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:	**FECHA:**	**HORA:**
COMUNIDAD DE VIDA EL ROSARIO	06/02/2025	Inicio: 10:30 am Final: 12:00 pm
ÁREA: PSICOLOGIA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leidy Muñetones

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Día Internacional de Tolerancia Cero con la Mutilación Genital Femenina

OBJETIVO GENERAL:
Sensibilizar a las y los ciudadanos sobre la práctica de la mutilación genital femenina, dando a conocer sus consecuencias y la violación de los derechos humanos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Dar a conocer la historia de la mutilación genital femenina, su impacto en la salud física y mental de millones de mujeres y niñas en todo el mundo, con el fin de tomar conciencia sobre la práctica.
- Abordar la práctica de la mutilación genital femenina, como la discriminación y desigualdad de género.

METODOLOGÍA:
Se establecerá las metodologías psico-educativa, socio-educativa y lúdico - terapéutica; teniendo en cuenta que se darán a conocer conceptos, videos y se recopilara percepciones de los participantes, sobre la temática, esto bajo la línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, actividad transversal

Adecuación:
Como primera medida se le pedirá a los ciudadanas y ciudadanos de la comunidad de vida, que se reúnan en el lugar de encuentro (sala de tv de casa 2) para dar inicio con la actividad propuesta

Primer momento:
Se relatará a las y los ciudadanos, todo lo relacionado a la conmemoración del **Día Internacional de Tolerancia Cero con la Mutilación Genital Femenina**, lo cual es una práctica que se suele ejecutar en niñas en algún momento de sus vidas entre la infancia y la adolescencia en determinados países y que internacionalmente está reconocida como una violación grave de los derechos humanos, la salud y la integridad.

Segundo momento: **https://www.youtube.com/watch?v=GK1IV9BBdC4** seguidamente se proyectará el anterior video reflexivo titulado acabar con la mutilación y otro video **Mutilación genital femenina en Colombia: un flagelo que desafía la erradicación**

Tercer momento: Seguidamente se les orientara sobre:

¿Qué es la mutilación genital femenina?

Se engloban en estas prácticas todos los procedimientos consistentes en alterar o dañar los órganos genitales femeninos por razones que nada tienen que ver con decisiones médicas.
Es una violación de los derechos humanos de las mujeres y niñas. Viola sus derechos a la salud, la seguridad y la integridad física, el derecho a no ser sometidas a torturas y tratos crueles, inhumanos o degradantes, y el derecho a la vida en los casos en que el procedimiento acaba produciendo la muerte.
La mutilación genital femenina es causa de hemorragias graves y otros problemas de salud tales como quistes, infecciones e infertilidad, así como complicaciones en el parto y un mayor riesgo de muerte de recién nacidos.

¿En qué países se practica?
Aunque se concentra principalmente en **29 países de África y de Oriente Medio**, la ablación es un problema universal y se practica en algunos países de Asia y América Latina. Además, persiste también en las poblaciones emigrantes que viven en Europa Occidental, en Norte América, Australia y Nueva Zelanda.

¿Por qué la mutilación genital femenina es una violación de los derechos humanos?
Independientemente de cómo se practique, la mutilación genital femenina constituye una violación de los principios universales de los derechos humanos.

La ablación genital viola los principios de igualdad y de no discriminación por razones de género. Asimismo, atenta contra el derecho a no ser sometida a torturas ni a tratos crueles, inhumanos o degradantes y vulnera el derecho a gozar del máximo nivel posible de salud, el derecho a la integridad física y, en general, los derechos de la infancia. En los peores casos, la mutilación genital femenina constituye incluso una violación del derecho a la vida.

Los datos alarmantes de esta practica

A nivel mundial, se calcula que hay al menos 200 millones de niñas y mujeres mutiladas. En la actualidad, cada año se les mutilan los genitales a tres millones de niñas. Y 44 millones de niñas menores de 14 años han sufrido la ablación, principalmente en Gambia (un 56%), Mauritania (54%) e Indonesia, donde alrededor de la mitad de las niñas de 11 años han padecido esta práctica.

Cuarto momento:

Se solicitará a los participantes realizar un dibujo relacionada con lo visto, el **Día internacional de Tolerancia Cero a la Mutilación Genital Femenina**

Reacondicionamiento del espacio:

Se solicitará a los ciudadanos la organización de los espacios utilizados para el desarrollo del taller y se realiza recolección de los materiales.

TEMAS: Día internacional de Tolerancia Cero a la Mutilación Genital Femenina



El 6 de febrero se celebra el Día Internacional de Tolerancia Cero con la Mutilación Genital Femenina, una práctica que se suele ejecutar en niñas en algún momento de sus vidas entre la infancia y la adolescencia en determinados países y que internacionalmente está reconocida como una violación grave de los derechos humanos, la salud y la integridad.

Fue el 20 de diciembre de 2012 cuando la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó la Resolución para proclamar este Día Internacional de Tolerancia Cero con la Mutilación Genital Femenina.

La mutilación genital femenina (MGF) es una práctica cultural que ha prevalecido durante siglos en diversas regiones del mundo, constituyendo una violación grave de los derechos humanos y una manifestación extrema de desigualdad de género. Esta práctica se define como la ablación parcial o total de los genitales externos femeninos, incluyendo el clítoris, los labios mayores y menores, y en algunos casos, la sutura del orificio vaginal.

La MGF se lleva a cabo por razones culturales, tradicionales y sociales, y afecta a millones de mujeres y niñas en diferentes países, incluyendo Colombia. En el contexto colombiano, aunque la mutilación genital femenina ha sido un tema de preocupación creciente en los últimos años, la información y la conciencia sobre esta práctica son limitadas. Existen pocos estudios específicos que aborden la prevalencia y el impacto de la MGF en el país, lo que genera una necesidad urgente de investigaciones y acciones para comprender y abordar esta problemática. La MGF en Colombia se asocia principalmente con comunidades afrodescendientes y algunas comunidades indígenas, donde se mantiene arraigada por prácticas culturales y creencias tradicionales transmitidas de generación en generación. Aunque la prevalencia exacta de la MGF en el país es desconocida debido a la falta de datos sistemáticos, estudios internacionales sugieren que las cifras podrían ser significativas en algunas regiones.

Las consecuencias de la mutilación genital femenina son múltiples y de largo alcance. En primer lugar, esta práctica causa un daño físico inmediato, incluyendo dolor intenso, infecciones, hemorragias y dificultades para orinar o menstruar. Además, las mujeres y niñas que han sufrido MGF pueden enfrentar complicaciones a largo plazo, como quistes, infecciones crónicas, dificultades en el parto y problemas sexuales. A nivel psicológico, la MGF genera traumas profundos, trastornos de estrés postraumático, ansiedad, depresión y una sensación de pérdida de identidad y pertenencia. También tiene un impacto negativo en la vida social y educativa de las mujeres y niñas afectadas, limitando sus oportunidades y perpetuando ciclos de discriminación y desigualdad. En respuesta a esta problemática, tanto a nivel nacional como internacional, se han implementado políticas y marcos legales para erradicar la MGF y proteger los derechos de las mujeres y niñas.

En Colombia, se han establecido medidas de prevención, atención y sanción de la violencia contra las mujeres, incluyendo la MGF. Sin embargo, a pesar de estos avances, aún persisten desafíos significativos en la implementación efectiva de las leyes y en la generación de cambios sociales y culturales necesarios para erradicar esta práctica. La intención de esta investigación es abordar la problemática de la mutilación genital femenina en Colombia, analizando en profundidad las causas y consecuencias de esta práctica, así

como identificar estrategias efectivas para su prevención. Se espera que los hallazgos de esta tesis contribuyan a una mayor conciencia y comprensión de la mutilación genital femenina en Colombia, generando evidencia empírica y teórica que impulse un llamado a la acción para promover cambios sociales y culturales necesarios para erradicar la MGF en el país, asegurando el respeto de los derechos humanos y la dignidad de todas las mujeres y niñas colombianas.

La importancia de abordar la mutilación genital femenina en Colombia radica en la protección de los derechos fundamentales de las mujeres y niñas, la promoción de la igualdad de género y el fomento de sociedades más justas y equitativas. A través de este estudio, se busca contribuir al desarrollo de estrategias y políticas efectivas que puedan prevenir y eliminar la MGF, protegiendo así la salud, el bienestar y la autonomía de las mujeres y niñas en Colombia

¿Por qué la mutilación genital femenina representa un riesgo para las niñas y las mujeres?

La mutilación genital femenina no tiene ningún beneficio para la salud y puede provocar graves complicaciones a largo plazo, incluso la muerte. Entre los riesgos inmediatos para la salud se cuentan las hemorragias, los estados de conmoción, las infecciones, la transmisión del VIH, la retención de orina y el dolor intenso.

Las repercusiones psicológicas pueden ir desde la pérdida de confianza de las niñas en sus cuidadores hasta sentimientos de ansiedad y depresión que pueden aparecer a largo plazo.

En la edad adulta, las niñas sometidas a la ablación genital son más propensas a sufrir problemas de infertilidad o complicaciones durante el parto, en particular hemorragias posparto, muerte prenatal o muerte neonatal precoz.

¿Por qué se sigue practicando la mutilación genital femenina?

Existen muchos factores que contribuyen a la pervivencia de esta práctica. Sin embargo, en todas las sociedades donde se realiza, la mutilación genital femenina es la manifestación de una desigualdad de género profundamente arraigada.

Algunas sociedades la ven como un rito iniciático; otras la utilizan para reprimir la sexualidad de las niñas o salvaguardar su castidad. Ni el islam ni el cristianismo respaldan esta práctica, pero es habitual que se recurra a los textos religiosos para justificarla.

En los lugares donde la mutilación genital femenina está más extendida, las comunidades la consideran un requisito para el matrimonio o la herencia. Esto hace que sea difícil para los progenitores no someter a sus hijas a esta práctica. Las familias que rechazan participar en la mutilación genital femenina se enfrentan al ostracismo y exponen a sus hijas al riesgo de no ser aptas para el matrimonio.

FUENTES:

https://www.unicef.org/es/historias/lo-que-debes-saber-sobre-la-mutilacion-genital-femenina

(2) Mutilación genital femenina en Colombia: un flagelo que desafía la erradicación - Los Informantes - YouTube

https://www.youtube.com/watch?v=GK1IV9BBdC4

TESIS RAISHA PEREZ MGF.pdf

RECURSOS:

Físicos:

- Lista de asistencia, computador, video Bem

Humanos:

- Profesional , Ciudadanos

RESULTADOS

Cualitativos: Durante el espacio se logró que los asistentes conocieran de que trata la Mutilación Genital Femenina, pues refirieron no haber escuchado lo anterior, con la continuidad de la actividad se aclararon dudas relacionadas con el tema ya que fue de impacto, pues manifestaron que les parece un acto de violencia contra la mujer, reconociendo así mismo otro tipo de violación de los derechos humanos, tendiendo presente los siguientes a la salud, la seguridad y la integridad física, el derecho a no ser sometidas a torturas y tratos crueles.

Cuantitativos: Al taller participaron 12 ciudadanos todos de género masculino.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

Anexo fotográfico

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Día Mundial de Tolerancia Cero a la Mutilación Genital Femenina**

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

FECHA: 06/02/2025

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Dia internacional de Tolerancia cero con la mutilación genital femenina

4. Fecha: 06/02/2025

5. Hora: 10:30 am

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	1070944089	Juan Sebastian Callejas	29	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	7545755	Mauro Cesar Diaz	62	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	7044925988	JULIO CESAR	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	80822036	RAFAEL RICARDO	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	75079764	Andres Castaño Cano	48	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	80837573	Cesar Sanchez	5m	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	10105564	Carlos Zuluaga	64	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	1077427388	LUIS ALBERTO	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	3144925	ELKIN PEREZ	50	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	79631392	Luis Fontecha	59	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	80913495	Jesus Bernardo Quintero	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	77157813588	ALEJANDRO MORENO	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Leidy Muñetones M.

14. Cargo o rol del responsable: psicologa

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorizacion 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_s_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 El Rosario		**FECHA:** 06/02/2025	**HORA:** INICIO: 10:30 a.m. FINAL: 12:00 p.m.
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Stefany Nieto Dionicio	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Empoderamiento y liderazgo			

OBJETIVO GENERAL:

Acompañar el establecimiento de estrategias pedagógicas que fortalezcan las habilidades de empoderamiento y liderazgo en adultos en situación de vulnerabilidad mediante estrategias basadas en el desarrollo de la memoria de trabajo y las funciones ejecutivas, promoviendo su capacidad para tomar decisiones, resolver problemas y alcanzar metas personales y comunitarias.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar el desarrollo de funciones ejecutivas como el autocontrol, la flexibilidad cognitiva y el pensamiento estratégico para liderar y colaborar de manera efectiva en entornos personales y comunitarios.
- Implementar actividades prácticas que estimulen la memoria de trabajo, como ejercicios de organización, planificación y priorización, para mejorar la capacidad de los participantes en la gestión de tareas complejas y la toma de decisiones.

METODOLOGÍA:

Durante el desarrollo del taller de interés, se trabajará con los y las ciudadanos por medio de una metodología lúdica- pedagógica, con el propósito de guiar a los participantes a reflexionar sobre la resolución de conflictos desde una perspectiva pacífica y efectiva, en aras de resignificar experiencias pasadas y proyectar un nuevo significado hacia el futuro, así pues, acompañar el proceso de desarrollo personal y social de los participantes a través de talleres interdisciplinarios que promueven habilidades para la vida en su proceso de desarrollo personal, fortalecimiento emocional, integración social y construcción de un proyecto de vida significativo y por lo tanto, promover en los y las participantes el sentido de pertenencia y la interacción positiva entre sus pares desde los valores del respeto y la empatía. Esta actividad se dará bajo la Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

Adecuación: se adecua el aula de TV para iniciar la actividad y se organizan las sillas en modo de mesa redonda, en aras de dar continuidad a los siguientes momentos:

Primer momento: por medio de la actividad de circulo de escucha "te escucho, me escuchas" se validan las emociones de los y las participantes al inicio de la actividad y se escuchan las expectativas que tienen frente al taller, a partir de sus gustos e interés y aprendizajes previos.

Segundo Momento: los y las participantes comparten por medio de sus saberes previos, conocimientos frente a ¿Qué significa para mí "empoderamiento" y "liderazgo"? (pregunta abierta o lluvia de ideas).

Tercer momento: A partir, de los saberes previos de los y las participantes, y con apoyo del documental de Youtube ¿Quién fue Nelson Mandela? | Biografía completa recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=fyOM3GLnqoI en aras de conocer como Nelson Mandela fue un abogado, político, filántropo y activista en contra del apartheid instaurado en Sudafrica. Pasó 27 años de su vida encarcelado por luchar contra el racismo de su país, y en este video conoceremos su historia.

Cuarto momento: Luego de observar el video, se genera un debate frente a las siguientes preguntas orientadoras en concordancia a la biografía presentada previamente y su impacto en la historia de vida propia:

Reconocer la propia resiliencia y fortalezas.

- Cada persona comparte (si se siente cómoda) una experiencia difícil que haya superado.
- Preguntas guía:
  - ¿Cómo lo superaste?
  - ¿Qué fortalezas te ayudaron?
  - ¿Cómo te sientes al mirar atrás y ver lo que lograste?

- Reflexión grupal: identificar patrones de resiliencia y reconocer la capacidad de liderazgo en nuestras propias historias.

Ademas, se brinda una explicación breve e interactiva sobre los conceptos:

- Empoderamiento: Creer en nuestras capacidades, tomar decisiones y actuar con autonomía.
- Liderazgo personal: No es solo dirigir a otros, sino ser el líder de nuestra propia vida.
- Características de un líder: confianza, comunicación, iniciativa, empatía.
- Discusión: ¿Qué cualidades de liderazgo ya poseemos? ¿Cómo las usamos en la vida diaria?

Quinto momento: Cada persona comparte en plenaria con el grupo los aprendizajes decepcionados del taller y cómo estos pueden brindar la apropiación de herramientas que permitan potenciar sus proyectos de vida y sus procesos de desarrollo personal.

Reacondicionamiento del espacio: Se invitará a los ciudadanos y ciudadanas, dejar el espacio en el que se trabajó limpio y organizar los materiales utilizados en la actividad.

TEMAS:

Aprendizaje y cerebro: Las Neurociencias han posibilitado que en el último tiempo se revelen los misterios del cerebro - quien da origen a la conducta y el aprendizaje, y su funcionamiento. Consecuentemente, aportan al campo pedagógico conocimientos fundamentales acerca de las bases neurales no solo del aprendizaje en sí, sino de la memoria, de las emociones y de muchas otras funciones cerebrales que son, día a día, estimuladas y fortalecidas en el aula. Que todo agente educativo conozca y entienda cómo funciona el cerebro, llega a ser un requisito indispensable para la innovación pedagógica y la transformación de los sistemas educativos; que tienen a las TICs como un motor importante de cambio y crecimiento. El objetivo del presente artículo es estimular la comprensión de las características y descubrimientos fundamentales de las Neurociencias, contextualizando la relación entre el aprendizaje y el cerebro finalizando con la unión de la aplicación de las TICs en el contexto educativo, al comprender el aspecto neurocientífico de algunas tecnologías que se utilizan en los escenarios educativos.

Conflicto: refiere a "una situación compleja que se define primero por una determinada estructura de las relaciones sociales. El conflicto puede enfrentar a individuos (conflicto interpersonal), a grupos (conflicto intergrupal), a organizaciones sociales (conflicto social) o a naciones (conflicto internacional)". "En el mismo orden de ideas a partir de definiciones de diversos autores, el conflicto es una marcada divergencia de interés, es una realidad socialmente creada y manejada comunicacionalmente que surge en el seno de un contexto socio histórico que afecta el significado y la conducta, y a su vez es afectado por esa realidad".

Desarrollo humano: plantea la necesidad de reconocer que la verdadera riqueza de las naciones remite a las personas, es decir, el desarrollo centrado en la gente. Esto quiere decir que los mecanismos para la construcción de la convivencia social implementados en los servicios sociales, deben facilitar que las personas habitantes de calle y en riesgo expresen con libertad su individualidad, su ser y su sentir, sus necesidades e intereses, pero también desarrollar las capacidades para la convivencia desde el lenguaje de la inclusión social. Nunca desde la exclusión o la estigmatización.

Dignidad humana: como valor fundante del ordenamiento jurídico, principio constitucional y derecho fundamental que: a) protege la autonomía individual; la posibilidad de diseñar un plan vital y determinarse según las propias características (vivir como se quiere). b) exige unas condiciones materiales de existencia (vivir bien). c) proclama la intangibilidad de los bienes no patrimoniales, integridad física e integridad moral (vivir sin humillaciones).

Escucha activa: Humberto Maturana dice que el lenguaje es una construcción simbólica que nos permite movernos en espacios públicos y privados. Sin embargo, muchas personas y comunidades no son escuchadas; su voz, sus saberes y sus experiencias no son reconocidas. Es por esto que, en cada una de las acciones de los cinco ejes, es necesario la construcción de espacios de escucha para que la población habitante de calle tomé voz y se comprenda sus necesidades y se construyan espacios que permitan mejorar sus condiciones de vida y transformar los entornos que habitan y que invisibiliza su voz. Espacios emancipadores de reafirmación, de aprendizajes colectivos y emprendedores que permitan dar voz a los sin voz.

Fuente de consulta:

Falco, M., & Kuz, A. (2016). Comprendiendo el Aprendizaje a través de las Neurociencias, con el entrelazado de las TICs en Educación. Revista Iberoamericana de Tecnología en Educación y Educación en Tecnología, (17), 43-51.

Secretaria distrital de integración social (2024). Manual de acuerdos para la convivencia y transformación de los conflictos en los servicios sociales. Alcaldía Mayor de Bogotá D.C.

RECURSOS:

Físicos:

- Hojas de papel, Televisor, sillas, mesa, marcadores y lápices.

Humanos:

- Ciudadanos y ciudadanas de la comunidad de vida el Rosario y la profesional.

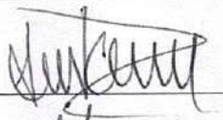
RESULTADOS:

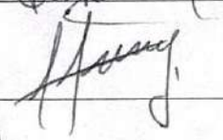
Cualitativos:

Durante el espacio los ciudadanos se mostraron receptivos y expectantes frente a la temática del día, por lo que su participación fue activa, pues, por medio de la reflexión y la transversalidad se busca potenciar las habilidades individuales de cada ciudadano en su proceso de desarrollo personal, en pro de reducir los factores de riesgo asociados al fenómeno de habitabilidad de calle.

Cuantitativos:

Se contó con la participación total de 14 ciudadanos, entre los cuales se encuentran:
0 mujer
14 hombres, entre los cuales 1 se identifican como persona perteneciente a la comunidad LGTBIQ+
Total: 14 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

ANEXO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Empoderamiento y liderazgo

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

Fecha: 06/02/2025

Comunidad de Vida el Rosario





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Empoderamiento y liderazgo

4. Fecha: 06/02/2025

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	7175810S	Yoime Alberto	50	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Yoime	
2	CC	79239602	Fabio Barrero	59	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Fabio B	
3	CC	80901364	Luis PADILLA	42	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X						
4	CC	1073611482	VICTOR MONTENEGRO	39	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					VICTOR	
5	CC	8726216	Jose Caballero	62	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X						
6	CC	79835163	Edwin Barreto	46	Noaplica	No aplica	Noaplica			X						
7	CC	9600459	Nicolas Quintero	61	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X						
8	CC	79884698	Alejandro Villamiz	47	Noaplica	No aplica	Noaplica			X						
9	CC	1128048663	JOHAN COGOLLO	39	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Johan O.C.	
10	CC	80504480	Leonardo Fabio Velasquez	54	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X						
11	CC	91466077	Fernando Acero	49	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X						
12	CC	79974358	Harry Silva	46	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Harry Silva	
13	CC	80729069	Jhon RAMIREZ	42	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Jhon RAMIREZ	
14	CC	6883968	JOSE Cortes	63	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Jcortes	
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Dionicio

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 recolectaran 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 el Rosario	**FECHA:6/02/2025**	**HORA:** Inicio: 2:00 pm Final: 4:00 pm
ÁREA: Terapia ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sandra Milena Tejada
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Resignificación de la productividad		

OBJETIVO GENERAL:
Generar en las y los ciudadanos y ciudadanas conocimientos ocupacionales que les permitirán enfrentar eficientemente los retos de la vida diaria y dar otro sentido a la productividad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Analizar con objetividad experiencias e información del exterior y la habilidad para llegar a conclusiones creativas.
- Identificar las percepciones actuales sobre la productividad.
- Reevaluar el concepto de productividad desde una perspectiva personal y sociocupacional
- Desarrollar estrategias para mejorar la eficiencia en actividades ocupación con fines de productividad.

METODOLOGÍA:

Se utilizará la metodología Psicoeducativa; Línea de atención III: Fortalecimiento de redes de apoyo, La gestión y aprovechamiento de las oportunidades, Etapa Uno (1) a través de la cual los ciudadanos adquirirán conocimiento, estrategias para generar conciencia el ser productivo y el equilibrio ocupacional.

Adecuación: para el desarrollo del taller se adecuo el aula múltiple, ubicando las sillas en forma de media luna, utilizándose medios audiovisuales.

Primer momento:
Bienvenida y presentación del tema "resignificación de la productividad" se realizó actividad rompe hielo de forma lúdica ejercicios manos dependiendo de la instrucción de la terapeuta solo verbal, sin confundirse con el modelo físico.

Segundo Momento:
Exposición teórica del tema, inicialmente se le comparte video a los ciudadanos y ciudadanas sobre equilibrio ocupacional, posteriormente se socializa la temática de productividad, desempeño ocupacional, equilibrio ocupacional, formas de exploración y estrategias de mejora.

Tercer momento: Los ciudadanos se reúnen en grupos de tres y cuatros participantes, para elaborar el circulo de la productividad en el cual divide sus actividades de la vida diaria, ocio y trabajo, con sus respectivos tiempos que los lleven a un proceso de sensibilización frente al equilibrio ocupacional y acciones de mejora.

Cuarto momento: cierre y retroalimentación: se realiza preguntas a los ciudadanos relacionadas con la temática, se refuerza la importancia del equilibrio ocupacional y la importancia en procesos productivos, generando conciencia de que cada momento desarrollado de forma eficaz y pertinente según su demanda es ser productivo.

Reacondicionamiento del espacio:
Se le solicita a los ciudadanos y ciudadanas, que dejen el espacio en completo orden aseo, sillas dispuestas en fila, se agradece y se da por concluida la actividad

TEMAS:

EQUILIBRIO OCUPACIONAL

El equilibrio ocupacional se refiere al uso del tiempo en diferentes actividades categorizadas en autocuidado, descanso, educación, trabajo, juego, ocio y tiempo libre y participación social. Es biológicamente necesario para mantener el ritmo de vida interno y externo y alcanzar un buen estado de salud

PRODUCTIVIDAD

En el entorno laboral moderno, la relación entre la salud y la productividad laboral es cada vez más evidente. Mantener a los empleados saludables no solo es una cuestión de bienestar individual, sino que también tiene un impacto directo en el rendimiento general de la empresa.

Un entorno de trabajo saludable reduce el ausentismo y las bajas por enfermedad, lo cual se traduce en una mayor presencia en el trabajo y, por ende, en una mayor productividad. Además, empleados saludables suelen ser más comprometidos y motivados, lo que se refleja en una mayor calidad del trabajo y en un ambiente laboral más positivo.

Asimismo, la salud ocupacional contribuye a reducir el estrés y el agotamiento, factores que pueden afectar negativamente la eficiencia y la satisfacción laboral. Al invertir en programas de salud ocupacional, las empresas pueden disfrutar de una fuerza laboral más saludable, motivada y productiva.

Por lo tanto, la relación entre la salud ocupacional y la productividad laboral es clara: un buen estado de salud de los empleados no solo beneficia a los trabajadores, sino que también potencia la eficiencia y el éxito general de la empresa.

En el entorno laboral moderno, la relación entre la salud ocupacional y la productividad laboral es cada vez más evidente. Mantener a los empleados saludables no solo es una cuestión de bienestar individual, sino que también tiene un impacto directo en el rendimiento general de la empresa.
La salud ocupacional abarca una serie de prácticas y políticas diseñadas para proteger y promover el bienestar físico y mental de los trabajadores. Estas incluyen exámenes médicos ocupacionales, programas de prevención de enfermedades y monitoreo continuo de las condiciones laborales. La implementación efectiva de estas prácticas no solo reduce el riesgo de enfermedades y accidentes, sino que también mejora el estado general de salud de los empleados.
Un entorno de trabajo saludable reduce el ausentismo y las bajas por enfermedad, lo cual se traduce en una mayor presencia en el trabajo y, por ende, en una mayor productividad. Además, empleados saludables suelen ser más comprometidos y motivados, lo que se refleja en una mayor calidad del trabajo y en un ambiente laboral más positivo.
Asimismo, la salud ocupacional contribuye a reducir el estrés y el agotamiento, factores que pueden afectar negativamente la eficiencia y la satisfacción laboral. Al invertir en programas de salud ocupacional, las empresas pueden disfrutar de una fuerza laboral más saludable, motivada y productiva.
Por lo tanto, la relación entre la salud ocupacional y la productividad laboral es clara: un buen estado de salud de los empleados no solo beneficia a los trabajadores, sino que también potencia la eficiencia y el éxito general de la empresa.
En el entorno laboral moderno, la relación entre la salud ocupacional y la productividad laboral es cada vez más evidente. Mantener a los empleados saludables no solo es una cuestión de bienestar individual, sino que también tiene un impacto directo en el rendimiento general de la empresa.
La salud ocupacional abarca una serie de prácticas y políticas diseñadas para proteger y promover el bienestar físico y mental de los trabajadores. Estas incluyen exámenes médicos ocupacionales, programas de prevención de enfermedades y monitoreo continuo de las condiciones laborales. La implementación efectiva de estas prácticas no solo reduce el riesgo de enfermedades y accidentes, sino que también mejora el estado general de salud de los empleados.
Un entorno de trabajo saludable reduce el ausentismo y las bajas por enfermedad, lo cual se traduce en una mayor presencia en el trabajo y, por ende, en una mayor productividad. Además, empleados saludables suelen ser más comprometidos y motivados, lo que se refleja en una mayor calidad del trabajo y en un ambiente laboral más positivo.
Asimismo, la salud ocupacional contribuye a reducir el estrés y el agotamiento, factores que pueden afectar negativamente la eficiencia y la satisfacción laboral. Al invertir en programas de

salud ocupacional, las empresas pueden disfrutar de una fuerza laboral más saludable, motivada y productiva.
Por lo tanto, la relación entre la salud ocupacional y la productividad laboral es clara: un buen estado de salud de los empleados no solo beneficia a los trabajadores, sino que también potencia la eficiencia y el éxito general de la empresa.
Por ello, desde Terapia ocupacional, fomentamos un **estilo de vida activo y productivo** y propiciamos las condiciones para que puedan desenvolverse en un entorno estimulante, que favorezca experiencias de aprendizaje y se reconozcan y estimulen los esfuerzos por alcanzar determinados logros mediante la participación en actividades de diversa índole.
La implementación de un programa adecuado de ocio y tiempo libre mejora el estado físico, mental y emocional, al mismo tiempo que aumenta sus intereses, su iniciativa y habilidades sociales, reduciendo así los posibles momentos de ansiedad en la población.

REFERENCIAS https://www.unir.net/revista/empresa/productividad-laboral/

RECURSOS:

Físicos: aula múltiple, sillas, ayudas audiovisuales, papel craf, marcadores esferos
Humanos: Terapeuta ocupacional. Ciudadanos y ciudadanas de comunidad de vida el rosario.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- ✓ se logo motivación por parte de los participantes, mostrando apropiación conceptual frente a equilibrio ocupacional y productividad.
- ✓ Se logra que los ciudadanos establecen las relaciones interpersonales, así como la capacidad para comunicarse en forma asertiva.

Cuantitativos: la participación de los ciudadanos fue de once (11) participantes de los cuales diez (10) son de género masculino y uno (1) de el LGBT

FIRMA DEL RESPONSABLE: Sandra Tejada

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Herney Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
Nombre de la actividad Resignificación de la productividad
Línea de Atención III Fortalecimiento de redes de apoyo. La gestión y aprovechamiento de las oportunidades
Fecha: 6/02/2025





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Resignificación de la productividad

4. Fecha: 06/02/2025

5. Hora: 2:00 pm

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	7[illegible]358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	9[illegible]238	Jhon Ramirez Patiño	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	7[illegible]804	Jair Reyes	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	8[illegible]695	Jesús Bermeo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	8[illegible]	[illegible]	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	7[illegible]358	Heiny Sierra	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1033[illegible]619	[illegible]	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	7545755	[illegible]	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	70[illegible]92	[illegible]	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1026558821	Diego Romero	36	No aplica	No aplica	No aplica			X					D.ego	
11	CC	7507[illegible]69	Andres Castaño	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12																
13																
14				0												
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Sandra Milena Tejada

14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad: Sandra Tejada

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_h_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 4

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el rosario	**FECHA:** 06/02/2025	**HORA INICIO:** 2:00 Pm **FINAL:** 4:00 Pm
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hermes Vaca

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Resignificación de estilos de vida

OBJETIVO GENERAL:

Identificar factores de riesgos ligados a estilos de vida problemáticos que influyen en la habitabilidad en calle a partir de la proyección de metas a mediano y largo plazo en los ciudadanos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Recalcar el valor de estilos de vida saludable
- Reconocer múltiples estilos de vida en pro del bienestar individual y colectivo
- Recalcar la importancia de gestionar proyectos y metas a mediano y largo plazo

METODOLOGÍA:

Se realizará el taller formativo Resignificación de estilos vida, con base en la línea de atención III: FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO, LA GESTIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES, por medio de la cual se pretende acompañar a las y los ciudadanos de etapa III en el reconocimiento de estilos de vida desligados a la habitabilidad en calle, en ese sentido es importante contemplar una metodológica teórico-práctica basada en estudios de caso, análisis de consecuencias y reflexiones personales, estas últimas como resultado de los temas planteados como temáticas.

Adecuación: Esta actividad se realizará en el aula de tv, donde se contará con el acompañamiento de promotora y ciudadanos para su organización y proyección audio visual correspondiente

Primer momento:

Se iniciará la actividad con la bienvenida por parte del profesional en pedagogía quien por medio de las preguntas orientadoras dará apertura a la temática a trabajar "re significación de estilos de vida" esto permite tanto a los ciudadanos como al profesional un reconocimiento de saberes previos y relación con la temática a trabajar. Posteriormente se explica a los ciudadanos la relación del taller con su diario vivir y la metodología que se va a implementar en el espacio, para que luego de ello, se socialicen las normas del taller, las cuales son:

1. Respetar la palabra de los demás.
2. No usar el celular
3. La permanencia total en el taller

Segundo momento:

Para el segundo momento de manera catedrática se dialoga con los ciudadanos frente a la concepción del término "éxito" y como las implicaciones del mismo son dadas por externos que no les permite plantearse a sí mismo sus metas de vida. Como la construcción de los proyectos de vida, suelen estar mediado por espectros que no reconocen nuestras particularidades y solo beneficia a unos pocos. En ese sentido, se permite la participación de algunos ciudadanos para que reflexionen entorno a sus metas y expectativas posteriores a su proceso en comunidad y retroalimentar con un fragmento del documental de BBVA del ciudadano Abuu, quien es un migrante africano quien vivió en las calles de Barcelona durante meses. Con ayuda del documental, se pretende compartir con los ciudadanos la multiplicidad de dificultades a las que se enfrenta el ser humano y como por medio del dolor es donde el ser humano logra sus más importantes cambios.

