temática tratada, mientras que en otros se observa aceptación, pero, poca resiliencia en el momento de contra su historia. El encuentro se categoriza como exitoso, pues, se logra traspasar el concepto de confianza como herramienta para crear una estrategia de afrontamiento dignificado en el momento de abordaje de los núcleos familiares de los ciudadanos.

Cuantitativos
N.º total de participantes: 50
N.º total mujeres: 2
N.º total hombres: 46
N.º total población LGBTI: 2

FIRMA DEL RESPONSABLE: Maira Alejandra Bohórquez Ducuara

FIRMA COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Confianza en sí mismo.
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: Desarrollo personal para la inclusión social
FECHA: 14/11/2024
Actividad Transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Confianza en si mismo		4. Fecha:	14/11/2024	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	10.083.748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Hernan	
2	CC	16.217.898	Jairo Ayala Tamayo	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					JAIRO Ayala	No firma por discapacidad
3	CC	1.026.580.493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79.387.235	Danilo Fernando Rios Chisco	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Danilo R.	
5	CC	19.432.215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79.315.415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Luis Neira	
7	CC	32.765.219	Elizabeth Yamile Rico Montoya	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Elizabeth	
8	CC	79768376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					MAM	
9	CC	16.470.819	José Ramón Vallecilla Mesa	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	80.026.704	Andres Ricardo Suarez Rios	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79814274	Yiovanny Gallego Mejia	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79.825.683	Miguel Angel Beltran	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Miguel B.	
14	CC	79995601	Yair Diaz Gamboa	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Yair Diaz	
15	CC	80.741.956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	34.534.094	Maria Amparo Galindez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Amparo	
17	CC	80296366	John Forigua Salinas	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	1.003.238.457	Ivan de Jesus Bolaño de la Hoz	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					IVAN	
19	CC	79.497.924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jaime R.	
20	CC	79612622	Fredy Wilson Delgado Ulloa	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	79.700.841	Carlos Julio Vanegas Granados	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	79823503	Adrian Guerrero Tafur	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Adriang	
23	CC	1000937725	Enrique Alejandro Penagos	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	79.259.090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	945330	Aristides Rojas Beleño	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Maira Alejandra Bohórquez 14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Confianza en si mismo		4. Fecha:	14/11/2024	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	79.401.354	Luis Eduardo Peña Romero	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	79.558.912	Jose Ismael Cañon Salazar	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	19.454.578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
29	CC	15.907.257	Juan Manuel Bravo Giraldo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	80.743.922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	15.987.473	Jose Arley Rincón	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
32	CC	19.298.733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
33	CC	19498355	Rigoberto Tabares Andrade	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
34	CC	80.821.424	Gustavo Adolfo Sanchez Torres	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
35	CC	16600499	Jorge Elias Bobadilla Zapata	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
36	CC	79.119.184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
37	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
38	CC	80.362.292	Henry Escallón Cortes	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
39	CC	6774497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
40	CC	80.489.044	Elkin Cesar Sarmiento Ospina	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
41	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
42	CC	1088262026	Andres Felipe Muñoz Ramirez	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
43	CC	11.230.612	Sixto Elias León Mendez	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
44	CC	80.036.097	Andres Bernardo Tamayo Vargas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
45	CC	79415338	Diego Fernando Nieto	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
46	CC	93.356.645	Gonzalo Prieto Peñuela	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
47	CC	80204833	Orlando Barreto Gallego	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
48	CC	79221377	Carlos Orlando Pardo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
49	CC	78077231	Jesus David Diaz	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
50	CC	80039978	Danny Andrey Barajas Naranjo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Maira Alejandra Bohórquez 14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria.	**FECHA:** 14/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 10:30 am **FINAL**: 12:00 pm
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Laura Vanessa Cano Calderón

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Resilientes para el mundo.
Actividad transversal.

OBJETIVO GENERAL:

- Reconocer la importancia de la resiliencia dentro y fuera de la comunidad para el crecimiento personal a través de estrategias de afrontamiento en los diferentes ámbitos en los que están involucrados los ciudadanos y ciudadanas.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fortalecer las redes de apoyo social tanto dentro como fuera de la comunidad, para fomentar la creación de vínculos que faciliten el afrontamiento de situaciones adversas.
- Desarrollar habilidades de escucha y dialogo en los ciudadanos y ciudadanas a través de las actividades comunitarias promoviendo su crecimiento personal.

METODOLOGIA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de oportunidades, la actividad se realizará desde la metodología 1 Socio educativa la cual "Busca fortalecer las habilidades y capacidades del ciudadano que le permitirá desenvolverse de manera asertiva en los diferentes grupos sociales, ya sea a nivel familiar, laboral, recreativo entre otros." en el cual los ciudadanos y ciudadanas participaran en actividades para la importancia de la resiliencia que se debe tener en la comunidad para mejorar las relaciones interpersonales dentro y fuera de la misma.

Adecuación del espacio: Se dispondrá del ambiente del auditorio para la ejecución de la actividad haciendo uso de sillas, mesas, hojas blancas y colores, a continuación, se convocará a los ciudadanos y ciudadanas para que participen de la actividad.

Primer momento: Se iniciará la actividad con una breve presentación de la profesional y seguido a esto una explicación del objetivo del taller dando a conocer la importancia de la resiliencia dentro y fuera de la comunidad para el crecimiento personal a través de estrategias de afrontamiento en los diferentes ámbitos en los que están involucrados los ciudadanos y ciudadanas.

Segundo momento: Los ciudadanos y ciudadanas plasmarán en una hoja una historia significativa en donde nos darán a conocer un momento de su vida, para este momento se dispondrá de 15 minutos.

Tercer momento: Se ubicarán por duplas en el cual cada ciudadano tendrá 10 minutos para socializar su dibujo con el momento significativo y se hará el intercambio para generar un espacio de escucha y dialogo.

Cuarto momento: Se dará para cada ciudadanos 5 minutos para expresarle a su compañero cualidades que resalte de la historia que le compartió, seguido a esto se dará una reflexión final en conjunto con la comunidad para hacer cierre al espacio.

TEMAS: LA RESILIENCIA

La resiliencia se refiere a la **capacidad de sobreponerse a momentos críticos y adaptarse** luego de experimentar alguna situación inusual e inesperada. También indica volver a la normalidad.

La resiliencia es una aptitud que adoptan algunos individuos que se caracterizan por su postura ante la superación de una adversidad y de mucho estrés, con el fin de pensar en un mejor futuro.

Estrategias para potenciar la resiliencia:

Como hemos adelantado, la manera más eficaz para desarrollar resiliencia es, claramente, la psicoterapia; de todas formas, también hay algunos hábitos y estrategias que puedes aplicar a tu día a día para facilitar que gane fuerza. Veamos cuáles son.

1. Establecimiento de hábitos de vida sana

Está demostrado que el hecho de mantenerse en forma y tener en cuenta la importancia del autocuidado **es un elemento de prevención de problemas emocionales, entre los que se encuentran los trastornos de ansiedad y los síntomas de tipo depresivo**. Mantenerlos a raya es importante porque esta clase de alteraciones psicológicas tienden a hacer que las personas adopten una actitud pasiva y de indefensión ante los problemas que les afectan.

Por consiguiente, las horas de ejercicio moderado semanal, las horas de sueño de calidad y los momentos de mantenimiento de una buena higiene personal están lejos de ser tiempo perdido: nos ayudan a afrontar

los problemas con las pilas cargadas y en las mejores condiciones, sin tener la mente dividida en otras formas de malestar de origen físico.

2. Establecimiento de metas y submetas concretas

Las personas más resilientes en los momentos de crisis se caracterizan por tener siempre en mente una serie de objetivos a alcanzar, los cuales deben estar adaptados a su situación inicialmente poco favorecedora.

Esto ofrece varios puntos de apoyo psicológico. Por un lado, hace que sea más probable que nos pongamos manos a la obra con la solución e los principales problemas que nos afectan, al tener claras metas específicas a abordar. Por el otro, estas referencias nos ayudan a ser conscientes de nuestros progresos cuando vamos consiguiendo pequeñas victorias, y eso nos permite no caer en la pasividad y en la idea de que "todo está perdido".

3. Búsqueda de apoyo en los demás

La resiliencia no tiene que ver con un proceso de autosuperación puramente individual. Parte de lo que nos permite sobreponernos a las crisis tiene que ver con ser conscientes de la importancia de la solidaridad y las redes de ayuda. Si no fuese así, la perspectiva de estar solos ante lo que nos ocurre nos paralizaría, a la vez que nos haría sentir mal por no ser capaces de afrontar esa situación sin ayuda de nadie. Por eso, incluso las personas que por sus malas condiciones de vida no disponen de muchos amigos o familiares, tienen como una de sus prioridades buscar apoyo ampliando su ámbito de relaciones sociales, y a la vez ofreciendo ayuda a los demás.

4. Aplicación de hábitos que potencian la Inteligencia Emocional

La Inteligencia Emocional **nos ayuda a identificar correctamente nuestras emociones y sentimientos, y a canalizarlos de una manera que nos sirva o al menos no nos suponga un gran problema**. Hay varias maneras de facilitar esto, pero una de las más sencillas es llevar un diario de emociones, en el que ir anotando las experiencias emocionalmente más relevantes del día a día, los pensamientos a los que dan paso, lo que nos han llevado a hacer, etc.

Consejos para aumentar la resiliencia:

Si quieres ser más resiliente, prueba algunos de estos consejos:

- **Conéctate**. Construir relaciones fuertes y sanas con tus seres queridos y amigos puede darte el apoyo y la orientación que necesitas en momentos buenos y malos. Haz voluntariados o únete a un grupo espiritual o de fe para vincularte con otras personas.
- **Haz que cada día sea valioso**. Todos los días, haz algo que te dé una sensación de éxito y propósito. Establece metas claras que puedas alcanzar para mirar hacia el futuro con sentido.
- **Aprende del pasado**. Piensa cómo afrontaste los problemas en el pasado. Piensa qué te ayudó a superar tiempos difíciles. Incluso puedes escribir en un diario sobre eventos pasados para ver tus patrones de conducta y usar esto como guía para el futuro.
- **Mantén la esperanza**. No puedes cambiar el pasado, pero siempre puedes mirar hacia el futuro. Si te abres al cambio, te será más fácil adaptarte y ver los nuevos retos con menos preocupación.
- **Cuídate**. Atiende a tus propias necesidades y sentimientos. Haz actividades y pasatiempos que disfrutes. Incorpora la actividad física a tu rutina diaria. Duerme mucho y crea hábitos para ir a dormir. Mantén una alimentación saludable. Practica cómo controlar el estrés. Prueba con técnicas de relajación, como el yoga, la meditación, la visualización dirigida, la respiración profunda o la oración.
- **Toma medidas**. No ignores tus problemas. En cambio, averigua qué debes hacer, haz un plan y toma medidas. Recuperarte de un contratiempo, un trauma o una pérdida puede llevarte tiempo. Sin embargo, debes saber que tu vida puede mejorar si te esfuerzas.

Fuente de consulta:

https://psicologiaymente.com/clinica/que-es-resiliencia
https://www.significados.com/resiliencia/
https://www.mayoclinic.org/es/tests-procedures/resilience-training/in-depth/resilience/art-20046311
https://www.youtube.com/watch?v=mdKVDuM5uYM

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Mesas
- Hojas blancas
- Colores

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

RESULTADOS:
Cualitativos: Los ciudadanos fueron participes del taller de manera receptiva y activa en donde por medio de la escucha y el dialogo generaron habilidades para identificar los recursos personales que tienen refiriendo que implementaran en su diario vivir y en su proceso exitoso fuera de la comunidad, por otro lado, la capacidad para afrontar de manera asertiva las diferentes situaciones recociendo que son oportunidades para seguir trabajando en su proyecto de vida.
Cuantitativos
N.º total de participantes: 46
N.º total mujeres: 2
N.º total hombres: 42
N.º total población LGBTI: 2

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Resilientes para el mundo

LÍNEA DE ATENCIÓN 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de oportunidades

FECHA: 14/11/2024

Actividad Transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria		
3. Tema / Actividad: Resilientes para el mundo	4. Fecha:	14/11/2024	5. Hora: 10:30 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80.026.704	Andres Ricardo Suarez Rios	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	19432215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1.026.580.493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79.315.415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80.030.038	William Enrique Pedraza Ramirez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	34534094	Maria Amparo Galindez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	80.741.956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1088262026	Andres Felipe Muñoz Ramirez	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80.743.922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	32765219	Elizabeth Yamile Rico Montoya	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	79.995.601	Yair Diaz Gamboa	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79768376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79825683	Miguel Angel Beltran	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79.814.274	Yiovanny Gallego Mejia	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	16.470.819	José Ramón Vallecilla Mesa	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	88.140.836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	79401354	Luis Eduardo Peña Romero	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	19.454.578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79.259.090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79.700.841	Carlos Julio Vanegas Granados	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	79.612.622	Fredy Wilson Delgado Ulloa	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1.003.238.457	Ivan de Jesus Bolaño de la Hoz	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	79497924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	79.823.503	Adrian Guerrero Tafur	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	80204833	Orlando Barreto Gallego	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Laura Vanessa Cano Calderón 14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 14/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 02:15 pm **FINAL**: 04:00 pm
ÁREA: Trabajo Social.	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Laura Vanessa Cano Calderón	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Empatía familiar y social.
Etapa 1

OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar la empatía en el ámbito familiar y social, promoviendo relaciones de comprensión, apoyo y respeto que contribuyan al bienestar y la cohesión de los individuos en sus entornos dentro y fuera de la comunidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Desarrollar habilidades de empatía en los miembros de la familia, promoviendo la comprensión y el apoyo mutuo en situaciones cotidianas para mejorar la comunicación y la resolución de conflictos dentro del hogar.
- Fomentar la empatía en la comunidad a través de actividades y programas de sensibilización, con el fin de fortalecer los lazos sociales y crear un entorno de respeto y cooperación entre los diferentes miembros de la sociedad.

METODOLOGIA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de oportunidades, la actividad se realizará desde la metodología 1 Socio educativa la cual "Busca fortalecer las habilidades y capacidades del ciudadano que le permitirá desenvolverse de manera asertiva en los diferentes grupos sociales, ya sea a nivel familiar, laboral, recreativo entre otros." en la cual los ciudadanos y ciudadanas participaran en actividades para fomentar la empatía en el ámbito familiar y social, promoviendo relaciones de comprensión, apoyo y respeto

Adecuación del espacio: Se dispondrá del ambiente de la biblioteca para la ejecución de la actividad haciendo uso de sillas, mesas, hojas iris y esferos, a continuación, se convocará a los ciudadanos y ciudadanas para que participen de la actividad.

Primer momento: Se iniciará la actividad con una breve presentación de la profesional y seguido a esto una explicación del objetivo del taller dando a promoviendo relaciones de comprensión, apoyo y respeto que contribuyan al bienestar y la cohesión de los individuos en sus entornos dentro y fuera de la comunidad de vida.

Segundo momento: Los ciudadanos y ciudadanas empezaran a plasmar en la hoja iris su nombre en el centro y alrededor escribirán o dibujaran las redes con las que cuentan con el fin de reconocer cuales son las personas en las cuales encuentran un soporte.

Tercer momento: Se finalizará con un video de reflexión acerca de la importancia de la familia y los ciudadanos y ciudadanos darán a conocer la importancia de contar y construir redes que fortalecer los lazos sociales y crear un entorno de respeto y cooperación entre los diferentes miembros de la sociedad.

TEMAS:

¿Qué es la empatía?

La empatía es la capacidad de comprender la vida emocional de otra persona, casi en toda su complejidad. Esto no supone necesariamente compartir las mismas opiniones y argumentos que justifiquen el estado o reacción que expresa la otra persona. Ni siquiera significa estar de acuerdo con el modo de interpretar las situaciones con carga afectiva del interlocutor.

La empatía está referida entre otras cosas a la escucha activa, la comprensión y el apoyo emocional. Además, la empatía implica tener la capacidad suficiente para diferenciar entre los estados afectivos de los demás y la habilidad para tomar perspectiva, tanto cognitiva como afectiva, respecto a la persona que nos expresa su estado emocional.

Sus componentes

Quizá en algunas ocasiones no te has sentido escuchado por falta de feedback, apoyo o comprensión. En otras muchas ocasiones, quizá sientas que no has sabido atender adecuada y empáticamente al estado emocional de la otra persona y te preguntes: ¿Qué necesito o debo hacer para ser más empático en mi vida diaria?

Fundamentalmente, los componentes de la empatía son los siguientes:

1. Saber escuchar:

Presta atención a lo que explica o argumenta la otra persona, atiende a las manifestaciones no verbales, como sería en el caso de los gestos que se corresponden con el estado de ánimo que se verbaliza y no interrumpas el discurso verbal.

Además, reflexiona sobre lo que la otra persona te está comunicando, expresa señales de seguimiento activo a modo de feedback: mira a la cara, asiente con la cabeza o refleja expresiones faciales congruentes con aquello que te está explicando la otra persona.

Por otro lado, es necesario mostrar interés preguntando detalles sobre el contenido de la conversación.

2. Interpretar las señales no verbales:

Comprende los mensajes transmitidos de carácter paralingüístico, tales como la entonación, el tiempo de respuesta, el volumen.

3. Mostrar comprensión:

Podemos mostrar comprensión congruente a aquello que nos explican a través de frases como:" Comprendo que actuases así". "Entiendo cómo te sientes". "La verdad es que debiste pasarlo genial"... No se deben invalidar, rechazar o juzgar las emociones de la persona que las expresa ya que esta es una premisa fundamental para mostrar sensibilidad empática.

4. Prestar ayuda emocional si es necesario:

Es importante preguntar siempre a nuestro interlocutor si necesita algún tipo de ayuda. Sin embargo, en muchas ocasiones con el simple hecho de escuchar activamente al otro le permitimos "ventilar" y gestionar su estado emocional. De esta forma siente alivio por tener un oyente confiable a quien transmitir sus emociones.

Tipos de empatía:

Existen tres tipos de empatía:

Empatía afectiva o emocional. Es la capacidad de percibir, comprender y sentir las emociones que otra persona experimenta. Por ejemplo, cuando una persona entiende que otra está triste porque perdió en un juego de mesa.

Empatía cognitiva. Es la capacidad de entender la forma de pensar de otra persona, es decir, de "ponerse en sus zapatos". Por ejemplo, cuando una persona comprende que alguien tiene una opinión contraria.

Empatía compasiva. Es la capacidad de ayudar porque se comprende que otra persona está pasando por un momento difícil. Por ejemplo, cuando una persona dona parte de su dinero a personas que lo necesitan.

Fuente de consulta:
https://psicologiaymente.com/psicologia/empatia
https://concepto.de/empatia/
https://www.youtube.com/watch?v=daNRoUoSRGo

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Mesas

- Hojas iris
- Colores

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

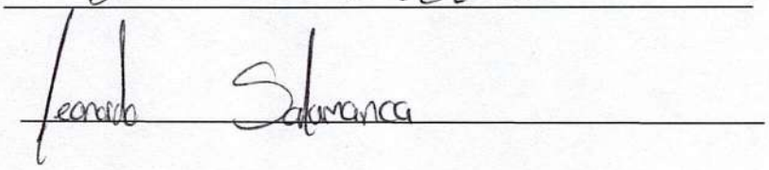
RESULTADOS:

Cualitativos: Los ciudadanos fueron participes del taller de manera receptiva y activa en donde por medio de la escucha y la reflexión generaron una herramienta en la cual se apropiaron y reconocieron los recursos personales que tienen, manifiestan que valoraran en su diario vivir y en su proceso exitoso fuera de la comunidad estas redes y recursos los cuales les permitirá tener la capacidad para afrontar de manera asertiva las diferentes situaciones y seguir trabajando en su proyecto de vida.