- **Tercer momento:**

Por último, verán el fragmento de la entrevista de Andrés Parra, quien evidencia la importancia de la sanación y replantearse los proyectos de vida como un camino guía para la recuperarse y sanar. A partir de la proyección de la entrevista se realiza una actividad practica que consiste en evidenciar aquellos factores que los ha hecho replantearse y creer en la posibilidad de un nuevo proyecto de vida. Para finalizar condensamos las reflexiones del taller, recogemos la autoevaluación y coevaluación del espacio siempre con el fin de tener en cuenta las sugerencias de los ciudadanos para cautivar su atención

Reacondicionamiento del espacio:
Una vez terminada la jornada, se les pide a los participantes que dejen el espacio organizado, limpio y nuevamente disponible para otras actividades

TEMAS:

El consumo y su influencia en los estilos de vida

El consumo es un hecho social total —en la clásica acepción que el concepto que del sociólogo y antropólogo francés Marcel Mauss 2 —, pues es una realidad objetiva y material, pero es, a la vez, e indisolublemente, una producción simbólica, depende de los sentidos y valores que los grupos sociales le dan a los objetos y las actividades de consumo. El consumo es, así, una actividad social cuantitativa y cualitativamente central en nuestro actual contexto histórico. No sólo porque a él se dedican gran parte de nuestros recursos económicos, temporales y emocionales, sino también porque en él se crean y estructuran gran parte de nuestras identidades y formas de expresión relacionales; el consumo es un campo de luchas por la significación de los sujetos sociales que arranca del dominio de la producción, pero que no la reproduce mecánicamente, sino que, con una cierta autonomía, produce y reproduce poder, dominación y distinción. Dado, además el grado de madurez y complejidad que ha alcanzado hoy en día la llamada sociedad de consumo, resultan un tanto inútiles, por insuficientes, las posiciones más o menos tradicionales y ya casi testimoniales del consumo como alienación, manipulación cierre o control del universo social, típica de la teoría crítica de raíz frankfurtiana, o su reverso simétrico, el consumo como soberanía, libertad total y riqueza, característica de la presentación liberal del individualista homo económicas, en ambas se deja sin espacio al sujeto social y sus lógicas de confrontación, dominación, resistencia y cambio. De esta manera, el consumo tiene una dimensión de política concreta, de lucha desigual por la distribución del excedente y el sentido realizada por grupos sociales históricos, no es solo la agregación de preferencias de un agente abstracto libre e individual como se pretende en la teoría de la elección racional, ni tampoco es sólo el síntoma de la alienación total, material y simbólica que impone un capitalismo todopoderoso a un hombre unidimensional izado, sin atributos ni poderes, típico del mundo interpretativo del marxismo culturalista occidental de postguerra. Más bien hay que considerar al consumo como uso social, esto es, como forma concreta, desigual y conflictiva de apropiación material y utilización del sentido de los objetos y los signos que se producen en un campo social por parte de grupos sociales con capitales (económicos, simbólicos, sociales, culturales) distintos y desde posiciones sociales determinadas por el proceso de trabajo. Manejando el concepto de uso social, por cierto, con no poca tradición en las ciencias sociales modernas— nos planteamos observar el consumo en una doble cara, como reproducción de la estructura social, pero también como estrategia de acción. Las formas de consumo son concretas para cada colectivo —son usos sociales— en un marco espacial y período temporal determinado y nos remiten tanto a los sistemas económicos de acumulación como a las prácticas reales de sujetos que en sus estrategias tratan de reproducir, aumentar o explotar los capitales de todo tipo asociados a cada posición social y sus antagónicas.

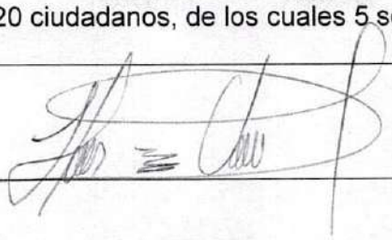
El consumo como práctica social concreta sintetiza un conjunto múltiple de fuerzas: la distribución de rentas originadas en el proceso de trabajo, la construcción de las necesidades reconocidas por parte de los consumidores, la búsqueda de beneficio mercantil, los discursos y el aparato publicitario, la conciencia de los grupos sociales reales, las instituciones formales e informales, la emulación e imitación social, los movimientos colectivos, etc., etc. Pero, todo ello indica que es necesario enmarcar el modo de consumo en el modo de regulación (como conjunto estabilizado de esquemas normativos y de convenciones sociales) que reproduce socialmente las condiciones para la producción de mercancías y la acumulación de capital. El fordismo, como modo de regulación consiguió construir una norma de consumo de masas coherente con el sistema de producción mercantil estandarizado, norma que funcionaba como forma parcial e inestable, pero efectiva, de resolución del conflicto distributivo que se originaba en el proceso mismo de trabajo 4 . Sin embargo, presentar esta norma de consumo de masas, en particular, o el modo de regulación fordista en su conjunto como un proceso cerrado, armónico o idílico es despreciar las características históricas de formación, desarrollo y funcionamiento de un sistema de reparto del excedente económico que creaba un marco relativamente organizado para las luchas por la distribución material y por su expresión simbólica, pero que ni suprimía las contradicciones sociales básicas (el conflicto capital/trabajo) ni dejaba de producir otras contradicciones añadidas (el conflicto ecológico, el enfrentamiento público/privado) ni era demasiado eficaz para el reconocimiento de conflictos no derivados de la distribución industrial, como son los conflictos de género, los generacionales o los étnicos, todos ellos ocultos y plegados bajo la constitución del modelo central de ciudadano (consumidor fordista, masculino, industrial, maduro, cotizante y con una familia a su cargo a la que se asociaba un modelo de ciudadanía —y un estatuto de consumo— vicario por razón de ser miembros de esa familia).

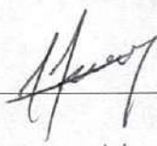
RECURSOS:
Físico:

- Tv, computador, hojas

Humano: Ciudadanos, ciudadanas y profesional

RESULTADOS:
Cualitativos:
Se contó con participación activa de las y los ciudadanos permitiendo la fluidez de los temas y las reflexiones enriquecedoras para la metodología planteada en la temática
Cuantitativos:
Se contó con la participación de 20 ciudadanos, de los cuales 5 son adultos mayores y una mujer

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Hiram Díaz S

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: Taller formativo "resignificando estilos de vida"

LÍNEA DE ATENCIÓN III: FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO, LA GESTIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES.

Fecha: 06/02/2025

Etapa III





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Resignificacion de Estilos de Vida
4. Fecha: 06/02/2025
5. Hora: 2:00pm

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	1128046663	JOHAN COGOLLO	39	no aplica	no aplica	no aplica			X						
2	CC	52766338	Sandra Mejia	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
3	CC	52860268	MYRIAM SANCHEZ	44	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	CC	10105561	Carlos Zuñiga	64	no aplica	no aplica	no aplica			X						
5	CC	19482000	Edgar RIZO	60	no aplica	no aplica	no aplica			X						
6	CC	10532408	Omar Bataja	70	no aplica	no aplica	no aplica			X						
7	CC	1122326	Jhon Jairo Pardo	43	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	CC	65490111	ADRY ZAMORANO	40	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9	CC	6883968	JOSE CORZO	63	no aplica	no aplica	no aplica			X						
10	CC	80729001	JHON RAMIREZ	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
11	CC	6814782	JORGE GONZALEZ	73	no aplica	no aplica	no aplica			X						
12	CC	5824.830	ALEXANDER VILLA	44	no aplica	no aplica	no aplica			X						
13	CC	1074142380	LUIS ALBERTO	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
14	CC	80374801	JORGE BETTIN	53	no aplica	no aplica	no aplica			X						
15	C.C.	79685313	ERICK NIETO	51	no aplica	no aplica	no aplica			X						
16	CC	79675[illegible]	Juan Carlos Daniel	51	no aplica	no aplica	no aplica			X						
17	CC	80[illegible]	RAFAEL RIAÑO	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
18	CC	80156475	JHONI GOMEZ	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
19	CC	80117370	MANUEL BAUTISTA	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
20	CC	1023233815	David Callejo R	32	no aplica	no aplica	no aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hermes Ubaca
14. Cargo o rol del responsable: Pedagogia
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 recolectaran 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 EL ROSARIO	**FECHA:** 06/02/2025	**HORA:** Hora inicio: 2:00 pm Hora fin: 4:00 pm
ÁREA: TRABAJO SOCIAL	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Dexy Gineth Ramírez Martínez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Comunicación efectiva y relaciones saludables

OBJETIVO GENERAL:

Brindar herramientas a las y los ciudadanos frente a sus procesos de comunicación, partiendo de la reflexión sobre cómo se están comunicando con los demás, a fin de generar en su entorno una comunicación asertiva y mejora de sus relaciones.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Explicar cómo tener una adecuada comunicación asertiva, desde ejercicios prácticos del diario vivir.
- Ofrecer herramientas que les permita a las y los ciudadanos la identificación de la importancia de tener una buena comunicación, lo cual afianzara sus relaciones en las diferentes áreas de su vida.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención III, Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, etapa IV, se implementará la metodología psico - educativa, a través de la cual los participantes harán identificarán sus redes de apoyo primarias y secundarias que aporten a su proceso de desarrollo personal.

Adecuación:

Se organizarán los recursos físicos que se van a implementar durante el ejercicio, como sillas y mesas, al igual que el recurso humano, ciudadanos y profesional.

Primer momento: Se realizará explicación de los objetivos del taller, y hablara de la importancia de la comunicación asertiva y su efecto en las buenas relaciones interpersonales, en este sentido se explicará que la comunicación es un proceso de gran importancia en la vida del ser humano, por la cual se expresan ideas, intercambian sentimientos, conocimientos, pensamientos, emociones, de ahí la importancia de saber transmitir de manera adecuada lo que se quiere decir, permitiendo una mejor relación consigo mismo y con los demás.

Cabe resaltar que las personas no siempre nacen con la capacidad comunicar de forma asertiva, todo es un proceso que se va modificando a lo largo de la vida, que se aprende, se desarrolla y se practica, según el contexto en el cual este inmerso el ser humano, ira desarrollando ciertas habilidades.

Los seres humanos estamos comunicando en la mayoría del tiempo, de forma verbal o no verbal, de ahí la importancia de saber utilizar un lenguaje adecuado para expresar las ideas, establecer un buen contacto visual, manejar la expresión facial, emplear un tono de voz claro y sostenido. Por lo tanto, para que un mensaje sea transmitido de forma asertiva es necesario que las señales no verbales sean congruentes con el contenido verbal, lo cual permitirá un dialogo asertivo entre las partes.

Segundo momento: Se realizará proyección de video, en donde se explicarán 11 Técnicas de comunicación asertiva y efectiva con ejemplos y pasos, en donde las y los ciudadanos podrán aprender con ejemplos prácticos y pasos aplicables cómo lograr una comunicación asertiva y efectiva, usando las técnicas para hablar en primera persona y eliminar las generalizaciones.

Tercer momento: Se realizará debate frente al video observado, con el fin de dejar claro como lograr la comunicación asertiva mejorando las relaciones con el otro, adicionalmente se explicaran los derechos asertivos y de qué manera hacerlos respetar.

Reacondicionamiento del espacio:

Al finalizar la actividad, el profesional encargado solicita la colaboración de los participantes, con el fin de organizar las sillas, y la mesa, dejando el espacio en óptimas condiciones.

TEMAS:

QUE ES LA COMUNICACIÓN:

La palabra deriva del latín *communicare*, que significa "compartir algo, poner en común". Por lo tanto, la comunicación es un fenómeno inherente a la relación que los seres vivos mantienen cuando se encuentran en grupo.

Comunicarse es un acto complejo donde dos o más personas se relacionan, intercambian mensajes: ya sea, de manera verbal o no verbal. Dicho intercambio busca la comprensión y constituye una necesidad y característica de los seres humanos.

La comunicación entre los seres humanos es una habilidad que se trabaja, adquiere y es posible modificar. Según Riso (2012) Nadie nace predeterminado a ser sumiso, esto se aprende de forma paulatina, "sin darse cuenta". No es una cuestión biológica ni hereditaria, es un comportamiento aprendido y por lo tanto modificable" (p. 17).

Con base en lo anterior, se ejemplifica como el ser humano cuenta con la capacidad de modificar ciertos elementos de su accionar, con el fin de lograr comunicarse de una forma asertiva; no obstante, antes de profundizar en esta temática, es pertinente mencionar que es:

Asertividad:

El entrenamiento para lograr una conducta y comunicación asertiva, fue una de las primeras técnicas desarrolladas por los terapeutas de la conducta en la década de 1950 y comienzos de la década de 1960, de acuerdo con (Janda 1988). La palabra asertivo, de aserto proviene del latín asertus y significa de la certeza de una cosa, por lo que se deduce que una persona asertiva es aquella que afirma certeza.

Güell y Muñoz (2000) comentan que el concepto de conducta asertiva fue definido por primera vez por Wolpe en 1958 y posteriormente ha tenido muchas elaboraciones. Por ejemplo señalan, en el campo de las habilidades sociales han trabajado autores como Hersen, Bellack y Gil. Aspectos concretos de entrenamiento asertivo han sido tratados por Alberti y Emmons y diversos cuestionatios y registros sobre este tema fueron elaborados por autores como Wolpe Y lázarus y los de Rathus.

ELEMENTOS DE LA COMUNICACIÓN:

En todo acto de comunicación intervienen una serie de factores necesarios para que ésta se dé. Vamos a ver los elementos de la comunicación sobre ella:

El emisor: es el que cifra y emite el mensaje.

El receptor: quien lo recibe y descifra.

El código: conjunto de signos y reglas para combinarlos, común a emisor y receptor; en este caso, la lengua española.

El mensaje en sí, ajustado al código. El canal o vía por la que circula el mensaje, puede ser el hilo telefónico, un libro...

La situación o circunstancias en las que se producen la comunicación.

Contexto en el que se transmite el mensaje. Puede ser el mismo para el emisor y el receptor o diferente al estar separados por el tiempo o el espacio

COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA:

Actualmente la mayoría de los padres pertenecen a la que se ha dado en denominar la generación del "baby boom", muchos han crecido fundamentalmente con la televisión y con los llamados "mass media" (Tapscott, 1998). La característica de todos ellos es que su discurso es de tipo informativo, vertical, de una vía. Dado que las diferentes tecnologías transmiten unos determinados valores (Aparici, 2003), esta generación ha asumido unos principios conectados con la verticalidad y la organización jerarquizada del discurso televisivo (Bernal y Barbas, 2010). Dentro del esquema clásico de la comunicación asumen el rol de receptor. Se han acostumbrado a ser pasivos. Este entrenamiento televisivo les ha dado muchas tablas para actuar en situaciones en las que el discurso es de tipo vertical-institucional: dentro de la familia, en la escuela, en el trabajo y frente a instituciones públicas y privadas. Comprender la estructura de este discurso no supone mayor problema para ellos y reproducen una conducta meramente receptiva cuando el contexto lo requiere. (Citado por Revista de Investigación en Educación, 2011, pp. 93)

Por su parte los hijos pertenecen a la generación de las nuevas tecnologías, a lo que algunos estudiosos vienen en llamar "generación Net" (Tapscott, 1998). Aunque siguen ante el televisor (que empieza a abrir su modelo a la participación), su foco de atención es el ordenador y el teléfono móvil. En el entorno de Internet se encuentran como pez en el agua en las redes sociales como Facebook o Tuenti. Allí el discurso comunicativo es horizontal, de vía múltiple, activa e inmediata. El nuevo modelo comunicativo también genera un nuevo modelo de aprendizaje (Gutiérrez, 2003). No están acostumbrados en la misma medida en que sus padres lo estaban a inhibir una respuesta y por ello no responden muy bien ante las situaciones en las que implícitamente se requiere de ellos que no opinen abiertamente pero se comporten. Tienen dificultad para

adaptar su conducta en las estructuras comunicativas de tipo informativo. (Citado por Revista de Investigación en Educación, 2011, pp. 94)

Construcción de un espacio de comunicación positiva

Teniendo en cuenta las nuevas situaciones de comunicación y la necesidad de adaptarse a ellas con garantías de éxito exponemos a continuación algunos principios básicos que debemos considerar.

1. Es importante construir las relaciones padres/hijos en positivo. Tomar conciencia sobre el valor socializador de la familia. La familia es el primer grupo social en el que el niño se mueve, sus primeras pautas de relación social se adquieren aquí bajo una gran presión afectiva (Yubero, Bodoque y Larrañaga, 2006). Esto va a formar parte del nivel más profundo de la consciencia del individuo. El niño llegará a ser como los otros le ven. Por eso es importante dar pautas positivas.

2) Valorar adecuadamente el peso del aprendizaje vicario. El niño aprende también por imitación, no se debe caer en el engaño de que "por una vez no importa" o creer que lo que se está haciendo mal (por ejemplo: mentir) como tiene una causa justificada para el adulto, va a ser entendido de esa manera por el niño. Es, por tanto, importante, compartir efectivamente las normas y los valores. En la medida en que es efectivo y real el punto anterior se impone el compartir unas normas que han de ser cumplidas por todos en la medida en que están establecidas por grupos de edad o sean generales. La familia es el medio natural en el que el niño experimenta los valores (Ortega y Mínguez, 2004).

3) El ambiente, el clima emocional en la familia, está muy relacionado con la formación de los sujetos (Pichardo, 1998). La expresión y comprensión adecuada de sentimientos es muy importante por lo que se ha de procurar un clima de seguridad (Domínguez, Cuña y Rodríguez Machado, 2003) en el que el niño se sienta cómodo al expresarse. Es bueno crear un ambiente en el que todos los miembros de la familia puedan demostrar sus sentimientos afectivos, no hay que descuidar la proximidad, los abrazos, las expresiones de cariño. También hay que permitir que emerjan los sentimientos negativos en el sentido de que podamos hablar de ellos y canalizar la ira o la rabia. Además hemos de consolar, es importante apoyar antes de censurar o aconsejar. (Citado por Revista de Investigación en Educación, 2011, pp. 94)

TIPOS DE COMUNICACIÓN:

El ser humano, siempre está en un constante proceso de comunicación, donde se establecen intercambios con otros individuos. Por lo tanto, la comunicación puede verse como cualquier acción o comportamiento que busque suscitar una reacción especifica en la otra persona, grupo o comunidad.

Con base en lo anterior, se establece como toda comunicación busca transmitir un determinado mensaje y para esto se utilizan diversos códigos como: gestos, palabras, expresiones, posturas, entre otros, lo cual, es posible catalogar como comunicación verbal y no verbal.

El lenguaje es el instrumento de comunicación más importante que se posee y el proceso de pensamiento depende en gran medida del lenguaje y su significación; razón por la cual, en la mayoría de los casos se establece una doble comunicación: por una parte la comunicación verbal que incluye todo lo que se comunica por medio el lenguaje y la comunicación no verbal que abarca una gama de señales, símbolos, acciones, comportamientos que transmiten un determinado mensaje.

Según Riso (2012) "los individuos sumisos suelen mostrar miedo y ansiedad, rabia contenida, culpa real o anticipada, sentimientos de minusvalía y depresión. La conducta externa es apocada, poco expresiva, con bloqueos frecuentes, repleta de circunloquios, postergaciones y rodeos de todo tipo" (p.30).

Asertividad, agresión o no asertividad?

La asertividad o afirmación no es un rasgo del carácter con el que algunas personas llegan a este mundo y otras no, se trata de una habilidad de comunicación y como cualquier otra habilidad, puede aprenderse. A fin de aprenderla debe saber que es y ser capaz de distinguirla de la agresión y de la no afirmación. Es probable que usted mismo reconozca que en distintos momentos es agresivo, asertivo y no afirmativo. Con algunas personas es posible que descubra que se comporta como un débil que tiene miedo de hablar de sí mismo. Con otras puede que se descubra haciéndose el "duro" pisoteando sus sentimientos y sus derechos. Y con algunos es posible que se exprese con honestidad y franqueza, de un modo tranquilo y respetuoso. Pero lo más probable es que descubra que predomina en usted uno de estos modos de comportamiento. (Hare Beverly)

Comunicación funcional o disfuncional:

Las dificultades en la comunicación afectan la personalidad y la capacidad de actuar adecuadamente en el entorno social. En opinión Satir (1980) la comunicación se refiere tanto a la conducta verbal como no verbal, dentro de un contexto social, significa interacción o transacción, e incluye los símbolos y claves que las personas utilizan para dar y recibir un significado.

De acuerdo con esta autora, la persona puede comunicarse de una manera funcional o disfuncional. La persona que se comunica de forma funcional es aquella que puede expresar con firmeza sus opiniones, pero

también está dispuesta a aclarar y clarificar; comportarse con otra persona considerándola como un ser separado de ella y único, tratar los puntos de vista opuestos a los suyos como oportunidad para aprender, y no como una amenaza o una señal de conflicto, enfrentarse a otras personas y con situaciones en términos de cómo son estas y no de como desearía o espera que sean; aceptar la responsabilidad por lo que siente, piensa, escucha, observa y por sus acciones, en lugar de negarla o atribuirla a otras personas; y emplear estrategias para negociar abiertamente las conductas de dar, recibir y confirmar el significado de las cosas entre ella y las demás personas.

La comunicación funcional le permite a la persona de manera más competente y precisa las situaciones del ambiente en que se encuentra, por cuanto puede expresarse claramente ante las demás personas, estar en contacto con las señales que provienen de su yo interno, conocer lo que piensa, siente, ve y escuchar lo que esta fuera de sí y diferenciarlo de su ser. En contraposición, la persona que se comunica de manera disfuncional no interpreta de forma adecuada los mensajes que le llegan del entorno, por cuento tampoco es una persona abierta a lo que ella mimas piensa y siente.

Las dificultades que las personas pueden tener para comunicarse se vinculan estrechamente con la percepción que tienen de sí mismas; es decir; con la imagen propia y su autoestima. Una alta autoestima se relaciona con una comunicación funcional y asertiva. Una baja autoestima conduce hacia una comunicación disfuncional y no asertiva.

Formas de comunicación incorrecta:

Diversas formas de mala comunicación, a las que se refiere Nehidharet, Weinstein y Conry (1989), podría decirse que son una convergencia de conductas pasivas y agresivas. A continuación se presentan:

Las personas huidizas: son las que evitan toda lucha, cuando surge una situación de conflicto se van, se quedan dormidas o lo simulan, fingen estar ocupadas en algo o realizan cualquier cosa para no enfrentarse al conflicto. Con este comportamiento dificultan que las personas puedan expresar cuando están sintiendo o expresar malestar por el daño que han sufrido, porque las personas huidizas no responderán.

Las personas conformistas: estas no solo se niegan a enfrentar los problemas sino que además pretenden hacer creer que no existen. Esta conducta desconcierta a las demás personas, quienes perciben claramente que existe un problema, como resultado, puede experimentar sentimientos de culpa y resentimiento.

Las personas mártires: en lugar de manifestar abiertamente lo que desean o no aprueban algo, intentan cambiar la conducta de las demás haciéndolas responsables del sufrimiento que les causan. La frase favorita es "de acuerdo, por mí no te preocupes", seguida de un profundo suspiro

Las personas cambiadoras de tema: son en realidad una clase especial de huidizas. Para evitar enfrentarse a la situación utilizan una táctica que consiste en cambiar de conversación cada vez que se trata un asunto conflictivo. Debido a esta conducta, estas personas y las que tratan con ellas nunca tienen oportunidad de examinar sus problemas y realizar algo para solucionarlos.

Las personas críticas: estas, en lugar de enfrentar el problema y expresar claramente su falta de satisfacción por algo, se dedican a atacar alguna característica de la otra persona. De esta manera, logran compartir lo que verdaderamente sienten y evitan discutir o tratar aspectos penosos de sus relaciones con esa persona.

Las personas adivinas del pensamiento: en vez de permitir que las demás personas expresen con sinceridad sus pensamientos, estas personas se dedican a realizar un análisis del ser humano, explicando lo que las demás personas piensan o quieren decir "realmente", así como los errores que cometen. Con esta forma de conducta, las personas adivinas evitan manifestar sus propios sentimientos y a la vez impiden que las demás expresen los suyos.

Las personas tramposas: estas personas emplean diversas artimañas para obtener de las demás lo que quieren y posteriormente las atacan por lo que les han pedido que hagan. Por ejemplo, este tipo de persona podría decirle a otra: "seamos personas sinceras entre nosotras", y cuando esa persona confía sus sentimientos, la tramposa la atacara por manifestar unos sentimientos que ella no quiere aceptar.

Las personas "inocentes": estas nunca expresan completamente todo lo que piensan o sienten. En lugar de admitir que se sienten inquietas por una dificultad, envían indirectas, señales muy obvias, pero nunca plantean la crisis realmente.

Las personas acumuladoras de agresividad: no responden de forma inmediata cuando se enfadan. En vez de reaccionar ante la situación, guardan su resentimiento. Entonces, cuando este sentimiento se ha acumulado lo suficiente, explotan con toda su agresividad contenida, la cual cae sobe una víctima que nada tiene que ver, generalmente, con sus verdaderas penas.

Las personas pequeñas tiranas: estas personas no expresan su resentimiento clara y sinceramente., sino que se dedican a hacer cosas que sabe que molestan a las demás, como dejar ropa sucia en la habitación o poner música al máximo volumen.

Las personas bromistas: tienen temor de enfrentarse cara a cara con situaciones conflictivas, de modo que cuando otras personas tratan temas con seriedad, se dedican a hacer chistes y bromas, con lo que consiguen anular la expresión de sentimientos importantes.

pensamientos en las conductas no asertivas

Las personas no asertivas piensan, sienten y se comportan de una forma particularmente débil cuando deben ejercer o defender sus derechos.

De acuerdo con Riso (2002, p.4) los pensamientos típicos que caracterizan a una persona no asertiva pueden resumirse en:

- Los derechos de las demás personas son más importantes que los míos.
- No debo herir los sentimientos de las otras personas ni ofenderlas, aunque yo tenga la razón y me perjudique
- Si expreso mis opiniones seré criticada o rechazada
- No sé qué decir ni como decirlo. No soy hábil para expresar mis emociones.

Menciona este autor que las personas sumisas suelen mostrar temor y ansiedad, rabia contenida, culpa real o anticipada, sentimientos de minusvalía y depresión.

La conducta extrema es poco expresiva, con bloqueos frecuentes, repleta de postergaciones opuesta a sus convicciones e interés con tal de no contrariar a otras personas. Este tipo de conducta provoca que la gente se aproveche de ellas o no las respete.

También Güell y Muñoz (2000, pp.92-93) se refieren a los pensamientos que caracterizan las conductas asertivas y no asertivas y las representan de la siguiente manera.

Pensamientos asertivos:

- Todas las personas tiene derecho a intentar conseguir lo que consideren mejor, siempre que no repercuta negativamente sobre las otras.
- Todas las personas tienen derecho a ser respetadas
- Todas las personas tienen derecho de solicitar ayuda, no de exigirla, y a negarse a ayudar a otras personas si así lo desean
- Todas las personas tienen derecho a sentir emociones, tales como el temor, la tristeza, la ira, la angustia y a expresarlas sin herir los sentimientos de las demás.
- Todas las personas tienen derecho de tener sus propias opiniones sobre cualquier situación y a manifestarlas sin ofender intencionalmente a otras personas.
- Todas las personas tiene derecho a equivocarse en sus actitudes, opiniones y comportamientos y a ser responsables por ello.

Pensamientos agresivos:

- Solo tengo derecho a intentar conseguir mis objetivos y a defender mis derechos
- solo yo debo ser respetada en esta situación porque yo soy... y los demás no lo son... o no son... y, por tanto, no merecen mi respeto.
- Solo yo tengo derecho a pedir que me ayuden y los demás no pueden negarse a ello, solo yo puedo negarme a brindar ayuda.
- Solo yo tengo derecho a sentirme... y a decirlo a... los sentimientos de los demás no me interesan en absoluto. Son un problema
- Solo yo tengo derecho a opinar sobre... los demás no tiene derecho porque...
- Solo yo puedo equivocarme y no me importa las consecuencias de mis actos u opiniones

Pensamiento pasivo:

- Si actuó así, las otras personas pueden molestarse y dejar de apreciarme como amigo o amiga.
- yo no me merezco el respeto de...porque él o ella es...y, en cambio, yo soy...
- yo no tengo derecho de pedir ayuda a... en cambio, no puedo negarle mi ayuda aunque me cueste mucho hacerlo
- no tengo derecho de sentirme triste, con enfado o temor y mucho menos expresarlo a...
- yo no tengo derecho a opinar sobre...solo lo tiene él o ella porque...
- no puedo equivocarme en mis opiniones ni en mis comportamientos

Uno de los propósitos fundamentales de la asertividad es mejorar la comunicación entre las personas y facilitar formas de llegar a acuerdos y a compromisos cuando las opiniones y los intereses son opuestos. Acuerdos y compromisos en los que se respete la integridad y los derechos de las personas, evitando toda manipuladora de la que puedan ser víctimas las personas no asertivas.

Al respecto, Riso (2002) señala que el objetivo de la asertividad no es lastimar a otra persona, sino autoafirmarse, sentar procedentes de inconformidad e intentar modificar el comportamiento que viola nuestros

derechos. Por otra parte el autorespeto no se logra destruyendo a quienes nos molestan, sino que desenmascarándoles con valentía. Enfatiza Riso (2002, p.14).

La asertividad es una herramienta de la comunicación que facilita la expresión de las emociones y pensamientos, pero no es un arma destructiva como la utilizan los agresivos. Está diseñada para defenderse inteligentemente. Cuando la ponemos al servicio de fines nobles, la asertividad no solo se convierte en un instrumento de salvaguardia personal, sino que nos dignifica.

Estilos de comunicación

Podemos hablar de tres estilos diferentes de comunicación: pasivo o inhibido, agresivo y asertivo. Los estilos pasivo y agresivo son dos extremos opuestos de un continuo, en cuyo punto medio se sitúa el estilo asertivo, que constituye el grado óptimo de utilización de los diferentes componentes verbales, no verbales y para verbales de la comunicación. Ahora bien, cada persona presenta una serie de características determinadas, tanto desde el punto de vista físico como psicológico, y ese punto medio ideal varía de un individuo a otro. Así, lo que para una persona puede resultar adecuado no es generalizable, y de ahí la dificultad y la necesidad de realizar una evaluación adecuada de las habilidades personales como paso previo para la mejora de las mismas. En cualquier caso, la realidad es que, de manera consciente o inconsciente, cuando comunicamos lo hacemos sobre la base del manejo de los diferentes elementos componentes de la comunicación. Y así, el uso que cada uno de nosotros realice de los distintos tipos de componentes, estará determinando un estilo de comunicación. Es decir, todos tenemos un estilo de comunicación que marca en general nuestra manera de relacionarnos con los demás. Esto no implica que tengamos que ajustarnos exactamente a las características que definen los distintos estilos, pero sí que lo hacemos de una forma predominante.

Estilo de comunicación pasivo o inhibido.

Una de las principales característica del estilo de comunicación pasivo o inhibido se encuentra en que la persona se preocupa en primera instancia por satisfacer a los demás, por lo que, no defienden sus derechos, por sobre los demás.

Según Riso (2012) "los individuos sumisos suelen mostrar miedo y ansiedad, rabia contenida, culpa real o anticipada, sentimientos de minusvalía y depresión. La conducta externa es apocada, poco expresiva, con bloqueos frecuentes, repleta de circunloquios, postergaciones y rodeos de todo tipo" (p.30)

Elementos no verbales característicos del estilo de comunicación pasivo o inhibido:

1. Expresión facial seria
2. Mirada huidiza
3. Sonrisa mínima y tensa
4. Postura distante y contraída
5. Orientación ladeada
6. Distancia amplia y nulo contacto físico
7. Gestos escasos

Elementos para verbales característicos del estilo de comunicación pasivo o inhibido

1. Volumen de voz bajo
2. Tono tendiendo a la monotonía
3. Fluidez verbal escasa y muy entrecortada
4. Velocidad rápida
5. Claridad escasa
6. Tiempo de habla escaso
7. Pausas largas y silencios abundantes

Elementos verbales característicos del estilo de comunicación pasivo o inhibido

1. Contenido condicional
2. Atención personal escasa
3. Formula pocas preguntas
4. Responde a preguntas sin extenderse

Estilo de comunicación agresivo:

La comunicación agresiva es otra forma de conducta no-asertiva, pero de carácter opuesto a la inhibición. Probablemente la forma más común de falsa asertividad es la agresividad, la cual con frecuencia solo constituye una fachada tras de la cual se oculta una debilidad interior en vez de una fortaleza.