Cuantitativos

N.º total de participantes: 13
N.º total mujeres: 0
N.º total hombres: 13
N.º total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

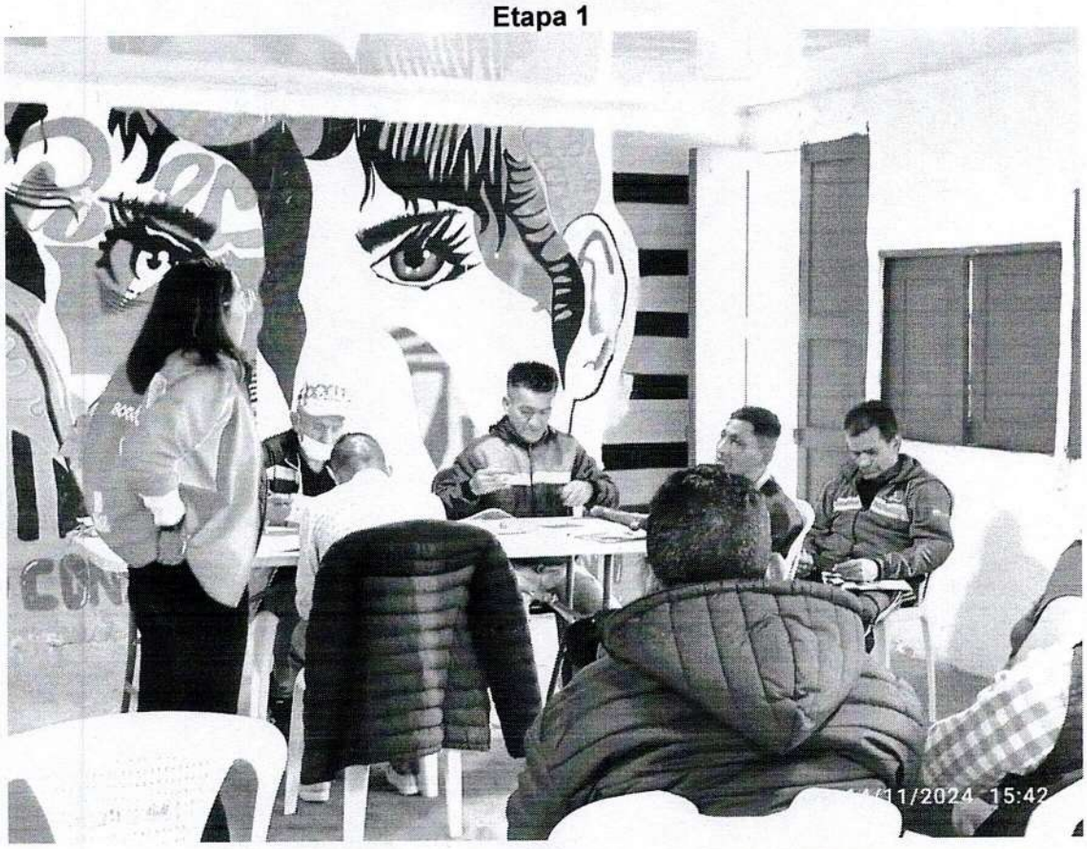
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Empatía social y familiar

LÍNEA DE ATENCIÓN 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de oportunidades.

FECHA: 14/11/2024

Etapa 1





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Empatia familiar y social

4. Fecha: 14/11/2024

5. Hora: 02:15 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	93.356.645	Gonzalo Prieto Peñuela	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80.026.704	Andres Ricardo Suarez Rios	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79.315.415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80.743.922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79.825.683	Miguel Angel Beltran	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79.768.376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79.814.274	Yiovanny Gallego Mejia	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79.523.151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80741956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	78.077.231	Jesus David Diaz	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	19.298.733	Josè Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1088262026	Andres Felipe Muñoz Ramirez	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Laura Vanessa Cano Calderón

14. Cargo o rol del responsable: Trabajo Social

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 14/11/2024	**HORA:** **Inicio:** 02:15 p.m. **Final:** 04:00 p.m.
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Omaira Gutiérrez Rojas

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Toma de decisiones.
Etapa 2

OBJETIVO GENERAL:
Promover en las y los ciudadanos la capacidad para manejar y diferenciar situaciones en las que deben elegir entre varias opciones o alternativas para resolver conflictos y tomar decisiones en diversos contextos, ya sea a nivel personal, familiar, social o laboral buscando fortalecer la inteligencia emocional, la empatía y la comunicación efectiva, herramientas esenciales para abordar los desafíos y tomar decisiones que favorezcan el bienestar propio y colectivo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Orientar a las y los ciudadanos la toma de decisiones ante una situación o problema profundamente, para elegir la mejor opción a elegir de acuerdo a diferentes elecciones o acciones
- Potenciar la capacidad a los ciudadanos y ciudadanas de elegir entre varias alternativas, aquellas que son más viables para la consecución de los objetivos, basándose en un análisis exhaustivo de los posibles efectos y riesgos.
- Analizar el proceso de toma de decisiones en base a los ámbitos fundamentales que afectan a su buen rendimiento

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social se utilizará la metodología socio- educativa, la cual parte de 3 momentos una inducción al tema, presentación o exposición del tema utilizando medios audiovisuales, diapositivas y cortometrajes y por último un cierre o actividad de conversatorio en la cual se socializará a los participantes los conceptos asociados, para que ellos generen estrategias para la aplicación de los aprendizajes significativos.

Adecuación:
Consiste en ejecutar el proceso de alistamiento de los materiales y el lugar seleccionado para el desarrollo del taller con el tiempo suficiente para su asistencia y participación de las y los ciudadanos.

- **Primer momento:**

Se iniciará el taller con la participación de las y los ciudadanos que asistan, se procede a explicar por parte de la profesional lo que abarca la definición, haciendo énfasis en la capacidad y/o habilidad de enfrentar todas las adversidades en la vida y situaciones a nivel individual, familiar, social y laboral.

- **Segundo momento:**

La profesional responsable del taller; presentará el tema utilizando medios audiovisuales; con la proyección de cortometrajes y diapositivas, para dar claridad sobre lo expuesto, logrando así que los ciudadanos y ciudadanas vean la importancia de poder manejar y desarrollar en el diario vivir, en ámbitos como a nivel personal, laboral, familiar, social, cultural; por medio de estas estrategias, por medio de imágenes, lecturas, frases de reflexión, este momento del taller busca identificar y reconocer la comprensión de los participantes sobre el tema, toma de decisiones, tejiendo saberes, se recogen los saberes de los participantes y se vincula con los conceptos claves del taller en una construcción conjunta, reflexiones y compromisos donde los participantes reflexionan sobre el desarrollo del taller y se establecen compromisos.

- **Tercer momento:**

Se solicitará a las y los ciudadanos, que dejen el espacio limpio, recojan sillas y continúen con su rutina diaria.

TEMAS:

¿Qué es la toma de decisiones?

La toma de decisiones es un proceso que atraviesan las personas cuando deben elegir entre distintas opciones. Diariamente cada individuo está ante situaciones en las que debe optar por algo, y esa decisión no siempre resulta simple. El proceso de la toma de decisiones se activa cuando se presentan conflictos en diversos ámbitos de la vida a los que hay que encontrarles la mejor solución posible.

La toma de decisiones se lleva a cabo a nivel personal y profesional e incluye el establecimiento de objetivos, la recopilación de información relevante, la determinación de alternativas, el desarrollo de criterios de decisión y la elección de la mejor opción.

Posiblemente en nuestra dinámica diaria ya tomamos decisiones, en algunos de estos procesos tenemos en cuenta los pasos descritos, aunque de forma casi automática, pero sin duda en muchas otras no. Si somos conscientes de las diferentes fases del proceso y de los éxitos y errores que nos encontramos en el camino, conseguiremos ir depurando nuestra toma de decisiones y mejorando través de nuestra experiencia.

En ocasiones nos arrepentimos de algunas de nuestras decisiones, a pesar incluso de tener claro previamente lo que queríamos hacer. A veces elementos del entorno, lo que estamos viviendo en ese momento, los comentarios... nos pueden hacer adoptar una postura u otra. Este es el tema de la dinámica, saber qué aspectos pueden estar influyendo en nosotros (tanto por nuestra parte como por los demás) y qué hacer para decidir por nosotros mismos. Para trabajar las habilidades personales y sociales optaremos por utilizar una dinámica de representación de situaciones (rol playing) en las que se ofrezca o se consuma cánnabis o alcohol.

En el ámbito de la conducta y psiquis humana este es un tema fundamental, ya que las personas no responden de la misma forma a una situación problemática debido a diversos elementos como la estructura de personalidad, el desarrollo, la madurez y la etapa de la vida en la que se esté.

Proceso de toma de decisiones

A la hora de enfrentar una situación a resolver es importante que el individuo siga ciertos pasos:

Definir el problema. Análisis de la situación que se enfrenta.

Detectar las alternativas posibles. Definición y reconocimiento de las combinaciones de acciones que se pueden tomar.

Prever los resultados. Asociación y detección de las posibles consecuencias de cada una de las alternativas y estudio del contexto en el que se lleva a cabo la decisión.

Optar una alternativa. Elección de alguna de las opciones.

Control. Monitorear los resultados de la opción elegida, se debe ser responsable y tener una actitud participativa en el proceso.

Evaluación. Análisis de las ventajas y desventajas de la decisión tomada, este paso es fundamental para el aprendizaje y la toma de decisiones futuras.

Tipos de toma de decisiones

El proceso de toma de decisiones se da de manera periódica y constante en la vida de un individuo. Muchas veces responde a conflictos que se presentan de manera diaria y otros son ocasionales; algunos se dan dentro del ámbito privado y otros dentro de empresas u organizaciones.

Según las diferentes características, el proceso de toma de decisiones puede ser:

Racional. Proceso en el que se analizan las posibles alternativas utilizando el raciocinio en base a fuentes y pruebas comprobables.

Intuitivo. Proceso en el que el individuo toma en cuenta la intuición y la experiencia personal para volcarse hacia alguna de las alternativas.

Personal. Proceso de toma de decisión de un individuo dentro del ámbito privado.

De rutina. Proceso que realiza un individuo o grupo de manera periódica, suelen ser situaciones que no resisten mucho análisis ni tratan sobre temas complejos.

De emergencia. Proceso que un individuo o grupo realiza para tomar una decisión frente a una situación nueva y excepcional.

De grupo. Proceso que se realiza en conjunto entre los miembros de un grupo en el que prima el consenso y se toma la alternativa que genera más adhesión.

Individual. Proceso que ejecuta una persona de manera autónoma dentro de un contexto como una organización o empresa.

Organizacional. Proceso que realizan uno o varios individuos miembros de una organización para tomar una decisión que repercute en el futuro de la institución.

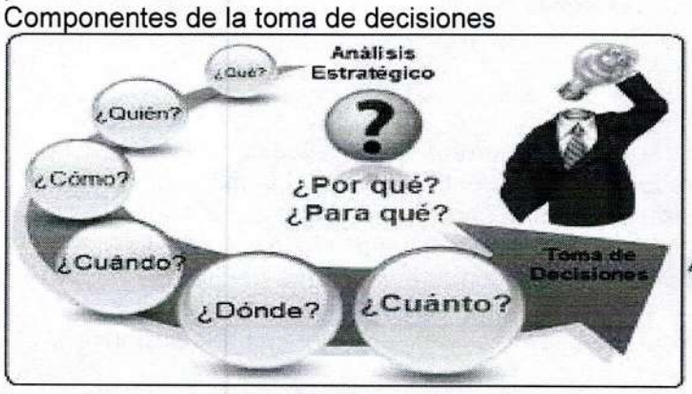
Características de la toma de decisiones.

Claridad. Refiere a la importancia de tener en claro el objetivo a alcanzar en el proceso y la situación a resolver.

Impacto. Refiere a las consecuencias que puede traer cada una de las alternativas a elegir. Es importante tener en cuenta que todas las opciones tendrán consecuencias, por lo que se debe elegir la alternativa que genere el impacto más favorable.

Periodicidad. Refiere a la regularidad con la que los individuos o grupos toman decisiones, hay algunas decisiones que son diarias, y otras que se dan cada un cierto período de tiempo que puede ser aleatorio o determinado.

Actores. Refiere a los individuos que forman parte del proceso de toma de decisiones, que pueden ser tomadas de manera individual o grupal según cada caso.
Reversibilidad. Refiere a si se puede o no dar marcha atrás en la elección de una alternativa. Mientras más irreversibles sean las consecuencias de alguna de las alternativas a elegir, más atención se deberá prestar al proceso de decisión.
Componentes de la toma de decisiones





La preferencia es la tendencia a tomar una alternativa y no otra.
Para resolver un problema se necesita de ciertos elementos que son importantes para encontrar un resultado inicial, para aprender y mejorar la resolución de problemas y para detectar las herramientas (competencias) propias.
Decisión. Posibles combinaciones que incluyen tanto las acciones a llevar a cabo como las situaciones.
Resultado. Hipotéticas situaciones que tendrían lugar si se toma una u otra opción de las decisiones antes señaladas.
Consecuencia. Evaluación basada en la subjetividad.
Incertidumbre. Confianza frente a lo desconocido, sobre todo cuando no se tiene experiencia en algún problema en particular.
Preferencias. Tendencia a tomar una alternativa y no otra, se ve condicionada por la experiencia.
Toma de decisión. Acción de decidir.
Juicio. Evaluación.
El proceso de toma de decisiones: 1. Reconoce el problema: el proceso de toma de decisiones comienza reconociendo que existe un problema: algo tiene que ser cambiado en la situación actual y hay posibilidades de mejorarla. 2. Analiza el problema: una vez que el problema ha sido identificado, se hace necesario el estudio cuidadoso del mismo con la finalidad de encontrar la causa. 3. Considera tus metas: considera la o las metas que desees alcanzar. Las metas que escoges están influidas por los valores que tienes – lo que es importante para ti. 4. Busca alternativas: piensa y busca tantas alternativas prácticas como sea posible. Sin embargo, busca más alternativas o posibilidades que las obvias o las habituales. 5. Analiza los recursos que requiere cada curso de acción alternativo. • ¿Cuánto tiempo, dinero, destrezas, energía u otros recursos necesarios poseo para llevar a cabo la decisión? 6. Selecciona la mejor alternativa: después de ver cuidadosamente cada alternativa, selecciona la mejor. Ten en mente los valores que son importantes para ti, las metas para las cuales estas trabajando y los recursos con los que tienes que trabajar. 7. Pon tu decisión en acción: la toma de decisiones no termina con la selección de la mejor alternativa. 8. Muchas de las decisiones, quizá la mayoría, no resuelven directamente un problema, sino que te ponen en la posición de tener que tomar decisiones adicionales que te acercan a tu meta. 9. Acepta la responsabilidad: después que tomas una decisión, necesitas aceptar la responsabilidad y las consecuencias de haberla tomado. 10. Evalúa los resultados: el producto o resultado de tu decisión debe ser evaluado regularmente para determinar su efectividad. 11. Usa hábitos para reducir el tiempo en el proceso de toma de decisiones. Conceptos relacionados con la toma de decisiones. - -Sistema de toma de decisiones reflejo: lo que hacemos automáticamente y no tiene por qué ver con las emociones, cosas que suceden automáticamente y el cerebro no analiza demasiado. - -Sistema de toma de decisiones deliberativo o planificación deliberada: lo usamos para tomar decisiones que implican un mayor nivel de complejidad, donde nos marcamos objetivos a medio y largo plazo. - -Locus de Control: se refiere a la dimensión en la que los individuos se creen responsables de los hechos de su vida. - -Memoria en la toma de decisiones: La memoria es la capacidad mental que posibilita a un sujeto registrar, conservar y evocar las experiencias (ideas, imágenes, acontecimientos, sentimientos, etc.).

Fuentes de consulta:

https://sap.uca.es/wp-content/uploads/2017/06/XVII-Taller-Toma-de-Decisiones.pdf?
https://concepto.de/toma-de-decisiones/#ixzz7O7qSUBcr
https://definicion.de › toma-de-decisiones

RECURSOS:
Físicos:
- sillas.
- mesas

- Televisor
- Computador
- Video beam

Humanos

- ciudadanos
- profesionales
- promotores

RESULTADOS:

Cualitativos*:*

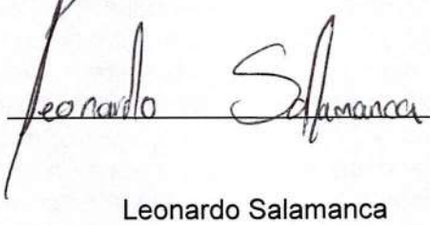
A través de estos espacios, se logró que los ciudadanos adquirieran herramientas valiosas para la toma de decisiones, especialmente una vez que concluyan el proceso y se encuentren fuera del ámbito comunitario. La lectura, que narra una historia muy similar a las situaciones que muchos de ellos han enfrentado, facilitó una conexión profunda con sus propias experiencias. Además, se reflexionó sobre cómo la toma de decisiones complejas es una parte inherente de la vida adulta y cómo tomar las mejores decisiones requiere un análisis cuidadoso. Este proceso implica considerar los diversos puntos de vista que presenta el problema y tomar decisiones basadas en la mayor cantidad de información disponible, lo que contribuye a una elección más informada y acertada.

Los ciudadanos llegaron a la conclusión de que, en muchas ocasiones, tendemos a apresurarnos al tomar decisiones, dejándonos influenciar por la presión del momento o las circunstancias. A menudo evitamos consultar a otros, a pesar de que es fundamental considerar diferentes puntos de vista. Además, reconocieron que, en muchas ocasiones, no evaluamos adecuadamente el impacto que nuestras decisiones pueden tener, tanto en nuestras vidas (de manera positiva o negativa) como en nuestro entorno. Por esta razón, concluyeron que, cada vez que se nos presente la oportunidad de tomar una decisión, debemos ser críticos y reflexivos, actuando con habilidad y prudencia para tomar elecciones más informadas y responsables.

Cuantitativos:

N.º total de participantes: **09**
N.º total mujeres: 0
N.º total hombres: 08
N.º total población LGBTI: 01

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR:

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Toma de decisiones.
Línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social.
Fecha: 14/11/2024
Etapa 2





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Toma de decisiones	4. Fecha:	14/11/2024	5. Hora:	02:15 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1.000.937.725	Enrique Alejandro Penagos	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79.497.924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jaime R	
3	CC	10.558.636	Nestor Raul Fory Herrera	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Nestor	
4	CC	1.053.773.593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1.010.222.866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	19.298.733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	16.470.819	José Ramón Vallecilla Mesa	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1.016.009.327	Freddy Hernando Ferro Gonzalez	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					FREDDY FERRO.	
9	CC	1033682516	Juan David Gamez Medina	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Omaira Gutiérrez Rojas 14. Cargo o rol del responsable: Trabajo social 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES**	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida La Victoria	**FECHA:** 14/11/2024	**HORA:** Inicio: 02:15 pm Final: 04:00 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jessica Ortiz

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Pruebas Psicotécnicas
Etapa 3 y 4.

OBJETIVO GENERAL:
Explicar a los ciudadanos y ciudadanas en que consiste la pruebas Psicotécnicas por medio de la prueba wartegg generando conocimientos, herramientas, habilidades y destrezas para beneficio a lograr una gestión ocupacional exitosa.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Explicar a los ciudadanos y ciudadanas en que consiste la Pruebas Psicotécnicas
- Aplicar a los ciudadanos y ciudadanas la Pruebas Psicotécnicas

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la Línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades. La presente actividad se desarrollará por medio de la metodología psico-educativa, en donde se explicará la Pruebas Psicotécnicas.
Adecuación: Se realizará la invitación a los ciudadanos a participar del taller, se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad.

- **Primer momento:** Se les dará a los ciudadanos la Pruebas Psicotécnicas (Wartegg) para que la desarrollen.
- **Segundo Momento**: Se les explicara el paso a paso y se entrega a los ciudadanos la Pruebas Psicotécnicas para que la desarrollen.
- **Tercer momento:** Se explicará a los ciudadanos y ciudadanas en que consiste la pruebas y la importancia de que la sepan desarrollar para su fortalecimiento y desarrollo en beneficio de su proyecto de vida para poder lograr una gestión ocupacional.
- **Cuarto momento:** Se realizara un foro frente al tema abordado, cada ciudadano explica los conocimientos fortalecidos, se realizan preguntas orientadoras para refuerzo y se finaliza agradeciendo por la participación y receptividad.

TEMAS
¿Qué son y para qué sirven las pruebas psicotécnicas?

A la hora de enfrentarte a una prueba de selección debes saber que las empresas utilizan pruebas psicotécnicas para medir las aptitudes, conocimientos, destrezas y habilidades de sus posibles empleados. Cada vez, más empleados de Recursos Humanos realizan pruebas psicotécnicas para una entrevista de trabajo con el fin de poder evaluar a un candidatos por habilidades, conocimientos y valores que van más allá de su propio currículum.

¿Qué son las pruebas psicotécnicas?
Las **pruebas psicotécnicas** son test funcionales que miden capacidades y aptitudes intelectuales y profesionales de diversa índole, como memoria verbal y visual, aptitudes numéricas, de lingüística, de conocimiento profesional al igual que rasgos de personalidad, intereses y/o valores personales.
Este tipo de pruebas son mediciones de conducta que permiten **diagnosticar y predecir los comportamientos de los futuros empleados.** Estas pruebas dependen del cargo, del nivel profesional, competitivo, gerencial y administrativo y claramente de la empresa a la cual se está llevando a cabo el proceso de selección".

"Estos test son diseñados y aplicados para que los futuros empleados demuestren que los conocimientos que plasman en sus **hojas de vida** son reales, lo más aconsejable para las personas que se enfrentan a ellos, es que sus respuestas **sean sinceras, honestas, coherentes y espontáneas".**

Tipos de tests psicológicos
Estas pruebas psicotécnicas o tests psicológicos se pueden clasificar en cuatro grandes grupos: **inteligencia, aptitudes, personalidad y proyectivas.**

Inteligencia

Nos permiten medir el Factor G o **inteligencia general**, utilizando el razonamiento abstracto, resultan determinantes para medir la capacidad de resolver **problemas laborales** en campos específicos. Se pone a prueba factores como razonamiento verbal, numérico y lógico, como también creatividad, memoria y coordinación.

Aptitudes

Estas nos permiten predecir las habilidades o capacidades que tiene una persona para desarrollar determinadas tareas. Evalúan conocimientos específicos del campo de acción de los aspirantes. En este tipo de test se evalúa:

- Razonamiento verbal, numérico, mecánico y lógico o abstracto.
- Comprensión verbal, numérica, mecánica y de instrucciones escritas.
- Resolución de problemas.
- Análisis.
- Creatividad.
- Administrativas.
- Comerciales.
- Memoria Espacial.
- Coordinación
-

Personalidad

Este tipo de pruebas permiten predecir las actitudes, carácter y/o temperamentos de los individuos, los cuales, son más difíciles de cambiar o modificar porque se relacionan con los procesos biológicos, sociales y psicológicos.

- Dinamismo, ajuste social, tolerancia.
- Dominancia, capacidad de trabajo en equipo
- Cooperación
- Cordialidad.
- Perseverancia.
- Estabilidad emocional.
- Apertura mental.
- Responsabilidad.
- Tolerancia al estrés.

Fuente de consulta:

https://blog.hubspot.es/sales/que-es-test-ipv

https://web.teaediciones.com/IPV---INVENTARIO-DE-PERSONALIDAD-PARA-VENDEDORES.aspx

https://www.universia.net/co/actualidad/empleo/que-son-que-sirven-pruebas-psicotecnicas-911990.html

RECURSOS:

Físicos:

- Lápices.
- Pruebas psicotécnicas.

Humanos:

- Profesional de psicología.
- Ciudadanos participes de la actividad.

RESULTADOS:

Cualitativos:

El taller permitió explicarles a los ciudadanos en que consiste una prueba psicotécnica y la importancia de generar nuevos conocimientos para su desempeño ocupacional, seguido de esto se les socializo la prueba psicotécnica wartegg a los ciudadanos y posteriormente se les entrego a cada uno la prueba psicotécnica

para su respectivo diligenciamiento, durante el desarrollo de la misma se presentaron interrogantes al momento del desarrollo de la prueba teniendo en cuenta que era la primera vez que lo hacían, sin embargo se resolvieron todas las inquietudes de la misma logrando generar conocimientos, herramientas, habilidades y destrezas al momento de desarrollarla, se evidencio interés de los participantes del taller en la adquisición de nuevos conocimientos en su formación enfocados a su proyecto de vida y un inclusión social.

Cuantitativos:
N° total de participantes: 23
N° total mujeres: 2
N° total hombres:21
N° total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca.

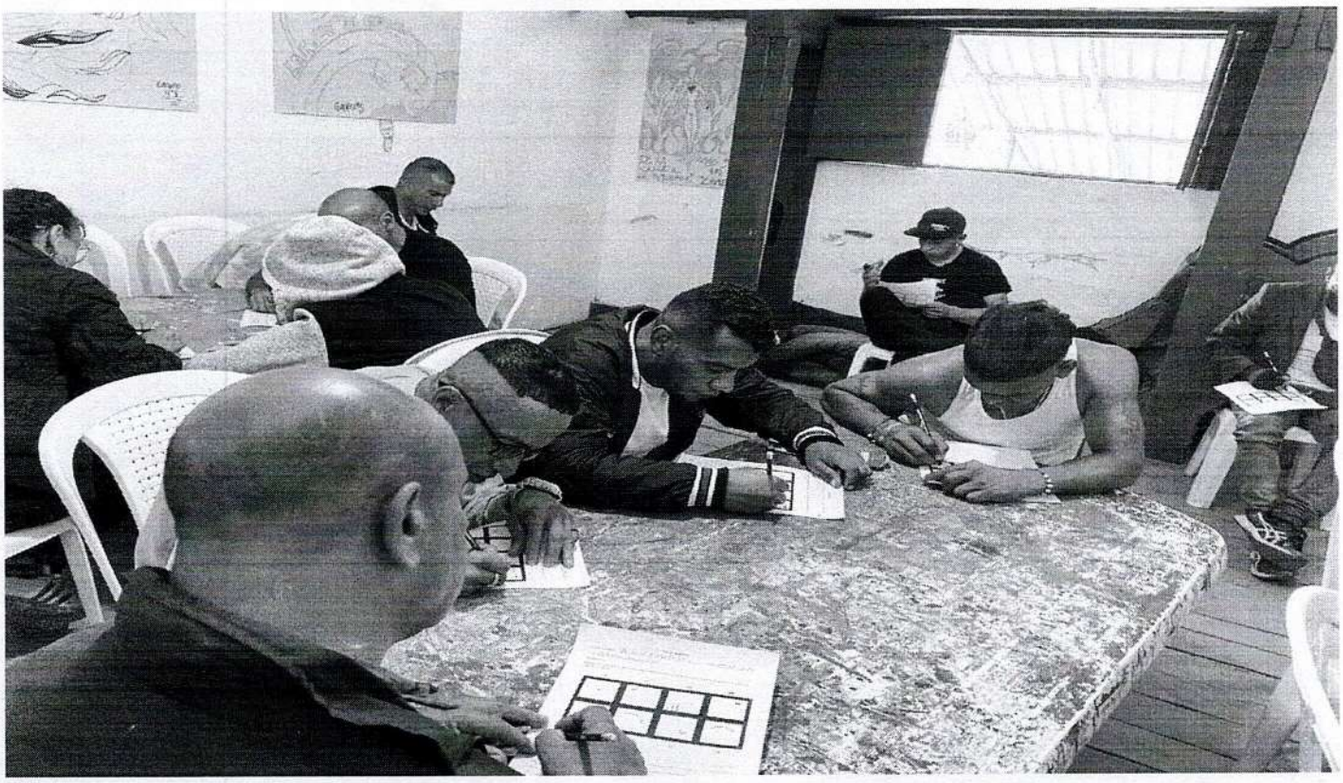
EVIDENCIA FOTOGRAFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Pruebas Psicotécnicas

LÍNEA DE ATENCIÓN 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades

Fecha: 14/11/2024

Etapa: 3 y 4





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Pruebas psicotécnicas		4. Fecha:	14/11/2024	5. Hora: 02:15 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80.036.097	Andres Bernardo Tamayo Vargas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	11.230.612	Sixto Elias León Mendez	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1.003.238.457	Ivan de Jesus Bolaño de la Hoz	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80.821.424	Gustavo Adolfo Sanchez Torres	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79.745.692	Wilson Yobany Sanchez Acosta	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	88.140.836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79.757.855	Geovanni Alexander Soracipa	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1012344601	Victor Alexandrer Salinas Celis	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1.019.025.772	David Andres Bernal	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					David B.	
10	CC	15907257	Juan Manuel Bravo Giraldo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					JUAN B	
11	CC	79.612.622	Fredy Wilson Delgado Ulloa	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79387235	Danilo Fernando Rios Chisco	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	10.775.655	Elkin Javier Posada Naranjo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79259090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	80.030.038	William Enrique Pedraza Ramirez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	19.298.733	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jorge Ramirez	
17	CC	80296366	John Forigua Salinas	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	1.023.877.436	Luis Alberto Huertas Segura	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Luis Huertas	
19	CC	80.744.693	Edwin Norberto Blandon Gomez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	52363938	Claribel Clavijo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1.024.502.221	Lucy Viviana Castro Osorio	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	11188082	Santiago Espitia	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Santiago Espitia	
23	CC	15.987.473	Jose Arley Rincón	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jose Rincon	

13. Nombre del responsable: Jessica Ortiz

14. Cargo o rol del responsable: psicologa

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida la Victoria	**FECHA:** 14/11/2024	**HORA:** **INICIO:** 2:15PM **FINAL:** 4:00PM
ÁREA: Promotora Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andrea Camelo

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Parqués humano
Línea de Atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social
Etapa 5A Y 5B

OBJETIVO GENERAL:

Este juego lúdico tiene como desafío generar estrategias de pensamiento para lograr el objetivo de ganar, mantiene la mente activa y aumenta la capacidad de aprender; Cumpliendo reglas y aumentando habilidades para comunicarse con los demás. Ayuda a conocer los rasgos propios del carácter, al realizarse con fichas humanas, lanzar los dados y desplazarse ayuda a la destreza física.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Desarrollar capacidades cognitivas: percepción, concentración, memoria, razonamiento, evaluación del riesgo.
- Fomenta capacidades como: motivación, iniciativa, creación de estrategias, capacidad para convencer a los demás, autoestima.
- Estimula habilidades comunicativas, hablar en situaciones de grupo, interactuar con los demás.

METODOLOGÍA:
Con la colaboración de un grupo de participantes se elaborará el esquema del juego en el piso del auditorio para el desarrollo de la actividad en la cual participarán un grupo de ciudadanos en la mayoría de avanzada edad, la actividad tendrá como fin estimular la movilidad y destreza de los participantes.
Adecuación: Se realizará la invitación a los ciudadanos de etapa 5A y 5B a ser partícipes de la actividad en el área del auditorio.
Primer momento: Se dará inicio en el auditorio a esta actividad ya que se encuentra con la debida adecuación diseñada por los compañeros.
Segundo Momento: Se organiza a los participantes en 4 equipos con 4 integrantes por equipo.
Tercer momento: Se lanza al azar los dados para darle un orden de inicio al juego.
Cuarto momento: Teniendo en claro las normas y el orden del juego se da inicio a la partida.

TEMA: PARQUES
El parqués es un juego de mesa de origen colombiano, pero con raíces en España donde se conoce como "*Parchís*" y que a su vez se derivó del antiguo "*Pachisi*", de la India. Etimológicamente viene de la palabra "*Parkase*" y es considerado el juego nacional de la India.
También se conoce como "*Pacis*", palabra que significa "veinticinco", número más grande que podía ser tirado con los dados de la época, cuando se dio origen a esta lúdica por allá en el siglo IV a.c. de acuerdo con los estudios realizados frente al tema, aunque mucho se discute con relación a que este origen está perdido en el tiempo.
Para la época, 17 siglos atrás, lejos estaban los creadores de lo que también se llama "*Ludo*" en varios países de América Latina, de que, aparte de un simple juego y/o distracción, el parqués se convertiría en una de las terapias mentales más efectivas en la actualidad.
Por muchos años, en Estados Unidos, los juegos de mesa han sido uno de los pasatiempos más populares. Entre los siglos XVIII y XIX, este tipo de recreación se convirtió en obsequio especial de padres a hijos, más por su valor educativo pero, a partir de la segunda guerra mundial, cuando hubo un repunte importante de la economía, la gente pudo comprarlos con mayor facilidad. Entonces se inventaron juegos de niños para aumentar habilidades en lectura, matemáticas y pruebas motoras y, otros, para fortalecer aptitudes y para resolución de problemas y conflictos. En la actualidad existen juegos para todas y cada una de las edades e intereses.
A lo largo de la historia los juegos de mesa, incluido el parqués, se han practicado por entretenimiento, pero, en el trasfondo de esta lúdica, especialistas en temas sicopedagógicos han encontrado grandes virtudes dado que se ha confirmado que no sólo permiten agilizar la mente, sino que, quienes lo practican desde temprana edad, previenen enfermedades como el Parkinson y/o el Alzheimer.
El parqués, como los demás juegos de mesa que incluyen el desafío de hacer pensar y generar estrategias para lograr el objetivo de ganar, mantiene la mente activa y aumenta la capacidad de aprender. "Se aprende

a seguir y a respetar reglas y aumenta habilidades para comunicarse con los demás y ayuda a conocer los rasgos propios del carácter", aseguran los estudiosos de temas lúdicos. Afirman, además, que en el caso concreto del parqués, lanzar los dados coadyuva a la destreza en matemáticas.
Si deseas saber qué tan competitivo eres, si tienes paciencia, si se es diplomático y te comunicas de manera acertada, basta con practicar juegos de mesa y verás todo lo que puedes descubrir.

Reglas básicas

- Los pares sirven para sacar fichas de la «cárcel». Con 6-6 o 1-1 se pueden sacar las cuatro fichas, con otros pares cualquiera, se pueden sacar sólo dos.
- En caso de tener un solo peón en el centro y si el jugador obtiene pares para liberarlo, el jugador deberá mover lo equivalente a un dado; por ejemplo, si obtuvo 4-4, deberá mover 4 pasos, con una ficha diferente a la liberada, a menos de que sea la única pieza disponible.
- Existen dos tipos de seguros, los «seguros» y las «salidas», en estas últimas la única forma de enviar a la «cárcel» es que una ficha sea liberada a esa casilla de «salida».
- Cuando existe la ocasión de solo tener una ficha en el tablero y las demás en la cárcel se le llama «solitaria» o «loca» esta ficha tiene que correr todos los turnos completos.
- Cuando, en tres oportunidades se obtienen pares, se tiene la posibilidad de sacar una ficha o continuar con un único tiro extra y perder la opción de sacar la ficha. Hay una variación en la que la última pieza movida va a la «cárcel». Después de esto, se cede el turno.
- En algunas versiones del juego, siempre se debe «comer». Omitir enviar a la «cárcel» la ficha de un contrario, significará que la ficha propia irá a la «cárcel» debido a esa omisión. A esto comúnmente se le llama «soplar».
- En la llegada se debe obtener en los dados el valor exacto para llegar a la casilla ganadora. Existe la excepción cuando se tiene una sola ficha en juego y las demás en cárcel, que sacando el número exacto con un dado libere la jugadora; para efectos de recortar el tiempo de juego. Y el otro dado no se cuenta, sin embargo, se debe siempre lanzar ambos dados, para intentar sacar pares y liberar sus otras fichas.
- Hay tres tipos de premios, que pueden ser remunerados: sacar la primera ficha y ganar el juego, enviar a la cárcel, soplar y, obviamente, ganar el juego.
- Si existe solamente una ficha restante para un jugador, pues las demás ya llegaron a la meta, y esta ficha puede alcanzar la meta con menos de seis pasos, el jugador sólo debe usar un dado.
- Siempre es prioritario sacar las fichas de la «cárcel» aún si puede capturar el peón de un oponente con el valor obtenido al lanzar los dados.
- No se puede sacar una pieza de la «cárcel» y capturar con esa misma ficha en un solo tiro de dados, a menos que sea la única que se tenga.

Reglas especiales

- Si todas las fichas que se mueven en la jugada quedan en seguro se lanza de nuevo, como si el jugador comenzara un nuevo turno.
- Sacar tres pares seguidos en un turno, sin contar el par de sacar fichas de la cárcel, hace que la ficha más adelantada del jugador que obtuvo dichos tres pares sea enviada a la «cárcel». Excepto, si los tres pares son de los exactamente los mismos, la ficha se envía al «cielo».
- Las fichas que entran al «cielo» no reciben sanciones, pero sí pueden ser comidas.
- Al sacar 5 y 6 (once) en los dados, cuenta hacía en sentido contrario al curso normal del juego y se vuelve a lanzar, a menos que se «sople».
- Al sacar 1 y 2 (tres) en los dados, se mueve en sentido contrario al curso normal del juego con una sola ficha.
- Arañazo: el jugador ha de tener por lo menos una ficha fuera de la «cárcel», y debe obtener el valor exacto con ambos dados, contando la salida como una casilla.

Fuente de Consulta:
https://www.acordantioquia.com/parques-mas-que-un-juego-una-terapia-mental/

RECURSOS:

Físicos:

- Tizas
- Pinturas
- Dados elaborados
- Listado de asistencia

Humanos:

- Ciudadanos
- Promotores

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante la actividad se logra evidenciar interés y participación de los y las ciudadanas, demostrando motivación y deseo por vincularse activamente en el espacio. Dicho encuentro incentivó a la reflexión desde

el marco del respeto y la sana competencia. Adicionalmente, desde este ejercicio se trabaja el fortalecimiento de sus habilidades, destrezas y capacidades, los cuales favorecen a sus procesos de socialización y establecimiento de relaciones interpersonales orientados a una sana convivencia.

Cuantitativos:
N° total de participantes: 24
N° total mujeres: 2
N° total población LGTBI: 1
N° total hombres: 21

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

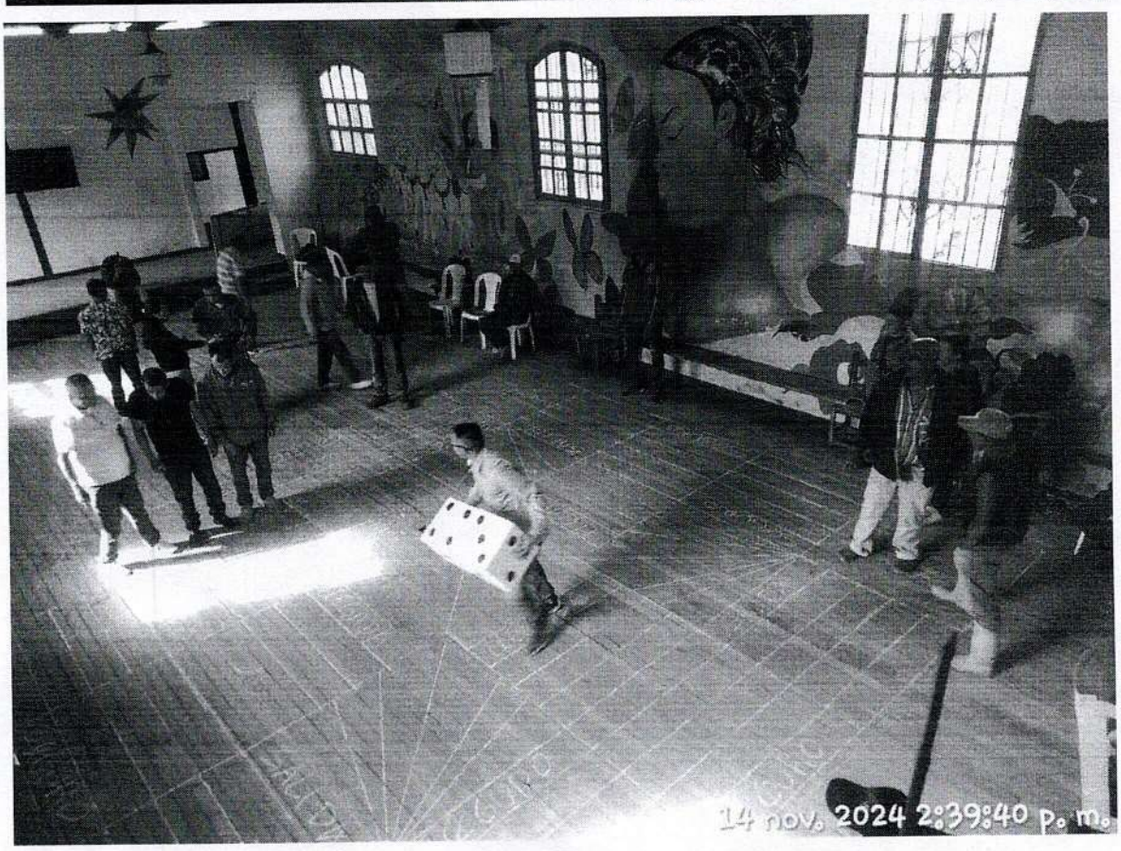
FIRMA COORDINADOR: _____

Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR: _____

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
NOMBRE ACTIVIDAD: Parqués Humano
Línea de Atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social
Fecha: 14/11/2024
Etapa: 5A y 5B





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Parqués humano		4. Fecha:	14/11/2024	5. Hora: 02:15 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80.798.474	Janner Hernan Madrigales Ramirez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	16.600.499	Jorge Elias Bobadilla Zapata	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1.019.059.702	Carlos Andres Villanueva Ordoñez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1.026.597.144	Oscar Fabian Duque Lopez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	6.774.497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79.119.184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1.026.580.493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	80.799.628	Dario Arturo Valencia Holguin	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	52.230.710	Sandra Constanza Alape Ducuara	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	80213838	Cristian David Vasquez	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79995601	Yair Diaz Gamboa	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	34.534.094	Maria Amparo Galindez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	10.083.748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	2000009667	Luis Alberto Almario	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	19498355	Rigoberto Tabares Andrade	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	79.221.377	Carlos Orlando Pardo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	80.489.044	Elkin Cesar Sarmiento Ospina	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	80204833	Orlando Barreto Gallego	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	80.362.292	Henry Escallón Cortes	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	79.700.841	Carlos Julio Vanegas Granados	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	19499773	Wilson Camargo Garcia	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	10559598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Andrea Camelo

14. Cargo o rol del responsable: Promotora Social

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 15/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 8:00 am. **FINAL**: 10:00 am
ÁREA: Pedagogía Reeducativa	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	María Fernanda Acosta	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: "Reconociendo mi potencial".
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:

Reforzar en las y los ciudadanos las fortalezas y debilidades como parte integral del proceso de desarrollo personal, desde la parte educativa, a través del enseñamiento de las definiciones teóricas, sobre que son las fortalezas y debilidades para que reconozcan sus potenciales y lo usen como herramientas de trabajo interior y exterior, creando estrategias para superar obstáculos y lograr establecer objetivos realistas a favor de la mejora de su bienestar y calidad de vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar y reconocer habilidades personales
- descubrir y explorar intereses y pasiones personales
- desarrollar habilidades para superar obstáculos y desafíos
- Mejorar la toma de decisiones y dar soluciones a los problemas
- establecer límites saludables y aprender a decir "no".