Según Riso (2012, p31), las creencias que median el comportamiento de este estilo de comunicación se centran en que los derechos de este tipo de personas son más importantes que los derechos de otros individuos, logrando en ocasiones infundir temor en sus relaciones más que respeto o aprobación.
Con frecuencia están tensos y pierden con facilidad el control de las situaciones y de sus propios recursos al enfrentarse a las relaciones interpersonales. Suelen presentar grandes problemas a la hora de comunicarse con los demás, pues practican comunicación unidireccional y no bidireccional por no permitir el feedback por parte de los demás. Son personas que se caracterizan por no escuchar a los demás.

Elementos no verbales característicos del estilo de comunicación agresivo

1. Expresión facial seria
2. Mirada directa, fija
3. Muy pocas sonrisas
4. Postura intimidatoria (por mirada, distancia y orientación)
5. Orientación enfrentada
6. No respeta las distancias
7. Gestos abundantes y amenazadores

Elementos paraverbales característicos del estilo de comunicación agresivo

1. Volumen de voz elevado
2. Tono tendente a monótono por lo alto
3. Haba fluida
4. Velocidad rápida
5. Claridad escasa
6. Tiempo de habla excesivo (desproporcionado)
7. No hace pausas ni silencios
8. Latencia de respuesta muy rápida

Elementos verbales característicos del estilo de comunicación agresivo

1. Contenido imperativo y amenazador
2. Atención personal escasa o nula
3. Abundantes "tacos" y palabras malsonantes
4. Lenguaje machista, sexista
5. Al preguntar enlaza muchas preguntas a la vez
6. Contesta sin relación a la pregunta

Estilo de comunicación asertivo:

El término asertividad no forma parte del diccionario de la Real Academia Española (RAE). Sí, en cambio, aparece el adjetivo asertivo como sinónimo de afirmativo. Como estrategia y estilo de comunicación, la asertividad se diferencia y se sitúa en un punto intermedio entre otras dos conductas polares: la agresividad y la pasividad (o no-asertividad). Suele definirse como un comportamiento comunicacional maduro en el que la persona ni agrede ni se somete a la voluntad de otras personas, sino que expresa sus convicciones y defiende sus derechos.
Según Riso (2012) "Decimos que una persona es asertiva cuando es capaz de ejercer y/o defender sus derechos personales, como por ejemplo, decir "no", expresar desacuerdos, dar una opinión contraria y/o expresar sentimientos negativos sin dejarse manipular, como hace el sumiso, y sin manipular ni violar los derechos de los demás, como hace el agresivo". (p.29)
La persona con un estilo de comunicación asertivo se gusta a sí misma y gusta a los demás, y el trato con ella suele resultar, en términos tanto personales como profesionales, bueno para los demás y bueno para ella misma, quizá como consecuencia de esa negociación ideal en la que todos ganan.

Elementos no verbales característicos del estilo de comunicación asertivo

1. Expresión facial amistosa
2. Contacto ocular directo
3. Sonrisa frecuente
4. Postura erguida
5. Orientación frontal
6. Distancia adecuada con posibilidad de contacto físico
7. Gestos firmes pero no bruscos, acompañando el discurso
8. Manos sueltas

Elementos paraverbales característicos del estilo de comunicación asertivo

1. Volumen conversacional
2. Entonación variada que resulta agradable 3. Fluidez verbal adecuada
4. Velocidad ajustada, más bien pausada
5. Claridad adecuada
6. Tiempo de habla proporcional a los participantes
7. Pausas y silencios adecuados 8. Latencia de respuesta suficiente

Por último, en cuanto a los componentes verbales, la persona con un estilo predominantemente asertivo de comunicación utiliza en primera persona términos que expresan sus propias ideas, opiniones, emociones y sentimientos, tales como "pienso", "siento" o "quiero". También emplea términos que implican la colaboración para conseguir algo del tipo "hagamos", o bien preguntas encaminadas a la participación de los demás para conseguir la solución de problemas, tales como "¿cómo podemos resolver esto?", "¿qué piensas?", "¿qué te parece?", etc. En la siguiente tabla se recogen los principales aspectos verbales de la conducta asertiva:
Fuentes:

(3) 11 Técnicas de comunicación asertiva y efectiva con ejemplos y pasos - YouTube

http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_667.pdf

RECURSOS:
Físicos:
- Sillas, Mesas, hojas, lápices, Lista de asistencia

Humanos:
- Profesional de Trabajo Social, Ciudadanos y ciudadanas.

RESULTADOS
Cualitativos:
Se da complimiento a los objetivos del taller en donde los y las participantes, logran comprender que cuando nos comunicamos de manera efectiva, somos capaces de entender las necesidades, deseos y opiniones de los demás, lo cual les permitirá establecer relaciones más sólidas y significativas, adicionalmente la empatía es fundamental para una buena comunicación. Al ponernos en el lugar de la otra persona, podemos entender mejor sus necesidades y sentimientos, lo que nos permite comunicarnos de manera más efectiva.
De otro lado, recocieron que, para mejorar la comunicación, es importante practicar la escucha activa, la empatía y el asertividad. Debemos prestar atención a lo que la otra persona está diciendo, tratar de comprender sus sentimientos y necesidades, y expresar nuestros pensamientos y sentimientos de manera clara y respetuosa, así mismo reconocieron que la comunicación es una habilidad esencial para nuestra vida personal, laboral y social, razón por la cual se debe ser conscientes de su importancia y trabajar en desarrollar nuestras habilidades comunicativas para mejorar nuestras relaciones interpersonales, contribuir al trabajo en equipo y construir una sociedad más justa y equitativa.

Cuantitativos:
Se evidencia la asistencia y la participación de seis (6) ciudadanos los cuales:
- **Hombres:5**
- **Mujeres:**
- **Población diferencial (LGBTI):1**

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

Registro fotográficas

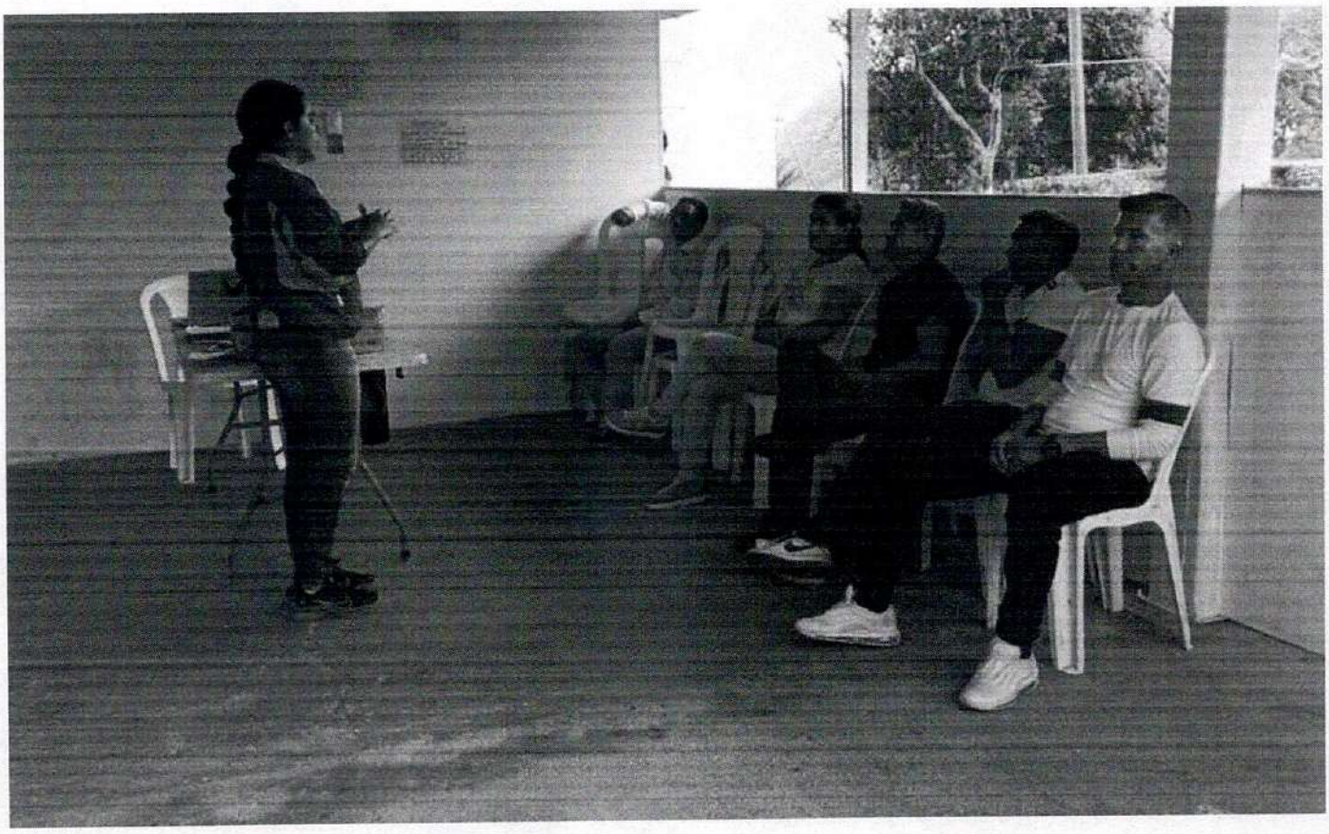
Nombre de la actividad: Comunicación afectiva, relaciones saludables

Línea de atención III Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

Etapa IV

Fecha: 06/02/2025





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Comunicación efectiva, relaciones Saludables | 4. Fecha: 06/02/2025 | 5. Hora: 2:00 pm

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	7144981	Elkin Perez	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79835163	Edwin Barrato	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79861428	Efrain Apon Le	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1033140047	Shantal Ramirez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79631992	Hals Fontana	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80373877	Cesar Soriano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14			0													
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Dexy Ginethy Ramirez

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social

15. Firma del responsable de la actividad: Dexy R

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_v3_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:	**FECHA:**	**HORA:**
Comunidad de vida El Rosario	06/02/2025	Inicio: 02:00 pm Final: 04:00 pm

ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Leidy Johana Muñetones

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ¿Miedo a Que?

OBJETIVO GENERAL:

Identificar miedos, temores de las y los ciudadanos frente a su proyecto de inclusión reconociendo alternativas para mitigar los mismos con la finalidad de evitar episodios de reincidencia o retorno a la habitabilidad en calle.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer temores que se presentan, al pensar en el egreso de comunidad de vida en el entorno personal, familiar, laboral y social.
- Definir estrategias de afrontamiento para mitigar temores a la hora de egresar.

METODOLOGIA:

La metodología a implementar en la psico - educativa que hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias de los y las ciudadanas. Con ello se busca lograr que los participantes se involucren, identificando sus temores y de esta manera afrontarlos de una mejor manera para que puedan solventar situaciones del diario vivir, evitando así retornar a las dinámicas de calle, bajo la línea de atención III Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, con Etapa V.

Adecuación

Se adecuará el espacio, en donde se llevará lo necesario para la ejecución del taller, se invitará a los y las ciudadanas de etapa V, para dar inicio con la actividad.

Primer momento

Seguidamente se realizará la presentación de la profesional encargada, en donde se mencionará el objetivo del taller y lo que se espera con el mismo en el aporte a su crecimiento personal, así mismo se dará lectura al cuento "La cueva de los miedos" para continuar con la reflexión y moraleja que este les dejo. posteriormente se realizan las siguientes preguntas orientadoras:

¿Qué miedos se esconden en tu interior?
¿Qué tipos de temor o miedos reconoce y ha experimentado?
¿Cuáles son las consecuencias de no enfrentar los temores?
¿Cómo puedes reconocer y enfrentar esos miedos?
¿Qué oportunidades para crecer y aprender se te han presentado frente a los temores?

Se genera espacio de participación para que los y las ciudadana den respuestas a las preguntas relacionadas, partiendo de sus experiencias e historias vividas.

Segundo Momento

Posteriormente, cada participante debe escribir en una hoja dos secciones: "Mis miedos" y "Mis fortalezas". Se les dará unos minutos para reflexionar sobre los miedos que sienten al reintegrarse a la vida fuera de comunidad de vida (por ejemplo, miedo a recaer, miedo al rechazo, miedo al fracaso) y luego sobre las fortalezas que han descubierto durante su proceso.

Después, en un círculo, los participantes podrán compartir (voluntariamente) lo que han escrito, se les alienta a validar sus sentimientos y reconocer las fortalezas que también son parte de su proceso.

Tercer momento

Se continuará con un espacio de participación y reflexión en donde se les invita a visualizarse en situaciones cotidianas (como una reunión social, una situación difícil) y a enfrentar esos momentos con calma, fuerza y resiliencia, seguidamente se pedirá que realicen un dibujo, simbólicamente llamado "Árbol de los Miedos y Temores", puedes imaginarlo de la siguiente manera:

1. **El Tronco**: Representa la resiliencia, la fuerza interior y la capacidad de superar los desafíos. El tronco debe estar firme, aunque con algunas marcas que simbolizan las dificultades superadas.

Esto refleja que, aunque hemos pasado por momentos difíciles, aún tenemos la capacidad de mantenernos firmes.

2. **Las Ramas**: Son los miedos y temores que surgen después de un tratamiento de adicción. Cada rama puede estar relacionada con un miedo diferente. Algunas posibles ramas podrían incluir:
    - **Miedo al fracaso**: Una rama torcida, quebrada en algunos puntos, para simbolizar la incertidumbre.
    - **Miedo al rechazo**: Una rama más frágil, sin hojas, que da la sensación de aislamiento.
    - **Miedo a la recaída**: Una rama que parece tener cicatrices o manchas oscuras, reflejando las luchas pasadas.
    - **Miedo al futuro**: Una rama que se extiende hacia el horizonte, pero con hojas marchitas, sugiriendo la preocupación por lo que vendrá.
3. **Las Hojas**: Cada hoja puede tener un color diferente o un símbolo que represente recursos internos como la autoconsciencia, el apoyo social, la terapia, la meditación, etc. Estas hojas pueden estar dispersas por todo el árbol, algunas verdes (representando esperanza y superación) y otras caídas o marchitas (representando momentos de duda).
4. **Las Raíces**: Las raíces son profundas y están bien ancladas en el suelo. Estas representan los cimientos sólidos: el tratamiento, la terapia, el autoconocimiento y las relaciones que han ayudado a fortalecer a la persona. Las raíces están conectadas entre sí, mostrando que todo está interconectado y que el proceso de crecimiento es continuo.
5. **El Entorno**: El fondo podría ser sereno, como un amanecer, lo que simboliza la esperanza y el cambio positivo. Algunas nubes dispersas en el cielo podrían representar la incertidumbre, pero las primeras luces del sol sugieren que siempre hay un camino hacia la claridad y la superación.
6. Para finalizar se socializará el dibujo de cada participante de manera voluntaria.

Reacondicionamiento del espacio

Se solicita a los ciudadanos y ciudadanas apoyar en la organizar el espacio y los elementos utilizados

Temas:

Miedo

El miedo es una emoción displacentera, cuyos efectos desagradables activan nuestro sistema de alerta, y ponen en marcha mecanismos de protección, huida o acción.

Definitivamente, el miedo es una de las emociones básicas de adaptación y supervivencia. Se nutre de la experiencia y nos permite prever y valorar riesgos.

Hasta aquí todo suena muy bien, pero no es tan sencillo. Factores que tienen que ver con los rasgos de nuestra personalidad, con la forma en la que gestionamos nuestras emociones, con el modo en el que pensamos e interpretamos los acontecimientos, y también, con nuestra biografía y el aprendizaje social y cultural, hacen que el miedo, deje de ser un "recurso adaptativo" para convertirse en un obstáculo en nuestra vida.

El miedo a fracasar o a equivocarnos, a la soledad, a la enfermedad... pueden ser miedos, que no respondan a un riesgo real. Es entonces cuando afectan a nuestras iniciativas, a nuestras decisiones... y al contrario de ser útiles, bloquean y limitan la consecución de nuestras metas

Algunos temores relacionados:

Miedo a la soledad o al abandono

Rasgos de personalidad relacionados: <u>dependencia</u>, <u>ansiedad social</u>, autoexigencia y perfeccionismo...

- Pensamientos irracionales relacionados o <u>sesgos cognitivos</u>:
    - Pensamientos de tipo catastrofista (magnificación de lo negativo).
    - Pensamientos excesivamente autoexigentes (*tengo que...*).
    - Creencias anticipatorias del futuro (*y si...*).
    - Visión de túnel o sesgo atencional (ver solo una parte).
    - Pensamientos polarizados (blanco o negro).
- Emociones asociadas: tristeza, desamparo, angustia...
- Afrontamiento habitual: evitativo y/o <u>rumiación</u> (evitar situaciones de soledad, aspirar al control, queja, buscar la seguridad...)

Miedo al futuro, a la muerte, a la enfermedad o a envejecer

- Rasgos de personalidad relacionados: <u>perfeccionismo</u> y poca flexibilidad.
- Pensamientos irracionales relacionados o sesgos cognitivos:
    - Pensamientos de tipo catastrofista (magnificación de lo negativo).
    - Pensamientos excesivamente autoexigentes (*tengo que...*)
    - Creencias anticipatorias del futuro (*y si...*).
    - Visión de túnel o sesgo atencional (ver solo una parte).
    - Pensamientos polarizados (blanco o negro).
- Emociones asociadas: frustración, estrés, angustia, indefensión...
- Afrontamiento habitual: evitativo y/o rumiación.

Miedo al fracaso, a equivocarse o a tomar decisiones

- Rasgos de personalidad relacionados: <u>perfeccionistas y poca flexibilidad</u>, elevada autoexigencia...

- Pensamientos irracionales relacionados o sesgos cognitivos:
  - Pensamientos de tipo catastrofista (magnificación de lo negativo).
  - Pensamientos excesivamente autoexigentes (*tengo que…*).
  - Creencias anticipatorias del futuro (*y si…*).
  - Visión de túnel o sesgo atencional (ver solo una parte).
  - Pensamientos polarizados (blanco o negro).
- Emociones asociadas: frustración, culpa, presión, angustia, rabia, indefensión…
- Afrontamiento habitual: evitativo y/o rumiación (procrastinar, escape o evitación, no asumir costes, comprobar o repasar, delegar…).

Miedo a perder el control o a hacer daño a los demás

- Rasgos de personalidad relacionados: tendencia obsesiva o perfeccionista con poca flexibilidad.
- Pensamientos irracionales relacionados o sesgos cognitivos:
  - Pensamientos de tipo catastrofista (magnificación de lo negativo).
  - Pensamientos excesivamente autoexigentes (*tengo que…*).
  - Creencias anticipatorias del futuro (*y si…*).
  - Pensamientos polarizados (blanco o negro).
- Emociones asociadas: angustia, descontrol, indefensión…
- Afrontamiento habitual: evitativo y/o rumiación.

Miedo al "qué dirán", al rechazo o a hacer el ridículo

- Rasgos de personalidad relacionados: ansiedad social, baja autoestima, tendencias a auto-culpabilizarse, necesidad de aprobación…
- Pensamientos irracionales relacionados o sesgos cognitivos:
  - Pensamientos de tipo catastrofista (magnificación de lo negativo).
  - Creencias anticipatorias del futuro (*y si…*).
  - Visión de túnel o sesgo atencional (ver solo una parte).
  - Pensamientos polarizados (blanco o negro).
- Emociones asociadas: vergüenza, angustia, presión…
- Afrontamiento habitual: evitativo y/o rumiación (baja asertividad, no decir "no", no destacar o pasar desapercibido, ceder, evitar situaciones sociales, comprobaciones o preguntar en exceso).

Técnicas para gestionar temores

1. Identifica tu miedo: ¿cuándo aparece? ¿qué intensidad tiene? ¿fluctúa de unas situaciones a otras? ¿es muy frecuente?
2. Somete tu miedo a prueba: ¿los datos de la realidad justifican ese miedo?
3. Reflexiona sobre las consecuencias de lo que temes: ¿qué es lo más grave que podría suceder?
4. Habla de tu miedo: no se trata de que estemos continuamente hablando de él, sino de compartirlo con alguien de nuestro entorno que pueda darnos otra visión, otra perspectiva sobre la situación que nos asusta.
5. Afronta tu miedo de manera progresiva: la estrategia automática o inicial ante el miedo es la evitación del estímulo o de la situación que lo genera. Ese alivio producido por la evitación o escape del miedo es el causante de que la problemática se mantenga en el tiempo, funciona a modo de "parche" o de "tirita" temporal. Piensa en estrategias que te permitan hacer frente a tu miedo en diferentes escenarios de manera controlada y progresiva, irás ganando recursos personales y en autoeficacia.
6. Observa los miedos en los demás: detectar miedos en las personas de tu entorno puede darte una perspectiva más objetiva del funcionamiento del miedo y ayudarte a normalizar ciertos procesos, ¿qué le dirías a alguien que tiene un miedo diferente al tuyo?
7. Reflexiona sobre lo qué harías si no tuvieras ese miedo: piensa acerca de los costes o limitaciones que tiene para ti ese miedo, puede motivarte a iniciar estrategias de cambio y solución, si piensas en los beneficios que podrías obtener superando el miedo.
8. Pide ayuda especializada: si detectas que el miedo comienza a limitarte en tu día a día, es más eficaz contar con ayuda de un o una profesional especializada. Los psicólogos podemos enseñarte a adquirir las herramientas y los recursos necesarios para afrontar de manera efectiva dificultades como esta.

El miedo es una compleja emoción que puede afectarnos, condicionar y limitar nuestro día a día, de un modo extraordinario. Por eso, identificar y comprender nuestros miedos, aprender las estrategias que nos permitan gestionarlos, es una labor del todo útil e inteligente, una meta que nos permitirá disfrutar con plenitud y bienestar de nuestra vida.

Fuentes:

Franco Natalia (2018) área humana, miedos mas profundos, tomado de: https://www.areahumana.es/cual-es-tu-miedo-mas-profundo/

RECURSOS:

Físico:

- Sillas, marcadores, preguntas orientadoras, hojas blancas, lápices

Humano:

- Profesional en psicología, ciudadano

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el desarrollo del taller de formación personal los ciudadanos reconocieron que el miedo es una emoción básica que tiene un propósito, protegernos frente a las amenazas reales o percibidas, por lo que manifiestan algunas de las reacciones fisiológicas al sentirlo, de igual forma indican que los temores más comunes que reconocen al salir de comunidad es volver a tener una recaída, a la soledad o no lograr una estabilidad en su vida, que les permitan alejarse de las dinámicas de habitabilidad en calle y consumo de sustancias psicoactivas.

Cuantitativos: Al taller asistieron 12 personas los cuales todas se reconocen con el género masculino.

FIRMA DERESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Hernel Ojeda

ANEXO FOTOGRÁFICO

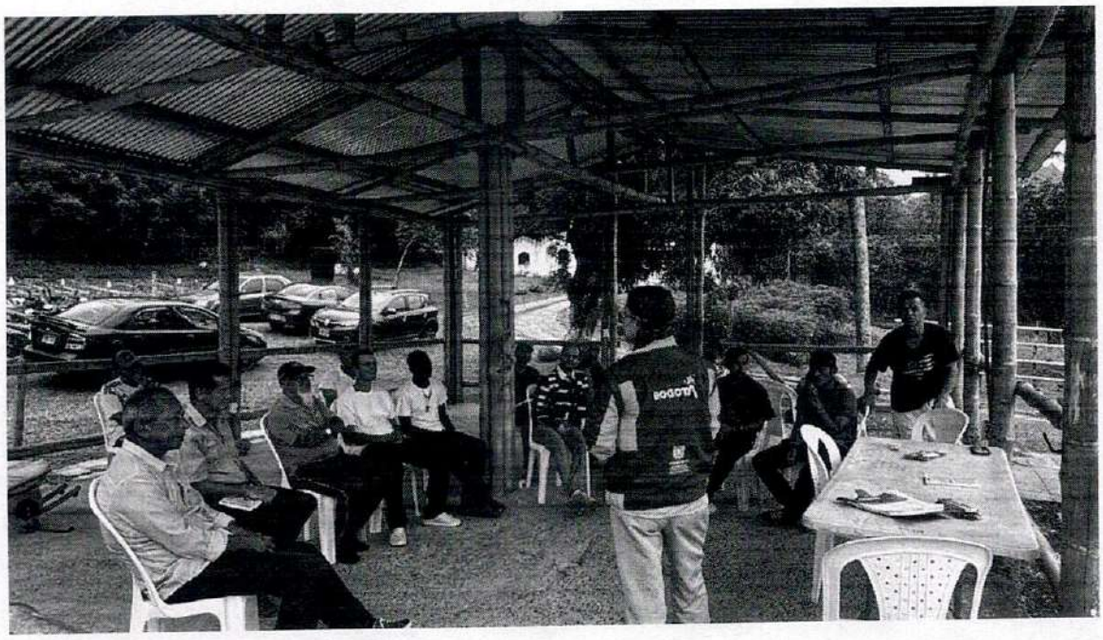
Nombre de la actividad: ¿MIEDO A QUE?

Línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades

Fecha: 06/02/2025

Etapa: V





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: ¿Miedo a que?
4. Fecha: 06/02/2025
5. Hora: 2:00 PM

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	7142671	Hector Gonzalez	46	No Aplica	No Aplica	no aplica			X					Hector Gonz.	
2	CC	77517490	Luis Mendez	40	No Aplica	No Aplica	No aplica			X					Luis Mendez	
3	CC	8072391	adolfo. Montaño	46	No Aplica	No Aplica	no aplica			X					adolfo	
4	CC	71755105	Jaime alberto R.	50	No Aplica	No Aplica	no aplica			X					Jaime	
5	CC	71766077	Fernando Acero	49	No Aplica	No Aplica	no aplica			X						
6	CC	1037491894	Alex Pinarel.	36	No Aplica	No Aplica	no aplica			X						
7	CC	79884692	Alejandro Villamizar	47	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
8	CC	3507734	Rodolfo Betancur	40	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
9	CC	15884732	Diego A Gil Calle	61	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
10	CC	72088015	Wilson Nieto	57	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
11	CC	1039775	J. Luis Yago	45	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
12	CC	9600459	Nicolas Quintero	61	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Jeicy Muñetones M.
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 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_t_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 - 09/11/2023 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA:		**FECHA:**	**HORA:**
Comunidad de vida El Rosario		06,07/02/2025	Inicio: 4:30 Pm Final: 6:00 Pm
ÁREA: TALLERISTA CULTURAL	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Maria Fernanda Ramírez Carvajal	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Danza, ritmo y vida - presentación encuentro de familias -cumbia

OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar la integración social, el desarrollo personal y el fortalecimiento de la identidad cultural en las y los ciudadanos, a través de la práctica de la danza, ofreciendo un espacio inclusivo y creativo para la expresión corporal, el aprendizaje colectivo y el disfrute compartido en la comunidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la participación activa de las y los ciudadanos en el taller, sin importar su edad, género o nivel de habilidad, para asegurar un ambiente inclusivo y equitativo.
- Contribuir al bienestar físico y emocional de los participantes, utilizando la danza como herramienta para mejorar la salud, reducir el estrés y aumentar la autoestima.
- Realizar presentaciones o actividades de difusión cultural al final del taller, en las cuales los participantes puedan mostrar lo aprendido y celebrar el trabajo en conjunto, promoviendo la cohesión social.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo del taller se implementará una actividad en el marco de la línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, por medio de una actividad psicoeducativa, por la cual se darán a conocer actividades para el desarrollo de habilidades motrices finas y de ingenio y psicopedagógica, en la cual se trabajaran actividades que generen un crecimiento personal a cada uno de los asistentes al taller a través de los ensayos de danzas.

Adecuación

El espacio se adecuará para llevar a cabo la actividad, teniendo en cuenta elementos y materiales; así mismo, se realiza la convocatoria de las y los ciudadanos, donde se buscará la comodidad de las y los participantes dentro del espacio.

Primer momento:

Se convocará a las y los ciudadanos a participar de la actividad la cual se llevará a cabo en el aula renacer, se dará inicio con el calentamiento el cual tiene como finalidad que los asistentes puedan calentar y estirar sus músculos de manera correcta para dar inicio a la coreografía, donde se les dará a conocer el baile que se va a trabajar el cual es una cumbia, seguido de la proyección de la canción la cual será (cumbia para mi pueblo), esto con el fin de que las y los ciudadanos se familiaricen con la canción con la cual se procederá a montar la coreografía.

Segundo Momento:

Como segundo momento se les dará a conocer los pasos que se van a trabajar en la coreografía, en este caso todos los pasos se realizaran caminando, de esta manera se crea memoria coreografía y así se puede iniciar el ensayo con música.

Tercer momento

Como cierre se realizará el ensayo con música esto con el fin de marcar tiempos y cambios dentro de la coreografía, para así obtener un resultado final el cual sería el baile para presentación.

Reacondicionamiento del espacio

Se les solicita a los ciudadanos, que dejen el espacio del comedor limpio, recojan sillas y den finalización a su rutina diaria.

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 - 09/11/2023 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario	**FECHA:** 06,07/02/2025	**HORA:** Inicio: 4:30 Pm Final: 6:00 Pm
ÁREA: TALLERISTA CULTURAL	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Maria Fernanda Ramírez Carvajal

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Danza, ritmo y vida - presentación encuentro de familias -cumbia

OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar la integración social, el desarrollo personal y el fortalecimiento de la identidad cultural en las y los ciudadanos, a través de la práctica de la danza, ofreciendo un espacio inclusivo y creativo para la expresión corporal, el aprendizaje colectivo y el disfrute compartido en la comunidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la participación activa de las y los ciudadanos en el taller, sin importar su edad, género o nivel de habilidad, para asegurar un ambiente inclusivo y equitativo.
- Contribuir al bienestar físico y emocional de los participantes, utilizando la danza como herramienta para mejorar la salud, reducir el estrés y aumentar la autoestima.
- Realizar presentaciones o actividades de difusión cultural al final del taller, en las cuales los participantes puedan mostrar lo aprendido y celebrar el trabajo en conjunto, promoviendo la cohesión social.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo del taller se implementará una actividad en el marco de la línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, por medio de una actividad psicoeducativa, por la cual se darán a conocer actividades para el desarrollo de habilidades motrices finas y de ingenio y psicopedagógica, en la cual se trabajaran actividades que generen un crecimiento personal a cada uno de los asistentes al taller a través de los ensayos de danzas.

Adecuación

El espacio se adecuará para llevar a cabo la actividad, teniendo en cuenta elementos y materiales; así mismo, se realiza la convocatoria de las y los ciudadanos, donde se buscará la comodidad de las y los participantes dentro del espacio.

Primer momento:

Se convocará a las y los ciudadanos a participar de la actividad la cual se llevará a cabo en el aula renacer, se dará inicio con el calentamiento el cual tiene como finalidad que los asistentes puedan calentar y estirar sus músculos de manera correcta para dar inicio a la coreografía, donde se les dará a conocer el baile que se va a trabajar el cual es una cumbia, seguido de la proyección de la canción la cual será (cumbia para mi pueblo), esto con el fin de que las y los ciudadanos se familiaricen con la canción con la cual se procederá a montar la coreografía.

Segundo Momento:

Como segundo momento se les dará a conocer los pasos que se van a trabajar en la coreografía, en este caso todos los pasos se realizaran caminando, de esta manera se crea memoria coreografía y así se puede iniciar el ensayo con música.

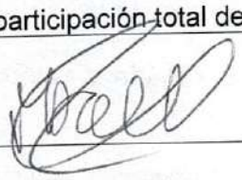
Tercer momento

Como cierre se realizará el ensayo con música esto con el fin de marcar tiempos y cambios dentro de la coreografía, para así obtener un resultado final el cual sería el baile para presentación.

Reacondicionamiento del espacio

Se les solicita a los ciudadanos, que dejen el espacio del comedor limpio, recojan sillas y den finalización a su rutina diaria.

RESULTADOS:
Cualitativos:
06/02/2025
Por medio de este taller se logro crear los primeros pasos de la coreografía, donde las y los ciudadanos pudieron trabajar los pasos que se establecieron para la coreografía, esto se realizó caminando, con el fin de que los ciudadanos puedan obtener memoria coreográfica para trabajar cada uno de los pasos estipulados.
07/02/2025
En este taller se trabajaron los pasos enseñados en clases anteriores, pero esta vez con música, con el fin de medir los avances en cada movimiento. Esto permitió que los asistentes lograran tener el conteo exacto para realizar el cambio en cada uno de los pasos, y así, conseguir una coreografía completa y bien ejecutada.
Cuantitativos:
06/02/2025
Para este taller se contó con una participación total de 9 ciudadanos entre los cuales 4 son mujeres
07/02/2025
Para este taller se contó con una participación total de 9 ciudadanos entre los cuales 4 son mujeres

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Hermy Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: Danza, ritmo y vida - presentación encuentro de familias -cumbia

Línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades

Fecha: 06/02/2025

TALLER DE INTERES





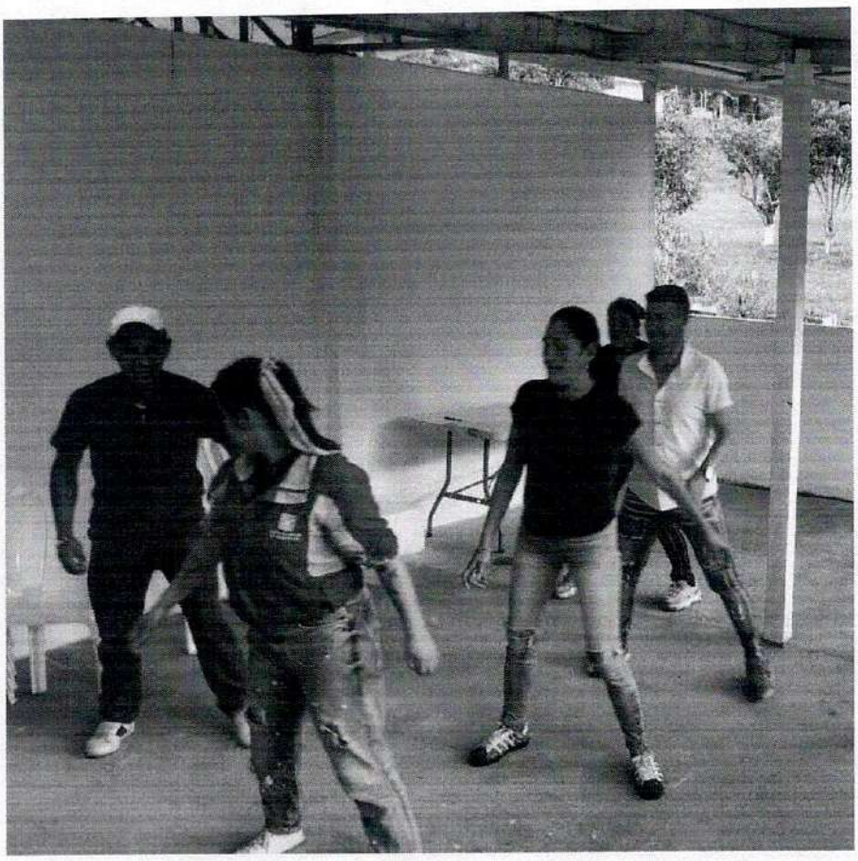
REGISTRO FOTOGRAFICO

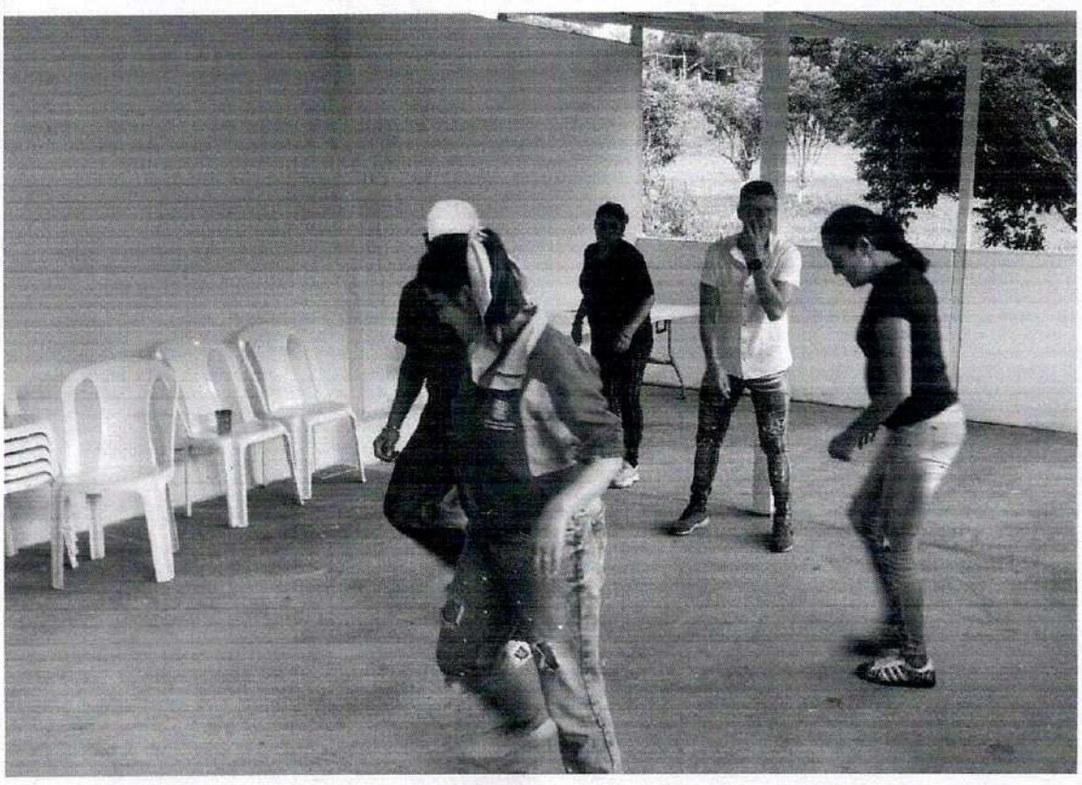
Actividad: Danza, ritmo y vida - presentación encuentro de familias -cumbia

Línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades

Fecha: 07/02/2025

TALLER DE INTERES





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Danza ritmo y vida - Presentacion encuentro de familias - cumbia | 4. Fecha: 06/02/2025 | 5. Hora: 4:30 PM

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	52379788	Cristina Salgado	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	52766378	Sandra Mejia	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						Sandra M.
3	CC	39565631	Sandra Rios	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						Sandra R
4	CC	5786058	[illegible]	44	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						MAYERLY
5	CC	11506863	Manuel Romero	36	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	[illegible]	Alexandro Moreno	37	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	80165655	[illegible]	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	1222460	[illegible]	24	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
9	CC	1013659057	YURANY	30	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						YURANY
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Maria Ramirez | 14. Cargo o rol del responsable: Tallerista cultural | 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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Danza, ritmo y vida - presentacion encuentro de Familias - cumbia | 4. Fecha: 07/02/2025 | 5. Hora: 4:30 pm

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	52374784	Cristina Salgado	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	52766328	Sandra Mejia	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	39565631	Sandra Rojas	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	52860588	YALILEY SANCHEZ	44	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	1115068637	Manuel Romero	36	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	1015184358	Alejandro Moreno	37	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	80156555	Yoa Gomez	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	1013639057	YURANY	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
9	CC	1122466	Jaime Ramirez	44	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Maria Ramirez | 14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Cultural | 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 el Rosario		**FECHA:** 07/02/2025	**HORA:** 8:00 am a 9:00 pm
ÁREA: pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Stefany Nieto Dionicio	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Pasadía en comunidad de vida el Rosario.

OBJETIVO GENERAL

Brindar a los ciudadanos y ciudadanas que se encuentran en proceso de recurrencia una experiencia de convivencia en la comunidad de vida, promoviendo la integración comunitaria y el crecimiento personal a través de actividades recreativas y formativas, que favorezcan el bienestar integral.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Generar espacios donde los asistentes reconozcan las dinámicas de la comunidad de vida, permitiendo que los participantes comprendan el compromiso que se espera dentro del servicio
- Promover el intercambio de experiencias entre los y las participantes, facilitando espacios para que se conozcan y compartan momentos, suscitando el sentido de pertenencia y apoyo mutuo en el proceso.
- Propiciar un espacio de acompañamiento para que los interesados puedan dialogar con miembros de la comunidad y recibir orientación sobre cómo afrontar su proceso de crecimiento personal en El Rosario.
- Iniciar el proceso de integración comunitaria, dando a los participantes una visión clara de las actividades cotidianas, la vida en comunidad y los compromisos que se vivirán dentro de El Rosario

METODOLOGÍA:

La actividad se llevará a cabo bajo la metodología lúdico terapéutica en el marco de la línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, la cual hace referencia al "refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano evitar una recaída. Con ello se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada participante logre el mayor grado de desarrollo personal"

- **Adecuación:** Se dará inicio a la actividad dando la bienvenida a las personas que accedieron al "pasa día en comunidad de vida", lo anterior en el kiosco, el cual previamente se organizara con bombas y un cartel de bienvenida, también se adecuara el espacio de granja para actividad práctica, la cancha de voleibol y sala de televisión.
- **Primer momento:** Bienvenidos al pasadía en la Comunidad de Vida El Rosario. Se dará apertura al espacio donde el líder del servicio dará unas palabras para acoger a los invitados, posteriormente el profesional Haider Chinchilla brindara unas palabras reflexivas en torno a la importancia de la trasformación, se solicitará a cada uno de los integrantes del grupo que se presenten, así como el equipo profesional realizará la presentación. Se explicará el protocolo a cumplir durante el día, se indicarán las normas de la comunidad como lo son:
  - No consumir ni portar sustancias psicoactivas
  - No ingresar a los alojamientos
  - Permanecer en el grupo
  - Se indicará zona para baños
  - Se hará uso solamente de zonas permitidas (zonas verdes, comedor, áreas poli funcionales, baños, alojamientos asignados)
  - No generar daño a los bienes y enseres que se encuentran en la finca
  - Evitar cualquier situación conflictiva entre las personas del grupo y los ciudadanos en proceso
  - No tomar frutos sin autorización
  - Acatar las orientaciones del talento humano
  - Fumar en horarios y lugares establecido

Orden del día:

Actividad	Responsables	Horario
Adecuación de los espacios	Hosmar Escobar y Carlos (zona de granja) Angie Nieto, Carolina Rico y Camila Gomez (Kiosco) Zona de cancha para juegos (Anggie Murcia y María Fernanda)	8:00 am a 8:30 am
Bienvenida	Líder del servicio Herney Díaz	8:30 am a 9:00 am
Reflexión sobre la transformación, explicación de las normas en comunidad y orden del día	Haider Chinchilla	
Inicio del recorrido Granja	Hosmar Escobar Carlos Figueredo Elena Figueroa	9:00 am a 10:00 am
Recorrido por las diferentes zonas comunes	Lorena Guevara Hermes Vaca Nubia Rojas Motta	
Merienda	Acompaña equipo profesional y promotor	10:15 am- 10:30 am
Salida al rio	Felipe Cruz Luis Moreno Haider Chinchilla Patricia Osorio Daniela García Elena Figueroa	10:30 am a 12:00 pm
Almuerzo	Profesionales de turno y Equipo promotor	12:30 pm a 1:30 pm
Partido de voleibol modificado	Oswaldo Pérez Anggie Murcia Sonia Rodríguez Andrea González	1:30 pm a 3:00 pm
Proyección de partido	Equipo de promotoría y acompañamiento del equipo profesional	3:00 pm a 5:00 pm Nota (merienda a las 4:00pm)
Presentación de fotos y videos	Equipo promotor	5:00 pm a 6:00 pm
Cena	Equipo promotor	6:00 pm a 7: 00 pm
Encuentros de la palabra	Equipo promotor	7:15 pm a 7:45 pm
Espacio en zona de televisión	Equipo promotor	7:45 pm a 9:00 pm
Hora de descanso	Equipo promotor	9:00 pm

- Posteriormente se invitarán a realizar un recorrido por cada una de las instalaciones, y áreas comunes con el propósito que los visitantes reconozcan los diferentes espacios, se hará la invitación cada uno de los ciudadanos y ciudadanas a unirse de manera activa a las diversas actividades que se han proyectado. Estas actividades han sido diseñadas para ofrecer una experiencia dinámica y enriquecedora, se iniciaría por la granja donde los Talleristas agrícolas explicaran procesos de cultivos y las aulas abiertas, se brindará un espacio para que los asistentes siembren 5 plantas ornamentales, también se dará la degustación de un fruto de la granja. Posteriormente se continuará con el recorrido por todas las áreas de la comunidad de vida, haciendo énfasis en las actividades que se realizan en cada una de ellas (grupos de interés), en este espacio los Talleristas generaran una intervención para explicar los grupos de acuerdo al desarrollo de los mismos. Al terminar el recorrido tomaran la merienda.

Segundo Momento: Se reorganizará el grupo de asistentes, donde se les indicara que se cambien de ropa para asistir al rio, lo anterior en acompañamiento del equipo profesional y promotor, como se especifica en la tabla anterior, se permitirá un tiempo donde los y las ciudadanas logren reconocer la importancia del territorio en los procesos de transformación y contacto con la naturaleza. Regresaran a la comunidad en grupo para cambiarse y tomar el almuerzo

Nota: En cado que las condiciones climáticas no sean propicias para el desarrollo de esta actividad se realizara gimnasia cognitiva en el aula múltiple

Tercer momento: A la 1:30 pm se realizará el llamado para que los asistentes al pasa día participen de una actividad deportiva denominada "voleibol modificado" se explicara la dinámica a seguir y se

organizaran los equipos correspondientes, al terminar el juego se dirigirán a la sala de televisión, donde se proyectara el partido "Colombia vs Basil" en este espacio contaran con la supervisión y acompañamiento del equipo profesional y promotor, se brindara un compartir y a las 4:00 pm se dirigirán al comedor para tomar la merienda, posteriormente regresaran a la sala de televisión mientras concluye el partido.

Cuarto Momento: A las 5:00 pm el equipo promotor realizara la proyección de videos y fotografías que se recopilaron durante el pasadía, compartiendo experiencias y conclusiones del espacio. A las 6:00 pm los ciudadanos tomaran la cena y a las 7: 15 pm se llevarán a cabo los encuentros y a las 9:00 pm se dirigirán a los alojamientos asignados para descansar.

- **Reacondicionamiento del espacio:** El equipo junto a los ciudadanos reacondicionaran los espacios y elementos utilizados.

TEMAS:

La importancia de compartir en nuestras vidas

Desde MA Psicólogos, especialistas en niños, adolescentes y adultos vamos a hablar acerca de la importancia de compartir en nuestras vidas.

Es algo que desde pequeños estamos trabajando. *Todos los padres tratan de enseñar a sus hijos a compartir.* Evidentemente por algo será, y es que tiene una importancia altísima en la vida de las personas. Hay un dicho que dice que *"compartir es vivir"*, y ciertamente está muy encaminado. Somos seres sociales, y por ende vivimos unidos, lo que conlleva que se produzcan un montón de situaciones donde debemos interactuar, y en este escenario compartir tiene un papel protagonista y determinante.

Más allá de la enseñanza en los valores a los niños, vamos a centrarnos en el concepto de compartir en esta sociedad en la que vivimos. *Estamos en uno de los momentos más individualistas de la historia.* Este individualismo a veces implica una falta de empatía importante que se traduce en cierta crueldad a la hora de gestionar los recursos. No tenemos que hablar en concreto, llevándolo a gran escala, de los países poderosos y su gestión política y económica. Su reflejo es el hombre de a pie y su gestión de espacio y pertenencias. Aquí entra en juego compartir. Bien sea en el ámbito laboral, en el familiar, social... compartir es algo básico para alcanzar el bienestar y la mejora. Parece que en los últimos tiempos compartimos más a nivel digital lo que estamos haciendo (a través de las redes sociales) que realmente en nuestra vida real. Esto sin duda es un gran problema.

Compartir nos hace humanos

Compartir implica consciencia, conocimientos, empatía y justicia. *Compartir nos hace humanos.* Compartir el baño en hora punta con nuestra familia nos hace entender las necesidades de cada uno, por más que nos encantaría disfrutar del mismo de forma individual. Compartir nos ayuda a trabar lazos con los demás, entendiendo cada momento de una mejor manera, dándonos cuenta de que lo material tiene relevancia pero no lo es todo. Si nos paramos detenidamente a pensar *los mejores momentos de nuestras vidas han sido compartidos* más que probablemente. Esa celebración familiar, ese momento con nuestros hijos... Compartir implica actitud. No se trata de compartir por compartir, se trata de hacerlo de forma adecuada. Por supuesto que necesitamos nuestra individualidad, pero bien entendida, ayudará a ser socialmente más hábiles y mejores.

¿Qué son las habilidades sociales?

Las habilidades sociales son el conjunto de estrategias de conducta y las capacidades para aplicar dichas conductas que nos ayudan a resolver una situación social de manera efectiva, es decir, que es aceptable para el propio sujeto y para el contexto social en el que está.

Permiten expresar los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de modo adecuado a la situación en la cual el individuo se encuentra mientras respeta las conductas de los otros. Por esta razón, nos hacen mejorar nuestras relaciones interpersonales, sentirnos bien, obtener lo que queremos y conseguir que los demás no nos impidan lograr nuestros objetivos. Además, estos comportamientos son necesarios para interactuar y relacionarse con los demás de forma efectiva y mutuamente satisfactoria.

Estas habilidades son imprescindibles en cualquier ambiente que nos podamos encontrar (en familia, en el trabajo, en la calle, etc.). Una adecuada puesta en práctica de estas habilidades es beneficiosa para aprender a expresarse y comprender a los demás, tener en cuenta las necesidades e intereses de todo el mundo, intentar encontrar la solución más satisfactoria para todos ante un problema o ser solidario, cosas fundamentales si queremos vivir en sociedad.

Tipos de habilidades sociales:

Si nos preguntamos qué tipo de habilidades sociales hay, podemos hablar de dos tipos. En primer lugar, las habilidades sociales básicas, y, por otro lado, las habilidades sociales complejas.

Habilidades sociales básicas:

- Escuchar,
- iniciar una conversación,
- formular una pregunta,
- dar las gracias,
- presentarse,
- presentar a otras personas,

- realizar un cumplido.

Habilidades sociales complejas:

- Empatía. Capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona.
- Inteligencia emocional. La inteligencia emocional es la habilidad social de una persona para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones (Salovey y Mayer, 1990).
- Asertividad. Haciendo referencia a la habilidad para ser claros, francos y directos, diciendo lo que se quiere decir, sin herir los sentimientos de los demás ni menospreciar la valía de los otros, sólo defendiendo sus derechos como persona.
- Capacidad de escucha. Es decir, ser capaz de escuchar con comprensión y cuidado, entendiendo lo que la otra persona quiere decir y transmitiendo que hemos recibido su mensaje.
- Capacidad de comunicar sentimientos y emociones. Poder manifestar ante las demás personas nuestros sentimientos de una manera correcta, ya sean positivos o negativos.
- Capacidad de definir un problema y evaluar soluciones. Es decir, la habilidad de una persona para analizar una situación teniendo en cuenta los elementos objetivos. Así mismo, los sentimientos y necesidades de cada uno.
- Negociación. Capacidad de comunicación dirigida a la búsqueda de una solución que resulte satisfactoria para todas las partes.
- Modulación de la expresión emocional. Habilidad de adecuar la expresión de nuestras emociones al entorno.
- Capacidad de disculparse. Ser conscientes de los errores cometidos y reconocerlos.
- Reconocimiento y defensa de los derechos propios y de los demás. Habilidad de ser consciente de nuestros derechos y los de los demás y defenderlos de una manera adecuada.

Fuente de consulta:
https://mapsicologos.com/2018/12/07/la-importancia-de-compartir-en-nuestras-vidas/#:~:text=Compartir%20nos%20ayuda%20a%20trabar,sido%20compartidos%20m%C3%A1s%20que%20probablemente
https://neuronup.com/actividades-de-neurorrehabilitacion/actividades-para-habilidades-sociales/habilidades-sociales-definicion-tipos-ejercicios-y-ejemplos/

REFERENCIAS

RECURSOS:

Físicos: zonas comunes, balones, televisor, proyector, cabina de sonido.

Humanos: Ciudadanos y ciudadanas que realizan visita de reconocimiento en comunidad de vida, profesionales y equipo promotor.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante el espacio los ciudadanos se mostraron receptivos y expectantes frente a la temática del día, por lo que su participación fue activa, pues, por medio de la reflexión y la transversalidad se busca potenciar las habilidades individuales de cada ciudadano en su proceso de desarrollo personal, en pro de reducir los factores de riesgo asociados al fenómeno de habitabilidad de calle.

Cuantitativos:

Se contó con la participación total de 20 ciudadano, entre los cuales se encuentran:
5 mujer
15 hombres, entre los cuales 0 se identifican como persona perteneciente a la comunidad LGTBIQ+
Total: 20 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Yomey Díaz

ANEXO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Pasadía en comunidad de vida el Rosario.

Línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades

Fecha: 07/02/2025

Comunidad de Vida el Rosario





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Pasadia en Comunidad de Vida el Rosario.

4. Fecha: 07/02/2025

5. Hora: 8:00 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	3466631	Sandra Luz	45	No aplica	No aplica	no aplica			X						
2	cc	91228-271	JAIRO H BERNAVIDES	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	2994087	Roberto Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	cc	79895037	JHON MOLINA	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	1122460	Jaime Cano Arenas	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	cc	72164326	Ricardo Collazos Villa	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	80926713	Jose Sierra	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	1016065558	Cristian Lopez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	1024544763	Alvaro parejes	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	1026579743	Geovanny Hernandez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	cc	1117519681	Teison Abello	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	79835163	Edwin Bonilla	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	6549014	ADAN ZAMORANO	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	cc	1013905?	MAYERLI RAMIREZ	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	80003464	Jairo Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	cc	79370180	JUAN MATTA	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	cc	52902309	Claudia Acosta	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	cc	5983562	Lorena Guevara	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	cc	51766318	Sandra Mejia	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	cc	80190362	Francisco Pulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Dionicio

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

Entiende 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 recolectaran 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 el Rosario	**FECHA:** **07/02/2025**	**HORA:** Inicio: 04:30 pm Final: 06:00 pm
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Nubia Rojas Motta

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PATCHWORK – ELABORACION DE LLAVERO II

OBJETIVO GENERAL:
Continuar con la elaboración de llaveros de diferentes figuras utilizando la técnica patchwork, fomentando la creatividad, el reciclaje de materiales textiles y el desarrollo de habilidades manuales.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Recortar la tela de acuerdo a las plantillas de figuras variadas para la creación de llaveros, adaptadas a la técnica patchwork.
- Seleccionar los materiales textiles (retazos de tela, hilos, botones, etc.) para la elaboración de los llaveros.
- Confeccionar llaveros funcionales y duraderos, asegurando la resistencia de las costuras y los acabados.
- Aplicar la técnica patchwork de manera correcta para ensamblar las piezas de tela y crear diseños atractivos.
- Incorporar elementos decorativos (como bordados, apliques o pintura textil) para personalizar los llaveros.

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo de la 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 implementará la metodología psico educativa y lúdica terapéutica, por medio de las cuales se explicará a las y los ciudadanos del taller, las generalidades para iniciar la elaboración del llavero con la técnica patchwork, de igual forma, los materiales e insumos requeridos y el aprendizaje de coser a mano.

Adecuación:
Se alistará el espacio donde se ejecutará el taller con mesas y sillas, de igual manera se colocará el video beam para que las y los participantes puedan observar cómo elaborar el llavero con la técnica patchwork. Se alistará los materiales a utilizar (retazos de tela, palillos, tijeras, moldes, hilo y agujas).

Primer momento:
Se reunirá a las y los ciudadanos en la unidad productiva Patchwork; se entregará a cada uno el material necesario para que continúen con la elaboración de los llaveros, recordándoles la importancia del control de calidad a cada estructura elaborada.

Segundo momento:
Las y los ciudadanos, elegirán los materiales que utilizarán para elaborar cada llavero. De igual forma, se enseñará a coser a mano a los participantes que no lo sepan. Dejándolos con retazos de tela para que practiquen.

Tercer momento:
Cada ciudadana o ciudadana, se hará cargo del material que se le entregue, el cual se devolverá. Culminado el tiempo del taller, se revisará los avances de cada uno y se guarda el material, quedando bajo custodia para continuar en el siguiente taller.

Reacondicionamiento:
Una vez se realice el cierre del tema, se solicitará el apoyo de dos ciudadanos, para organizar el espacio.

TEMAS:
Llavero en técnica patchwork: En la técnica de patchwork, un llavero es un pequeño proyecto que combina retazos de tela (parches) para crear una pieza decorativa y funcional. Estos llaveros suelen ser de tamaño reducido, lo que los hace ideales para practicar técnicas de patchwork, como el corte, la costura y el acolchado, sin requerir mucho material o tiempo.

Un llavero en patchwork puede incluir:

- Parches de tela: Pequeños trozos de tela cosidos en patrones geométricos o diseños creativos.
- Acolchado: Capas de tela y relleno que se cosen juntas para dar textura y volumen.
- Adornos: Botones, cintas o bordados para añadir detalles decorativos.
- Anilla o gancho: Para sujetar las llaves.

Estos proyectos son populares entre principiantes y expertos, ya que permiten experimentar con diseños y técnicas en un formato pequeño y manejable. Además, son regalos personales y prácticos.

Materiales necesarios:

- Retazos de tela de diferentes colores y estampados.
- Tijeras.
- Aguja e hilo (o máquina de coser).
- Relleno (algodón sintético o fibra).
- Llaveros metálicos o anillas.
- Plantillas de figuras (puedes dibujarlas o imprimirlas).
- Alfileres.
- Tiza o lápiz para tela.
- Regla.

Paso a paso:

1. Diseña o elige la figura:
   - Decide qué figura quieres hacer (corazón, estrella, animal, etc.).
   - Dibuja o imprime una plantilla del tamaño deseado para el llavero.
2. Corta las piezas de tela:
   - Coloca la plantilla sobre la tela y marca el contorno con tiza o lápiz.
   - Corta dos piezas iguales de tela para cada figura (una para el frente y otra para el reverso).
3. Prepara los retazos para el patchwork:
   - Si deseas añadir detalles con patchwork, corta pequeños retazos de tela y únelos con aguja e hilo o máquina de coser para crear un diseño. Luego, corta la figura principal sobre este diseño.
4. Une las piezas:
   - Coloca las dos piezas de tela (la del frente y la del reverso) con los derechos hacia adentro.
   - Sujeta con alfileres para que no se muevan.
5. Cose las piezas:
   - Cose alrededor de la figura, dejando un pequeño espacio sin coser (aproximadamente 2-3 cm) para poder voltearla.
   - Si usas máquina de coser, asegúrate de hacer puntadas pequeñas y reforzar las esquinas.
6. Voltea la figura:
   - Recorta los excesos de tela cerca de la costura para que quede más limpio al voltear.
   - Voltea la figura por el espacio que dejaste sin coser, usando un palillo o algo puntiagudo para sacar bien las esquinas.
7. Rellena la figura:
   - Introduce el relleno (algodón sintético o fibra) por el espacio que dejaste.
   - Asegúrate de que quede bien distribuido y con el volumen deseado.
8. Cierra la abertura:
   - Cose el espacio que dejaste abierto con puntadas invisibles o con máquina de coser.
9. Añade el llavero:
   - Coloca el llavero metálico o la anilla en la parte superior de la figura.
   - Puedes coserlo o asegurarlo con un pequeño trozo de tela o cinta.
10. Detalles finales:
    - Si lo deseas, puedes añadir bordados, botones o apliques para personalizar tu llavero.

FUENTES:

https://www.trendencias.com/silver/como-hacer-llavero-patchwork-paso-a-paso-ideas-bonitas-faciles

https://es.pinterest.com/soyairam/llavero-patchwork/

RECURSOS:

Físicos:

- Computador, planilla, esfero, telas, hilos, agujas, molde, tiza para tela, tijeras

Humanos:

- Ciudadanas y ciudadanos

RESULTADOS:

Cualitativos:

Se llevó a cabo con gran éxito el taller de elaboración de llaveros utilizando la técnica de patchwork, en el que participaron ciudadanas y ciudadanos interesados en aprender y desarrollar habilidades manuales. Se explicaron los pasos básicos, como la selección de telas, el corte, el ensamblaje y el uso de herramientas como agujas, hilos y máquinas de coser. Cada asistente logró culminar un llavero con diseño personalizado. Se destacó la creatividad en la combinación de colores y texturas, resultando en piezas únicas y funcionales. Los llaveros incluyeron detalles como apliques, bordados y terminaciones con cintas o hilos decorativos. Al finalizar el taller, los participantes expresaron su satisfacción por haber aprendido una nueva técnica y por haber hecho un producto por ellos mismos. Muchos manifestaron interés en continuar explorando el patchwork en otros proyectos. El taller no solo fomentó la creatividad y el trabajo manual, sino que también promovió la convivencia y el intercambio cultural entre los asistentes. Además, se destacó la importancia de reutilizar materiales, como retazos de tela, contribuyendo a una conciencia más sostenible.

Cuantitativos:
Ingresaron al taller seis (06) ciudadanas y ciudadanos de diferentes momentos dentro de las etapas de desarrollo (2,3 y 4). De los 6 participantes, una (01) se identifica de género femenino, uno (01) se reconocen de población LGBTI y los cuatro (04) restantes se identifican de género masculino, uno de ellos es un adulto mayor.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

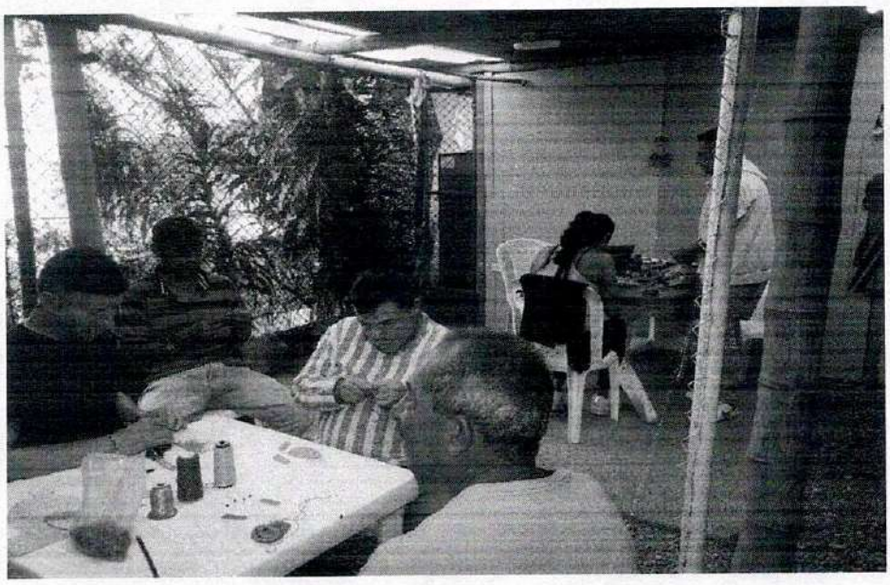
NOMBRE COORDINADOR: José Hermey Díaz G

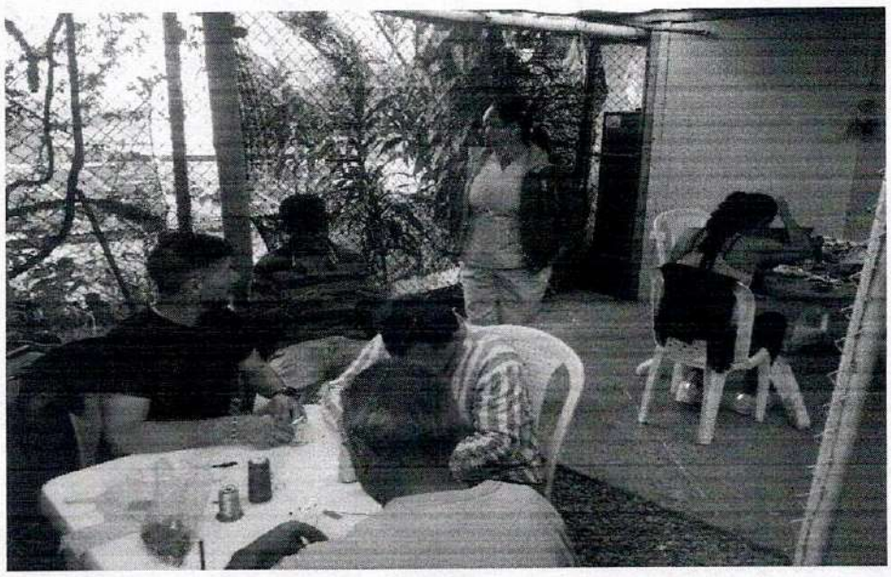
REGISTRO FOTOGRAFICO

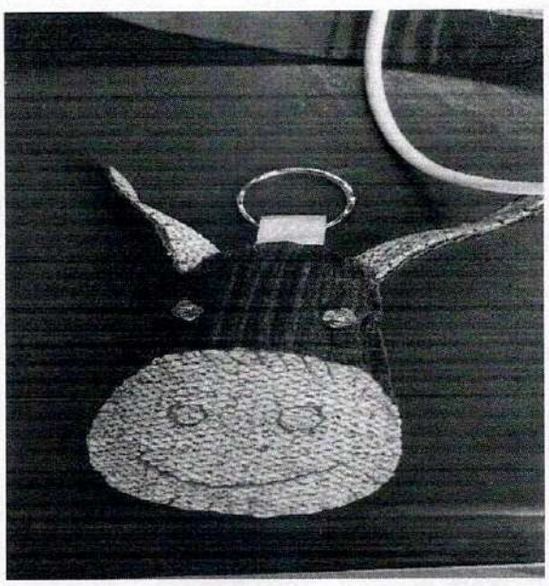
Nombre de la actividad: PATCHWORK – ELABORACION DE LLAVEROS II

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

Fecha: 07/02/2025







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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Patchwork - Elaboración de llaveros II

4. Fecha: 07/02/2025

5. Hora: 04:30 pm

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	1033765199	ALEXANDER LINARES	36	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	112804603	JOHAN COGOLLO	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	9835163	EDWIN BARRETO	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	6887968	JOSE CURTO	63	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	39561163	SANDRA REYES	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	80729009	Jhon Ramirez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Nubia Rojas Motta

14. Cargo o rol del responsable: Terapia 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 El Rosario	**FECHA:** 08/02/2025	**HORA:** **INICIO** 8:30AM **FINAL** 10:00AM
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leonel Malagón

NOMBRE DE ACTIVIDAD: (ornato) Jornada de limpieza e higiene de habitaciones

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer hábitos y rutinas partiendo de la higiene de zonas comunes habitaciones de los y las participantes de comunidad de vida el rosario contribuyendo así a la deshabituación de hábitos de calle.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Concientizar a los participantes sobre la importancia de mantener las habitaciones y la casa limpia y ordenada
- Generar buenos hábitos de aseo higiene para recalcar la importancia de mantener limpios los espacios que son de todos y para todos.
- Fortalecer el trabajo en equipo para obtener mejores resultados a la hora de la limpieza y orden en comunidad.