METODOLOGÍA:

Para la realización de esta actividad se tendrá en cuenta el marco de la línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social, usando la metodología del aprendizaje experiencial que tiene como base el utilizo de las vivencias las cuales servirán en la parte reflexiva fomentando así el aprendizaje.

Adecuación del espacio:

Para el buen éxito de la actividad formativa, será necesario acondicionar el auditorio con sillas, televisor, y portátil, y HDMI.

Primer, momento:

Se invitará a los ciudadanos a acomodarse en el auditorio donde se dará inicio al taller con la dinámica rompehielos llamado ", el cual consiste en crear un tablero con casillas que represente diferentes aspectos de la vida (familia, amigos, trabajo). Cada participante lanza un dado y avanza por el tablero al llegar a cada casilla debe compartir una experiencia positiva con relación a lo descrito en la casilla, buscando identificar sus fortalezas y debilidades, así como el aprendizaje – enseñanza de eso.

Segundo momento:

Terminada la dinámica se entrará a definir y conocer que son las fortalezas que cada individuo Posee y como se relacionan con el plan de acción para lograr el éxito. De la misma manera se enseñará el concepto de debilidades y como pueden afectar negativamente en el desempeño y los resultados de todo aquello que se piense realizar, teniendo como punto de reforma decisiones negativas.

Tercer momento:

Una vez interiorizados los conceptos se pasará al reajuste de "mi balance "los ciudadanos dibujaran una balanza con dos lados: fortalezas y debilidades, que les permitirá reflexionar y aprender sobre como equilibrar ambas, se les pedirá de crear un gráfico que será alimentado día tras día hasta haber captado el

enseñamiento sobre las fortalezas y debilidades, logrando la eficacia en la vida diaria, construcción del proyecto de vida, y la trasformación de las conductas arraigadas a la habitabilidad en calle.

TEMAS

Que son las fortalezas

Las fortalezas son aquellas cualidades, actitudes y habilidades deseables y sobresalientes de una persona. Una cualidad se convierte en fortaleza cuando se manifiesta como un rasgo constante y destacado de la persona, lo que le da ventaja respecto de los demás. Las fortalezas son valoradas y demandadas en determinados contextos (el trabajo, la escuela, la casa). Basadas en los valores éticos de una persona, su capacidad para comunicarse, su carácter, sus capacidades o su personalidad. Las fortalezas se dividen en: psicológicas: 1. Autoestima: Una sana autoestima se refleja en la estima y buen trato hacia los demás, lo que es fuente de éxito personal y laboral. Cuando la persona reconoce, valora y acepta sus fortalezas y debilidades con base en la realidad, transmite estabilidad emocional y confianza. 2. Resiliencia: es procesar las adversidades y los traumas de tal manera que la persona genere alternativas superadoras. Una persona resiliente es capaz de convertir un trauma en una oportunidad de crecimiento personal o en una motivación para desarrollar proyectos. 3. Autoconfianza: Tener confianza en sí mismo facilita el proceso de toma de decisiones, lo que influye en que los conflictos se resuelvan de manera más eficiente. Además, genera confianza en los otros, ya que es leída como signo de estabilidad emocional. 4. Auto examinación: es la capacidad de mirar hacia nuestro interior y reconocer los propios errores y aciertos. Por medio de la auto examinación se abren los caminos de la superación personal, sea en cuanto al carácter o en cuanto a destrezas laborales. Quien reconoce sus fallas puede ponerles remedio. Quien conoce sus fortalezas, puede sacarles provecho. 5. Empatía: Ser empático es ponerse en el lugar del otro, es decir, ser sensible a las necesidades y problemas de los demás. La persona empática entiende las circunstancias que afectan el rendimiento o comportamiento de una persona en un momento crítico. Esto facilita el diálogo y la superación de la crisis. 6. Inteligencia emocional: se define como la capacidad para percibir, procesar, administrar y expresar las emociones saludablemente. Implica comprensión, autocontrol, respeto y madurez. Las personas con inteligencia emocional son más propensas a establecer relaciones sanas y duraderas, y a crear un ambiente positivo y estimulante a su alrededor. Las Fortalezas comunicativas: Son habilidades que nos facilitan la comunicación con otras personas: 7. Asertividad: Es la capacidad de comunicarse de forma elocuente y saludable en la defensa de los derechos y puntos de vista. Las personas asertivas son capaces de reconocer situaciones de abusos y ponerles límite a tiempo. 8. La sociabilidad: facilita establecer buenas conexiones y relaciones personales, de las cuales se generan oportunidades. Acompañada del respeto y la determinación personal, la sociabilidad permite captar la atención de los demás, inspirar su confianza y motivación y facilitar negociaciones. Por ello, es crucial en el mundo laboral. 9. Capacidad de persuasión: es una gran fortaleza, pues hace posible comunicar de manera efectiva el valor de nuestras ideas, sugerencias y opiniones a los demás. Por ello, las personas persuasivas son siempre muy valoradas en áreas laborales como las ventas y las negociaciones. Fortalezas de carácter: Son cualidades que describen el modo de actuar frente a escenarios específicos. 10. Liderazgo: La capacidad de liderazgo permite convocar, motivar y coordinar a un equipo de manera saludable y satisfactoria. Quien goza de esta fortaleza, puede liderar proyectos (propios o institucionales) y llevarlos a buen término. 11. Perseverancia: suele ir de la mano con la paciencia y la disciplina. Quien logra ser perseverante, es decir, quien no se da por vencido y es constante en sus esfuerzos a pesar de los obstáculos, es aquel que logra el éxito o la fecundidad personal. 12. Versatilidad: es el nombre que le damos a la capacidad adaptarse a las situaciones retadoras de manera activa, las cuales con frecuencia implican cambios estructurales o funcionales. Una persona versátil se dispone a aprender y actuar cuando el entorno demanda cambios. 13. Entusiasmo: surge de la alegría interior

y el optimismo frente a los proyectos, tareas y actividades pendientes. Influye positivamente en el ambiente circundante, pues contagia de buen ánimo a las personas. Así, el entusiasmo también es una fuente de motivación en el equipo o la comunidad. 14. Proactividad o iniciativa: Una persona proactiva es una persona con iniciativa. La proactividad es una de las fortalezas más valoradas en el ambiente laboral. Gracias a ella, se puede confiar en que la persona hará lo necesario ante una necesidad imperante, sin esperar una situación de emergencia o la orden de un superior. 15. Curiosidad y disposición para aprender: no es solo una cuestión de capacidad, sino de curiosidad y disposición. Quien tiene curiosidad y disposición para aprender se desafía a sí mismo y es capaz de mejorar constantemente en conocimiento y habilidades para beneficio de todas las partes. 16. Disposición para trabajar en equipo: Quien está dispuesto a trabajar en equipo tiene su mirada en el objetivo trazado y no en su imagen. Por ello, acepta y confía en las fortalezas de los demás, al tiempo que comparte las suyas en beneficio de la causa de manera respetuosa. Esto es expresión de compañerismo, integración y confianza. 17. Sentido del humor: Tener sentido del humor es una fortaleza muy valiosa. Por un lado, es una expresión concreta de la capacidad de adaptación de las personas frente a circunstancias adversas. Por el otro, ayuda a minimizar las reticencias de otras personas hacia nosotros y crea un ambiente favorable al diálogo y la confianza. 18. Determinación: La determinación implica dos cosas. Primero, la claridad y constancia en los objetivos propuestos. Segundo, la capacidad de tomar decisiones coherentes y oportunas. Las personas determinadas no solo alcanzan sus objetivos con mayor rapidez, sino que ayudan a las personas de manera indirecta gracias a su claridad y voluntad. Fortalezas según las capacidades: Son habilidades que nos capacitan para determinados ámbitos, como el trabajo o el estudio. 19. Pensamiento analítico: La capacidad de análisis es una cualidad intelectual que permite registrar, describir, sintetizar e interpretar la información disponible, así como hallar relaciones ocultas entre datos. Esta capacidad permite construir criterios razonados para tomar decisiones. Es muy apreciada en el trabajo, pero su aplicación es necesaria para todo aspecto de la vida. 20. Concentración mental: En el corto plazo, la capacidad permite aprovechar el tiempo para la conclusión de una tarea sin distracciones, lo que redunda en eficiencia. En el largo plazo, o en un sentido estratégico, le permite a la persona mantenerse enfocado en su propósito de vida. 21. Formación: La formación es fundamental para alcanzar el desarrollo personal, sea en el ámbito laboral, el doméstico o en el autoconocimiento. Independientemente de nuestra elección de vida, aprender y formarnos nos permite estar preparados para las situaciones que enfrentamos. Cuanto mejor formada esté una persona, será más consciente y fecunda. 22. Experiencia: La experiencia es una fuente de aprendizaje que nos permite analizar mejor la realidad. Cuando tomamos conciencia de nuestras experiencias, las analizamos y ponderamos, logramos nuevos y originales aprendizajes que pueden ayudar a nuestro entorno. 23. Creatividad: Es la capacidad para inventar objetos, herramientas, modos de expresión y toda clase de recursos, para dar respuesta a las necesidades concretas y simbólicas del ser humano. Los actos creativos son siempre una catapulta del desarrollo personal y social. Fortalezas éticas: Son valores morales deseables en una persona, ya que promueven el bien propio y el bien común. 24. Honestidad: Ser honesto es actuar con integridad y responsabilidad en cualquier situación, en función del bien común. Una persona honesta es transparente en sus intenciones y cuida a las personas de su entorno tomando decisiones éticas. Por ello, la honestidad es una fortaleza destacada y deseable, tanto en el orden personal como académico, laboral y ciudadano. 25. Compromiso: Como fortaleza, el compromiso es la capacidad de cumplir con los acuerdos establecidos y los proyectos comunes. Más allá de la obligación, mostrar compromiso es expresión de sentido de pertenencia, responsabilidad y respeto con quienes hemos establecido acuerdos. 26. Responsabilidad: Ser responsable es dar respuesta diligente y eficaz ante diversas situaciones que demandan solución. Entraña sentido común, compromiso y solidaridad. Por esta razón, es una de las fortalezas más buscadas tanto en el ambiente laboral como en la búsqueda de una pareja para formar familia. 27. Disciplina: La disciplina implica cumplir con diligencia las rutinas necesarias para alcanzar los objetivos personales y

comunitarios. En lo social, la falta de disciplina se riñe con el cumplimiento del deber, la responsabilidad y el respeto. En lo personal, el talento sin disciplina se pierde. En cambio, una persona sin condiciones naturales para algo puede adquirirlas a fuerza de disciplina.

Que son las debilidades: Contribuyen a mantener situaciones que producen verdaderos quebraderos de cabeza y en muchos casos también hacen surgir de la nada problemas que creamos nosotros mismos y que de otro modo no deberían existir. Las debilidades del ser humano es una abstracción, lo que significa que cuando aparecen en nuestro día a día no es evidente que estemos ante ellas. Conocerlas ayuda a detectarlas, pero no es suficiente con esto; hay que pararse a pensar y poner atención en lo que hacemos y lo que sentimos.1. Impaciencia: La impaciencia es uno de los principales obstáculos que nos mantienen separados de nuestras metas. Se requieren invertir muchos esfuerzos, tiempo y recursos, y si la impaciencia toma el control de la situación, cualquier plan o estrategia que se dirijan a esa clase de fines se tambaleará por la relativa falta de compensaciones a corto plazo. 2. Egoísmo: el egoísmo puede llegar a ser positivo en situaciones puntuales, pero en una gran cantidad de situaciones lo único que hace es llevarnos a cortar nuestros vínculos con la sociedad. Así, nos hace quedarnos solos poco a poco, no solo perjudicando a quienes nos rodean a causa de las veces en las que les decepcionamos, sino además llevándonos a perder capital humano a nuestro alrededor: menos gente dispuesta a ayudarnos y a esforzarse por darnos apoyo cuando lo necesitemos. 3. Celos: Los celos nos llevan a sentir la necesidad de controlar la vida de otras personas por el miedo a perderlas, lo cual es, paradójicamente, un hecho que daña significativamente cualquier vínculo personal que pudiésemos tener con ella al no reconocer su individualidad y libertad personal. 4. Cobardía: La cobardía nos lleva a no tomar decisiones que, aunque son incómodas y suponen salir de la zona de confort, son necesarias para que nuestras vidas o las de nuestra comunidad o colectivo mejore. Hay que tener en cuenta que la cobardía no consiste en el simple hecho de sentir miedo, sino en dejar que el miedo nos paralice y se interponga entre nosotros y una meta que nos puede beneficiar claramente y que sabemos que tenemos oportunidades de alcanzar, por el simple hecho de evitar una situación estresante a corto plazo. 5. Conformismo con la ignorancia: El conformismo no tiene por qué ser malo; a fin de cuentas, no todo el mundo vive en una situación en la que pueda permitirse arriesgar constantemente con tal de aspirar a objetivos diferentes. Del mismo modo, y aunque esta idea parezca ir en contra del sentido común, la ignorancia tampoco es un elemento negativo de por sí; es un aspecto inevitable que forma parte de nuestras vidas, y tal y como señaló socrates hace miles de años, reconocerla en uno mismo puede llegar a ser incluso un requisito para avanzar hacia la sabiduría. Sin embargo, la combinación del conformismo y la ignorancia sí genera problemas. Y es que el conformismo aplicado específicamente al conocimiento es una de las debilidades humanas; el motivo es que nos hace quedarnos a ciegas en un mundo en el que el conocimiento nos puede ahorrar muchos problemas. Lamentablemente, no son pocas las personas que creen que aprender sobre ciertos temas que van más allá de la satisfacción de necesidades básicas del día a día genera más problemas de los que resuelve. 6. Resentimiento: Concentrarse en las viejas ofensas, ya sean reales o imaginarias, es otra de las debilidades del ser humano que facilita la aparición de hostilidades injustificadas. A veces, en ocasiones, el resentimiento puede llegar a hacer que toda la sociedad en general cause antipatía por un vago sentimiento de ofensa causado por la idea de que la vida nos ha quitado más de lo que nos ha dado. Pero, a la práctica, solo favorece el aislamiento y las dificultades para crear vínculos sentimentales significativos: a poca gente le gusta tratar con quien sostiene actitudes pasivo-agresivas. 7. Dependencia: hay personas que se acostumbran a vivir según el modo en el que otros viven, imitando sus valores, su manera de pensar y de actuar, e incluso su estética. Con el tiempo, esto lleva a situaciones insostenibles, porque no es posible vivir indefinidamente siguiendo un proyecto vital que no es el que uno mismo ha construido. Y, cuando quien ha caído en esta dinámica de dependencia se da cuenta, a este problema se le suma el sentimiento de haber perdido el tiempo durante meses o años. Por eso, esta es una de las debilidades del ser humano con un poder mayor a la hora de generar crisis existenciales

Fuente de consulta:

27 fortalezas de una Persona - Enciclopedia Significados

Debilidades de una Persona - Cuáles son, ejemplos y fortalezas

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Cartulinas
- hojas blancas y hojas de colores
- música de fondo

- lapiceros
- tijeras
- marcadores

Humanos

- Ciudadanos
- Pedagoga Reeducativa
- Promotor

RESULTADOS:

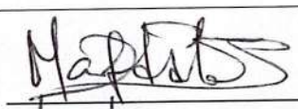
Cualitativos:

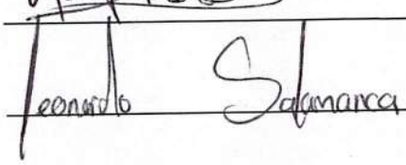
El taller transversal de reconociendo mi potencial, tuvo bastante sintonía en los ciudadanos, pues, hicieron preguntas, comparaciones y sobre todo evidenciaron en ellos las debilidades que nos les permite avanzar en su proceso de mejora de calidad de vida, realizan análisis sobre sus proyecciones más a continuar con el consumo que a meter en práctica sus fortalezas.

De las reflexiones realizadas se evidencia, buena interiorización de la temática y reacciones positivas, lo cual les ayudará a trabajar sus fortalezas y debilidades, para lograr conocer nuevos potenciales interiores dentro de ellos que les servirá en su proceso de inclusión social.

Cuantitativos

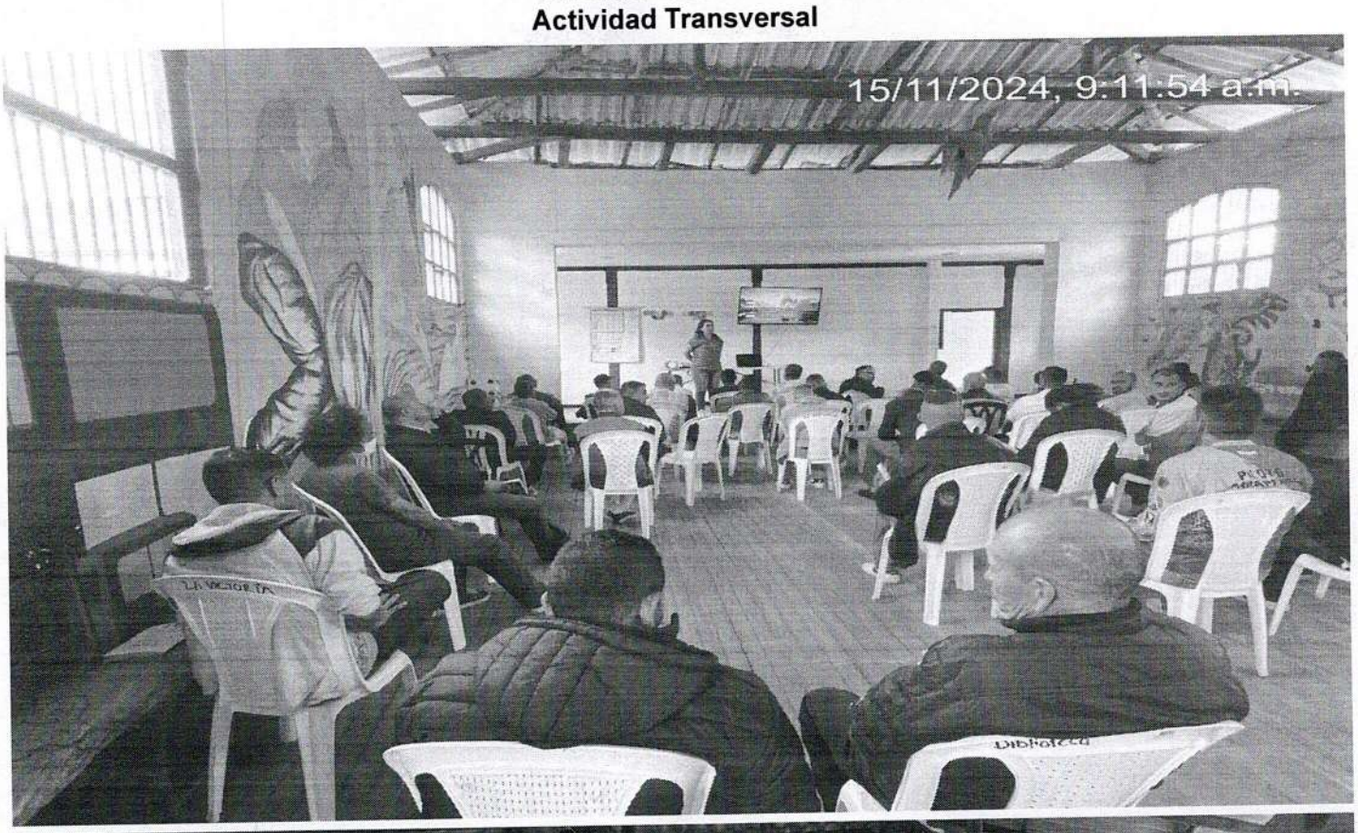
N.° total de participantes: 47
N.° total mujeres: 1
N.° total hombres: 44
N.° total población LGBTI: 2