METODOLOGÍA:

La actividad se llevará acabó por medio una metodología psico-educativa, para el desarrollo personal para la inclusión social en donde el Ornato es una actividad liderada por el área de Promotoría en la comunidad de vida El Rosario, la cual se realiza con el fin de crear consciencia en los participantes a través del aseo y limpieza general de las habitaciones principalmente áreas comunes zonas verdes

- **Adecuación**
  Se inicia la jornada de ornato con la entrega de elementos de aseo por casa, responsabilizando a los ciudadanos específicamente en los espacios para la limpieza y orden ya sean dentro o fuera de las habitaciones, lo que incluyen puertas, ventanas, Lakers, baños, camarotes, escaleras, áreas comunes. Zonas verdes
- **Primer momento**
  Informamos a los ciudadanos sobre la importancia de la actividad y lo que conlleva tener buenos hábitos de higiene personal, así como la limpieza, desinfección en habitaciones y espacios comunes para evitar malos olores, su entorno y su salud Identificando a quienes se les facilita y quienes necesitan refuerzo, con el fin de que todos sean participes de la jornada de Ornato.
- **Segundo momento**
  Promotoría se encargó de supervisar e indicar que actividades hacían falta o necesitaban refuerzo y a su vez conocer que participantes no tienen clara su labor seguido de gestionar solución para así obtener resultados óptimos en el tiempo establecido para dicha jornada.
- **Tercer Momento**
  Finalizamos la actividad verificando el orden, aseo en habitaciones y las zonas comunes, zonas verdes fomentando la importancia y la responsabilidad de tener excelentes hábitos diarios de aseo y orden, haciéndoles ver que esto les generara una mejor calidad de vida.

TEMAS:

Concepto de hábitos de higiene

El aseo es una virtud, y se adquiere practicándolo en forma cotidiana. Podemos definirlo como la repetición de acciones de limpieza en la persona, atuendos y entorno (casa, animales domésticos con los que se convive, muebles, etcétera) respetando los recursos, o sea sin derrochar agua, ni usando productos que puedan dañar el medio ambiente, con el fin de preservar la salud.

Lavarse las manos con agua y jabón antes de comer, luego de viajar o de salir de compras, o de tocar dinero; bañarse en forma diaria, lavarse los dientes luego de ingerir alimentos, son hábitos de higiene personal, que se adquieren desde la más temprana infancia, en el núcleo familiar y se refuerzan o reeducan en la escuela. Los **buenos hábitos de higiene** son esenciales para mantener la buena salud. Puede parecer una tontería, pero así es: la higiene previene de muchas enfermedades causadas por virus y bacterias, aunque lo cierto es que no siempre se toman las medidas necesarias. ¿Cumples con los **hábitos de higiene diaria** recomendados? **Responsabilidad** La responsabilidad es el cumplimiento de las obligaciones o cuidado al hacer o decidir algo, o bien una forma de responder, que implica el claro conocimiento de que los resultados de cumplir o no las obligaciones, recaen sobre uno mismo. Es considerada un valor y una cualidad del ser humano. Se refiere a una característica positiva de las personas, a través de la cual son capaces de comprometerse y actuar de una manera correcta. **Trabajo en equipo:** El trabajo en equipo se define como la unión de dos o más personas organizadas de una forma determinada, las cuales cooperan para lograr un fin común que es la ejecución de un proyecto. Nace como una necesidad de tener relaciones con otras personas para lograr retos que no se alcanzarían individualmente. Se origina también de la idea de agilizar y mejorar algunas condiciones que obstaculizan el desarrollo de tareas diarias y la consecución de objetivos en las organizaciones.

Cuando se trabaja en equipo, se aúnan las aptitudes de los miembros y se potencian sus esfuerzos, disminuye el tiempo invertido en las labores y aumenta la eficacia de los resultados.
Un grupo de personas se transforma en equipo en la medida en que alcanza cohesión. Para ello se han de crear lazos de atracción interpersonal, fijar una serie de normas que dirijan el comportamiento de todos miembros, donde la figura de un líder es fundamental, promover una buena comunicación entre el conjunto de integrantes, trabajar por el logro de los objetivos comunes y establecer relaciones positivas.

Presentación personal

Limpia aquellos objetos que más se tocan

Tanto en casa como en el cole, estamos constantemente tocando objetos y pomos de puertas y ventanas. Si no se limpian correctamente, pueden ser un foco de bacterias y virus y que antes de salir de clase se laven sus manos como hemos hablado antes. Sácale brillo al baño Otro de los imprescindibles de la higiene en el hogar y en la escuela es la limpieza del baño. Es el lugar de la casa y del cole donde más patógenos se acumulan. A la hora de higienizarlos, es imprescindible usar guantes u otro elemento de barrera que impida que los gérmenes acaben en las manos. Además, hay que ser muy minucioso en este aspecto, pues cualquier descuido puede provocar que proliferen las bacterias .La presentación (presencia, imagen, estética) personal es el aspecto con el que se muestra una persona. A partir de ese aspecto el resto de la gente la juzgará, incluso inconscientemente (se estima que en menos de 300 milisegundos el cerebro forma la primera impresión al conocer una persona).La presencia personal se construye a partir de la vestimenta, aseo, peinado, accesorios, comportamiento, formas de hablar y moverse, como así también aspectos que no pueden modificarse como rasgos faciales, etnia, defectos, etc. Una presentación personal también puede ser impersonal, por ejemplo, a través del currículum para un trabajo, una carta de presentación, etc. Allí lo importante es la escritura, ortografía, antecedentes laborales y estudiantiles, etc.

Fuente: ttps://rolleat.com/es/higiene-en-el-hogar/

RECURSOS:

Recursos Humanos

- promotores, ciudadanos

Recursos físicos

- Escobas, traperos, recogedores, canecas. detergente líquido, limpiones, cloro

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante el espacio las y los ciudadanos se mostraron receptivos durante la jornada de limpieza habitacional y zonas verdes, áreas polifuncionales se logró dar cumplimiento al objetivo de Fortalecer hábitos y rutinas partiendo de la higiene mayor y menor, los y las participantes de comunidad de vida el rosario contribuyendo a la deshabituación de hábitos de calle.

Cuantitativos:
Se contó con la participación de 65 ciudadanos, 8 mujeres, 3 ciudadanos que se identifican como población LGTBI y 54 hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: LEONEL MOLAGA

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Horney Díaz G

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Jornada quincenal de limpieza e higiene de habitaciones y áreas comunes. (ORNATO)

Fecha: 08/02/2025





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Ornato - Jornada de limpieza e Higiene Habitacional

4. Fecha: 08/02/2025

5. Hora: 08:30 am

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	79883563	Edwin Barreto	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80248476	RAFAEL Rizzo	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79884692	Alejandro Villamizar	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80030633	Andrés Rodriguez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	9600459	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	A685313	ERICK NIETO	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80729009	Jhon RAMIREZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80272391	adolfo Montaños	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	T2379200	Jhon F Cardenas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	3507734	Rodolfo Betancur	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1016055508	Cristian Zapata	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	7462681	Hector Cortes	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	79585367	Freddy Velásquez	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1033455826	Jhon Nora	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	79760077	Fernando Acero	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1157720	Luis Mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	79617546	Juan C. Garcia	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	5.814.830	ALEXANDER VILLA.	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1033705184	Alexander Linares	26	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	79882954	JHON MOLINA	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Leidy Manigua

14. Cargo o rol del responsable: Promotora Social

15. Firma del responsable de la actividad: Leidy Manigua

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Arnolo - Jornada de limpieza e Higiene Habitacional

4. Fecha: 08/02/2025

5. Hora: 08:30 am

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		
21	CC	3141485	ELKIN-PEREZ	50	No aplica	No aplica	no aplica			X						
22	CC	1077423889	LUIS ALBERTO	42	No aplica	No aplica	no aplica			X					LUIS	
23	CC	79637792	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
24	CC	1033736153	Jhonatan Montenegro	33	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jhonatan	
25	CC	80156655	IVAN GOMEZ	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
26	CC	80374701	JORGE BETRAN	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
27	CC	80117370	MANUEL BAUTISTA	42	NO Aplica	No aplica	No aplica			X					MB	
28	CC	80577785	Jesus Mago	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
29	CC	[illegible]	[illegible]	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
30	CC	80746801	Manuel [illegible]	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
31	CC	1012728692	ANDRES LOZADA	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
32	CC	1092945528	wilber Saavedra Bellón	33	No aplica	No aplica	No aplica			X					wilber Saavedra	
33	CC	15887732	Diego [illegible]	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
34	CC	10105566	Carlos Zuluaga	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
35	CC	80164646	Jorge Eliecer	64	No aplica	No aplica	No aplica			X					Eliecer	
36	CC	1015431937	Daniel Castillo	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
37	CC	80748939	Anderson Muñoz M.	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					Anderson	
38	CC	1037686	Jhon Mora	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
39	CC	1115782956	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
40		10532403	Omar Bonilla	70	No aplica	No aplica	No aplica			X					Omar	

13. Nombre del responsable: Leonel Montaño

14. Cargo o rol del responsable: Gerente social

15. Firma del responsable de la actividad: Leonel Montaño

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_b_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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: ornato-Jornada de limpieza e higiene habitacional
4. Fecha: 8/02/2025
5. Hora: 08:30 am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiana					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		
41	CC	1026055588	Kristian Lopez	30	no aplica	no aplica	no aplica			X						
42	CC	1014766640	Nelson Tapias	30	No aplica	no aplica	no aplica			X						
43	CC	1088046663	JOHAN COGOLLO	39	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
44	CC	10101646	Jorge Aguilar	64	NO aplica	NO aplica	no aplica			X						
45	CC	80241813	GARAEL RIAÑO	20	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
45	CC	1033745	JHON MORA	38	No aplica	No aplica	no aplica			X						
47	CC	80374801	JORGE BETRAN	53	NO aplica	NO aplica	no aplica			X						
48	CC	7187499	Eprain Agudelo	51	NO aplica	NO aplica	no aplica			X						
49	CC	80003461	Oscar Martinez	45	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
50	CC	1088993232	Diego A Gil calle	61	NO aplica	NO aplica	no aplica			X						
51	CC	79835163	Edwin Barreto	46	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
52	CC	79918611	Alejandro Velasco C.	44	No aplica	NO aplica	no aplica			X						
53	CC	1012327692	Andres Lozada	28	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
54	CC	1000961672	Alejandro Ucllomi	27	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
55	CE	7463142	Luis Fontecha	54	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
56	CC	80746821	Manuel Chaparro	40	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
57	CC	79879700	Edi Cardenas	46	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
58	CC	1047445435	Ronald Mendez	32	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
59	CC	80748991	Anderson MUNOZ	39	NO aplica	No aplica	no aplica			X						
60	CC	7178510	Jaime Alberto P	50	NO aplica	No aplica	no aplica			X						

13. Nombre del responsable: Leonel Malagon
14. Cargo o rol del responsable: promotor social
15. Firma del responsable de la actividad: Leonel Malagon

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Oracato - jornada de limpieza e higiene habitacional | 4. Fecha: 05/02/2025 | 5. Hora: 08:30 am

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		
61	CC	7745804	JAIR [illegible]	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jair	
62	CC	80229009	Jhon RAMIREZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jhon Ramirez	
63	CC	80771391	adolfo montaño	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					adolfo	
64	CC	19766077	Fernando Acero	49	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
65	CC	7209603	Wilson Nieto	57	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
66																
67																
68																
69																
70																
71																
72																
73																
74																
75																
76																
77																
78																
79																
80																

13. Nombre del responsable: Leonel malagon | 14. Cargo o rol del responsable: Promotor | 15. Firma del responsable de la actividad: Leonel M.

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 LOS SERVICIOS SOCIALES FORMATO FICHA ACTIVIDAD EXTRAMURAL	Código: FOR-PSS-167 Versión: 0 Fecha: Memo INT. 26754 - 18/05/2018 Página: 1 de 5

Unidad Operativa:	COMUNIDAD DE VIDA EL ROSARIO
Fecha:	08/02/2025
Lugar:	Caminata zona veredal hasta el Rio
Horario:	2:00 pm – 4:00 pm.

OBJETIVO

Promover la actividad física, el desgaste energético y el bienestar de las y los ciudadanos de comunidad de vida a través de una salida extramural ambiental y ecológica, fomentando la integración social, el trabajo en equipo y regulación emocional.

METODOLOGÍA

La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdica pedagógica, que favorecerá el fortalecimiento de competencias que motiven a los ciudadanos a desarrollar acciones de índole físico fomentando bienestar y desgaste de las y los participantes a través de una caminata pasiva y ocio con la actividad en el rio.

Por parte del equipo de promotoría se realizará el llamado a las 1:45 pm a las y los participantes en la zona de punto de encuentro en portería, seguido a ello, se diligencia formato de asistencia.

se indicará a la población cada una de las restricciones, protocolo y normas a tener en cuenta en zonas veredales, se inicia la caminata zona veredal hasta llegar al rio puente. Cerca de la zona de santa teresa, se contará con el apoyo del promotor en turno, con el fin de evitar incidentes.

Al llegar al rio se explicará sobre la zona en que estaremos ubicados únicamente con el fin de sobre guardar la seguridad de cada participante, a los que no ingresen se ubicará una zona para contemplar la naturaleza y socializar con los demás compañeros, tiempo aproximado 40 minutos, posterior a ellos nos organizaremos nuevamente tomando carretera principal veredal, hasta llegar nuevamente a la comunidad de vida el rosario para continuar con nuestro diario vivir.

Para finalizar, a las 3:40 am se reúne a la población en punto establecido por los profesionales encargados de la salida extramural indicándole la manera de retorno con el objetivo de llevar a comunidad sobre la 4:00 pm.

INSTITUCIONES PARA CONTACTAR EN CASO DE EMERGENCIA.

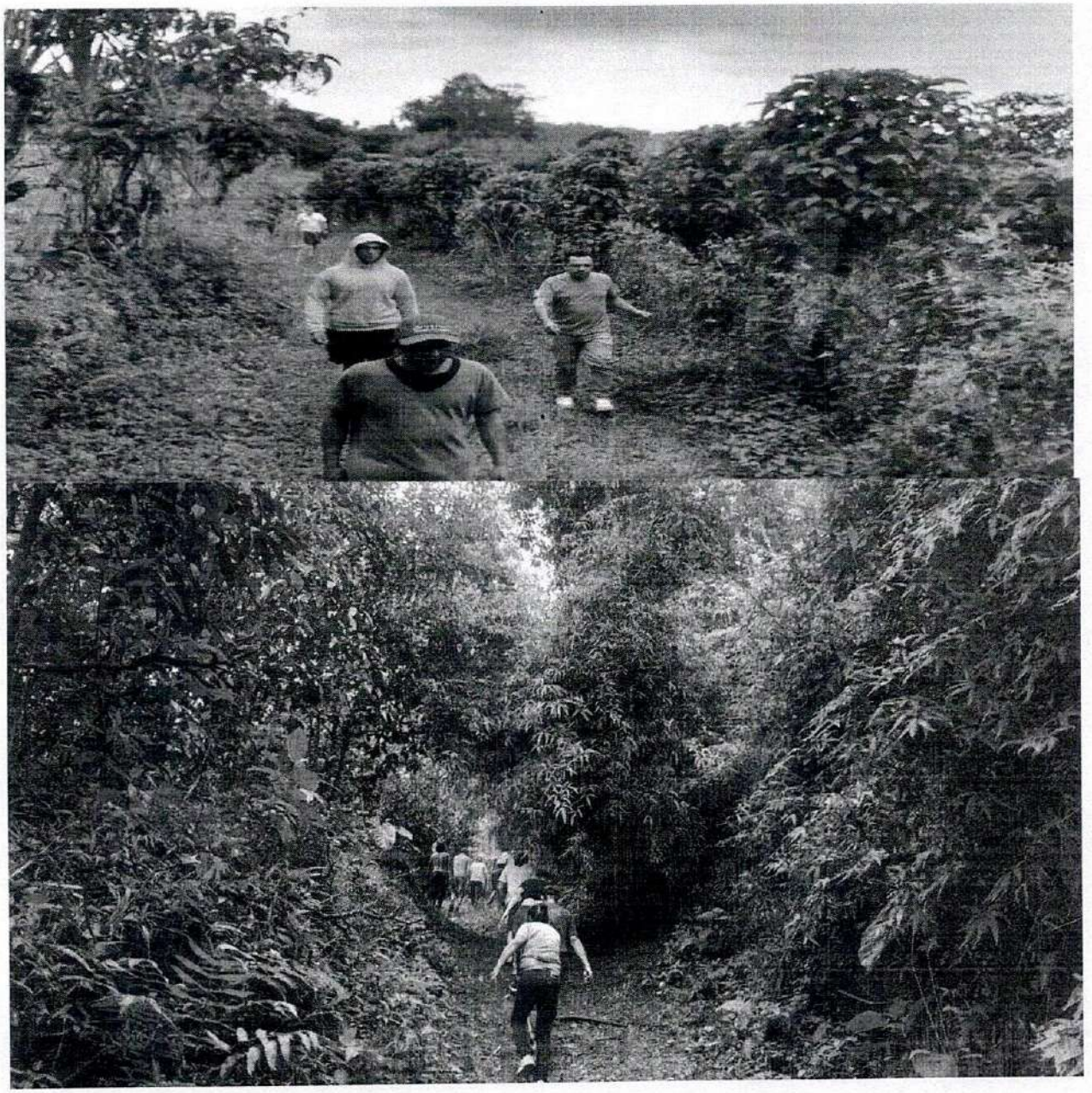
BOMBEROS, Sasaima. ANA LUISA CASTILLO, 3108846399.
ESTACION DE POLICIA, SUB-INTENDENTE ARCINIEGAS, 3102516091.
HOSPITAL HILARIO LUGO, URGENCIAS, 3174271880.

OBSERVACIONES (Este ítem se diligencia posterior a la salida)

- ✓ Observaciones: realice la evaluación del desarrollo de la actividad, se logro en los ciudadanos(as) disminución de factores estresores y aprovechamiento del tiempo libre.
- ✓ Se logro mayor interacción grupal entre pares.
- ✓ Acciones de mejora: ninguna}
- ✓ La asistencia fue de 20 ciudadanos 2 mujeres y diez ocho (18) de genero masculino

Nombre del Profesional responsable de la salida: Elena Figueroa Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRAFICO.



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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: caminata zona veredal hasta el Rio
4. Fecha: 8/02/2025
5. Hora: 2:00 pm

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	74239602	Fabio Barrero	59	no aplica	no aplica	no aplica			X						
2	cc	80901384	Luis P	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
3	cc	1073671432	VICTOR MONTESINO	39	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	cc	72169302	Pedro Carrasquilla	56	no aplica	no aplica	no aplica			X						
5	cc	80926713	Jose Ortiz Sierra	33	no aplica	no aplica	no aplica			X						
6	cc	91.228.259	JAIR BENAVIDES	61	no aplica	no aplica	no aplica			X						
7	cc	52860888	MAYERLY SANCHEZ	44	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	cc	80374801	JORGE BEJARAN	53	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9	cc	65449014	OLGA LUCIA TRUJILLO	40	no aplica	no aplica	no aplica			X						
10	cc	1073471490	MAYERLI RAMIREZ	30	no aplica	no aplica	no aplica			X						
11	cc	1026592451	diego Armando Prieto	38	no aplica	no aplica	no aplica			X						
12	cc	1018439037	Daniel Castillo	32	no aplica	no aplica	no aplica			X						
13	cc	1145784338	Alejandro Moreno	37	no aplica	no aplica	no aplica			X						
14	cc	80904469	Michael Jair Valencia M.	38	no aplica	no aplica	no aplica			X						
15	cc	1010665560	Kristian Lopez	30	no aplica	no aplica	no aplica			X						
16	cc	80156657	IHAN GOMEZ	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
17	cc	79877400	Juan Fernando Cardenas	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
18	cc	1150686677	Manuel R	36	no aplica	no aplica	no aplica			X						
19	cc	79856763	Sandro RM	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
20	cc	1145719490	Luis mendez	40	no aplica	no aplica	no aplica			X					Luis mendez	

13. Nombre del responsable: Elena Figueroa
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 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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Caminata zona Veredal hasta el rio | 4. Fecha: 08/02/2024 | 5. Hora: 02:00pm.

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		
21	cc	94422733	Yhon Piamonto	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
22	cc	1061037[illegible]	Yorman Hernandez	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
23																
24																
25																
26																
27																
28																
29																
30																
31																
32																
33																
34																
35																
36																
37																
38																
39																
40																

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 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 el Rosario		**FECHA:** 09/02/2025	**HORA:** Inicio: 10:00 am Final: 12:00 pm
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sebastián Moreno	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividades Juegos Cognitivas

OBJETIVO GENERAL: Desarrollar las habilidades mentales de las y los ciudadanos, mediate juegos como el parque, crucigramas, sopas de letras y sudoku con el fin de que el ciudadano adquiera la capacidad de pensar, almacenar información y agilidad mental

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Incentivar a los ciudadanos aprovechar mejor su tiempo libre, por medio juegos que los ayudaran a cambiar su rutina diaria de las actividades en comunidad.
- Desarrollar la memoria mediante la formación de palabras y conocimientos de los ciudadanos, mediante juegos de mesa, sopas de letras y crucigramas.
- Estimular las capacidades cognitivas de los ciudadanos, con el fin de mantener las funciones mentales superiores y frenar su deterioro, fortaleciendo así las habilidades de procesamiento que les permite concentrarse y mejorar la agilidad mental.

METODOLOGÍA: La actividad se desarrollará el marco de la línea de atención I: desarrollo personal para la inclusión social, se utilizará la metodología lúdico-terapéutica la cual se basa en lo lúdico como medio de expresión de pensamientos y emociones, donde mediante juegos cognitivos lograr mantener un buen uso del aprovechamiento del tiempo libre y ocio en comunidad para el fortalecimiento cognitivo y personal para las y los ciudadanos de los diferentes momentos.

Adecuación: Se iniciará la actividad adecuando el área con mesas y sillas con el fin que los ciudadanos puedan disfrutar de actividad cómodamente, con base en lo anterior, se alistaran los siguientes elementos para iniciar la actividad: como mesas, parques, crucigramas, sopas de letras y sudoku para llevar a cabo la actividad.

Primer momento: Se informará a los participantes sobre las actividades que se va a desarrollar, indicándoles el sitio en donde se llevara a cabo, después de esto, se da una breve introducción sobre la jornada de juegos cognitivos, con el fin de que los ciudadanos tengan conocimiento del cómo se va a desarrollar la actividad.

Segundo momento: Después de la introducción, se dará inicio a los diferentes retos cognitivos y lúdicos, en donde se les informa las respectivas reglas y como se manejará la puntuación, los retos serán basados en la temática cognitiva, adicional a esto se harán aclaraciones a inquietudes de los ciudadanos frente a la actividad que estamos desarrollando.

Tercer momento: Finalizara la actividad, resaltando la importancia de realizar diferentes actividades de destreza mental para que las desarrollen durante sus espacios de ocio y esparcimiento, esto con el fin de mejorar sus habilidades y capacidades cognitivas, dando como resultado una mejor calidad de vida.

Reacondicionamiento del espacio: La zona del comedor se utilizará para el taller, quedará ordenada y libre de basura o de cualquier objeto que afecte la imagen o el cuidado de este espacio.

TEMAS:

Concepto de Cognición.

La cognición o las funciones cognitivas son los procesos mentales que nos permiten recibir, procesar y elaborar la información. Es decir, permiten al sujeto tener un papel activo en los procesos de interacción, percepción y comprensión del entorno lo que le permite desenvolverse en el mundo que le rodea.

Las habilidades cognitivas nos permiten llevar a cabo cualquier tarea, por ello las utilizamos continuamente para aprender y recordar información, integrar la historia e identidad personal, manejar información relativa al momento en el que nos encontramos y hacia dónde nos dirigimos. Además,

también posibilita mantener y distribuir la atención, reconocer distintos sonidos, procesar diferentes estímulos, realizar cálculos o representar mentalmente un objeto.

Todas las actividades que realizamos requieren la utilización de nuestras funciones cerebrales, lo que implica millones de conexiones neuronales repartidas por los lóbulos cerebrales y la activación de diferentes áreas del cerebro para desenvolvernos adecuadamente con nuestro entorno y procesar la información que obtenemos por diversos canales.

Juego:

La palabra *juego* proviene del latín *iocus*, que quiere decir 'broma'. Un juego es una actividad desarrollada por uno o más individuos, cuyo propósito inmediato es entretener y divertir. Sin embargo, además de entretener, otra función de los juegos es el desarrollo de habilidades y destrezas intelectuales, motoras y/o sociales.

Este tipo de actividad es practicada tanto por los seres humanos como por los animales. Con la práctica del juego, los seres vivos aprenden formas de socialización y adquieren habilidades necesarias para la supervivencia en su respectivo hábitat.

Por ejemplo, cuando los gatos juegan con objetos en movimiento, están aprendiendo a cazar. Asimismo, cuando los perros juegan a las "mordidas" entre ellos, están aprendiendo a socializar con sus congéneres y a defenderse.

El mismo fenómeno ocurre con el ser humano. Cuando los niños practican juegos con normas, aprenden a negociar, llegar a consensos y a socializar. Por lo tanto, los juegos en los humanos cumplen la misma función, a pesar de que luzcan como una simple forma de entretenimiento. ¿Qué los distingue, entonces, de otras formas de educación y desarrollo cognitivo?

Los juegos siempre pretenden la diversión y el entretenimiento, ya que el ser humano no puede vivir racionalizando constantemente su universo. Por lo tanto, ellos permiten el descanso mental, la variedad de la rutina y la activación otro tipo de procesos, como los reflejos y la intuición.

Además, en su principio básico los juegos no están dirigidos al aprendizaje teórico, descriptivo y racional, sino al desarrollo de habilidades mediante la práctica. Por ejemplo, habilidades como la atención, la velocidad, la asociación de palabras, etc. Por eso, el juego es sumamente importante en la fase de la infancia, si bien está presente a lo largo de toda la vida.

Las **habilidades cognitivas** nos permiten llevar a cabo cualquier tarea, por ello las utilizamos continuamente para aprender y recordar información, integrar la historia e identidad personal, manejar información relativa al momento en el que nos encontramos y hacia dónde nos dirigimos. Además, también posibilita mantener y distribuir la **atención**, reconocer distintos sonidos, procesar diferentes estímulos, realizar cálculos o representar mentalmente un objeto.

Todas las actividades que realizamos requieren la utilización de nuestras **funciones cerebrales**, lo que implica millones de **conexiones neuronales** repartidas por los **lóbulos cerebrales** y la activación de diferentes áreas del **cerebro** para desenvolvernos adecuadamente con nuestro entorno y procesar la información que obtenemos por diversos canales.

Las funciones cognitivas

Tipos y ejemplos de habilidades cognitivas:

1. **Orientación**
    - Personal,
    - temporal,
    - espacial.

2. **Atención**
    - Velocidad de procesamiento,
    - sostenida,
    - selectiva,
    - alternante,
    - heminegligencia.

Consigue 10 actividades gratuitas para trabajar la atención sostenida con tus usuarios

Acceder aquí

3. **Memoria**
    - Semántica,
    - episódica,
    - procedimental.

4. **Lenguaje**
    - Expresión,
    - comprensión,
    - vocabulario,
    - denominación,
    - fluidez,
    - discriminación,
    - repetición,
    - lectura,
    - escritura.

5. **Funciones ejecutivas**
    - Memoria de trabajo,
    - razonamiento,
    - planificación,
    - inhibición,
    - flexibilidad,
    - toma de decisiones,
    - estimación temporal,
    - ejecución dual,
    - branching.

6. **Gnosias**
    - Visuales,
    - auditivas,
    - táctiles,
    - gustativas,
    - olfativas,
    - esquema corporal.

7. **Praxias**
    - Faciales,
    - ideomotoras,
    - dilatorias,
    - visoconstructivas

8. **Habilidades visoespaciales**
    - Relación espacial,
    - visualización espacial.

REFERENCIAS

- https://www.significados.com/juego/
- https://www.neuronup.com/actividades-de-neurorrehabilitacion/actividades-para-funciones-cognitivas
- https://neuronup.com/actividades-de-neurorrehabilitacion/actividades-para-funciones-cognitivas/funciones-o-habilidades-cognitivas-que-son-ejemplos-y-ejercicios/#:~:text=La%20cognici%C3%B3n%20o%20las%20funciones,el%20mundo%20que%20le%20rodea.

RECURSOS:

Físicos:

- Participantes y promotor social.

Humanos:

- Mesas, sillas, sopas de letras, parques, sudoku, crucigrama y listado de asistencia.

RESULTADOS:
Cualitativos:

- Los ciudadanos expresan que es de su agrado este tipo de actividades y juegos, ya que les ayuda a ejercitar la mente, los mantiene ocupados y a no pensar en cosas malas o recuerdos tristes.

- En el transcurso del taller se evidencio que los ciudadanos participan activamente de los diferentes juegos, ya que esto los distrae, los mantienen concentrados, mejorar sus habilidades sociales y destrezas, adquiriendo la capacidad de resolver problemas.

- Se evidencio que varios participantes, realizaron las 3 actividades del taller en los tiempos correspondientes, esto con el fin de medir su nivel cognitivo a la hora de solucionar problemas y ejercicios las actividades cognitivas.

Cuantitativos:
Se contó con la participación de (20) veinte ciudadanos, (3) tres mujeres y (17) diecisiete hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Juan Sebastian Moreno Diaz

FIRMA COORDINADOR:

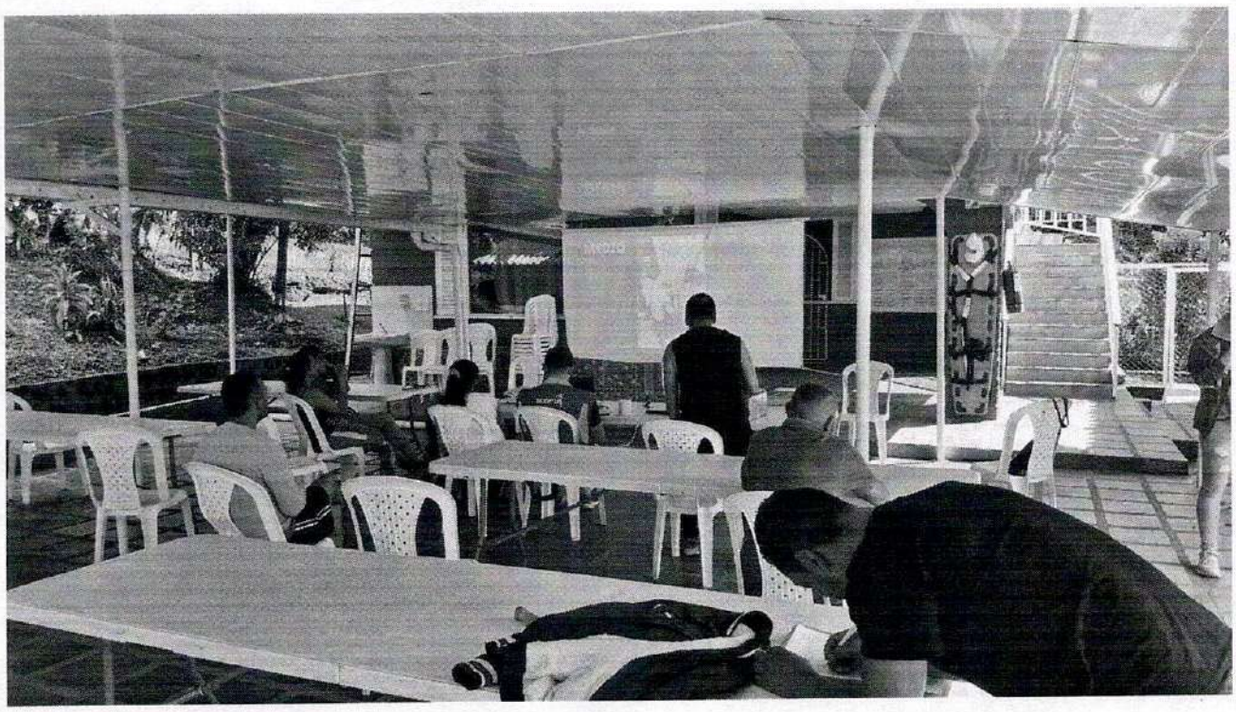
NOMBRE COORDINADOR: José Herney Rios

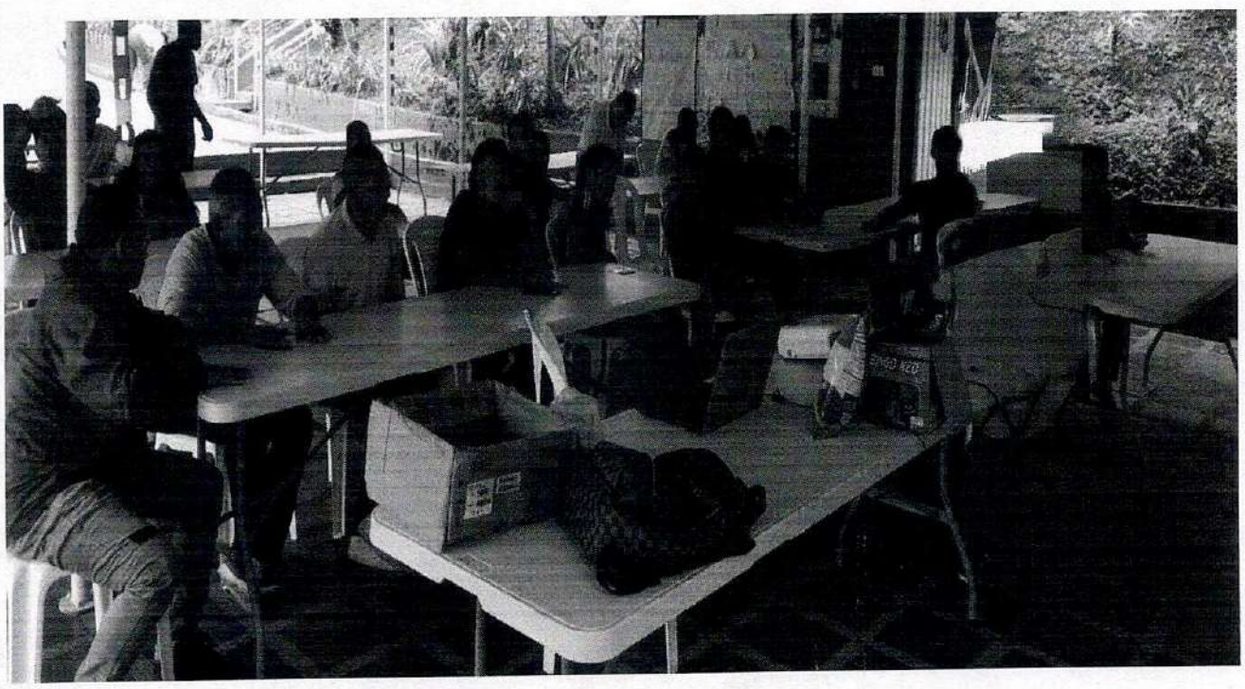
REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Actividades juegos cognitivas

Línea de Atención I: Desarrollo personal para la inclusión social.

Fecha: 09/02/2025





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 !2024020296 - 25/07/2024
Página: 1 de 1

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Actividades juegos cognitivos | 4. Fecha: 09/02/2025 | 5. Hora: 10:00 am

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.	79967546	Juan Carlos Cocel	51	No Aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	6124286	Diego ESPITIA	32	NO aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79957639	Julio Ayala	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	8726226	Jose Caballero	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	39565631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC.	10105584	Carlos Zuluaga	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1118813588	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1122946	Jaime Ivan Bustos Torres	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1014902557	JAIER NAVARRO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1033803184	ALEX PINARES	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79879780	Jhon Fernando Cardenas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	79772449	Alvaro [illegible]	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	80378	Cesar Soriano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79895054	Juan Molina	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1014836145	Rafael de Jesus Orozco	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1023899784	Wilmer Nieto	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	3507734	Rodolfo Betancur	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1033745813	Jhon Mora	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1014660277	Fernando Acero	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	80030633	Andres Ladino	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sebastian Moreno | 14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social | 15. Firma del responsable de la actividad: Sebastian Moreno

Autorizacion 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_t_03_v3_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 El Rosario		**FECHA:** 09/02/2025	**HORA:** INICIO: 2:00 p.m. FINAL: 4:00 p.m.
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Stefany Nieto Dionicio	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Movilizando cultura "Jornada de freestyle y trova"

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la expresión artística y el bienestar emocional en adultos vulnerables a través de una jornada de freestyle y trova, promoviendo la cultura como herramienta de manejo de emociones, comunicación y fortalecimiento comunitario.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Acompañar un espacio seguro y creativo donde los participantes puedan expresarse libremente a través de la música y la improvisación.
- Incentivar la participación activa y la colaboración entre los y las participantes, fomentando valores como la empatía, el respeto y la resiliencia.

METODOLOGÍA:

Durante la jornada de freestyle y trova en la casa, se ofrecerá un espacio seguro para que los participantes puedan expresarse libremente, utilizando el arte como una herramienta para el manejo de emociones. A través de la música y la improvisación, no solo podrán canalizar sus sentimientos de manera creativa, sino también fortalecer su autoestima, identidad y conexión con los demás. Estas actividades, desarrolladas en un entorno cercano y accesible, fomentan la participación, el sentido de pertenencia y la construcción de redes de apoyo. Desde una metodología lúdico-pedagógica, se busca guiar a los participantes en la reflexión sobre la resolución pacífica y efectiva de conflictos, permitiéndoles resignificar experiencias pasadas y proyectar un nuevo significado hacia el futuro. Además, a través de talleres interdisciplinarios, se promueve el desarrollo personal, el fortalecimiento emocional, la integración social y la construcción de un proyecto de vida significativo. De este modo, se impulsa un sentido de pertenencia y se refuerzan interacciones positivas basadas en valores como el respeto y la empatía. Esta actividad se dará bajo la Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

Adecuación: se adecua el comedor con parlante y micrófono para iniciar la actividad y se organizan las sillas, en aras de dar continuidad a los siguientes momentos:
Primer momento: Bienvenida y Activación (20 minutos) – "Rompiendo el Hielo" Dinámica de presentación con juegos de palabras y ritmo. Ejercicio de respiración y relajación para conectar con el presente. Introducción al taller y sus objetivos.
Segundo Momento: Pequeña charla sobre la música como herramienta de expresión emocional. Lluvia de ideas sobre situaciones de vida y emociones asociadas.
Ejercicio grupal: cada participante elige una emoción y la representa con palabras clave.
Tercer momento: Introducción a la técnica del freestyle y la trova. Juego de improvisación en parejas: se elige una emoción y se crea una pequeña rima o verso sobre ella. Construcción grupal de una canción que refleje el proceso de resignificación de experiencias.
Cuarto momento: Debate abierto sobre cómo la música puede ayudar en la resolución pacífica de conflictos. Ejercicio de dramatización: improvisación de versos respondiendo a situaciones de conflicto de manera positiva. Creación de compromisos personales para aplicar lo aprendido en la vida cotidiana.
Quinto momento: Ronda de palabra: cada participante comparte una frase o verso que represente su aprendizaje. Cierre con una canción grupal creada durante el taller. Evaluación rápida con emojis o palabras clave sobre la experiencia vivida.

Reacondicionamiento del espacio: Se invitará a los ciudadanos y ciudadanas, dejar el espacio en el que se trabajó limpio y organizar los materiales utilizados en la actividad.

TEMAS:

Aprendizaje y cerebro: Las Neurociencias han posibilitado que en el último tiempo se revelen los misterios del cerebro - quien da origen a la conducta y el aprendizaje, y su funcionamiento. Consecuentemente, aportan al campo pedagógico conocimientos fundamentales acerca de las bases neurales no solo del aprendizaje en sí, sino de la memoria, de las emociones y de muchas otras funciones cerebrales que son, día a día, estimuladas y fortalecidas en el aula. Que todo agente educativo conozca y entienda cómo funciona el cerebro, llega a ser un requisito indispensable para la innovación pedagógica y la transformación de los sistemas educativos; que tienen a las TICs como un motor importante de cambio y crecimiento. El objetivo del presente artículo es estimular la comprensión de las características y descubrimientos fundamentales de las Neurociencias, contextualizando la relación entre el aprendizaje y el cerebro finalizando con la unión de la aplicación de las TICs en el contexto educativo, al comprender el aspecto neurocientífico de algunas tecnologías que se utilizan en los escenarios educativos.

Conflicto: refiere a "una situación compleja que se define primero por una determinada estructura de las relaciones sociales. El conflicto puede enfrentar a individuos (conflicto interpersonal), a grupos (conflicto intergrupal), a organizaciones sociales (conflicto social) o a naciones (conflicto internacional)". "En el mismo orden de ideas a partir de definiciones de diversos autores, el conflicto es una marcada divergencia de interés, es una realidad socialmente creada y manejada comunicacionalmente que surge en el seno de un contexto socio histórico que afecta el significado y la conducta, y a su vez es afectado por esa realidad".

Desarrollo humano: plantea la necesidad de reconocer que la verdadera riqueza de las naciones remite a las personas, es decir, el desarrollo centrado en la gente. Esto quiere decir que los mecanismos para la construcción de la convivencia social implementados en los servicios sociales, deben facilitar que las personas habitantes de calle y en riesgo expresen con libertad su individualidad, su ser y su sentir, sus necesidades e intereses, pero también desarrollar las capacidades para la convivencia desde el lenguaje de la inclusión social. Nunca desde la exclusión o la estigmatización.

Dignidad humana: como valor fundante del ordenamiento jurídico, principio constitucional y derecho fundamental que: a) protege la autonomía individual; la posibilidad de diseñar un plan vital y determinarse según las propias características (vivir como se quiere). b) exige unas condiciones materiales de existencia (vivir bien). c) proclama la intangibilidad de los bienes no patrimoniales, integridad física e integridad moral (vivir sin humillaciones).

Escucha activa: Humberto Maturana dice que el lenguaje es una construcción simbólica que nos permite movernos en espacios públicos y privados. Sin embargo, muchas personas y comunidades no son escuchadas; su voz, sus saberes y sus experiencias no son reconocidas. Es por esto que, en cada una de las acciones de los cinco ejes, es necesario la construcción de espacios de escucha para que la población habitante de calle tomé voz y se comprenda sus necesidades y se construyan espacios que permitan mejorar sus condiciones de vida y transformar los entornos que habitan y que invisibiliza su voz. Espacios emancipadores de reafirmación, de aprendizajes colectivos y emprendedores que permitan dar voz a los sin voz.

Fuente de consulta:

Falco, M., & Kuz, A. (2016). Comprendiendo el Aprendizaje a través de las Neurociencias, con el entrelazado de las TICs en Educación. Revista Iberoamericana de Tecnología en Educación y Educación en Tecnología, (17), 43-51.

Secretaria distrital de integración social (2024). Manual de acuerdos para la convivencia y transformación de los conflictos en los servicios sociales. Alcaldía Mayor de Bogotá D.C.

RECURSOS:

Físicos:

- Parlante, micrófono, hojas de papel, Televisor, sillas, mesa, marcadores y lápices.

Humanos:

- Ciudadanos y ciudadanas de la comunidad de vida el Rosario y la profesional.

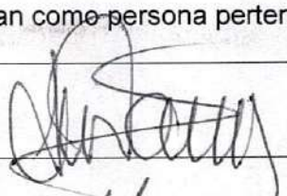
RESULTADOS:

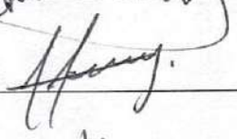
Cualitativos:

Durante el espacio los ciudadanos se mostraron receptivos y expectantes frente a la temática del día, por lo que su participación fue activa, pues, por medio de la reflexión y la transversalidad se busca potenciar las habilidades individuales de cada ciudadano en su proceso de desarrollo personal, en pro de reducir los factores de riesgo asociados al fenómeno de habitabilidad de calle.

Cuantitativos:

Se contó con la participación total de 20 ciudadanos, entre los cuales se encuentran:
2 mujer
18 hombres, entre los cuales 1 se identifican como persona perteneciente a la comunidad LGTBIQ+
Total: 20 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Herney Ortiz G

ANEXO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Movilizando cultura "Jornada de freestyle y trova"

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

Fecha: 09/02/2025

Comunidad de Vida el Rosario





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Movilizando cultura "Jornada de freestyle y trova"
4. Fecha: 09/02/2025
5. Hora: 2:00 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	59.835623	Lorena Guerrero	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	52766.328	Sandra Mejia	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1115104358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79879700	Ivan Cardenas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79239602	Fabio Barrero	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1020255586	Diego Romero	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	75079464	Andres Castañeda	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	7994083	Roberto Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80926713	JOSE ORTIZ	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1020115404	[illegible]	27	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	CC1026555E	Diego Armando Abreu	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	8226826	Jose Cebellos	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1020137478	Yormar Hernandez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	10532109	Omar Pantoja	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	6446	Arley [illegible]	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1013614532	VICTOR MONTES IVA	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	1020[illegible]	[illegible]	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	7545755	Eliecer Gomez Diaz	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	C.C	1033733815	David calvo	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	80117310	MANUEL PANTOJA	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Orozco
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 podré 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_ln_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 El Rosario		**FECHA:** 10-11-12-13-14-/02/2025	**HORA:** Inicio: 8:45 am Final: 11:30 am
ÁREA: Tallerista	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Andrés Figueredo Peñuela	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: huerta casera

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la conciencia sobre el buen manejo del suelo para poder conseguir una alimentación zana y el cuidado del medio ambiente sin explotar los recursos naturales y ayudar a la comunidad con alimentos para el consumo diario.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Desarrollar habilidades y capacidades agrícolas que puede ser de mucha ayuda en distintos campos que el ciudadano puede utilizar para la vida diaria en el manejo de distintas herramientas y los conocimientos que adquieren al utilizarlas.
- Generar los espacios colaborativos y de integración con los trabajos para el desarrollo de la huerta casera
- Mejorar el ideal de producción a los ciudadanos para que experimenten en sus labores propias de la huerta casera y que el espacio les de la seguridad de poder producir de forma accesible sus alimentos o para un posible comercio.

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo del taller agrícola huerta casera se llevara a cabo la metodología psico educativa, basados en la línea de atención 2 promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades con actividades transversales, por las que se dictaran actividades con teoría y en practicidad de lo aprendido durante las charlas o las sensibilizaciones que se otorgan y el dialogo que se puede fomentar durante las labores para retroalimentación de la teoría o las falencias que puedan tener en el tiempo que desarrollan los trabajos y con las diferentes herramientas que se utilizan para ejecutar de una manera adecuada cada acción dentro de las labores ejecutadas se utilizara solo herramientas mecánicas de la cual el participante puede desarrollar capacidades y habilidades que le pueden dar un desarrollo cognitivo aplicable en otras áreas.

Adecuación:
Se reúne a los participantes en el espacio, se les socializará los objetivos del taller, tanto de forma general como de forma específica para cada labor se les brindará asesoría para la ejecución de las actividades en las huertas de la comunidad de vida.
Se dispondrá desde el cuarto de herramientas la entrega adecuada y en condiciones para las diferentes labores de la huerta casera.

Etapa 1:
Empezar la jornada de huerta casera se firmará formato de asistencia al taller del día, se hará entrega de herramientas e insumos según las actividades a desarrollar dentro de la huerta, se brinda inducción y acompañamiento constante frente a las actividades parte del tallerista agro.

Etapa 2:
Se realizará supervisión y acompañamiento de las labores asignadas como, siembra, deshierba, aporque y abonado de la huerta casera donde se utilizarán las diferentes herramientas como son, azadones, pala de aporque, y carretilla, adquiriendo destrezas y habilidades en los trabajos ejecutadas a partir del aprender dentro de la labor con las especificaciones técnicas.

Etapa 3:
Terminada la jornada se realizará una ronda por el área verificando el cumplimento de las actividades asignadas, verificando que se hayan cumplido y dejando los espacios en completo orden y aseo, recogiendo y entregando herramientas limpias en el sitio adecuado, se les pregunta a los participantes

dudas y dificultades en la ejecución del taller, seguido se hace retroalimentación del ejercicio y recomendaciones según parámetros técnicos.

Reacondicionamiento:

Se les indica a los participantes dejar las zonas de trabajo libre de basura, áreas aseadas, seguido a esto se hace recepción de herramientas debidamente limpia y en óptimas condiciones para proceder a la desinfección de estas, luego se ubicarán en el área dispuesta para le recolección de herramientas.

TEMAS:

Huertas caseras

Una huerta casera es un espacio en el hogar donde se cultivan alimentos como verduras legumbres cereales entre otros se puede ubicar en un espacio bien determinado que nos puede ayudar con la luz del sol y el riego natural o manual que lo pueden hacer pocas personas, pero en forma constante a lo cual se puede aplicar en muchas zonas y con distintas alturas pues las variedades nos dan para diversificar nuestras huertas.

Clases de huertas

Existen varios tipos de huertas caseras entre ellas las de suelo elevadas, verticales, en macetas, colgantes, hidropónicas y en cajones.

- Huertas en suelo elevadas son todas aquellas que podemos disponer de la materia prima y trabajar todo el suelo disponible para montar los cultivos que sean necesarios para esto se organiza una elevación de tierra de 20cm aproximadamente.
- Huertas verticales son todas aquellas que se pueden realizar en un espacio reducido en área plana, pero si se puede utilizar una determinada altura y para esto se maneja destinos elementos como tubos, cajas, tarros y botellas ubicándolas en forma de escalas o una más arriba que la otra manejando distancias favorables al clima y capacidad de luz solar.
- Huertas en macetas estas se realizan en espacios serrados, pero con muy buen manejo solar y utilizamos macetas o recipientes porque no se puede tener tanta cantidad de suelo disponible para lo que se necesite.
- Huertas colgantes estas dependen de un soporte del que se colgaran una de las otras y estas pueden ser favorecidas por el riego de unas a las otras.
- Huertas hidropónica es un método d cultivo de plantas sin utilizar suelo sino una solución de agua y nutrientes que se puede trabajar con sustratos o tejidos inertes para mantener la planta.

Deshierba de la huerta

La deshierba de la huerta le da la seguridad de que por principio esta tendrá menos competencia por los elementos de las distintas fertilizaciones que realizamos y así tampoco dará esperadero alas plagas que pueden llegar a la huerta casera y que afectan con gran capacidad si se dejan avanzar las deshierbas siempre son parte importante de las huertas caseras.

Fertilización de la huerta

En las huertas siempre será necesario una fertilización constante muy conveniente después de cada deshierba puesto que nos dará un crecimiento y desarrollo más constante y rapidez de producción para lo cual debemos contar con disposición a estar en fertilizaciones sólidas y liquidas pues cada una aporta lo necesario a las plantas y estas a su vez mostraran sus necesidades de aquí se parte para que fitosanitariamente el cultivo puede ser más fuerte a cualquier plaga.

Aporque de la huerta

La huerta tiene unos tiempos para aporque, pero en distancia de tiempo no se puede medir con exactitud pues los cambios climáticos y las fuertes lluvias poder desboronar los aporques realizados con anterioridad por esto se recomienda hacer los aporques después de cada deshierba y fertilizada y así podemos definir que al movimiento de la tierra para los aporques sea con más frecuencia si las lluvias son fuertes.

Y así complementamos la protección del cultivo en su zona radicular que puede salir afectada en lluvias de grandes proporciones.

Control fitosanitario

Dentro de los cuidados que debemos tener con la huerta esta el control fitosanitario que se puede realizar de distintas formas y apuntando siempre a mantener las plantas en un estado optimo para no retrasar su crecimiento dentro de estas formas encontramos el control mecánico que podemos hacer con las deshierbas y luego encontramos un control manual que es el que hacemos cuando sacamos todos los tallos de las plantas afectadas y a este lo reforzamos con un control ya un poco mas amplio que es fumigación con este controlamos por mas tiempo y directo a las distintas plagas que pueden entrar en el momento o después de los otros controles para estos controles utilizamos una fumigadora de espalda que nos ayudara dentro de la labor.

Riego de la huerta

Un riego en huerta casera no demanda tanta cantidad puesto que las huertas caseras no son grandes exenciones de tierra para un solo cultivo si no que tenemos bastantes variedades en una zona determinada y que por su tamaño podemos hacer riegos con facilidad.
Pero si se debe hacer constante para no crear problemas en deshidratación de las plantas y resequedad del terreno a lo cual si se presenta es un gran problema y probabilidad de entrada de plagas y enfermedades con gran facilidad.

Fuente de consulta:

-https: //www.icbf.gov.co
-https://www.jappi.com.co
-https://www.leroymerlin.es

RECURSOS:

Físicos:

2 machetes, 3azadones, 2 palas, 80kilos de compost, 1 fumigadora de espalda.

Humanos:

Talleristas agro y ciudadanos.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Los ciudadanos garantizan una producción de alimentos para su comunidad libre de químicos y pesticidas aprendiendo que también se puede producir una línea limpia y ecológica para poder entrar al mercado.
- Aprenden a trabajar en equipo y a producir de forma responsable con el medio ambiente para poder utilizar los recursos naturales en cual quiera entorno.
- Establecen un ideal de cultivo de alimentos dentro de zonas que no sean grandes extensiones y que si puedan ser utilizadas para sacar producción en cadena para la cual puedan generar un sustento o una idea de comercio complementaria.

Cuantitativos:

- Lunes 10 de febrero participan 12 hombres y una mujer en la labor de deshierba de la huerta casera
- Martes 11 de febrero participan 12 hombres y una mujer en la finalización de la deshierba y comienzo de la fertilización.
- Miércoles 12 de febrero participan 12 hombres y una mujer en la fertilización solida con compost en la huerta
- Jueves 13 de febrero participan 12 hombres y una mujer finalizan la fertilización y el aporque de todo el cultivo.
- Viernes 14 de febrero participan 12 hombres y una mujer finalizan con el aporque y riego.

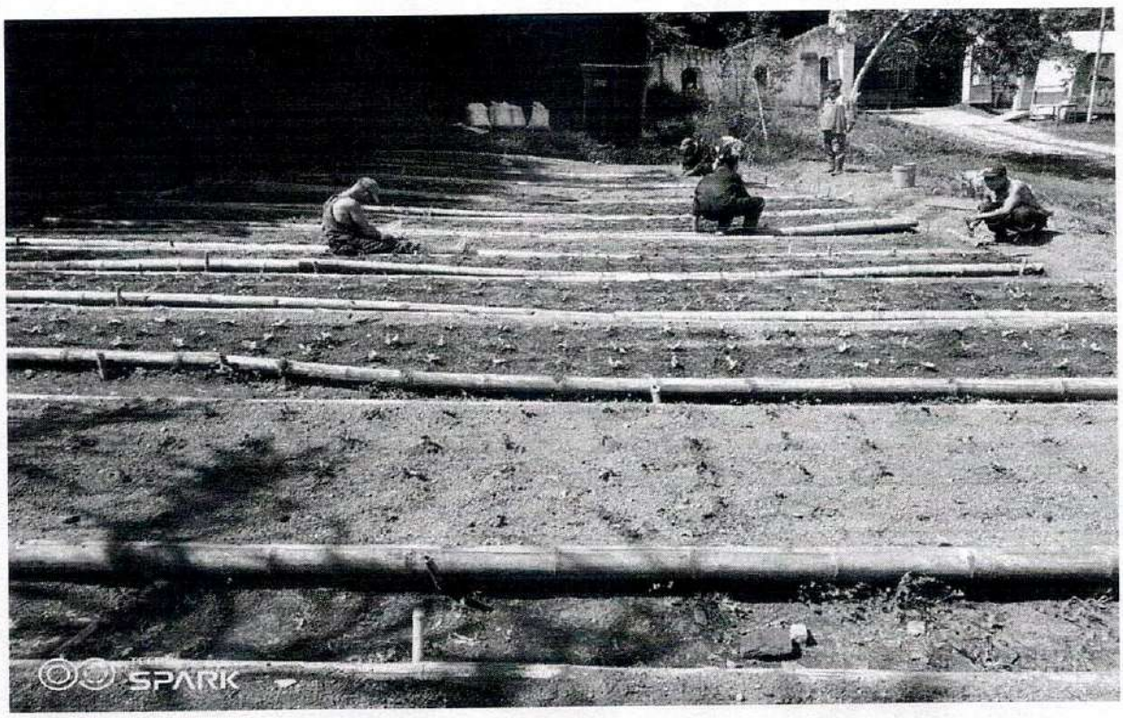
FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Hermey Díaz G

Registro fotográfico

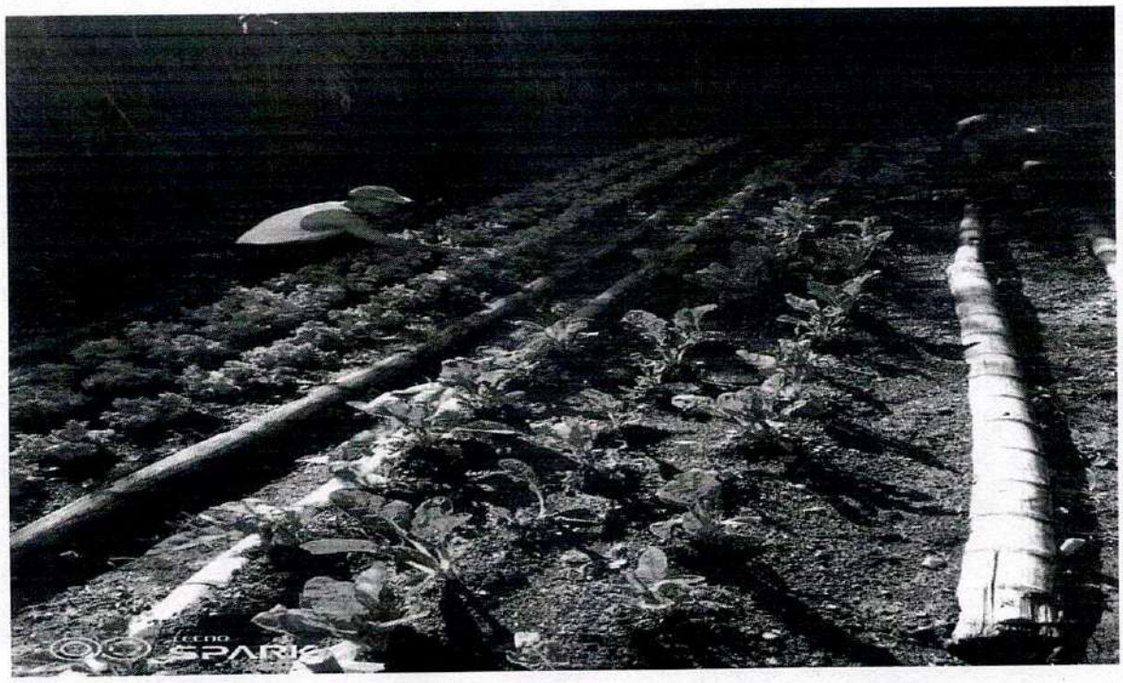
Nombre de actividad: huerta casera
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha: 10/02/2025
Tipo de actividad: Trasversal





Registro fotográfico

Nombre de actividad: huerta casera
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha: 11-12/02/2025
Tipo de actividad: Trasversal

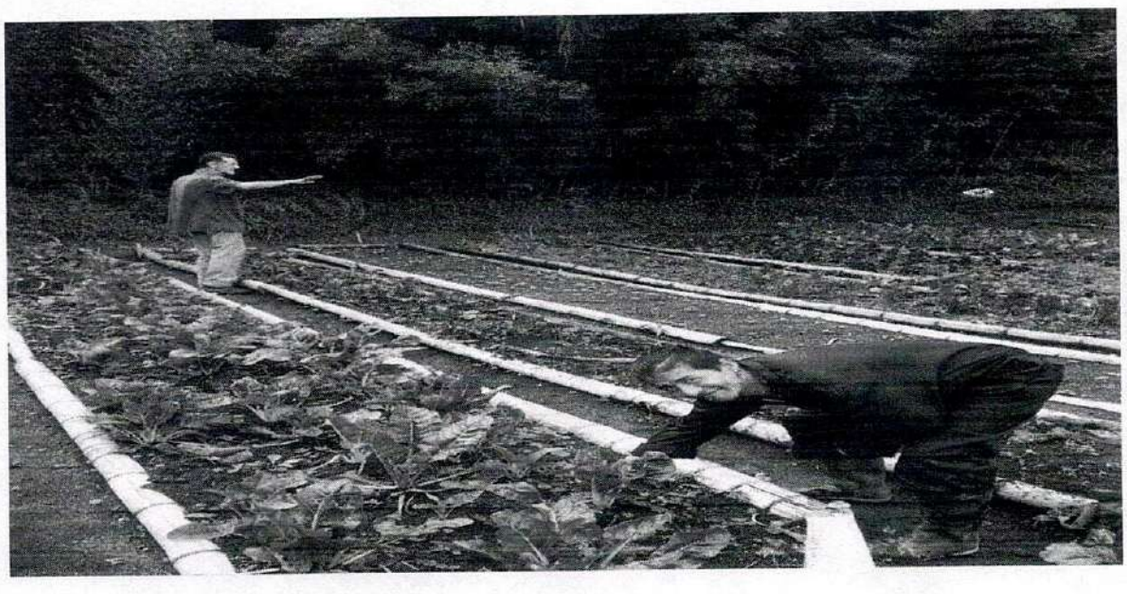




Registro fotográfico

Nombre de actividad: huerta casera
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha: 13-14/02/2025
Tipo de 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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida El Rosario

3. Tema / Actividad: Huerta Casera

4. Fecha: 10-02-2025

5. Hora: 8:45 AM

No.	6. Documento identificacion 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	1117578435	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79637892	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79769727	Helbert Guerra	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	7023946484	Juan Cabezas	24	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80904469	Michael Valencia	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	7179762640	Nelson Tapias	90	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80378873	Cesar Serrano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	39565631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80956655	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79480948	Edgar Rozo	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80897280	Jorge Beltran	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80946829	Manuel chaparro	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	7096675	wilson Neito	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Fraguela Pereda

14. Cargo o rol del responsable: Tecnologo Agro

15. Firma del responsable de la actividad:

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida El Rosario

3. Tema / Actividad: Huerta Casera | 4. Fecha: 11-02-2025 | 5. Hora: 8:45 AM

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 TELEFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1115784358	Alejandro Mo	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79631392	Juan Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X					1.41.54 F	
3	CC	79764127	Heiberth Guarín	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1023944489	Juan Calleja	29	No aplica	No aplica	No aplica			X					Calle y	
5	CC	80944169	Yichael Valencia	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1014626440	Nelson Tapias	30	No aplica	No aplica	No aplica			X					Nelson Tapias	
7	CC	80377373	Cesar Soriano	Sn	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	39565631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80766655	Gonzalo Zapata	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	19482048	Edgar Rizo	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edgar Rizo	
11	CC	80374981	Jorge Bethancourt	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80766821	Manuel Chacon	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	72096075	Wilson Neto	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Esparza Pereda | 14. Cargo o rol del responsable: Talentista Apoyo | 15. Firma del responsable de la actividad:

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
Version:	0
Fecha:	Memo I2024020296 - 25/07/2024
Página:	1 de 1

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida El Rosario
3. Tema / Actividad: Huerta Casera
4. Fecha: 12-02-2025
5. Hora: 8:45 AM

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	1115784358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79631392	Cesar Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79769127	Hobert Garcia	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1023946489	Juan Callejas	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80906469	Michael Valencia	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1079926640	Nelson Tapias	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80173873	Cesar Serrano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	39565637	Sandra Reyes	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80956555	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79682048	Edgar Rico	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80374801	Jorge Beltran	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80746827	Manuel Chaparro	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	72046075	Wilson Nieto	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Figueredo Pescador
14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Apoyo
15. Firma del responsable de la actividad:

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida El Rosario
3. Tema / Actividad: Huerta Casera
4. Fecha: 13-02-2025
5. Hora: 8:45 AM

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	1115184358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79631392	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79769127	Hilbert Guerra	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1023946484	Sara Calderas	24	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	8904469	Richard Valencia	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1019262640	Nelson Tapias	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	86373873	Cesar soriano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	39565631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80956655	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79480048	Edgar Rozo T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80374801	Jorge Beltran	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80146821	Marcel Chaparro	40	Nelson	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1020960115	Wilson Nieto	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Figueredo Peña
14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agro
15. Firma del responsable de la actividad:

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida El Rosario

3. Tema / Actividad: Huerta casera

4. Fecha: 14-02-2025

5. Hora: 8:45 AM

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 TELEFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	cc	1115786358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			x						
2	cc	7463392	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			x						
3	cc	79769927	Hebert Becerra	47	No aplica	No aplica	No aplica			x						
4	cc	1023244489	Sara Callejas	29	No aplica	No aplica	No aplica			x						
5	cc	80904469	Michael Valencia	39	No aplica	No aplica	No aplica			x						
6	cc	1019262460	Nasantapias	30	No aplica	No aplica	No aplica			x						
7	cc	80373873	Cesar Soriano	54	No aplica	No aplica	No aplica			x						
8	cc	3956637	Santos Reyes	65	No aplica	No aplica	No aplica			x						
9	cc	80956655	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			x						
10	cc	19482048	Edgar Rizo T	60	No aplica	No aplica	No aplica			x						
11	cc	80374807	Jorgen Beltran	53	No aplica	No aplica	No aplica			x						
12	cc	80146827	Manuel Chaparro	40	No aplica	No aplica	No aplica			x						
13	cc	72096015	Luis Gonzalo	57	No aplica	No aplica	No aplica			x						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Figueredo Peñuela

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agro

15. Firma del responsable de la actividad:

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 El Rosario	**FECHA:** 10/02/2025	**HORA:** INICIO:08:45 am FINAL: 10:00 am
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Yeimy Lorena Guevara

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Mi rincón de lectura

OBJETIVO GENERAL:
Propiciar espacios significativos de expresión emocional a través de la lectura, de tal manera que se fomente el desarrollo de habilidades sociales y se aporte a la sana convivencia.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover en los ciudadanos de La Comunidad de Vida El Rosario interés hacia la lectura y el análisis de textos literarios para fortalecer habilidades sociales básicas
- Favorecer la expresión de sentimientos y emociones por medio de lecturas en los cuales los ciudadanos logren el continuo fortalecimiento de su desarrollo personal

METODOLOGÍA:
Se llevará a cabo el grupo de interés a través de una metodología psico educativa, la cual esta orientada al desarrollo de capacidades personales a través de la lectura, por lo anterior se generará con base a la línea de atención IV dinamización de la atención basada en comunidad de vida, con los y las ciudadanas que deseen asistir al espacio.