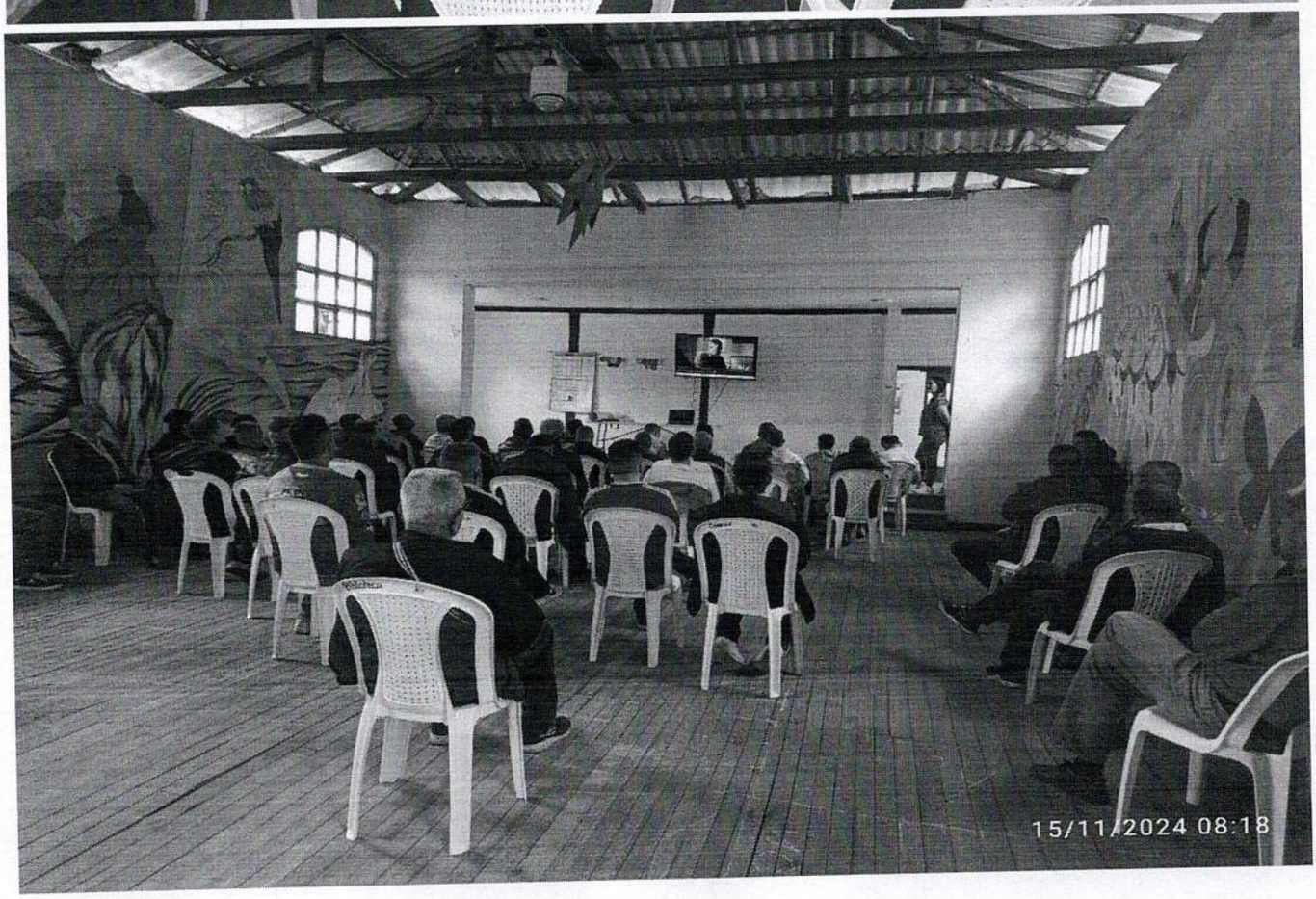
FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: "Reconociendo mi potencial"
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: Desarrollo personal para la inclusión social
FECHA: 15/11/2024
Actividad Transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria				
3. Tema / Actividad: Reconociendo mi potencial		4. Fecha:	15/11/2024	5. Hora:	08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1.123.731.264	Amilkar Yovanis Diaz Armenta	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79.825.683	Miguel Angel Beltran	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79.814.274	Yiovanny Gallego Mejia	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	19.432.215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80.030.038	William Enrique Pedraza Ramirez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80.741.956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1.024.516.772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79.315.415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80.296.366	John Forigua Salinas	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79.995.601	Yair Diaz Gamboa	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1003238457	Ivan de Jesus Bolaño de la Hoz	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79497924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	16948471	Ariel Cuero Sinisterra	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80.362.292	Henry Escallón Cortes	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	15.987.473	Jose Arley Rincon	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	16470819	José Ramón Vallecilla Mesa	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	79558912	Jose Ismael Cañon Salazar	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	32.765.219	Elizabeth Yamile Rico Montoya	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	80.204.833	Orlando Barreto Gallego	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	15907257	Juan Manuel Bravo Giraldo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	80.743.922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1088262026	Andres Felipe Muñoz Ramirez	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	19.454.578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	80094979	Nelson Gutierrez Casas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	1016041949	Braian David Castellanos Monroy	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Maria Fernanda Acosta

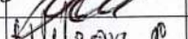
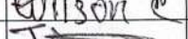
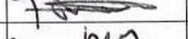
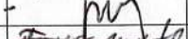
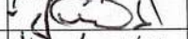
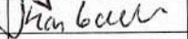
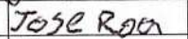
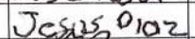
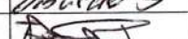
14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga Reeducativa

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/ docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, asi como para consultar los datos alli almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria		
3. Tema / Actividad: Reconociendo mi potencial	4. Fecha: 15/11/2024	5. Hora:	08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	93356645	Gonzalo Prieto Peñuela	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	1.053.773.593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	19.499.773	Wilson Camargo Garcia	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
29	CC	6.774.497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	79.259.090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
32	CC	19.298.733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
33	CC	6.104.332	Jhon Jairo Garcia Cardona	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
34	CC	71.185.511	José Roa Larrota	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
35	CC	78.077.231	Jesus Diaz	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
36	CC	79221377	Carlos Orlando Pardo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
37	CC	14233798	Victor Manuel Giraldo Mendez	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
38	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
39	CC	79.523.151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
40	CC	80.489.044	Elkin Cesar Sarmiento Ospina	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
41	CC	19498355	Rigoberto Tabares Andrade	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
42	CC	2000009667	Luis Alberto Almario	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
43	CC	11.230.612	Sixto Elias León Mendez	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
44	CC	79.415.338	Diego Fernando Nieto	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
45	CC	10559598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
46	CC	1.026.580.493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
47	CC	79768376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Maria Fernanda Acosta

14. Cargo o rol del responsable: Pedagogia Reeducativa

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES**	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida la Victoria	**FECHA:** 15/11/2024	**HORA INICIO:** 11:00am **FINAL:** 01:00 pm
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandra Ramirez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Olimpiadas por la dignidad - Futbol
Actividad transversal.

OBJETIVO GENERAL: Contribuir a la transformación social mediante el deporte, promoviendo la igualdad, la inclusión y el desarrollo personal de los y las ciudadanas, convirtiéndolos en referentes positivos para sus comunidades

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Aportar a la mitigación de los daños asociados a la vida en calle a partir de la concentración en la superación de obstáculos.
- Establecer un entorno de apoyo y colaboración donde los participantes puedan conectarse con otros pares e interactuar de sí mismo.
- Motivar a los participantes a tomar el control de su vida y realizar cambios positivos que les permitan construir un futuro mejor.
- oportunidades para que los y las ciudadanas demuestren sus habilidades y logren metas, puede ayudarles a recuperar la confianza en sí mismos.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, se utilizará una metodología lúdico terapéutica de enseñanza aprendizaje de ejercicios físicos que aporten bienestar al cuerpo y la mente.

- **ADECUACIÓN:** Se iniciará con la espera al llamado de la comunidad de vida la victoria para ser participe del encuentro deportivo y con ello realizar el respectivo llamado a los y las ciudadanas que van a enfrentar el encuentro deportivo entre las comunidades de vida. Se diligenciará la planilla de asistencia y se indicará el objetivo teniendo en cuenta capacidades y limitaciones de cada ciudadano.
- **Fase inicial:** Se iniciará con ejercicios de movilidad articular de manera ascendente, rotación de tobillo, con cada pie, elevación de rodillas, rotación de cintura, elongación muscular, aumento progresivo de la frecuencia cardiaca, saltos sin desplazamiento.
- **Fase central:** Se realizará la explicación del sistema de juego una charla motivacional donde se les mencionan que disfruten el juego, con respecto y compañerismo entre pares.
- **Fase final**: Se finalizará el encuentro deportivo con agradecimientos por su disposición de entrega y la mejor actitud positiva para un nuevo aprendizaje.
- También se clausurará con ejercicios de estiramiento y elongación muscular de manera ascendente, que permitirá una mayor regulación y disminución de tensiones musculares después del ejercicio.

TEMAS: Mejora la capacidad aeróbica

Uno de los principales beneficios de jugar al fútbol es la mejora que provoca en la capacidad aeróbica. Correr a cualquier intensidad durante 90 minutos requiere un alto nivel de resistencia. Por lo tanto, los jugadores de fútbol a menudo tienen una tremenda cantidad de capacidad

aeróbica siendo capaces de pasar de caminar a esprintar y tener una rápida recuperación para hacerlo una y otra vez, y otra vez.

Mejora la salud cardiovascular

Este es probablemente uno de los mejores beneficios de jugar al fútbol. El jugador promedio corre de 8 a 11 kilómetros en un juego completo. El constante caminar, trotar y correr ayudan a mantener el ritmo cardíaco del jugador, proporcionando un excelente ejercicio cardiovascular. Este movimiento constante ayuda a los jugadores a fortalecer sus corazones, a resistir la acumulación de placa en las arterias coronarias, a reducir su presión sanguínea y a quemar el exceso de calorías.

Reduce la grasa corporal y mejora el tono muscular

El fútbol es un gran deporte para quemar grasa porque trabaja los músculos y el corazón de diferentes maneras. El fútbol construye más masa muscular y quema más grasa al reclutar fibras musculares tanto de cambio lento como de cambio rápido. Como entrenamiento general, quema más calorías que los entrenamientos típicos ya que los jugadores se ven obligados a cambiar entre el uso de las vías de energía aeróbica y anaeróbica. Por tanto, este es uno de los mayores beneficios de jugar al fútbol.

Construye la fuerza muscular

La fuerza de la parte inferior del cuerpo es necesaria para golpear, saltar, bloquear, cambiar de ritmo y girar. También forma la base de la velocidad explosiva. La fuerza de la parte superior del cuerpo es necesaria para proteger el balón, retener a los oponentes, hacer lanzamientos y también contribuye a la potencia y la explosividad general. El juego regular de fútbol construye la fuerza usando todo el cuerpo.

Aumenta la fuerza de los huesos

En general, la densidad ósea disminuye a medida que las personas envejecen. Las repetidas cargas de peso en el cuerpo durante un partido de fútbol son una excelente manera de aumentar la fuerza de nuestro esqueleto. Mantener la forma física a través del fútbol durante toda la vida es una gran manera de mantener los huesos fuertes y uno de los más importantes beneficios de jugar al fútbol.

Enseña coordinación

Debido a los cambios entre caminar, correr y esprintar, la coordinación es clave en el fútbol. Otro de los beneficios de jugar al fútbol es que la coordinación del cuerpo se mejora a través de los movimientos complejos como el regate, los giros y los pases, que se realizan a diferentes velocidades y direcciones. La coordinación ojo-mano mejora cuando los jugadores golpean el balón o reciben un pase de alguien. Cuanto mejor sea la coordinación, mejor será la ventaja en un partido.

https://dle.rae.es/f%C3%BAtbol

RECURSOS:

Físicos:

- Campo deportivo, balón, mallas y uniformes

Humanos:

- Ciudadanos
- Educadora físicas
- Jueces

RESULTADOS:

CUALITATIVOS: Los participantes experimentan un aumento en su percepción de capacidad para enfrentar desafíos y superar obstáculos, lo que fortalece su resiliencia, el fútbol les brindo una motivación y compromiso con la vida, además de las habilidades deportivas, los participantes desarrollan habilidades de vida como la puntualidad, la disciplina y la capacidad de trabajar en equipo, ya que la actividad física regular contribuye a una mejor percepción de su cuerpo y a una mayor autoestima, también les permitió experimentar nuevos roles y responsabilidades, lo que puede tener un impacto positivo en su desarrollo personal, se observó que el lenguaje corporal de los y las ciudadanas en los partidos puede proporcionar información valiosa sobre sus emociones y actitudes.

CUANTITATIVOS:

N° Total de participantes: 15
N° Total mujeres: 1
N° Total Hombres: 14
N° Población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA DEL COORDINADOR: _____

NOMBRE DEL COORDINADOR: _____Leonardo Salamanca _____

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Olimpiadas por la dignidad - Futbol

Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Fecha: 15 /11/2024

Actividad transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle | 2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria | 4. Fecha: 15/11/2024 | 5. Hora: 11:00 A.M

3. Tema / Actividad: Olimpiadas por la dignidad - Futbol

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1057579657	Julian Arley Jimenez Correa	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1.033.680.193	Jhon Aldemar Cañon Infante	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80.128.345	Robinson Ramirez Parra	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1033727329	Juber Fabian Parra Vasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79.915.404	John Jairo Garzon Vanegas	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	6.104.332	Jhon Jairo Garcia Cardona	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	71.185.511	José Roa Larrota	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79.827.457	Felix Antonio Sierra Vargas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79723704	Luis Eduardo Martinez De Verano	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	80.728.223	Jhon Alexander Prieto Alvarez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79910305	Luis Antonio Valdez Rodriguez	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1.023.877.436	Luis Alberto Huertas Segura	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79903674	Carlos Arturo Galindo Vera	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1.024.516.772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Alejandra Ramirez

14. Cargo o rol del responsable: Educadora Fisica

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES**	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 17/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 09:00 am **FINAL**: 11:00 am
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Heimy Guio

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Equinoterapia- Plan de Atención Institucional (PAI)
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:
Mejorar el bienestar emocional, psicológico y social de los ciudadanos y ciudadanas mediante la interacción con los caballos, promoviendo la autoconfianza, la reducción del estrés y la mejora de habilidades sociales a través de experiencias terapéuticas personalizadas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Ayudar a los participantes a disminuir los niveles de estrés y ansiedad a través de la interacción con animales.
- Mejorar la autoconfianza y la autoestima de los participantes mediante el fomento de habilidades y logros en la interacción con los animales.
- Promover la empatía y la responsabilidad hacia los animales y hacia los demás a través de la interacción y el cuidado de los animales.

METODOLOGÍA:
Actividad que se realizará en el marco de **Línea de atención 1:** Desarrollo personal para la inclusión social, la **Acción 3**: Caminando al cambio, la **Actividad 2** del **Plan de Atención Institucional** y a través de la metodología lúdico-terapéutica, por medio de la equinoterapia, con el fin de lograr aumentar la confianza, la autoestima y la actitud positiva, favoreciendo su bienestar emocional y las relaciones sociales.
Adecuación: Se reunirá a los ciudadanos y ciudadanas que desean realizar la actividad que se llevará a cabo al interior de la comunidad

- **Primer momento:** Se explicará la actividad a los ciudadanos y ciudadanas y el objetivo de la terapia asistida con animales.
- **Segundo Momento:** Se permitirá montar por un tiempo determinado, teniendo en cuenta los ciudadanos que deseen montar y el tiempo que permanecerán los caballos en la comunidad.
- **Tercer Momento:** Se generará espacio de reflexión sobre lo que se ha logrado, los desafíos encontrados y las emociones experimentadas.

TEMAS:
Terapia Asistida con Animales (TAA)
Es un enfoque terapéutico que utiliza la interacción con animales para promover el bienestar emocional, psicológico y físico.

Temas Clave en Terapia Asistida con Animales

1. Beneficios de la Interacción con Animales:
   - Reducción del estrés: La interacción con animales puede disminuir los niveles de cortisol (hormona del estrés) y promover la relajación.
   - Mejora del Estado de Ánimo: La compañía de animales puede aumentar los niveles de serotonina y dopamina, neurotransmisores asociados con el bienestar emocional.
2. Desarrollo de la empatía: La relación con animales puede fomentar la empatía y la comprensión emocional hacia otros seres vivos.

Tipos de Animales Utilizados en Terapia:

- Perros: Frecuentemente utilizados por su naturaleza amigable y adaptable, ideales para diversas intervenciones terapéuticas.
- Gatos: Ofrecen compañía y pueden ser particularmente beneficiosos para la reducción del estrés y la mejora del estado de ánimo.

- Caballos: Utilizados en terapias ecuestres, ayudan en la mejora de habilidades motoras y emocionales, y fomentan la confianza y la comunicación.

Enfoques y Modalidades de TAA:

- Terapia Ecuestre (Hipoterapia): Utiliza la equitación y las actividades relacionadas con los caballos para mejorar habilidades físicas, emocionales y cognitivas.
- Terapia con Perros de Asistencia: Involucra perros entrenados para ayudar en el tratamiento de condiciones como el estrés postraumático, la depresión y la ansiedad.
- Terapia con Animales en Entornos Educativos y Recreativos: Usa animales en escuelas o centros de recreo para fomentar habilidades sociales y emocionales.

Beneficios para Diferentes Poblaciones:
Sin importar cómo se ejecute la terapia, ya sea montado sobre el caballo o a pie a un costado de este, se persigue:

- Rehabilitar, reeducar a las personas con alguna discapacidad, ya sea física, mental, emocional y/o social.
- La integración, socialización y normalización de la persona.
- Robustecer la autoestima del paciente.
- Promover su lenguaje expresivo- comprensivo.
- Mejorar su conducta social.
- Optimizar la postura y el equilibrio, así como regular el tono de los músculos y mejorar su coordinación y reacciones reflejas.
- Disminuir el estrés, la ansiedad, los miedos y temores

Técnicas y Estrategias Terapéuticas:

- Interacción Directa: Actividades como acariciar, alimentar o jugar con el animal para promover la relajación y la conexión emocional.
- Actividades Guiadas: Ejercicios estructurados que utilizan a los animales para lograr objetivos terapéuticos específicos, como mejorar habilidades motrices o comunicativas.

¿Por qué los caballos ayudan terapéuticamente?
El caballo es un animal socialmente aceptado, tranquilo, agradable pero a la vez también es un animal grande y poderoso dónde la persona puede superar los miedos y establecer un vínculo de confianza con el caballo para llegar al contacto directo. El caballo puede parecerse más a los humanos de lo que se piensa, pueden tener personalidades distintas, tienen diferentes roles dentro de una manada e incluso puede tener cambios de humor. Los caballos son unos animales muy sociales por eso es una muy buena opción como co-terapeuta e utilizarlos en este tipo de terapias.

Para un caballo la comunicación verbal no significa nada, pero responde a las emociones de la persona. Por eso es muy bueno hacer este tipo de terapias, ya que el equino va a responder a la comunicación no verbal de la persona. Nuestra comunicación verbal en muchas ocasiones es automática, es decir, no la podemos controlar, dependiendo de la reacción del caballo sabremos cómo está la persona. Cuando una persona presenta una adicción aparecen en mayor medida conductas de manipulación, engaño y evasión de las emociones ante la dificultad para gestionarlas. Sin embargo, cuando se realiza una terapia con caballos todas estas conductas se despojan, y la persona se encuentra con su propia realidad, con su forma real de relacionarse, de sentir y sin la posibilidad de manipular.

Beneficios de hacer una equinoterapia para adicciones
Las personas que sufren adicción al alcohol u otras drogas, la equinoterapia se acompaña de otro tipo de tratamientos, sean farmacológicos o no. Los investigadores recomiendan la terapia asistida con caballos siempre que sea posible. No sólo para consumidores de drogas sino también para pacientes con esquizofrenia, depresión, ADHD o discapacidades motrices. El contacto directo con el caballo permite aumentar el control de los impulsos y la toma de conciencia de la situación actual.

Hipócrates ya mencionaba la equitación como aquella disciplina para "regenerar y preservar el cuerpo humano de muchas dolencias".

Existen diferentes tipos de disciplinas en torno a la equinoterapia. Los explicamos a continuación.

- Hipoterapia: es una disciplina que guarda una cierta similitud con el volteo terapéutico. Consiste en la relación de diversos ejercicios fisioterapéuticos sobre el cabello. Uno de los principales beneficios de esta actividad tiene que ver con la transmisión del calor corporal del animal al paciente.
- Psicoterapia: la psicoterapia asistida con caballos es una herramienta que hace uso del instinto natural de los caballos para intervenir en los pacientes desde el punto de vista social y emocional.

- Pedagógica: esta es una de las disciplinas más ampliamente utilizadas en la equinoterapia. El paciente consigue una adaptación precisa a su entorno y al cabello, lo cual guarda un amplio abanico de beneficios: aumenta la motivación, mejora la capacidad tanto de concentración como de atención, estimula la sensibilidad y fomento de la independencia y autonomía.
- Social: esta modalidad de equinoterapia gira en torno a la relación activa que se crea entre el propio paciente y el cabello, lo cual favorece de forma notable tanto la adaptación como la integración a nivel social.

Así, la equinoterapia resulta una terapia con una gran selección de beneficios tanto a nivel físico como psicológico para personas que sufren algún tipo de discapacidad. No hay que olvidar que el caballo es uno de los animales más sensibles que existen, con una gran capacidad para percibir el estado de ánimo de las personas. Además, aunque en muchos casos las personas no sean capaces de reconocerlo, el caballo se comunica de forma constante mediante el lenguaje no verbal.