- **Adecuación:** Se adecuará un espacio en la la biblioteca con sillas se organizara el entorno de forma idónea para el desarrollo de la actividad a realizar, posterior a esto, en apoyo con el área de promotoría se solicitará a los y las ciudadanas su asistencia al grupo de interés, se indica a los asistentes que se leerá algunas página del libro "inteligencia emocional" del autor Daniel Goleman.
- **Primer momento:** Se dará la bienvenida a los y las asistentes, se explicará el objetivo del espacio, haciendo énfasis en la expresión de emociones y sentimientos por medio de la lectura se espera participación de todas los y las ciudadanas, lo cual se explica a la población. Para los nuevos asistentes se indica la introducción al grupo de interés, y la lectura del libro "Inteligencia emocional" escrito por Daniel Goleman, el cual hace referencia a "un verdadero fenómeno editorial que no solamente revolucionó el concepto de inteligencia, sino que agregó una nueva expresión a nuestro vocabulario cotidiano y cambió el modo en que percibimos la excelencia personal. ¿Por qué algunas personas parecen dotadas de un don especial que las permite vivir bien aunque no sean las que más se estacan por su inteligencia? ¿por qué no siempre el alumno más inteligente termina siendo el adulto que más éxito tiene en el trabajo? ¿Por qué algunos son más capaces que otros de enfrentar contratiempos, superar obstáculos y ver las dificultades bajo una óptica distinta?".
- **Segundo momento:** Se indicará a los y las participantes que con este libro se proyecta realizar la lectura total del mismo, para crear un espacio con reflexiones generadas por parte de los y las ciudadanas. Posteriormente se indicará a los participantes que se brindará un espacio de conclusiones finalizada la lectura de los capítulos emitida por los asistentes, donde se permitirá un tiempo limitado de intervención por cada ciudadano.
- **Tercer Momento:** Se generará la lectura del libro. Para lo anterior se indicará a los asistentes que se realizara por medio de una ronda de lectura voluntaria y el análisis será para todos los que deseen realizarlas, se cierra el espacio con una reflexión respecto a la lectura y recogiendo las apreciaciones de los asistentes, adicionalmente se les indica que se continuara con la lectura en el siguiente grupo de interés.
- **Reacondicionamiento del espacio:** Se solicitara a los participantes la colaboración para la organización del espacio y la ubicación de las sillas.

TEMAS:
Inteligencia emocional
¿Qué es la inteligencia emocional según Daniel Goleman?
La inteligencia emocional es la **capacidad de reconocer las emociones** – tanto propias como ajenas – y de gestionar nuestra respuesta ante ellas. La podemos definir como el conjunto de habilidades que permiten una mayor **adaptabilidad de la persona ante los cambios. También tiene que ver con la confianza y seguridad en uno mismo, el control emocional y la automotivación** para alcanzar objetivos. **Comprender**

los sentimientos de los demás, **manejar las relaciones y tener poder de influencia** es básico para conseguir cambios positivos en el entorno.

Una emoción provoca una acción, una respuesta. Habitualmente, ante determinadas emociones, nuestra respuesta suele ser automática, o lo que es lo mismo: una reacción ante un estímulo. Lo que dice la inteligencia emocional es que es posible responder en lugar de reaccionar. Es decir, **introduce el concepto de *gestión* de la respuesta ante un estímulo.**

Una emoción se produce como respuesta ante algo que nos sucede. En primer lugar, nos damos una explicación de lo que ha pasado (pensamiento) e inmediatamente tenemos una **reacción fisiológica (emoción).**

No podemos elegir tener o no una emoción, ya que es algo que pasa al margen de nuestra voluntad. Lo que sí podemos decidir es lo que queremos hacer con ella. Las emociones **tienen una carga energética considerable**, lo cual nos impulsa hacia la acción. Podemos decir que las emociones son el puente entre el pensamiento y la acción. Y nuestras acciones determinan nuestros resultados, configurando estos nuestra vida. Por lo tanto, si somos capaces de elegir nuestras acciones, **es más que probable que obtengamos resultados diferentes.**

La inteligencia emocional también resulta útil para mejorar nuestras relaciones con los demás. Y a mejores relaciones, mejor vida. Está demostrado que **las personas con una inteligencia emocional elevada tienen**

¿Quién es Daniel Goleman?

Si hablamos de inteligencia emocional, el autor de referencia del que debemos hablar es **Daniel Goleman**. Su libro, "Inteligencia Emocional", supuso toda una revolución al aportar pruebas científicas acerca de la influencia que tienen las emociones en nuestra vida.

Goleman sostiene que las competencias emocionales se dividen en dos categorías: intrapersonales e interpersonales. Las primeras se refieren a la relación que establecemos con nosotros mismos y la segunda a las relaciones que tenemos con los demás. **Todo empieza por uno mismo**. Es difícil de creer que alguien que se lleva mal consigo mismo pueda tener buenas relaciones con los demás.

Daniel Goleman es un reconocido psicólogo y conferenciante. En 1995 publicó «Emocional Intelligence», que estuvo en la lista de *bestsellers* del New York Times durante un año y medio, vendiendo más de cinco millones de copias en todo el mundo.

Nacido y criado en California, estudió antropología en la Universidad de Massachusetts para obtener posteriormente el doctorado en la Universidad de Harvard. Estuvo trabajando como redactor de la sección de ciencias de la conducta y del cerebro en el famoso diario New York Times y fue profesor de psicología durante muchos años.

Además, fue cofundador de la Sociedad para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional en el Centro de Estudios Infantiles en la Universidad de Yale. **La misión de la asociación era ayudar a las escuelas a introducir cursos de educación emocional.**

¿Para qué sirve la inteligencia emocional?

El pensamiento occidental, lógico-racional, no cree tanto en el cambio como en la seguridad que ofrece el conocimiento y la experiencia para controlar el futuro. Desde esta perspectiva, lo más importante son:

- **Las conductas** (no las emociones)
- **Los conocimientos** (no lo intuitivo)
- **Los resultados** (no los procesos)

El aprendizaje se basa, principalmente, en la repetición de **asociaciones entre conductas y resultados** que nos han beneficiado en el pasado, evitando aquellas negativas.

Este modelo de aprendizaje es esencial para la supervivencia de cualquier especie y, en el caso del ser humano, fundamental en sus primeros años de vida. Para **modelar su conducta, los adultos utilizarán la recompensa o el castigo.**

En muchas empresas también se emplea la **motivación externa**. Por ejemplo, se puede incentivar a los empleados para que alcancen sus objetivos a través de una bonificación salarial. De esta forma, siguiendo el pensamiento causa-efecto, si la conducta (A) del empleado le lleva a alcanzar resultados (B), obtendrá una compensación (C). Si la persona no llega a los resultados planificados, no obtendría compensación.

En este contexto, la **complejidad del ser humano en un entorno globalizado y tecnológico** ha desestabilizado este sistema lineal de estímulo-respuesta. Esto ha provocado que disciplinas como la psicología o la neurociencia hayan dirigido su interés hacia lo que nos provoca conflicto **(el cambio)** y su catalizador: las **emociones**.

Importancia de la lectura

La lectura estimula el desarrollo de diversas áreas cognitivas y funciones ejecutivas del cerebro, tales como la memoria, el lenguaje, la planificación, la flexibilidad cognitiva, mejora la atención sostenida, e incide positivamente en el desarrollo de la teoría de la mente, la empatía y la toma de decisiones.

Leer consiste en descifrar el código de la letra impresa para que ésta tenga significado y, como consecuencia, se produzca una comprensión del texto. Dicho de otro modo, leer es un esfuerzo en busca de significado; es una construcción activa del sujeto mediante el uso de todo tipo de claves y estrategias (Defior, 1996). Cuando se lee un texto se construye una representación de su significado guiado por las características del mismo -letras y palabras- (Alonso Tapia y Carriedo, 1996) y ello conduce a la comprensión.

Desde el punto de vista cognitivo, una buena competencia comprensiva permite a las personas desarrollar sus capacidades y funciones de procesamiento de la información. Desarrolla su imaginación, y en su dimensión aplicada en el estudio, comprender adecuadamente le permite seleccionar la información, valorarla, resumirla, clasificarla, distinguir lo fundamental de lo secundario, almacenarla en su memoria a largo plazo en

forma de esquemas de conocimiento, que posteriormente será mejor recordada en forma de conocimientos previos, porque su almacenamiento se ha producido con significación y comprensión.

Expresion emocional y lectura

La lectura cumple un rol significativo en el desarrollo socio-emocional de las personas más allá de su relevante papel sobre las competencias cognitivas y académicas.

Leer permite realizar una interpretación personal de lo transmitido en el texto. Los sentimientos de empatía que surgen hacia los personajes de una historia fomentan un proceso de identificación relacionado con el pensamiento emocional y narrativo de la persona (Smorti, 1994; Bruner 1986, 1990).

La lectura es un proceso abierto de interacción entre texto y lector o "intertexto lector", un espacio de interacción entre las aportaciones del texto, el pensamiento y las creencias de la persona que lo lee (Mendoza, 2001, 2004, 2005, 2006).

Es decir que la aportación esencial de un libro va más allá de su contenido y de la intención del autor, ya que depende también de la percepción y experiencia del lector. El resultado es único en cada caso y depende de la posibilidad de interpretar y asumir lo leído desde la perspectiva personal del lector.

Leer también es una beneficiosa actividad de ocio en sí, proporciona un medio con el que distraerse, ampliar conocimientos y, en algunas ocasiones, encontrar nuevas formas de afrontar y resolver circunstancias personales.

A menudo se tiende a ver en la lectura sólo como una ocasión de aprendizaje, conocimiento y adquisición de competencias, minimizando su importante papel en la construcción de la subjetividad de la persona (Petit, 2001).

Por esta razón, en la educación reglada por la que todos pasamos, se establecen unos textos de lectura obligatoria, enfocados a proporcionar una base cultural y de valores compartidos en una sociedad. Por otro lado, esta base socialmente reglada puede restringir la posibilidad de elección, pudiendo afectar a la percepción de la lectura, especialmente en alumnos sin un hábito lector proactivo.

Fuente de consulta: https://www.librerianacional.com/359238/p?srsltid=AfmBOopOAtbZAQpXq-EXYaRT71C1KlW7IKHv9AaP805oh7pmwC-V-R2I

https://www.iebschool.com/blog/liderazgo-inteligencia-emocional-coach-management/

Psico 360: Centro de Psicología (Sin Fecha) *La importancia de la lectura en el desarrollo cognitivo.* Recuperado de: https://psico360.com/importancialecturadesarrollocognitivo/

https://psisemadrid.org/el-papel-de-la-lectura-en-el-desarrollo-socio-emocional/

RECURSOS:

Recursos físicos: Sillas, libro ser feliz el Alaska mentes fuertes contra viento y marea en digital

Humanos: Profesionales en psicología, ciudadanos y ciudadanas.

RESULTADOS

Cualitativos: La implementación de este espacio de lectura permitió generar un ambiente propicio para la expresión emocional y la reflexión, logrando que los participantes de la Comunidad de Vida El Rosario desarrollaran un mayor interés por la lectura y el análisis de textos literarios. A través del capítulo *¿Para qué son las emociones?* del libro *Inteligencia Emocional* de Daniel Goleman, los ciudadanos pudieron identificar la función y el impacto de sus emociones en la vida cotidiana, facilitando así el fortalecimiento de habilidades sociales básicas como la comunicación asertiva, la empatía y la resolución de conflictos.

Además, se evidenció una mayor disposición para compartir experiencias personales relacionadas con el contenido del texto, lo que promovió la interacción grupal y el aprendizaje colaborativo.

Asimismo, el espacio permitió que los participantes exploraran y verbalizaran sus sentimientos y emociones en un entorno seguro y de confianza, favoreciendo su desarrollo personal. Las reflexiones generadas en torno a la lectura posibilitaron la toma de conciencia sobre la importancia del manejo emocional en la convivencia y en la construcción de relaciones saludables. Como resultado, se observó un incremento en la participación activa y en la capacidad de los ciudadanos para expresar sus pensamientos y emociones de manera estructurada, promoviendo así una cultura de diálogo y respeto dentro de la comunidad.

Cuantitativo: Se contó con la asistencia de 11 ciudadanos y ciudadanas, de este grupo 1 se reconoce como mujer y 10 como hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Yeimy Lorena Quevara

FIRMA COORDINADOR:

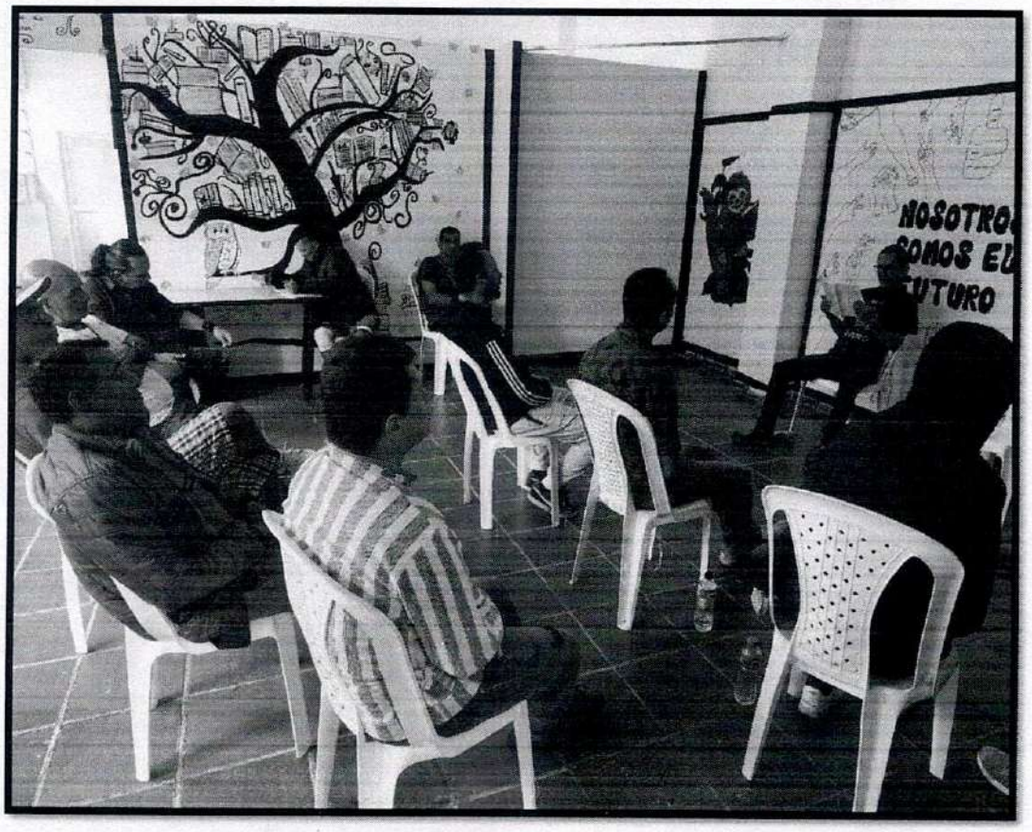
NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz S

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Nombre de la actividad: Mi rincón de lectura
Línea de atención IV: dinamización de la basada en comunidad.
Fecha: 10/02/2025

Grupo de interés





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Mi rincon de lectura | 4. Fecha: 10/02/2025 | 5. Hora: 08:45 am.

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	52379788	Maria Cristina S.	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1026558[illegible]	DIEGO RONALDO	36	No aplica	No aplica	No aplica			X					DIEGO	
3	CC	5.824.830	ALEXANDER VILLA	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					ALEXANDER VILLA	
4	CC	79[illegible]	Alejandro Villamizar	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	71147671	Hector Cortes	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	C.C.	79685313	ERICK NIETO	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	72169302	RICARDO CARRASQUILLA	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79800459	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	8[illegible]	RAFAEL TRIANA	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					RAFAEL	
10	CC	80729009	JHON RAMIREZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					JHON RAMIREZ	
11	CC	91'428.2[illegible]	JAIRO BENAVIDES	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12																
13																
14				0												
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Yenny Lorena Quevedo | 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 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 EL ROSARIO	**FECHA:** 10/02/2025	**HORA:** Inicio: 10:30 am Final: 12:00 pm
ÁREA: TERAPIA OCUPACIONAL	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Lorena Guevara

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Política Pública Distrital para el Fenómeno de Habitabilidad en Calle

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la comprensión y apropiación de la Política Pública Distrital para el Fenómeno de Habitabilidad en Calle del 2015, promoviendo el conocimiento de los derechos, beneficios y oportunidades que esta ofrece, para fortalecer el proceso de inclusión social y el ejercicio de la ciudadanía

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover el reconocimiento de los derechos y deberes de las personas en el proceso de transición de calle.
- Desarrollar habilidades de pensamiento crítico mediante actividades lúdicas que permitan analizar cómo la política puede ser una herramienta de transformación.
- Generar un espacio de reflexión donde los participantes puedan expresar sus experiencias y expectativas en relación con el acceso a los servicios y programas que ofrece la política

METODOLOGÍA:
Se establece una metodología psico educativa, la cual consiste en darles la posibilidad de reflexionar a partir del pensamiento crítico y creativos, aspectos de los roles ejercidos por ellos en su habitabilidad en calle; como el reconocimiento de sus deberes y derechos enmarcados en la Política Publica del fenómeno de habitabilidad en calle. combinando estrategias de aprendizaje significativo, ludopedagogía y reflexión crítica, a través de actividades dinámicas y juegos de roles, se facilitará la apropiación de los conceptos de la política pública, conectándolos con la realidad de los participantes. Lo anterior con base a la línea de atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación:
Como primera medida se le pedirá a los ciudadanas y ciudadanos de la comunidad de vida, que se reúnan en el lugar de encuentro (comedor), con el fin de explicar la dinámica de de cada una de las actividades a realizar dentro del taller, se usaran elementos como papel, mesas, marcadores y papel craff, en compañía del equipo de promotoría se realizara el llamado a los y las ciudadanas que deseen participar del espacio.

Primer momento:
Se iniciará con una actividad rompehielos llamada "El Viaje de la Vida", donde cada participante dibujara en una hoja una línea del tiempo con momentos clave de su vida, destacando desafíos y logros. Luego, en parejas, comparten su historia y reflexionan sobre cómo han cambiado con el tiempo. Esta actividad permite generar confianza y reconocer el valor de su proceso de cambio.

Segundo momento:
Se realizará una dinámica en la que se divide a los participantes en grupos. Cada grupo recibirá fragmentos de la política pública (simplificados y adaptados en lenguaje claro) y debe construir un "Mapa de los Derechos" en papel craff, identificando los beneficios y apoyos que ofrece la política en áreas como salud, vivienda, educación, empleo y participación ciudadana. Luego, cada grupo socializa su cartel y se discutirán dudas. Se creará un escenario de juego de roles en el que los participantes asumen diferentes identidades (una persona en proceso de inclusión, un funcionario público, un empleador, un trabajador social, etc.). Se les presentaran situaciones problemáticas (por ejemplo, buscar atención en salud, acceso a un hogar de paso o ingresar a un programa de formación) y deben actuar según lo aprendido sobre la política pública. Al finalizar, se analiza en grupo cómo aplicar estos conocimientos en la vida real.

Tercer momento:
Los participantes escribirán en tarjetas sus compromisos personales para aprovechar los recursos y programas disponibles en la política pública. Luego, en un papel craff se pegan estos compromisos, siendo el título **"**Mi Camino hacia la Inclusión", donde se colocan estas tarjetas y se expresan mensajes de motivación. Se cierra con una reflexión grupal y una frase de despedida en círculo, promoviendo el sentido de comunidad y apoyo mutuo.

Reacondicionamiento del espacio:
Se solicitará a los ciudadanos la organización de los espacios utilizados para el desarrollo del taller y se realiza recolección de los materiales.

TEMAS:
Política Pública para El Fenómeno de Habitabilidad en Calle
Decreto / Acuerdo reglamentario: Decreto 560 de 2015
Vigencia de la política: 2015 a 2025
Entidad / Instancia rectora: Secretaría Distrital de Integración Social
Conceptos claves: Habitabilidad, fenómeno social, dignificación, resignificación, desarrollo humano.
Enfoques: Derechos, Territorial Diferencial y Género.
Principios: Dignidad, Igualdad, Titularidad de derechos, Efectividad de Derechos, Diversidad, Equidad, Participación Social, Universalidad, Progresividad, Gradualidad, Autonomía Personal, Intersectorialidad y Transectorialidad, Corresponsabilidad.
Objetivo General: La política pública para habitantes de calle, está orientada a "Resignificar el Fenómeno de la Habitabilidad en Calle en Bogotá, por medio de la implementación de acciones estratégicas integrales, diferenciales, territoriales y transectoriales, orientadas al mejoramiento de la convivencia ciudadana y la dignificación de los Ciudadanos y Ciudadanas Habitantes de Calle, en el marco de la promoción, protección, restablecimiento y garantía de sus Derechos, que contribuyan a su inclusión social, económica, política y cultural, así como a la protección integral de las poblaciones en riesgo de habitar la calle".
Algunos conceptos básicos relacionados con el fenómeno de habitabilidad en calle, son los siguientes: *Personas en riesgo de habitar la calle: personas que, por circunstancias de fuerza mayor o de manera voluntaria, permanecen en calle entre uno (1) día y hasta siete (7) días. *Personas en alto riesgo de habitar la calle: personas que permanecen entre ocho (8) días y hasta tres (3) meses en calle, desarrollando hábitos de vida en calle. *Habitantes de calle transitorios: personas que permanecen por tres (3) o más meses y hasta un (1) año en situación de calles. *Habitantes de calle permanentes: personas que permanecen por más de un año en situación de calle con factores de permanencia y reincidencia arraigados. *Habitabilidad en calle: según la ley 1641 de 2013 "hace referencia a las sinergias relacionales entre los habitantes de calle y la ciudadanía en general; incluye la lectura de factores causales tanto estructurales como individuales". *Prevención del fenómeno de habitabilidad en calle: se define como la implementación de estrategias y acciones que buscan una protección integral para todas las poblaciones en riesgo de habitar la calle, haciendo énfasis en los niños, las niñas, las adolescentes, las adolescentes, las jóvenes y los jóvenes en alto riesgo, con miras a brindar herramientas y oportunidades que permitan contemplar diversas alternativas que mejoren su calidad de vida, fomenten el autocontrol y permitan la resistencia colectiva ante las diferentes presiones y sistemas sociales que permiten o impulsan a las personas hacia una vida en calle; así como estrategias para abordar los riesgos asociados a los ámbitos individual, familiar, comunitario y social, en el marco del respeto por la libertad y autonomía en la construcción de los diversos proyectos de vida. de acuerdo a la naturaleza, condiciones y características de las estrategias que se pongan en marcha para alcanzar este objetivo, la prevención puede ser de tipo: universal, cuando es dirigida al universo de la población o un grupo; selectiva, dirigida a un subgrupo de la población que tiene mayor riesgo, e indicada, que se dirige a un grupo específico que ya presenta alta permanencia en calle donde se busca la reducción de los riesgos y daños relacionados con el fenómeno.
*Mitigación de riesgos y reducción del daño: teniendo en cuenta la relación del fenómeno con el tema del consumo de sustancias psicoactivas se retoman las definiciones ofrecidas por la política pública para la atención y prevención del consumo y la vinculación a la oferta de sustancias psicoactivas en Bogotá. *Superación de la habitabilidad en calle: hace referencia al abandono asistido, acompañado y voluntario de las formas de habitabilidad en calle que la persona considera problemáticas y que interfieren con su proyecto de vida, construyendo otras formas de relacionarse e interactuar con la calle en el marco de la garantía de sus derechos. *Resignificación del fenómeno de habitabilidad en calle: sugiere la revisión de las significaciones socialmente construidas en torno a la habitabilidad en calle, así como de las condiciones que lo propician y las relaciones de poder, para promover cambios en los imaginarios estigmatizantes, discriminadores y excluyentes sobre esta población y la resolución de los conflictos que se dan entre los diversos actores vinculados al fenómeno. Por lo tanto, resignificar la habitabilidad en calle, implica transformar los imaginarios y las representaciones de los sujetos que la habitan, transformando las relaciones de poder que han sido naturalizadas y que impactan no sólo a quienes ya han asumido la habitabilidad en calle, sino también, a las poblaciones en riesgo de iniciarla. *Dignificación de los ciudadanos y las ciudadanas habitantes de calle: dignificar la habitabilidad en calle implica siempre reconocer que es una decisión libre de las personas y que por ende se debe respetar su autonomía y la posibilidad de asumirla como un estilo de vida, siempre y cuando sea una decisión voluntaria. Desde esta postura, es importante entender que, dignificar la vida de las ciudadanas y los ciudadanos habitantes de calle implica la realización y garantía de sus derechos, desarrollando las acciones para que ninguna persona esté en calle en contra de su voluntad y la que así lo decida pueda contar con las oportunidades para mantener su lugar como ciudadana o ciudadano sujeto de derechos en el marco de la dignidad humana.

ROLES DESEMPEÑADOS POR UNA PERSONA ADULTA:

1. ROL SOCIAL: La teoría del Rol, también denominada *función social* ha sido desarrollada principalmente en Estados Unidos. Esta teoría establece que toda persona que participa en una determinada situación social se enfrenta a unas expectativas específicas que exigen de ella unas respuestas concretas. Cada situación posee importantes mecanismos de presión para asegurar que estas respuestas sean apropiadas al igual que cada ámbito de la vida en sociedad presenta expectativas diferentes. Los roles, por tanto, son **creaciones sociales**, la forma como se relacionan los individuos y las instituciones, que también son otra creación social. Asimismo, las principales

instituciones son la familia, la educación, la religión, la política (el estado) y la economía. Estas instituciones sociales poseen unas normas implícitas (unas pautas de comportamiento) que los individuos aceptan y asimilan, ya que si no siguen estas pautas, pueden ser rechazados o, incluso, expulsados del grupo. Es, por tanto, necesario explicar la relación existente entre las normas y los roles: las normas regulan el comportamiento de los individuos y hacen referencia tanto a prescripciones como a proscripciones. Estas normas de comportamiento emanan de las instituciones y son los individuos quienes legitiman su valor moral y quienes las respetan y cumplen para evitar el rechazo del grupo y/o la exclusión. Tres tipos de comportamiento derivan de las normas:

- ✓ Comportamiento exigido
- ✓ Comportamiento permitido
- ✓ Comportamiento prohibido

2. ROL FAMILIAR: Cuando hablamos de **rol familiar** estamos hablando del papel que cada uno de nosotros realizamos dentro de la familia, es decir, papel de padre, papel de madre, papel de hijo o hija... Cada uno de estos papeles tiene funciones. Sin importar **cómo** esté constituida, es innegable, el importante papel que desempeña la **familia** en la sociedad, especialmente como transmisora de normas, valores, cultura, entre otras cosas.

3. ROL ESPIRITUAL: La práctica de una religión puede Incluir rituales, sermones, conmemoraciónoveneración(auna deidad, dioses o diosas), sacrificios, festivales, festines, trance, iniciaciones, oficiosfunerarios, oficiosmatrimoniales, meditación, oración, música, arte, danza, ser vicio comunitario u otros aspectos de la cultura humana.

4. ROL LABORAL: Para todo aquel que desconozca **qué es un rol de trabajo**, este consiste en un concepto que comprende las tareas específicas a realizar en un entorno laboral a fin de asegurar la productividad y resultados del resto del equipo. Entre los muchos beneficios del rol de trabajo se cuentan la comprensión de la propia identidad de la empresa, potenciar los puntos fuertes y débiles de cada empleado a fin de **confeccionar el rol perfecto para cada trabajador** o, en definitiva, un trabajo mucho más eficaz basado en la comunicación, la productividad y la eficiencia.

5. ROL POLITICO: La primera, refiere a la capacidad de un grupo para movilizar fuerzas sociales, para imponer sus intereses particulares a toda la sociedad.

FUENTES:

https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/politicas-publicas/lidera-sdis/politica-publica-habitabilidad-en-calle

https://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/11005partsocialmay.pdf

https://es.wikipedia.org/wiki/Rol_social

https://www.google.com/search?q=roles+de+un+adulto+joven&rlz=1

https://www.bizneo.com/blog/roles-en-un-grupo-de-trabajo/

RECURSOS:

Físicos:

- Sillas, mesas, papel craff, lápices, hojas blancas, lápices, marcadores, colores, cinta pegante.

Humanos:

- Ciudadanos y ciudadanas asistentes, promotor social, equipo psicosocial.

RESULTADOS

Cualitativos: Como resultado de las acciones implementadas, se evidencio un mayor reconocimiento por parte de los participantes sobre sus derechos y deberes en el proceso de transición de calle. A través de estrategias pedagógicas y actividades lúdicas, se fortaleció la comprensión de la Política Pública Distrital para el Fenómeno de Habitabilidad en Calle del 2015, permitiendo que las personas identifiquen los beneficios y oportunidades disponibles para su proceso de inclusión social. Asimismo, se fomentó el desarrollo del pensamiento crítico, lo que les permitió analizar la política no solo como un marco normativo, sino como una herramienta para la transformación de su realidad, generando una actitud más proactiva frente a la gestión de sus derechos y el acceso a los servicios.

Además, los espacios de reflexión promovieron la construcción colectiva de conocimiento a partir de las experiencias individuales de los participantes, lo que facilitó el intercambio de percepciones sobre la efectividad de la política en su vida cotidiana. Durante estos encuentros, se generaron diálogos significativos que permitieron identificar barreras y oportunidades en el acceso a los programas de atención, fortaleciendo así la capacidad de los participantes para incidir en su propio proceso. Tambien se proyecta un incremento en la motivación para vincularse a iniciativas de acompañamiento institucional, demostrando un avance en la apropiación de la política pública.

Cuantitativos: Se conto con la asistencia de 15 ciudadanos y ciudadanas, de los cuales 2 se identifican como mujeres y una de ellas hace parte de los sectores LGBTI, mientras 13 se identifican como hombres heterosexuales.