Fuente de consulta:
https://terapiaspsicologicas.org/blog/terapias/la-equinoterapia-que-es-y-como-se-utiliza/
https://clinicascita.com/equinoterapia-para-adicciones/
https://uniadic.com/programas/terapias-con-caballos-en-adicciones/

RECURSOS:
- listado de asistencia
- caballos

Humanos
- Encargado de caballos
- ciudadanos
- Psicóloga
- Promotor

RESULTADOS:

Cualitativos:
Es una actividad que motivó e interesó a los ciudadanos y ciudadanas, se contó con el apoyo de ciudadanos con experiencia para las personas que no sabían montar, igualmente se encontraba el cuidador de los caballos y el promotor para ayudar a la persona, de ser requerido,; en cuanto al ejercicio, se observó la forma en que los ciudadanos interactúan con los caballo teniendo en cuenta sus estados emocionales, temores y sus patrones de comportamiento por lo que se les explicó que los los caballos tienen una capacidad única para captar y responder a las emociones y estados mentales de las personas por lo cual es importante manejar la tranquilidad y ayuda a fortalecer la seguridad y confianza, igualmente fue un espacio de esparcimiento y relajación,

Cuantitativos:
N.º total de participantes: 38
N.º total mujeres: 3
N.º total hombres:33
N.º total población LGBTI: 2

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA DEL COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE DEL COORDINADOR: **Leonardo Salamanca**

- Pedagógica: esta es una de las disciplinas más ampliamente utilizadas en la equinoterapia. El paciente consigue una adaptación precisa a su entorno y al cabello, lo cual guarda un amplio abanico de beneficios: aumenta la motivación, mejora la capacidad tanto de concentración como de atención, estimula la sensibilidad y fomento de la independencia y autonomía.
- Social: esta modalidad de equinoterapia gira en torno a la relación activa que se crea entre el propio paciente y el cabello, lo cual favorece de forma notable tanto la adaptación como la integración a nivel social.

Así, la equinoterapia resulta una terapia con una gran selección de beneficios tanto a nivel físico como psicológico para personas que sufren algún tipo de discapacidad. No hay que olvidar que el caballo es uno de los animales más sensibles que existen, con una gran capacidad para percibir el estado de ánimo de las personas. Además, aunque en muchos casos las personas no sean capaces de reconocerlo, el caballo se comunica de forma constante mediante el lenguaje no verbal.

Fuente de consulta:
https://terapiaspsicologicas.org/blog/terapias/la-equinoterapia-que-es-y-como-se-utiliza/
https://clinicascita.com/equinoterapia-para-adicciones/
https://uniadic.com/programas/terapias-con-caballos-en-adicciones/

RECURSOS:
- listado de asistencia
- caballos

Humanos
- Encargado de caballos
- ciudadanos
- Psicóloga
- Promotor

RESULTADOS:

Cualitativos:
Es una actividad que motivó e interesó a los ciudadanos y ciudadanas, se contó con el apoyo de ciudadanos con experiencia para las personas que no sabían montar, igualmente se encontraba el cuidador de los caballos y el promotor para ayudar a la persona, de ser requerido,; en cuanto al ejercicio, se observó la forma en que los ciudadanos interactúan con los caballo teniendo en cuenta sus estados emocionales, temores y sus patrones de comportamiento por lo que se les explicó que los los caballos tienen una capacidad única para captar y responder a las emociones y estados mentales de las personas por lo cual es importante manejar la tranquilidad y ayuda a fortalecer la seguridad y confianza, igualmente fue un espacio de esparcimiento y relajación,

Cuantitativos:
N.º total de participantes: 38
N.º total mujeres: 3
N.º total hombres:33
N.º total población LGBTI: 2

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA DEL COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE DEL COORDINADOR: **Leonardo Salamanca**

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Equinoterapia - Plan de atención institucional

4. Fecha: 17/11/2024

5. Hora: 09:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1.053.773.593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79.221.377	Carlos Orlando Pardo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	6.774.497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1023877436	Luis Alberto Huertas Segura	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80.030.038	William Enrique Pedraza Ramirez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	80.743.922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	32765219	Elizabeth Yamile Rico Montoya	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	19432215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	80.744.693	Edvin Norberto Blandon Gomez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1088262026	Andres Felipe Muñoz Ramirez	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	19.498.355	Rigoberto Tabares Andrade	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	19.298.733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	79.259.090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79.523.151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	79.315.415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	945330	Aristides Rojas Beleño	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	80.213.838	Cristian David Vasquez	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	80.741.956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	98590554	Luis Alberto Villada Montoya	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	80.728.223	Jhon Alexander Prieto Alvarez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	79.497.924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	1033727329	Juber Fabian Parra Vasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	1.024.502.221	Lucy Viviana Castro Osorio	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Yelmy Guio

14. Cargo o rol del responsable: Trabajo Social

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integracion Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminacion.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, asi como para consultar los datos alli almacenados, debo dirigirme a la SDIS a traves de sus canales de atención a la ciudadania.

Unidad Operativa:	Comunidad De Vida La Victoria
Fecha:	17/11/2024
Lugar:	Parroquia San Nicolas de Tolentino de Sasaima Cundinamarca.
Horario:	11:20am a 01:30 p.m.

OBJETIVO

Generar a los ciudadanos y ciudadanas un espacio de introspección por medio de un encuentro espiritual que les permita fortalecer su autorreconocimiento y autoaceptación para un óptimo desarrollo personal.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Interiorizar la palabra de Dios relacionándola con la santa eucaristía.
- Promover el mejoramiento continuo de los y las participantes a través de la fe y el análisis de experiencias de vida.

METODOLOGÍA

La presente actividad se desarrollará en el marco de la línea a de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social por medio de la metodología socioeducativa, promoviendo el crecimiento personal, el fortalecimiento espiritual y el disfrute de sus derechos, encaminado al reconocimiento como parte de la sociedad, la autoaceptación, habilidades personales y amor propio.

- **Adecuación**: Se generará la invitación a los ciudadanos en general a asistir a la iglesia para la participación a la santa eucaristía.
- **Primer momento:** Se realizará el desplazamiento de los ciudadanos y las ciudadanas hacia la iglesia por medio de la ruta de la comunidad.
- **Segundo Momento:** Seguido de ello, se realizará el acompañamiento a la santa eucaristía.
- **Tercer momento:** Se brindará el espacio de reflexión y participación de los ciudadanos, a la santa eucaristía a partir de la expresión asertiva y la escucha activa.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	
HORA	**ACTIVIDAD**
11:20 a.m.	Los y las ciudadanas serán dirigidas al municipio de Sasaima por medio de la ruta.
11:30 a.m.	Se socializará a los y las ciudadanas las indicaciones de la santa eucaristía.
12:00 p.m.	Los y las ciudadanas se dispondrán a participar de la santa eucaristía.
12:45 p.m.	Se realizará el retorno a la comunidad de vida por medio de la ruta de salud.
01:00 p.m.	Finalización de la actividad programada.

INSTITUCIONES A CONTACTAR EN CASO DE EMERGENCIA.

Bomberos: 3118071978
Policía: 3223482373

OBSERVACIONES

RESULTADOS:

Cualitativos: Se evidenció en los y las ciudadanas de la comunidad una disposición para centrar sus pensamientos en función del mensaje bíblico predicado durante la eucaristía, expresando así mismo al finalizar la actividad, que estos espacios son relevantes y significativos para ellos, pues refieren que el éxito de su proceso está ligado al fortalecimiento espiritual y la ayuda que Dios pueda brindar a sus vidas, como eje de cambio y transformación de conductas.

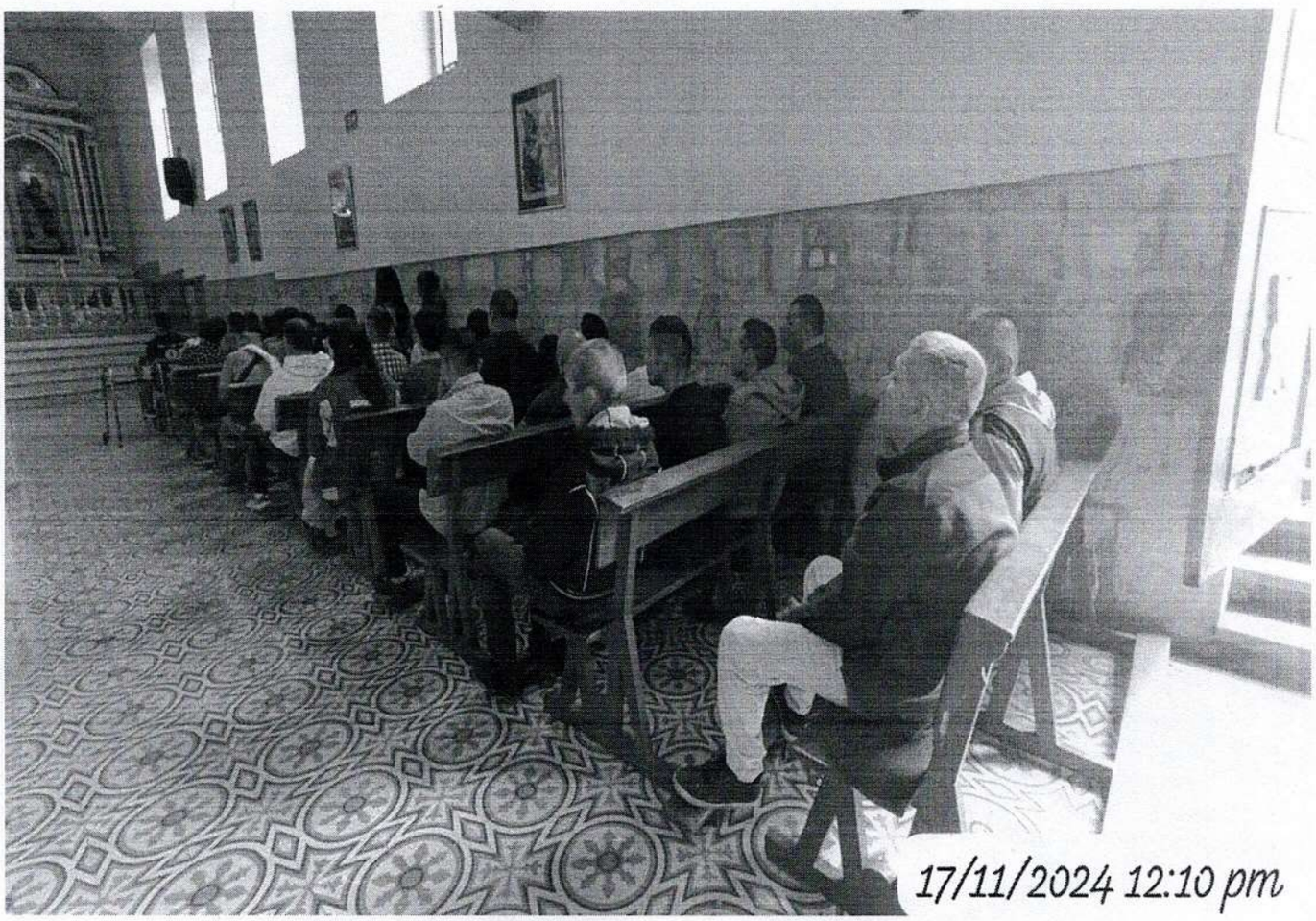
Cuantitativos
N.º total de participantes: 11
N.º total mujeres: 0
N.º total hombres: 11
N.º total población LGBTI: 0

Nombre del Profesional responsable de la salida:

Maira Alejandra Bohórquez Duvara

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Encuentro espiritual.
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: Desarrollo personal para la inclusión social
FECHA: 17/11/2024
Actividad Transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Encuentro espiritual

4. Fecha: 17/11/2024

5. Hora: 11:20 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1.106.482.680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Eduardo R C	
2	CC	80213838	Cristian David Vasquez	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79.827.457	Felix Antonio Sierra Vargas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79897013	Jan Yerly Vera Parada	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1088262026	Andres Felipe Muñoz Ramirez	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80.360.978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	19432215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					JORGE V.	
8	CC	80743922	Alvaro Ortiz	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1.012.344.601	Victor Alexandrer Salinas Celis	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	19499773	Wilson Camargo Garcia	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1.024.516.772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Maira Alejandra Bohórquez

14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga Reeducativa

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 17/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 11:00 am **FINAL**: 12:00 pm
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sandra Milena Hernández Correa

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividad Deportiva - Tenis
Actividad Transversal

OBJETIVO GENERAL:
Favorecer adecuado manejo del tiempo libre y fortalecimiento de habilidades psicomotoras en los ciudadanos y ciudadanas de la comunidad por medio de una actividad deportiva como es el Tenis, con la finalidad de brindar espacios de esparcimiento que disminuyan los niveles de ansiedad y estrés.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover coordinación ojo - mano.
- Favorecer bienestar y adecuadas relaciones interpersonales.
- Mejorar las habilidades cognitivas y motoras de los ciudadanos y ciudadanas.

METODOLOGÍA:
La presente actividad se desarrollará en el marco de la línea a de atención 2: Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades, se tendrá en cuenta la metodología lúdico-terapéutica para trabajar las en los ciudadanos de la comunidad adecuado manejo del tiempo para disminuir el estrés y la ansiedad.
Adecuación: Se hará el llamado a los ciudadanos y ciudadanas de la comunidad y se convocarán para participar en la actividad de tenis en la cancha frente a la escuela.
Primer momento: Se socializará a los ciudadanos las reglas del juego el cual se desarrolla en parejas, para lograr un puntaje, quien no lo logre, sale y rota el siguiente participante.
Segundo Momento: Se dará desarrollo al juego, donde competirá de manera individual. El participante que quede hasta el final será el ganador.
Tercer momento: Se dará por finalizada la actividad con la socialización de los ciudadanos de su experiencia y la retroalimentación sobre el deporte como estrategias de esparcimiento, desarrollo de habilidades y manejo del estrés y la ansiedad.

TEMAS:

La actividad física tiene muchos beneficios, entre ellos:

Salud cardiovascular: La actividad física mejora la función cardíaca y pulmonar, lo que aumenta la cantidad de oxígeno en la sangre y ayuda a que los músculos reciban más sangre.

Salud mental: La actividad física ayuda a liberar estrés, mejorar el ánimo y a sentir más energía durante el día. También puede ayudar a dormir mejor y a tener recuerdos más nítidos.

Salud cognitiva: La actividad física estimula la producción de neurotransmisores, como la dopamina, la serotonina y las endorfinas, lo que mejora la capacidad de concentración y la memoria.

Desarrollo de habilidades sociales: La actividad física fomenta el trabajo en equipo, la comunicación efectiva y la colaboración.

Desarrollo físico: La actividad física ayuda a desarrollar fuerza, resistencia, coordinación, flexibilidad y equilibrio.

Prevención de enfermedades: La actividad física ayuda a prevenir enfermedades como la osteoporosis y a controlar el sobrepeso y la obesidad.

Desarrollo integral: La actividad física contribuye al desarrollo integral de la persona, ya que ayuda a mejorar la sociabilidad y el rendimiento en general.

Fuentes de Consultas:

https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/actividadFisica/guiaPadresMadres/beneficiosActividadFisica.htm#:~:text=La%20actividad%20f%C3%ADsica%20reduce%20el,huesos%2C%20aumentando%20la%20densidad%20%C3%B3sea.

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Raquetas
- Pelotas
- Malla

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

RESULTADOS:

Cualitativos:

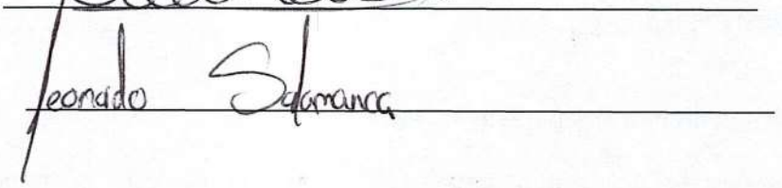
Se logró la participación de 5 ciudadanos, quienes mostraron interés por desarrollar la actividad, ya que fue una actividad deportiva diferente a las trabajadas dentro de la comunidad.

Se evidencio disfrute por la misma, lográndose el objetivo propuesto, ya que por medio de esta actividad los ciudadanos manejaron adecuadamente su tiempo libre, realizaron la retroalimentación sobre las diferentes formas de lograr momentos de esparcimiento y placer diferentes a los hábitos negativos o consumo de sustancias psicoactivas.

Cuantitativos:

N.º total de participantes: 5
N.º total mujeres: 0
N.º total hombres: 4
N.º total población LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividad Deportiva - Tenis

Línea de Atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades

FECHA: 17/11/2024

Actividad transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria		
3. Tema / Actividad: Actividad deportiva- Tennis	4. Fecha:	17/11/2024	5. Hora: 11:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79.768.376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	98590554	Luis Alberto Villada Montoya	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80.728.223	Jhon Alexander Prieto Alvarez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79.497.924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1033727329	Juber Fabian Parra Vasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Milena Hernández

14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 18, 20 y 21/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 08:00 am **FINAL**: 12:00 pm
ÁREA: Tallerista de Artes	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sindy Jineth Rico Espinosa	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Creando ando.
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:

- Realizar con las y los ciudadanos la construcción del pesebre navideño y de las piezas del mismo en materiales de fácil acceso de preferencia reciclables, generando por medio de la construcción navideña fortalecimiento de habilidades sociales y de conciencia ambiental..

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Motivar a los participantes a realizar estructuras en materiales reciclados, por medio de indicaciones e instrucciones, mejorando la capacidad de recepción, atención y concentración que aporten a la elaboración de la decoración navideña.
- Incentivar la utilización de materiales de reciclaje en la elaboración de adornos navideños promoviendo la práctica creativa el buen uso del tiempo libre y la reutilización de materiales y cuidado del medio ambiente.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de ésta actividad en el marco de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, se implementará una metodología psicoeducativa para el desarrollo de la actividad programada, a través de un taller teórico práctico, junto con la asignación de materiales y acompañamiento.

PRIMER MOMENTO: Los ciudadanos se ubicarán de manera estratégica en el espacio del taller de artes y en el espacio del auditorio de la comunidad.
SEGUNDO MOMENTO: Se explicará la actividad a realizar y se asignarán los materiales correspondientes.
TERCER MOMENTO: Se iniciará con la explicación de la actividad, se dará continuidad a la ejecución de ideas planteadas para la elaboración y decoración de adornos navideños, y todo lo correspondiente a la época del próximo mes de diciembre, se asignarán diferente tareas o actividades, por medio de las cuales se buscará fortalecer habilidades sociales, de trabajo en equipo, aportando al desarrollo de una comunicación asertiva entre pares, se buscará hacer buen uso de los materiales e implementos del taller de artes, rotación de materiales, se fortalecerá la capacidad de retener información, memorizar y plasmar mediante el arte una idea de de piezas en tela, se realizarán estructuras en cartón reciclado mediante el corte y moldeo del mismo.

TEMA:

Creatividad

¿Qué es la creatividad?
La creatividad **es la capacidad o habilidad del ser humano para inventar o crear cosas**, que pueden ser objetos físicos, ideas, representaciones o fantasías. Se trata de la posibilidad de generar algo nuevo: conceptos, ideas o asociaciones entre ellos, lo cual suele conducir a soluciones innovadoras y valiosas.
El pensamiento creativo está muy valorado en las sociedades actuales, en las que la innovación y el cambio juegan un rol importante. En él, **intervienen procesos mentales complejos, como la memoria, la inteligencia y la imaginación**. Además, este tipo de pensamiento se nutre de elementos como la diversidad de experiencias, la curiosidad, la experimentación y la motivación.
Todas las personas son creativas, aunque existen diferentes grados y formas de creatividad, que están relacionadas con la personalidad y con el entorno, que puede potenciarla o no. Durante la niñez, la creatividad es un factor fundamental para el aprendizaje y se manifiesta en el juego, en la capacidad de imaginar, explorar y resolver problemas.
Existen algunas profesiones que requieren que las personas desarrollen especialmente los aspectos creativos de su personalidad. Por ejemplo, escritores, artistas, arquitectos, científicos e inventores.

La creatividad es una característica típica de la cognición humana, y es lo que la diferencia de las formas de inteligencia artificial. Si bien estas últimas también pueden generar ideas originales combinando datos, están limitadas, ya que carecen de iniciativa, experiencias subjetivas y motivaciones propias.

Ver además: Pensamiento divergente

Características de la creatividad

Las principales características de la creatividad son:

Originalidad. Es la capacidad de generar ideas, enfoques o productos novedosos.
Fluidez. Es la habilidad para generar ideas o asociaciones de forma rápida y espontánea, sin necesidad de planificación.
Flexibilidad. Es la facilidad para adaptarse a nuevas situaciones, cambiar de perspectiva y aceptar cambios.
Sensibilidad. Es la capacidad de identificar situaciones inusuales o necesidades, y asumir nuevas perspectivas.
Motivación. Es el impulso a actuar. La creatividad es motivada de forma externa por las experiencias y de forma interna por el interés, el placer o la satisfacción personal.
Curiosidad. Es la tendencia a investigar, explorar y aprender.
Imaginación. Es el proceso que permite idear mentalmente una imagen o impresión, más allá de lo que se percibe en la realidad.

Más en: Motivación

¿Por qué es importante la creatividad?

La creatividad **ha jugado un rol vital en la evolución y subsistencia de la especie humana**, ya que le ha permitido enfrentar diversos problemas a lo largo de su historia y desarrollar para cada uno herramientas y soluciones novedosas y originales.

En la cotidianidad, la creatividad está relacionada con **la posibilidad de observar e interactuar con la realidad de múltiples formas**. Es especialmente valorada en las labores científicas, inventivas, artísticas o arquitectónicas, que dependen en gran medida de esta capacidad porque permite la generación de ideas nuevas y efectivas que impactan en la sociedad.

A nivel personal, la creatividad **promueve el autoconocimiento y la expresión de emociones y pensamientos**. Brinda estrategias para adaptarse a los cambios y enfrentar los desafíos que se presentan. Además, desarrollar la creatividad fortalece la autoestima, porque proporciona una sensación de logro y una percepción positiva de uno mismo.

Ejemplos de creatividad

La creatividad se encuentra en todas las áreas de la vida. Algunos ejemplos de ello son:

La innovación científica y tecnológica. La creatividad es el punto de partida para el avance de la tecnología, que permite desarrollar procesos y productos que mejoran la calidad de vida de las personas.
Las obras de arte. Todas las expresiones artísticas, como la pintura, la escultura, la literatura o la música, nacen de la capacidad creativa, y ofrecen perspectivas nuevas y únicas sobre la vida.
La publicidad. La publicidad implica construir discursos y presentaciones originales, diversas y divertidas que atraigan la atención del público.

¿Cómo desarrollar la creatividad?

La creatividad pone en juego operaciones mentales que **pueden estimularse mediante la práctica y la diversidad de experiencias**. Por ejemplo, las actividades culturales como la lectura, ir al cine o ir a museos, exposiciones o conciertos tienen un efecto inspirador en la mente y propician el pensamiento creativo y la curiosidad.

Además, **hay ejercicios que estimulan el desarrollo de la creatividad**. Por ejemplo, el *brainstorming* o "tormenta de ideas" es una técnica muy empleada para propiciar la aparición de ideas novedosas y de las relaciones entre ellas. Se trata de plasmar en un papel todas las ocurrencias respecto a un tema principal, que se escribe en el medio. Es una forma de desarrollar la originalidad porque implica buscar ideas que no se repitan.

Otro método es el pensamiento lateral, que supone abandonar la lógica tradicional para propiciar conexiones novedosas entre las ideas. Puede practicarse mediante acertijos, juegos y adivinanzas, como pensar diferentes usos para un objeto común. Por ejemplo, un ladrillo puede ser un pisapapeles, un material de construcción, un macetero o un banco para muñecos

Fuente de consulta: https://concepto.de/creatividad/

RECURSOS:

Físicos

- Taja lápiz.
- Borrador.
- Lápiz.
- Metro.
- Regla.
- Pintura.
- Tijeras.

- Metro.
- Regla.
- Pintura.
- Tijeras.
- Agujas capoteras.
- Hilos.
- Lana.
- Guata.
- Pinceles.
- Brochas.
- Catón.
- Bambú.
- Guadua.
- Alambre.
- Cartón.
- Cinta ancha transparente.
- Bisturín.
- Cartón cartulina.

Humanos

- Profesional.
- Promotores.
- Ciudadanos y Ciudadanas.

Resultados:

18/11/2024

Cualitativos:

- El ejercicio permitió mantener a los ciudadanos motivados, y siendo constantes durante el desarrollo de la actividad.
- El ejercicio permitió la vinculación en la actividad de ciudadanos a quienes se les dificulta ser constantes t trabajar en equipo.
- Se fortaleció el sentido del color y de interés por las épocas de unión y celebración del mes próximo.
- Se evidenció constancia, interés, dedicación, fortalecimiento de la concentración, habilidades en motricidad fina y autoconfianza.
- Se evidenció buen trabajo en equipo, rotación de materiales y comunicación asertiva entre los participantes.
- Se evidenció compromiso y motivación en las y los participantes.

Cuantitativos:

N.° total de participantes: 9
N.° total mujeres: 0
N.° total hombres: 9
N.° total población LGBTI: 0

20/11/2024

Cualitativos:

- Se generó un espacio en donde primaron la empatía, el respeto, la autorreflexión y expresión, durante el desarrollo de la actividad.
- El ejercicio permitió generar espacios de habla y escucha activa, permitió que las y los ciudadanos expresaran sus ideas, dejarán aflorar la imaginación y comunicarán sus habilidades para de manera integrada realizar un mismo objetivo.
- Se fortaleció la rotación de materiales y el trabajo en equipo.
- Se evidenció buena disposición y constancia durante la actividad.

Cuantitativos:

N.° total de participantes:15
N.° total mujeres: 5
N.° total hombres: 10
N.° total población LGBTI: 0

21/11/2024

Cualitativos:

- Se evidenció autonomía en algunos de los participantes, quienes aportaron sus ideas, llevándolas al campo ejecutorio de la creación en curso. evidenciar una comunicación asertiva dentro del

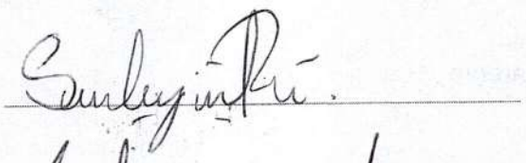
espacio del taller de artes, lo cual continuó generando un ambiente de exploración creativa ameno por medio del cual se trabajó el manejo de tiempos, la capacidad de retención de información, la libre expresión mediante el respeto, la asignación de turnos para mantener el orden y la adecuación de espacios de aprendizaje artístico.

- Se generó en las y los ciudadanos la responsabilidad de culminar y llevar a término cada actividad o manualidad a la que se le dio inicio, con el fin de hacer de este actuar una dinámica positiva del diario vivir en cada uno de los participantes.8

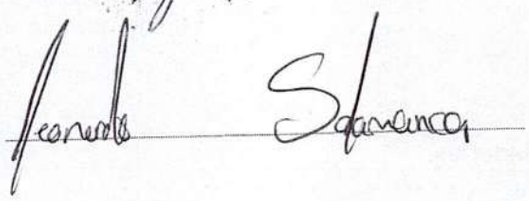
Cuantitativos:

N.º total de participantes: 9
N.º total mujeres: 2
N.º total hombres: 7
N.º total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE:



FIRMA COORDINADOR:



NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

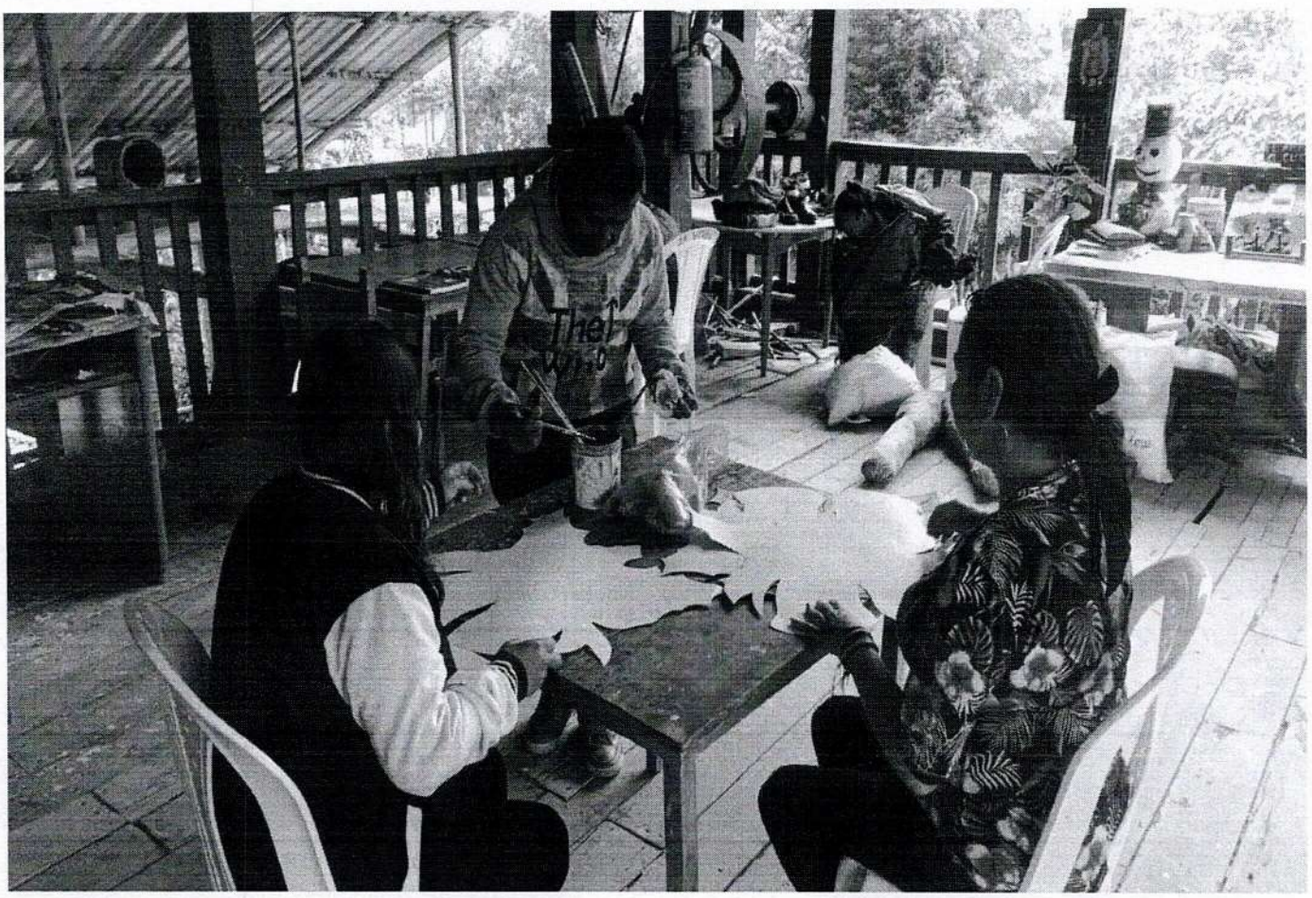
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Creando ando.
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
FECHA: 18/11/2024
Actividad transversal



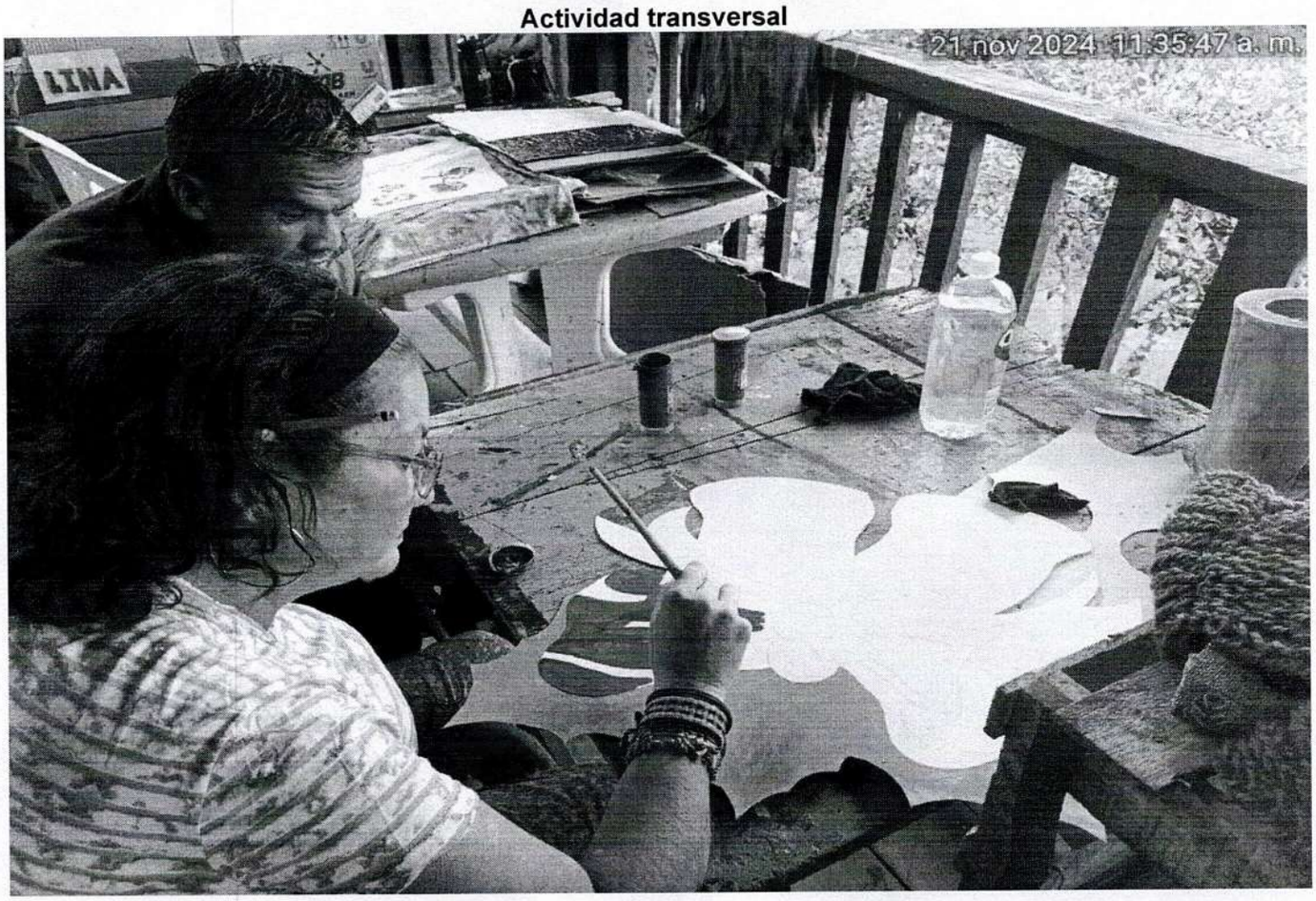


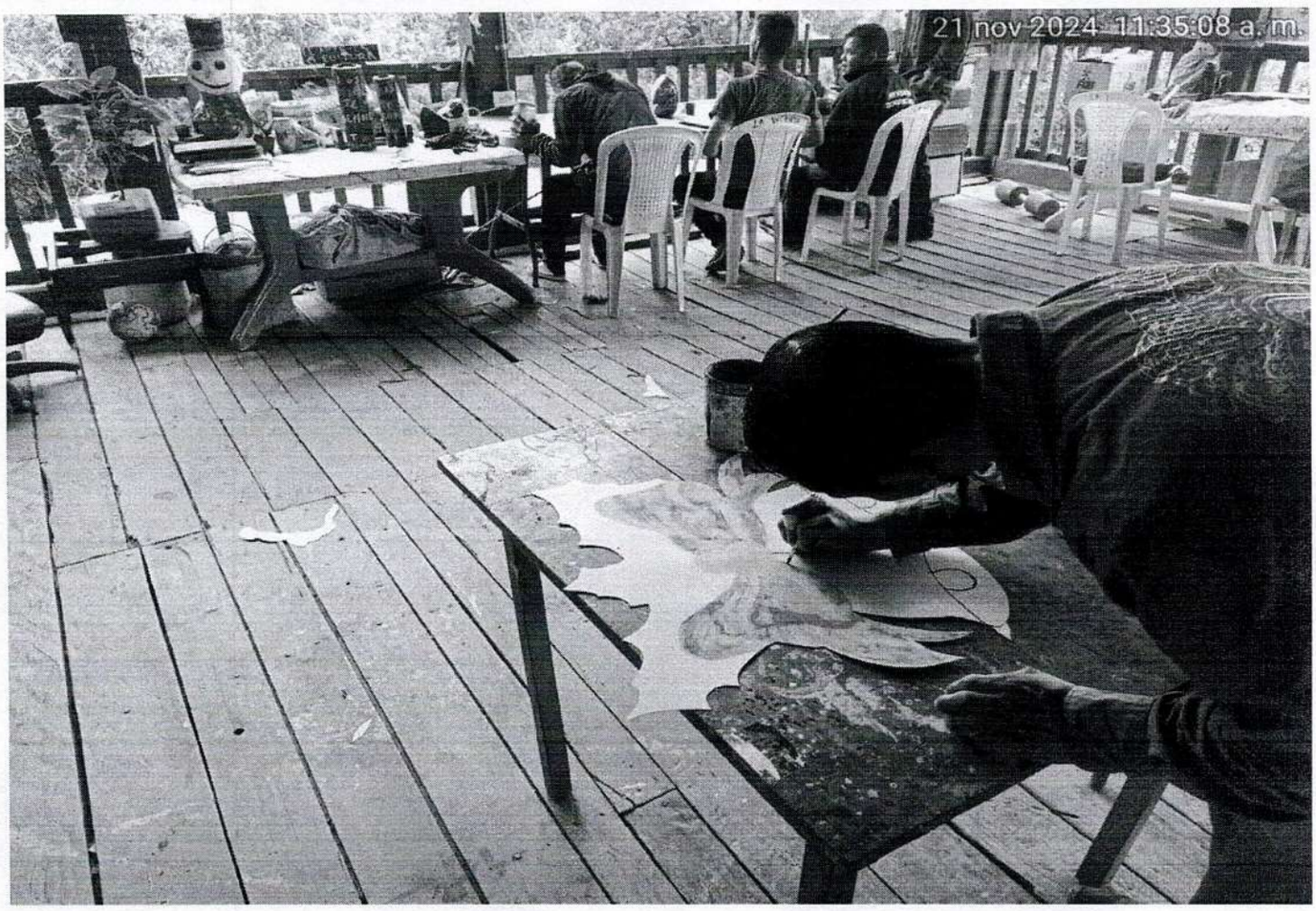
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Creando ando.
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
FECHA: 20/11/2024
Actividad transversal





EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Creando ando.
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
FECHA: 21/11/2024
Actividad transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Creando ando

4. Fecha: 18/11/2024

5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1033682516	Juan David Gamez Medina	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	93.435.556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80744693	Edwin Norberto Blandon Gomez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80.821.424	Gustavo Adolfo Sanchez Torres	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79745692	Wilson Yobany Sanchez Acosta	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79.723.704	Luis Eduardo Martinez De Verano	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79.897.013	Jan Yerly Vera Parada	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	80039978	Danny Andrey Naranjo Barajas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1.010.222.866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sindy Jineth Rico Espinosa

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista de Artes

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Creando ando

4. Fecha: 20/11/2024

5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1033682516	Juan David Gamez Medina	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	93.435.556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79.897.013	Jan Yerly Vera Parada	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	52.363.938	Claribel Clavijo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1019059702	Carlos Andres Villanueva Ordoñez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79.915.404	John Jairo Garzon Vanegas	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1.024.502.221	Lucy Viviana Castro Osorio	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	52230710	Sandra Constanza Alape Ducuara	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1.026.561.880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	80744693	Edwin Norberto Blandon Gomez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	80039978	Danny Andrey Naranjo Barajas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	80821424	Gustavo Adolfo Sanchez Torres	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1.015.403.899	Carlos Yesid Murillo González	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	52.238.443	Miriam Mirella Avila Barrero	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	79.723.704	Luis Eduardo Martinez De Verano	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sindy Jineth Rico Espinosa

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista de Artes

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Creando ando

4. Fecha: 21/11/2024

5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1033682516	Juan David Gamez Medina	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	93.435.556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79.897.013	Jan Yerly Vera Parada	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	52.363.938	Claribel Clavijo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1019059702	Carlos Andres Villanueva Ordoñez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79.915.404	John Jairo Garzon Vanegas	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1.022.963.936	Renzo Fajardo Torres	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1026597144	Oscar Fabian Duque Lopez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1.026.561.880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sindy Jineth Rico Espinosa

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista de Artes

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 18/11/2024	**HORA:** **INICIO**: 08:00 am **FINAL**: 10:00 am
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sandra Bibiana Rocha Pulido

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Resolución de problemas
Actividad Transversal

OBJETIVO GENERAL:

- Fortalecer el desempeño en las áreas de la ocupación que permitan apropiar el concepto de la resolución de problemas que se presentan en la vida, la importancia, los tipos de problemas, los pasos para resolverlos de manera efectiva, el impacto de esta habilidad en las organizaciones, así como las recomendaciones y consejos para resolver los problemas de forma eficaz, con el propósito de aplicarlos en los proyectos de vida y en las actividades personales, laborales y sociales.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Conocer e identificar los tipos de problemas, los pasos para resolverlos de forma efectiva, las fases de entrenamiento en la resolución de problemas, la importancia de aplicar esta habilidad en las organizaciones, con el fin de mejorar el crecimiento personal, facilitar el desarrollo de los proyectos y el desempeño en sus actividades laborales.
- Sensibilizar a los ciudadanos y ciudadanas de la comunidad mediante la importancia de resolver problemas y superar dificultades, apropiando varias recomendaciones y consejos prácticos que les permitan resolver los problemas de manera efectiva para mejorar su bienestar, facilitar el desarrollo de las metas propuestas y fortalecer su relación con los entornos que le rodean.

METODOLOGIA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades se utilizará la metodología socio educativa en la cual los ciudadanos y ciudadanas participarán en actividades lúdicas para conocer los aspectos relevantes relacionados con la resolución de problemas que se presentan en la vida, la importancia, tipos de problemas, los pasos para resolverlos de manera efectiva, las fases que conforman el entrenamiento en la resolución de problemas, el impacto de esta habilidad en las organizaciones, los aspectos que facilitan la resolución eficaz de problemas y la superación de dificultades y consejos para resolver los problemas, para implementarlos y así facilitar el desarrollo de sus proyectos y las actividades personales y laborales.

Adecuación del espacio: Se dispondrá del ambiente del auditorio para la ejecución de la actividad haciendo uso de sillas, mesas, televisor y video beam, a continuación, se convocará a los ciudadanos y ciudadanas para que participen de la actividad.

Primer momento: Se iniciará la actividad con una breve explicación del objetivo del taller dando a conocer la importancia y el impacto de la resolución efectiva de problemas que se presentan en la vida personal y laboral, cuyo resultado contribuye al mejoramiento de la calidad de vida, a un adecuado crecimiento personal y al desarrollo exitoso de los proyectos de vida.

Segundo momento: Los ciudadanos y ciudadanas verán un video llamado "7 pasos para solucionar problemas", el cual relaciona siete pasos que conforman un método adecuado que se puede utilizar para resolver los problemas que se presentan en la vida.

Tercer momento: Se finalizará con una actividad en donde los ciudadanos y ciudadanas harán la descripción con una reflexión individual sobre la importancia de resolver problemas de manera eficaz ante las dificultades que se presentan en sus vidas y creando el compromiso de aplicar las recomendaciones y consejos para resolverlos ante cualquier situación personal, laboral y social.

TEMAS:

¿Qué es la resolución de problemas?

Es la capacidad para identificar un problema, tomar medidas lógicas para encontrar una solución deseada, y supervisar y evaluar la implementación de tal solución. Es una habilidad cognitiva, flexible y adaptativa que indica apertura, curiosidad y pensamiento divergente, a partir de la observación y reconocimiento preciso del entorno.

¿Cuál es la importancia de la resolución de problemas?

Obviamente, toda organización tiene problemas y todo individuo también. Por esta razón, la capacidad de resolver problemas es de gran importancia para los individuos y las organizaciones. Algunos de los beneficios incluyen:

Hacer posible lo imposible. El conocimiento por sí solo no es la clave para resolver problemas, sino que, complementado con enfoques sistemáticos de resolución de problemas, marca la diferencia. Esto ayuda a los individuos y organizaciones a superar los desafíos peligrosos.
Te hace destacar. La gente está entrenada para hacer lo usual. Han adquirido habilidades y conocimientos en lo que hacen. Sin embargo, la gente difícilmente puede resolver problemas cuando son inesperados o sin precedentes. Si te conviertes en un "solucionador de problemas" habitual en tu lugar de trabajo y en tu vida, eres fácilmente notado, reconocido y apreciado.
Aumento de la confianza. No importa dónde trabaje o cuál sea su profesión, tener la capacidad de resolver problemas aumentará su nivel de confianza. Debido a que está seguro de su capacidad para resolver problemas, no pierde tiempo preocupándose por lo que hará si surge un problema.

Tipos de problemas
Dentro de los diferentes problemas que pueden presentarse, se tienen seis clases de problemas que agrupan diferentes desafíos. Estos son:

1. **Problemas lógicos o convergentes:**
- Este tipo de problemas se caracterizan porque tienen una única solución, a la cual se llega empleando la lógica y el pensamiento estructurado.
- Son problemas en donde se emplean técnicas de pensamiento deductivo. Esto significa que se deben analizar las diferentes variables del problema de forma ordenada y metódica, encontrando así la solución ideal al problema.
- Para solucionar este tipo de problemas, ayuda mucho el conocimiento y estudio que tenga quien busca solucionarlos, ya que resolverlos depende mucho del entendimiento de las variables del tema en cuestión.
- Se pueden encontrar problemas de este tipo en matemática, física, geometría, química, estadística o astronomía.
- Como ejemplo, se tienen preguntas como:
    - ¿Cuánto mide la circunferencia total del planeta tierra?
    - ¿Cuál es el área de un campo de fútbol?

2. **Problemas divergentes:**
- Son problemas en donde pueden encontrarse una o más soluciones. En otras palabras, son situaciones en donde puede darse una variedad de respuestas favorables que solucionen el problema.
- La solución de este tipo de dificultades depende mucho de la creatividad que tenga quien busca solucionarlo, debido a la variedad de respuestas posibles.
- Los problemas divergentes son contrarios a los problemas lógicos, ya que para solucionarlos no funciona el seguir un orden lógico o estructurado, pues son problemas no lineales.
- Este tipo de problemas pueden encontrarse en situaciones como acertijos, laberintos o adivinanzas.
- Por ejemplo, problemas divergentes pueden ser las siguientes preguntas:
    - ¿Quién es el hijo de mis padres que no es mi hermano? (Yo)
    - Nombrar tres días consecutivos sin utilizar las palabras lunes, miércoles o viernes. (Ayer, hoy y mañana).

3. **Problemas de razonamiento:**
Este tipo de problemas se caracterizan por ser de dos tipos, estos son:
- Inductivos: son aquellos problemas que no se resuelven tanto de forma lógica, sino con métodos probabilísticos. Por otra parte, son problemas en donde las posibles soluciones no son claras, sino que debe recurrirse a la estadística para poder encontrarlas. Como ejemplo, se pueden encontrar situaciones tales como:
    - Las gallinas ponen huevos. Las palomas ponen huevos. Las águilas ponen huevos. Probablemente todas las aves ponen huevos.
- Deductivos: al contrario de los problemas de tipo inductivo, los deductivos buscan solucionar situaciones por medio de la lógica y el razonamiento. Lo antes mencionado, se logra analizando las variables y circunstancias que componen el problema para resolver el mismo. Un ejemplo para problemas de tipo deductivo puede ser:
    - Resolver la ecuación X-25=5 (X=30).

4. **Problemas por analogía:**
- Para este tipo de problemas se emplean comparaciones entre la situación a resolver actual versus situaciones similares del pasado. Lo que se busca lograr con estas comparaciones es encontrar elementos comunes que permitan dar solución al problema.
- Al comparar situaciones y posibles resultados del pasado respecto a la situación actual, se pueden tener métodos y técnicas precisas que ya han funcionado y que pueden ayudar a resolver la dificultad actual.
- Como ejemplo se pueden tener situaciones tales como:
    - Se ha demostrado científicamente que, a lo largo del tiempo, muchos problemas cardíacos se relacionan con la obesidad. Igualmente se ha logrado demostrar que la obesidad puede ser tratada

con buena alimentación y ejercicio. Como consecuencia de esto, muchos problemas cardíacos pueden solucionarse si se trabaja el sobrepeso.

5. Problemas de dificultades:

- Esta clase de problemas son aquellos en donde hay una solución para resolverlo, pero por algún motivo no puede llevarse a cabo plenamente. Es decir, existe una dificultad adicional que impide resolver dicho problema.
- Pueden ser problemas de una complejidad alta o baja así la solución exista, pues por más fácil que sea su solución existe algo que no hace posible resolverlo, lo cual puede que a su vez tenga solución o puede que no.
- Como ejemplo a problemas de dificultades, se pueden tener situaciones como las siguientes:
    - "No puedo abrir mi automóvil porque dejé las llaves adentro del mismo". En este ejemplo, el problema no puede solucionarse debido a una dificultad particular, sin embargo, dicha situación tiene a su vez otra solución.
    - "La NASA ha descubierto infinidad de planetas en el universo y sabe sus distancias y condiciones, sin embargo, aún no se tiene el conocimiento suficiente para construir naves espaciales que puedan llegar a esos planetas". Para esta problemática, se sabe que la solución es encontrar un medio de transporte más veloz que permita llegar a estos planetas, sin embargo, aún no se tiene la tecnología que lo permita, lo cual a su vez se convierte en un problema sin solución.

6. Problemas de conflicto:

- Esta clase de problemas se caracterizan por tener componentes más emocionales que los anteriores. Son situaciones en las que uno o varios individuos se cuestionan y enfrentan a su propia realidad y vida.
- En problemas de conflicto, se pueden dar confrontaciones en donde una persona no está conforme con su forma de ser, de vivir o de pensar. Haciendo así que esta cuestione su forma de ser y se enfrente consigo misma.
- Por ejemplo:
    - Cuando una persona hace una compra y luego de realizarla, siente que no debió haberla hecho.
    - Cuando una persona no consigue trabajo y cuestiona sus capacidades y forma de ser

Pasos para resolver problemas de manera efectiva

Es común que en nuestro día a día nos encontremos con problemas o dificultades que nos pueden llegar a causar malestar. A continuación, se señalan los pasos a seguir para a resolver problemas de manera efectiva, ofreciendo un marco simple y fácil de seguir para abordar cualquier problema, ya sea en el trabajo, en casa o en cualquier otra área de la vida:

1. Identifica el problema

El primer paso para resolver cualquier problema es identificarlo. Es importante ser claro y específico sobre cuál es el problema y cuál es el impacto que está teniendo, ya sea en lo laboral o en lo personal.

2. Analiza el problema

Una vez que hayas identificado el problema, debes analizarlo en profundidad. Esto podría incluir la identificación de las causas subyacentes, la comprensión de los factores que lo están empeorando y la evaluación de las posibles soluciones.

3. Genera soluciones

Después de analizar el problema, es importante generar una serie de soluciones posibles. No te limites a la primera solución que se te ocurra, sino que piensa en múltiples soluciones y evalúa sus pros y contras. Aquí cobra importancia el pensamiento creativo, ya que si conseguimos tener ideas 'out of the box' conseguiremos soluciones que de otra forma no seríamos capaces de alcanzar. Hay que dar rienda suelta a la imaginación.

4. Selecciona una solución

Después de generar una serie de soluciones posibles, debes seleccionar la que consideres más adecuada y viable. Asegúrate de tener en cuenta los riesgos y los recursos necesarios para implementar la solución elegida.

5. Implementa la solución

Una vez que hayas seleccionado la solución, es importante implementarla de manera efectiva. Establece un plan detallado para implementar la solución, asigna responsabilidades y establece plazos realistas para su implementación.

6. Evalúa los resultados

Después de implementar la solución, es importante evaluar los resultados para asegurarse de que se ha resuelto el problema completamente y no quedan cabos sueltos. Si no se ha resuelto, repite el proceso y vuelve a seleccionar una nueva solución.

Entrenamiento en Resolución de Problemas

El entrenamiento en solución de problemas es un procedimiento por el que se entrena a las personas a reconocer sus problemas, buscar soluciones adecuadas a los mismos e implantar la mejor solución en la situación donde se está dando el problema.
El entrenamiento consiste en 5 fases:

Fase 1. Orientación hacia el problema
Usted debe reconocer que los problemas son cotidianos, que forman parte de nuestra vida normal. Unas personas encuentran más fácilmente soluciones que otras, pero la mayoría de personas buscan soluciones satisfactorias a sus problemas y no sufren, ni se encuentran desmoralizadas ante los mismos, porque saben cómo solucionarlos.
Lo primero que debe reconocer es que los problemas existen, que están ahí y de nada sirve escapar de los mismos. Hay que enfrentarse a ellos, pero de un modo efectivo y sin que causen mayores preocupaciones.
Reflexione sobre lo anterior. Piense en los problemas (tanto en los poco relevantes como en los muy relevantes) que tiene usted ahora. Cuando tenga clara la existencia cotidiana de los problemas y los identifique claramente pase a la segunda fase.

Fase 2. Definición y formulación del problema
Una vez que reconoce la existencia de los problemas, tenemos que definir claramente cada uno de ellos. Debe determinar quién, qué, dónde, cuándo, por qué y cómo de cada problema. Descríbalo claramente y en términos específicos y concretos. Utilice la **información** relevante y deseche la irrelevante. Utilice sólo hechos, no opiniones o creencias. Debe identificar los factores y las circunstancias que hacen de una situación un problema, sus metas principales y específicas relacionadas con el problema, subproblemas derivados del problema principal.

Fase 3. Generación de soluciones alternativas.
Una vez que tiene claramente definido el problema y las metas relacionadas con el mismo, pase a generar el mayor número posible de soluciones alternativas al problema.
Ante ese problema, usted debe dejar aparcada su solución habitual y generar tantas soluciones como le vengan a la mente. Tenga en cuenta que en esta fase:

- Debe generar el mayor número posible de soluciones alternativas. Lo importante es la cantidad y no la calidad de las mismas.
- Cualquier solución que le venga a la mente, por descabellada que le pueda parecer, es válida como alternativa. Ahora no es el momento de su valoración.
- Sea concreto en las alternativas que plantee. Las generales son poco útiles y difíciles de ejecutar.

Fase 4. Toma de decisiones.
En la fase anterior ha elaborado un importante número de soluciones al problema planteado. De ellas vamos a elegir una, aquella que resulte más adecuada, útil, mejor o eficaz para llevarla a cabo en la situación problemática actual. Esta solución, de entre las que ha apuntado, se obtendrá con los siguientes criterios:

- El valor de la alternativa: ¿consigo mi meta con ella?, ¿puedo ejecutar esa solución de modo óptimo?
- Las consecuencias personales de esa solución en tiempo, esfuerzo, costes o ganancias emocionales, de acuerdo con los valores éticos y morales, bienestar físico u otras consecuencias personales específicas del problema.
- Las consecuencias sociales: efectos sobre la familia, amigos, compañeros de trabajo, vecinos...
- Las consecuencias económicas.
- Las consecuencias a corto y largo plazo.
- La maximización de los beneficios y la minimización de los costes.

Una vez se ha decidido por una solución debe plantearse estas cuestiones:

- Con esta solución, ¿puede cambiar la situación problemática?
- ¿Necesito más información antes de pasar a ponerla en práctica?
- ¿Qué solución o combinación de soluciones debo elegir para poner la solución en práctica?

Si la respuesta a las cuestiones anteriores es afirmativa, debe poner en marcha la táctica para implantar esa solución en la vida real. Esto se hace siguiendo los mismos pasos anteriores para encontrar la mejor solución.

Fase 5. Puesta en práctica y verificación de la solución.
Una vez decidida la mejor solución tiene que ponerla en práctica y verificar si en la vida real es efectivamente la más adecuada. Puede empezar por ponerla en práctica simbólicamente, imaginándose que la está llevando a cabo. Una vez realizada adecuadamente, pase a ponerla en práctica en la situación real donde se da el problema. Una vez hecho esto haga lo siguiente:

- Observe su conducta y el resultado obtenido con su alternativa.
- Compare el resultado observado con el esperado.
- Retroceda a fases anteriores si fuera necesario.
- Finalice el proceso de solución de problemas si el resultado es satisfactorio.
- Elógiese por haber conseguido un solucionar un problema satisfactoriamente.

Fuente de consulta:
https://www.unicef.org/lac/misi%C3%B3n-4-resoluci%C3%B3n-de-problemas
https://www.lifeder.com/tipos-de-problemas/

https://klaxoon.com/es/insight/que-dificultades-plantea-la-resolucion-de-problemas
https://www.eidosglobal.org/post/la-resoluci%C3%B3n-de-problemas-un-proceso-continuo-de-mejora
https://artpsycho.webnode.es/metodos-y-tecnicas/tecnicas-de-resolucion-de-problemas/
https://www.cipsiapsicologos.com/crecimiento-personal/solucion-de-problemas/
https://directivosygerentes.es/management/6-pasos-resolver-problemas-manera-efectiva#:~:text=Identifica%20el%20problema,laboral%20o%20en%20lo%20personal.
https://habilidades.top/resolucion-de-problemas/
https://www.ugr.es/~fjperez/resolver_problemas.html

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Mesas
- Computador
- Video Beam

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

RESULTADOS:

Cualitativos:

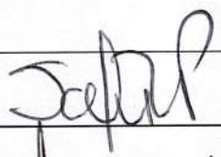
Se logró identificar varios aspectos relevantes relacionados con la resolución de problemas ante las dificultades que se presentan en la vida, tales como su importancia, los tipos de problemas, así como los pasos para resolverlos de manera efectiva, los cuales se deben aplicar en el desarrollo de las actividades personales y laborales.

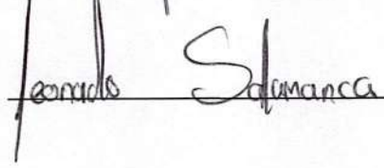
Se logró sensibilizar a los ciudadanos y ciudadanas sobre las fases de entrenamiento en la resolución de problemas y el impacto de esta habilidad en el desempeño laboral en las organizaciones, lo cual facilita el desarrollo adecuado de sus actividades, el mejoramiento en la ejecución de los proyectos de vida y el bienestar y tranquilidad en el diario vivir.

Se logró la participación activa de los ciudadanos y ciudadanas en donde compartieron las experiencias personales y laborales que han vivido ante la dificultad de resolver los problemas de manera oportuna y efectiva, adquiriendo el compromiso de aplicar las recomendaciones y consejos presentados, los cuales facilitan la implementación de los proyectos de vida, así como el mejoramiento de las relaciones interpersonales y la convivencia.

Cuantitativos

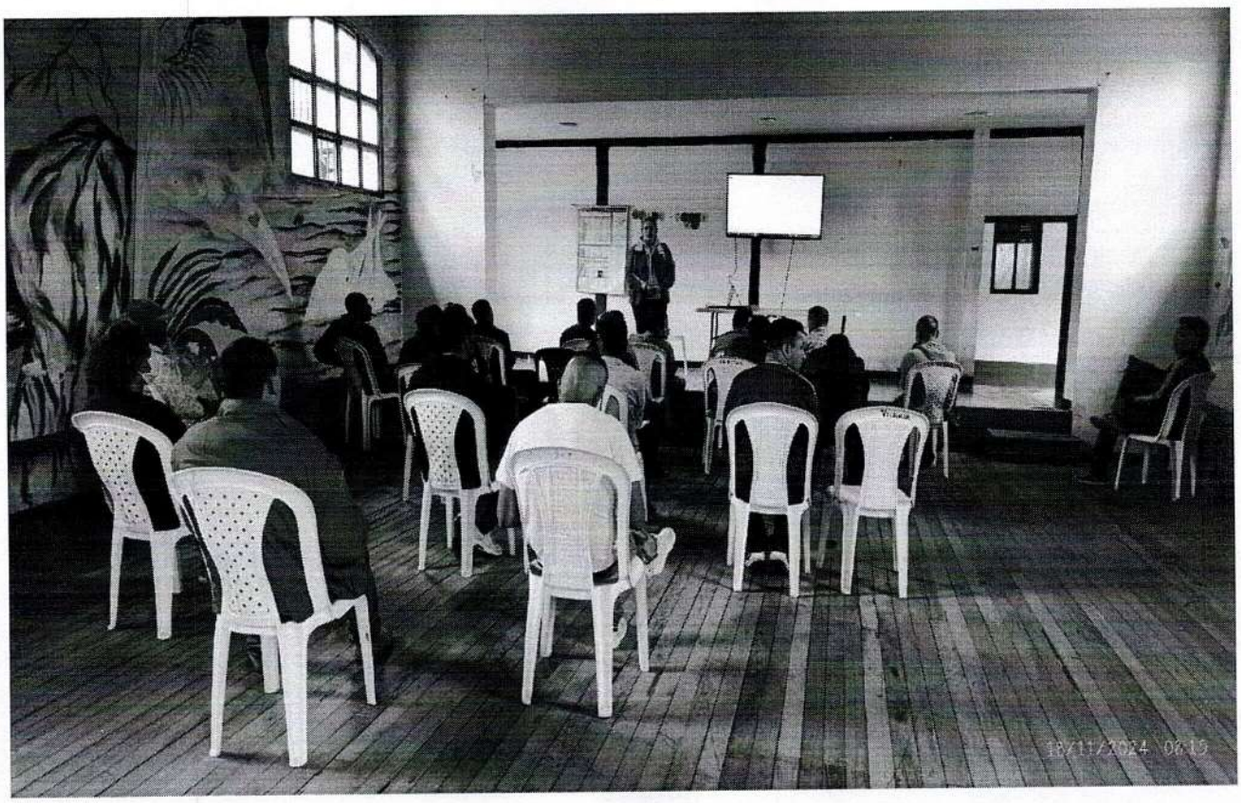
N.º total de participantes: 25
N.º total mujeres: 0
N.º total hombres: 25
N.º total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Resolución de problemas
LÍNEA DE ATENCIÓN 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
FECHA: 18/11/2024
Actividad Transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Resolución de problemas		4. Fecha:	18/11/2024	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80.026.704	Andres Ricardo Suarez Rios	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	19.432.215	Jorge Alberto Ramirez Vasquez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79.315.415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80.030.038	William Enrique Pedraza Ramirez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79.612.622	Fredy Wilson Delgado Ulloa	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80.741.956	Jhon Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79.259.090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79.814.274	Yiovanny Gallego Mejia	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1.106.482.680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79.768.376	Mauricio Gil Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	16470819	José Ramón Vallecilla Mesa	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	6774497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	19298733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	10.559.598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1.019.025.772	David Andres Bernal ,	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1057579657	Julian Arley Jimenez Correa	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	19499773	Wilson Camargo Garcia	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	79.823.503	Adrian Guerrero Tafur	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	80.036.097	Andres Bernardo Tamayo Vargas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	1023917747	Hugoniel Murcia Sora	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	78.077.231	Jesus Diaz	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1053773593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	79.700.841	Carlos Julio Vanegas Granados	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	945330	Aristides Rojas Beleño	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	79387235	Danilo Fernando Rios Chisco	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sandra Bibiana Rocha P

14. Cargo o rol del responsable: Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.