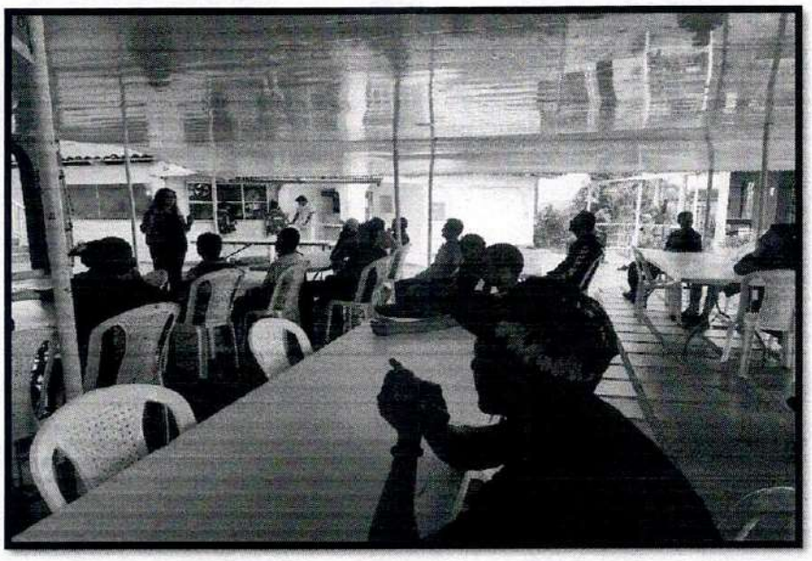
FIRMA DEL RESPONSABLE: Yeimy Lorena Quessoz

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Yerney Díaz G

Registro fotográfico

Nombre de la actividad: Política Pública Distrital para el Fenómeno de Habitabilidad en Calle
Línea de atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida,
Fecha: 10/02/2025
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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Politica Publica Distrital para el fenomeno de habitabilidad en calle.

4. Fecha: 10/02/2025

5. Hora: 10:30 am.

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	1032	Shantal Ramirez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	7463	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC.	91.278.255	Jaled Benavides H.	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	39565631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	5.874.830	ALEXANDER VILLA	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1014	SHONNY ESPITIA	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1115	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79884	Alejandro Villamil	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	7920960	Fabio bareño	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	8097	Jose ortiz sierra	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1023	Juan Sebastian Calle	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1014	Arley Arenas	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1948	Edgar Rizo T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	102	Diego Nombre	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1053	Omar Bonilla	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Yenny Lorena Oliveros

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 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_tr_03_v2_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 el Rosario	**FECHA:** **10/02/2025**	**HORA:** Inicio: 10:30 am Final: 12:00 pm
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Nubia Rojas Motta

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PATCHWORK – ELABORACION DE MONEDERO I

OBJETIVO GENERAL:
Elaborar monederos funcionales y decorativos utilizando la técnica patchwork, combinando creatividad, reciclaje de materiales textiles y desarrollo de habilidades manuales.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Diseñar patrones y plantillas para la creación de monederos, adaptados a la técnica patchwork.
- Seleccionar y reciclar materiales textiles (retazos de tela, hilos, cierres, etc.) para la elaboración de los monederos.
- Aplicar la técnica patchwork de manera adecuada para ensamblar las piezas de tela y crear diseños únicos y atractivos.
- Incorporar elementos funcionales, como cierres, botones o broches, para garantizar la utilidad del monedero.
- Añadir detalles decorativos (bordados, apliques o pintura textil) para personalizar cada monedero.
- Garantizar la durabilidad y resistencia de los monederos mediante costuras reforzadas y acabados de calidad.

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo de la actividad, en el marco de la línea de atención 4 (Dinamización de la Atención Integral basada en Comunidad de Vida), se implementará la metodología psico educativa y lúdica terapéutica, por medio de las cuales se explicará a las y los ciudadanos del taller, las generalidades para iniciar la elaboración del monedero con la técnica patchwork, de igual forma, los materiales e insumos requeridos y el aprendizaje de coser a mano.

Adecuación:
Se alistará el espacio donde se ejecutará el taller con mesas y sillas, de igual manera se colocará el video beam para que las y los participantes puedan observar cómo elaborar el monedero con la técnica patchwork. Se alistará los materiales a utilizar (retazos de tela, palillos, tijeras, moldes, hilo y agujas).

Primer momento:
Se reunirá a las y los ciudadanos en la unidad productiva Patchwork; se entregará a cada uno el material necesario para que inicien la elaboración de los monederos, recordándoles la importancia del control de calidad a cada estructura elaborada.

Segundo momento:
Las y los ciudadanos, elegirán los materiales que utilizarán para elaborar cada monedero. De igual forma, se enseñará a coser a mano a los participantes que no lo sepan. Dejándolos con retazos de tela para que practiquen.

Tercer momento:
Cada ciudadana o ciudadana, se hará cargo del material que se le entregue, el cual se devolverá. Culminado el tiempo del taller, se revisará los avances de cada uno y se guarda el material, quedando bajo custodia para continuar en el siguiente taller.

Reacondicionamiento:
Una vez se realice el cierre del tema, se solicitará el apoyo de dos ciudadanos, para organizar el espacio.

TEMAS:

Monedero en técnica patchwork: En el contexto de la técnica de patchwork, un monedero se refiere a un pequeño bolso o cartera elaborado mediante la unión de diferentes retazos o piezas de tela. Estas piezas se cosen juntas de manera creativa, siguiendo patrones o diseños específicos, para formar una estructura funcional y decorativa. Los monederos de patchwork suelen ser proyectos populares entre los aficionados a la costura, ya que permiten combinar colores, texturas y estampados de manera única. Además, son una excelente manera de utilizar retazos sobrantes de otros proyectos.

A continuación, te presento un paso a paso detallado para elaborar monederos con cremallera utilizando la técnica de patchwork:

Materiales necesarios:

- Telas de patchwork (diferentes estampados y colores)

- Cremallera (de preferencia del mismo largo que el monedero)
- Tela para el forro
- Entretela (opcional, para dar más estructura)
- Hilo y aguja o máquina de coser
- Tijeras o cortador de tela
- Regla y cutter (opcional)
- Alfileres o clips de costura
- Plancha

Paso a paso:

1. Preparar las telas:
   - Corta dos rectángulos de tela de patchwork para el exterior del monedero. El tamaño dependerá de cuán grande quieras que sea el monedero, pero un tamaño estándar es de aproximadamente 18 cm x 12 cm.
   - Corta dos rectángulos del mismo tamaño para el forro.
   - Si deseas darle más estructura al monedero, corta también dos rectángulos de entretela del mismo tamaño.
2. Aplicar la entretela (opcional):
   - Si decidiste usar entretela, colócala sobre el revés de las telas del exterior del monedero y fíjala con la plancha siguiendo las instrucciones del fabricante.
3. Preparar la cremallera:
   - Corta la cremallera para que tenga el mismo largo que el ancho de los rectángulos de tela (en este caso, 18 cm). Si la cremallera es más larga, puedes cortarla y sellar los extremos con un encendedor o pegamento textil para evitar que se deshile.
4. Coser la cremallera:
   - Coloca uno de los rectángulos de tela exterior (con la entretela hacia abajo) y alinea la cremallera en el borde superior, con el lado derecho de la cremallera hacia abajo (en contacto con el derecho de la tela).
   - Coloca uno de los rectángulos de forro encima de la cremallera, con el lado derecho hacia abajo. Sujeta las tres capas con alfileres o clips.
   - Cose a lo largo del borde superior, lo más cerca posible de la cremallera, utilizando la máquina de coser o hilo y aguja.
   - Repite el proceso con el otro lado de la cremallera y los otros dos rectángulos de tela exterior y forro.
5. Abrir y planchar:
   - Abre las telas y plancha las costuras para que queden planas.
6. Unir las piezas:
   - Dobla el monedero por la mitad, con el lado exterior hacia adentro y el forro hacia afuera, de manera que las telas del exterior queden juntas y las del forro también.
   - Asegúrate de que la cremallera esté parcialmente abierta (esto permitirá dar vuelta el monedero más tarde).
   - Sujeta los bordes con alfileres o clips.
7. Coser los bordes:
   - Cose alrededor de los bordes del monedero, dejando un margen de costura de aproximadamente 1 cm. Asegúrate de dejar una pequeña abertura en el forro (unos 5 cm) para poder dar vuelta el monedero.
8. Recortar y dar forma:
   - Recorta las esquinas para reducir el volumen y que queden más definidas al dar vuelta el monedero.
   - Si lo deseas, puedes también recortar los bordes con una tijera de zigzag o sobrehilado para evitar que se deshilachen.
9. Dar vuelta el monedero:
   - A través de la abertura que dejaste en el forro, da vuelta el monedero al derecho.
   - Usa un palillo o una herramienta puntiaguda para empujar las esquinas y que queden bien definidas.
10. Cerrar la abertura:
    - Cose la abertura del forro a mano con una puntada invisible o con la máquina de coser.
11. Planchar y finalizar:
    - Plancha el monedero para que quede bien plano y con un aspecto profesional.
    - Asegúrate de que la cremallera funcione correctamente y que todo esté bien cosido.

FUENTES:

https://marydorypatchwork.com/como-hacer-monederos-de-tela/
http://mimundoentelas.blogspot.com/2021/07/tutorial-patchwork-japones-hacer-un.html

RECURSOS:

Físicos:

- Computador, planilla, esfero, telas, hilos, agujas, molde, tiza para tela, tijeras

Humanos:

- Ciudadanas y ciudadanos

RESULTADOS:

Cualitativos:

Se realizó el taller para la elaboración de monederos utilizando la técnica de patchwork, en el que participaron ciudadanas y ciudadanos interesados en aprender y desarrollar habilidades manuales. El taller tuvo como objetivo fomentar la creatividad, el reciclaje de materiales y la creación de productos funcionales y personalizados. Los participantes recibieron una breve explicación sobre los orígenes y aplicaciones del patchwork, así como los materiales y herramientas necesarios para la elaboración de monederos. Bajo la guía de la profesional, los asistentes diseñaron y crearon su propio molde, adaptándolo al tamaño y estilo deseado para los monederos. Se utilizaron retazos de tela de diferentes colores y estampados, promoviendo el reciclaje y la reutilización de materiales. Los participantes aprendieron a cortar las piezas con precisión para ensamblarlas posteriormente. Para el próximo taller se continuará con el ensamblaje de las piezas de tela ya recortadas. Además, se evidencio el ingreso de nuevos participantes, quienes desean adquirir conocimiento en la elaboración de diferentes productos con la técnica patchwork.

Cuantitativos:

Ingresaron al taller doce (12) ciudadanas y ciudadanos de diferentes momentos dentro de las etapas de desarrollo (1,2,3 y 4). De los 12 participantes, tres (03) se identifica de género femenino, dos (02) se reconocen de población LGBTI y los siete (07) restantes se identifican de género masculino, dos de ellos son adultos mayores.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

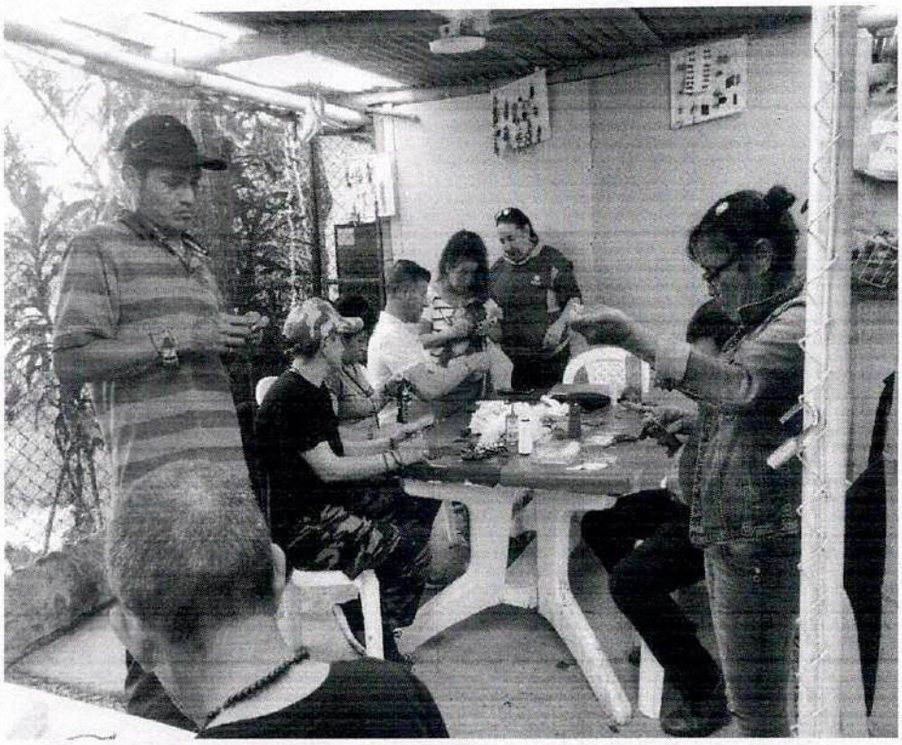
NOMBRE COORDINADOR: José Hernan Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: PATCHWORK – ELABORACION DE MONEDEROS I

Línea de Atención 4: Dinamización de la Atención Integral basada en Comunidad de Vida

Fecha: 10/02/2025





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Patchwork - Elaboración de Monedero 1

4. Fecha: 10/02/2025

5. Hora: 10:30 am

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	1033705184	ALEXSANDER LINARES	36	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	6883968	Jose Cozzo	63	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	8180362	Francisco Pulido	68	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	52766328	Sandra Mejia	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Sandra M.	
5	CC	1128046663	JOHAN COGOLLO	39	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	79835163	Edwin Barreto	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	80729009	Jhon RAMIREZ	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	59835623	Lorena Guerrero	48	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	35656531	Sandra Reyes	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Maricela B	
10	CC	1-30544	Ana Buitrago	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	91228213	Jairo Benavidez	61	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	35656531	Sandra Reyes	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Nubia Reyes Motta

14. Cargo o rol del responsable: Terapia 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_t_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 el Rosario	**FECHA:** 10,11,12/02/2025	**HORA:** Inicio: 10:30 am Final: 12:00 pm
ÁREA: tallerista cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Maria Ramirez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Taller del maestro- macetas con yeso

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la creatividad y la conciencia ambiental en la comunidad a través de la enseñanza práctica de la elaboración de macetas con yeso, promoviendo el reciclaje, el uso de materiales accesibles y el desarrollo de habilidades artesanales que puedan contribuir al embellecimiento del entorno y generar oportunidades de emprendimiento local.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Capacitar a las y los participantes en la técnica de elaboración de macetas con yeso, desde la preparación de la mezcla hasta el acabado final.
- Sensibilizar sobre la importancia del reciclaje y la sostenibilidad, destacando el impacto positivo de reutilizar materiales en la reducción de residuos.
- Desarrollar habilidades creativas y manuales en los participantes, incentivando la exploración artística y el diseño personalizado de macetas.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo del taller se implementará una actividad en el marco de la línea de atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, por medio de una actividad psicoeducativa, por la cual se darán a conocer actividades para el desarrollo de habilidades motrices finas y de ingenio y psicopedagógica, en la cual se trabajarán actividades que generen un crecimiento personal a cada uno de los asistentes al taller a través de la creación de macetas con yeso.

Adecuación:

El espacio se adecuará para llevar a cabo la actividad, teniendo en cuenta elementos y materiales; así mismo, se realiza la convocatoria de las y los ciudadanos, donde se buscará la comodidad de las y los participantes dentro del espacio.

Primer momento:
Se dará inicio al taller con la proyección de imágenes donde se darán a conocer las macetas y materiales que se deben tener para elaborar las artesanías, seguido de la explicación paso a paso de cómo se realiza la mezcla para poder crear las macetas.

Segundo Momento:
En el segundo momento, se realizará el corte del tubo de cartón, los cuales se cortarán en 5cm cada uno para poder iniciar con la aplicación de la mezcla a cada una de las macetas elegidas.

Tercer momento:

Como cierre se realizarán los arreglos finales como lijar las superficies para que queden lisas las macetas e iniciar a pintar cada una de las macetas con los colores elegidos para cada molde.

Reacondicionamiento del espacio:
Se les solicita a los ciudadanos, que dejen el espacio del comedor limpio, recojan sillas y den finalización a su rutina diaria.

TEMAS:

YESO

El yeso, como producto industrial y material de construcción, es sulfato de calcio hemihidrato ($CaSO_4 \cdot \frac{1}{2}H_2O$),1 también conocido como yeso cocido o yeso de París.2 Se comercializa molido, en forma de polvo, que una vez amasado con agua, puede ser utilizado directamente. Se le puede añadir otras sustancias químicas para modificar sus características de fraguado, resistencia, adherencia, retención de agua y densidad. La forma de yeso industrial más pura y de grano más fino se denomina escayola. El sulfato de calcio hemihidratado existe también en forma natural: un raro e inestable mineral denominado bassanita.

Se elabora a partir de un mineral natural denominado igualmente yeso o aljez (sulfato de calcio dihidrato: $CaSO_4 \cdot 2H_2O$), mediante deshidratación.

Historia

El yeso es uno de los más antiguos materiales empleado en construcción. En el período Neolítico, con la sedentarización, comenzó a elaborarse yeso calcinando aljez, y a utilizarlo para unir las piezas de mampostería, sellar las juntas de los muros y para revestir los paramentos de las viviendas, sustituyendo al mortero de barro. En Çatal Hüyük, durante el milenio IX a. C., encontramos guarnecidos de yeso y cal, con restos de pinturas al fresco. En la antigua Jericó, en el milenio VI a. C., se usó yeso moldeado.

Herramientas utilizadas en los trabajos con la cal y el yeso. Museo Valenciano de Etnología.

En el Antiguo Egipto, durante el tercer milenio a. C., se empleó yeso para sellar las juntas de los bloques de la Gran Pirámide de Guiza, y en multitud de tumbas como revestimiento y soporte de bajorrelieves pintados. El palacio de Cnosos contiene revestimientos y suelos elaborados con yeso.

El escritor griego Teofrasto, en su tratado sobre la piedra, describe el yeso (γύψος /gypsos/), sus yacimientos y los modos de empleo como enlucido y para ornamentación. También escribieron sobre las aplicaciones del yeso Catón y Columela. Plinio el Viejo describió su uso con gran detalle. Vitruvio, arquitecto y tratadista romano, en sus Diez libros sobre arquitectura, describe el gypsum (yeso), aunque los romanos emplearon normalmente morteros de cal y cementos naturales.

Los Sasánidas utilizaron profusamente el yeso en albañilería. Los Omeyas dejaron muestras de su empleo en sus alcázares sirios, como revestimiento e incluso en arcos prefabricados.

La cultura musulmana difundió en España el empleo del yeso, ampliamente adoptada en el valle del Ebro y sur de Aragón, dejando hermosas muestras de su empleo decorativo en el arte de las zonas de Aragón, Toledo, Granada y Sevilla.

Durante la Edad Media, principalmente en la región de París, se empleó el yeso en revestimientos, forjados y tabiques. En el Renacimiento para decoración. Durante el periodo Barroco fue muy utilizado el estuco de yeso ornamental y la técnica del staff, muy empleada en el Rococó.

Elaboración

Estado natural

En estado natural el aljez, piedra de yeso o yeso crudo, contiene 79,07 % de sulfato de calcio anhidro y 20,93 % de agua y es considerado una roca sedimentaria, incolora o blanca en estado puro, sin embargo, generalmente presenta impurezas que le confieren variadas coloraciones, entre las que encontramos la arcilla, óxido de hierro, sílice, caliza, vermiculita, etc.

En la naturaleza se encuentra la anhidrita o karstenita, sulfato cálcico, $CaSO_4$, presentando una estructura compacta y sacaroidea, que absorbe rápidamente el agua, ocasionando un incremento en su volumen hasta de 30 % o 50 %, siendo el peso específico 2,9 y su dureza es de 2 en la escala de Mohs.

También se puede encontrar en el estado natural la bassanita, sulfato cálcico hemihidratado, $CaSO_4 \cdot \frac{1}{2}H_2O$, aunque es raramente posible, por ser más inestable.

Proceso

Antiguo horno de Alfarp para elaborar yeso como material de construcción

El yeso natural, o sulfato cálcico bihidrato $CaSO_4 \cdot 2H_2O$, está compuesto por sulfato de calcio con dos moléculas de agua de hidratación.

Si se aumenta la temperatura hasta lograr el desprendimiento total de agua, fuertemente combinada, se obtienen durante el proceso diferentes yesos empleados en construcción, los que de acuerdo con las temperaturas crecientes de deshidratación pueden ser:

Temperatura ordinaria: piedra de yeso, o sulfato de calcio bihidrato: $CaSO_4 \cdot 2H_2O$.
107 °C: formación de sulfato de calcio hemihidrato: $CaSO_4 \cdot \frac{1}{2}H_2O$.
107–200 °C: desecación del hemihidrato, con fraguado más rápido que el anterior: yeso comercial para estuco.
200–300 °C: yeso con ligero residuo de agua, de fraguado lentísimo y de gran resistencia.
300–400 °C: yeso de fraguado aparentemente rápido, pero de muy baja resistencia.
500–700 °C: yeso anhidro o extra cocido, de fraguado lentísimo o nulo: yeso muerto.
750–800 °C: empieza a formarse el yeso hidráulico.
800–1000 °C: yeso hidráulico normal, o de pavimento.
1000–1400 °C: yeso hidráulico con mayor proporción de cal libre y fraguado más rápido.

Usos

Enlucido con yeso (1807)
El yeso se utiliza profusamente en construcción como pasta para guarnecidos, enlucidos y revoques; como pasta de agarre y de juntas. También se utiliza para obtener estucados y en la preparación de superficies de soporte para la pintura artística al fresco.

Prefabricado, como paneles de yeso (Dry Wall o Sheet rock) para tabiques, y escayolados para techos.

Se usa como aislante térmico, pues el yeso es mal conductor del calor y la electricidad.

Para confeccionar moldes de dentaduras, en Odontología. Para usos quirúrgicos en forma de férula para inmovilizar un hueso y facilitar la regeneración ósea en una fractura.

Yeso natural pulverizado
Para mejorar las tierras agrícolas, pues su composición química, rica en azufre y calcio, hace del yeso un elemento de gran valor como fertilizante y también en la corrección de suelos, aunque en este caso se emplea el mineral pulverizado y sin fraguar para que sus componentes se puedan dispersar en el terreno.

Asimismo, una de las aplicaciones más recientes del yeso es la "remediación ambiental" en suelos, esto es, la eliminación de elementos contaminantes de los mismos, especialmente metales pesados.

Ayuda a sustituir el sodio por calcio y permite que el sodio drene y no afecte a las plantas. Mejora la estructura del terreno y aporta calcio sin aumentar el pH, como haría la cal.

De la misma forma, el polvo de yeso crudo se emplea en los procesos de producción del cemento Portland, donde actúa como elemento retardador del fraguado.

Se utiliza para obtener ácido sulfúrico.

También se usa como material fundente en la industria, bajo temperaturas superiores a los 4000 °C.

Yeso agrícola
El yeso agrícola es un mineral común que se puede utilizar como enmienda y fertilizante. Su composición varía de 17-20 % de Calcio (Ca) y de 14-18 % de azufre (S). En el suelo, los productos finales de la disolución del yeso son $Ca2+$ y $SO42-$, que participan en las reacciones de intercambio catiónico y aniónico, formación de complejos iónicos y precipitados. Es importante mencionar que este compuesto no modifica el pH del suelo ya que su valor neutralizante es cero, pero está muy bien documentado los beneficios que tiene en la raíz, debido a que mejora el ambiente radicular, permitiendo el adecuado crecimiento y desarrollo de las raíces de las plantas.

Tipos de yeso en construcción
Los yesos de construcción se pueden clasificar en:

Artesanales, tradicionales o multifases
El yeso negro es el producto que contiene más impurezas, de grano grueso, color gris, y con el que se da una primera capa de enlucido.
El yeso blanco con pocas impurezas, de grano fino, color blanco, que se usa principalmente para el enlucido más exterior, de acabado.
El yeso rojo, muy apreciado en restauración, que presenta ese color rojizo debido a las impurezas de otros minerales.
Industriales o de horno mecánico
Yeso de construcción (bifase)
Grueso
Fino
Escayola, que es un yeso de más calidad y grano más fino, con pureza mayor del 90 %.
Con aditivos
Yeso controlado de construcción
Grueso
Fino
Yesos finos especiales
Yeso controlado aligerado
Yeso de alta dureza superficial
Yeso de proyección mecánica
Yeso aligerado de proyección mecánica
Yesos-cola y adhesivos.

REFERENCIAS

https://es.wikipedia.org/wiki/Yeso_(mineral)#:~:text=El%20yeso%20es%20la%20materia,de%20agarre%20y%20de%20juntas.

RECURSOS:

Físicos:

- Yeso
- Agua
- Pinturas
- Moldes
- Lista de asistencia
- Esfero

Humanos:

- Tallerista
- participantes

RESULTADOS:

Cualitativos:

10/02/2025

En este taller se logra con las y los ciudadanos realizar el paso a paso para la mezcla del yeso, por lo cual se logra con los asistentes al taller crear la mezcla para dar inicio con la creación de las macetas, en las cuales se iniciará con la siembra de plantas ornamentales.

Cualitativos:

11/02/2025

En este taller se inicia con el corte de los moldes los cuales en este caso serán tubos de cartón, esto será la base de las macetas, donde a pesar de que las y los ciudadanos al principio del taller no sabían cómo realizar de manera correcta los moldes para las macetas, conforme se fueron dando las instrucciones necesarias se logro cumplir con el objetivo, en el cual las y los ciudadanos lograron crear los moldes necesarios para las macetas.

Cualitativos:

12/02/2025

En este taller se realizara la construcción y embalse de los moldes de las macetas cortadas en clases anteriores, donde las y los ciudadanos logran realizar las macetas según los moldes cortados en talleres anteriores, por lo cual se logra dar cumplimiento al objetivo el cual buscaba que se construyeran macetas con yeso para dar inicio a la siembra de plantas ornamentales, donde los asistentes al taller expresan que por medio del taller lograron focalizar sus tiempos libres en actividades que les permiten generar un crecimiento personal.

Cuantitativos:

10/02/2025

Para este taller se contó con una participación total de 7 ciudadanos entre ellos 2 mujeres.

Cuantitativos:

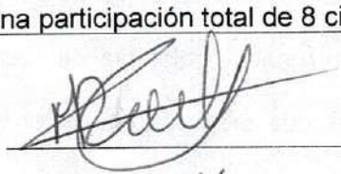
11/02/2025

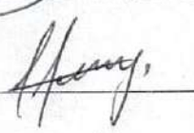
Para este taller se contó con una participación total de 8 todos hombres.

Cuantitativos:

12/02/2025

Para este taller se contó con una participación total de 8 ciudadanos entre ellos 1 mujer.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

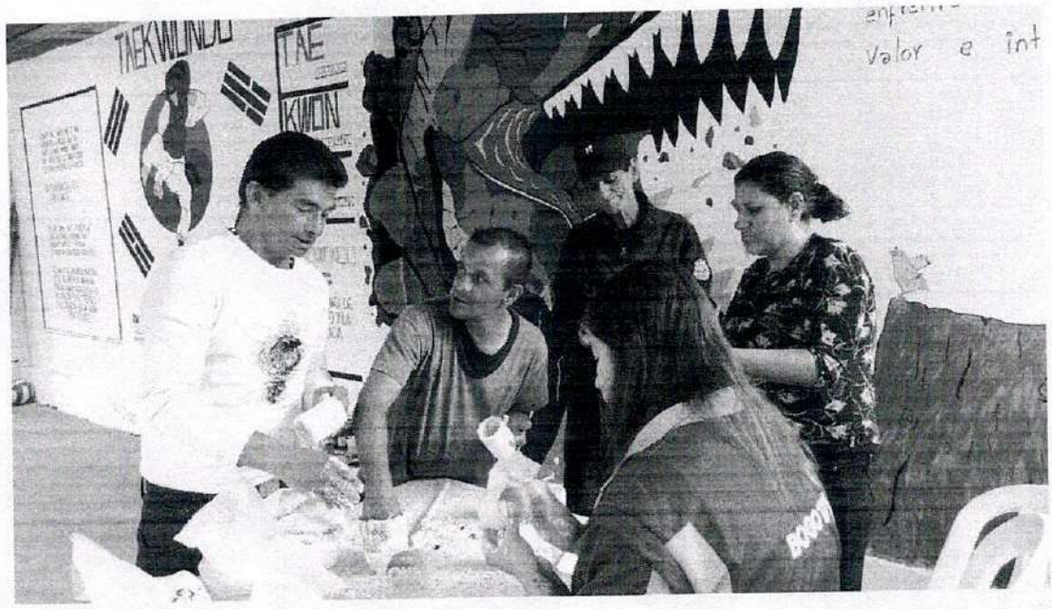
REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Taller del maestro/ macetas con yeso

Línea de Atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

Fecha: 10/02/2025

Taller de interés





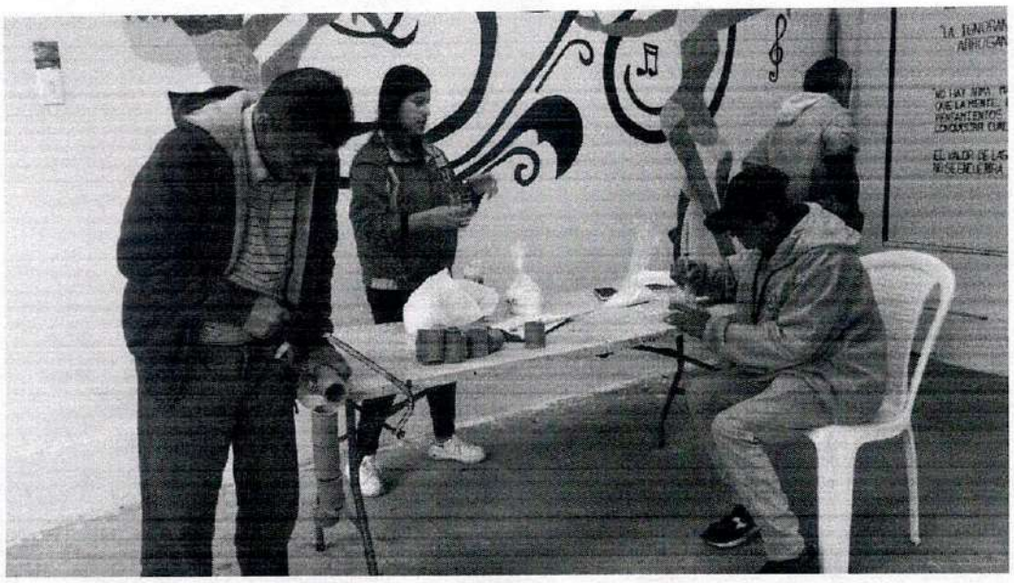
REGISTRO FOTOGRAFICO

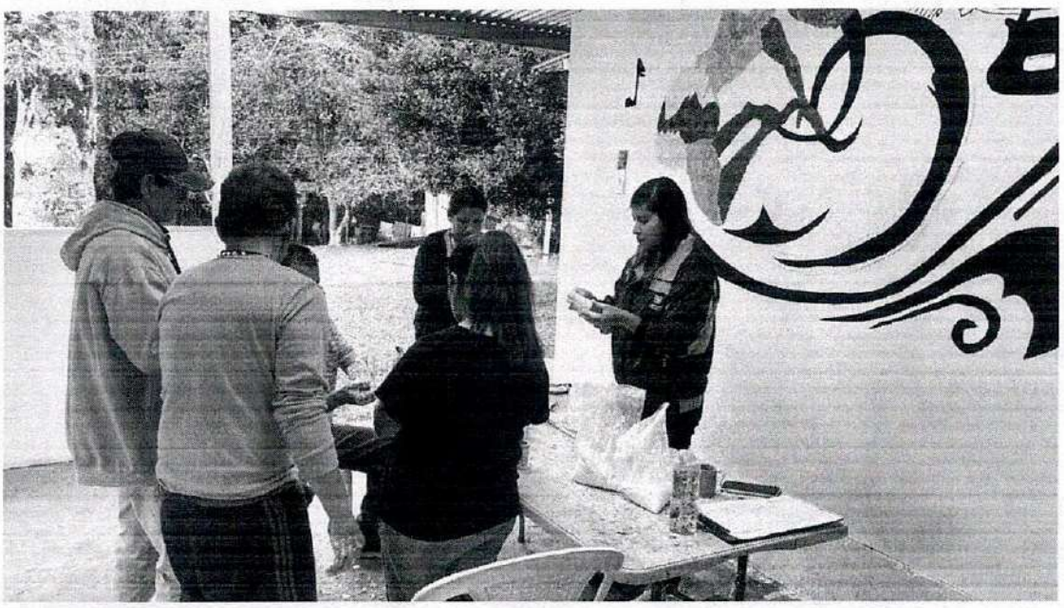
Nombre de la actividad: Taller del maestro/ macetas con yeso

Línea de Atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

Fecha: 11/02/2025

Taller de interés





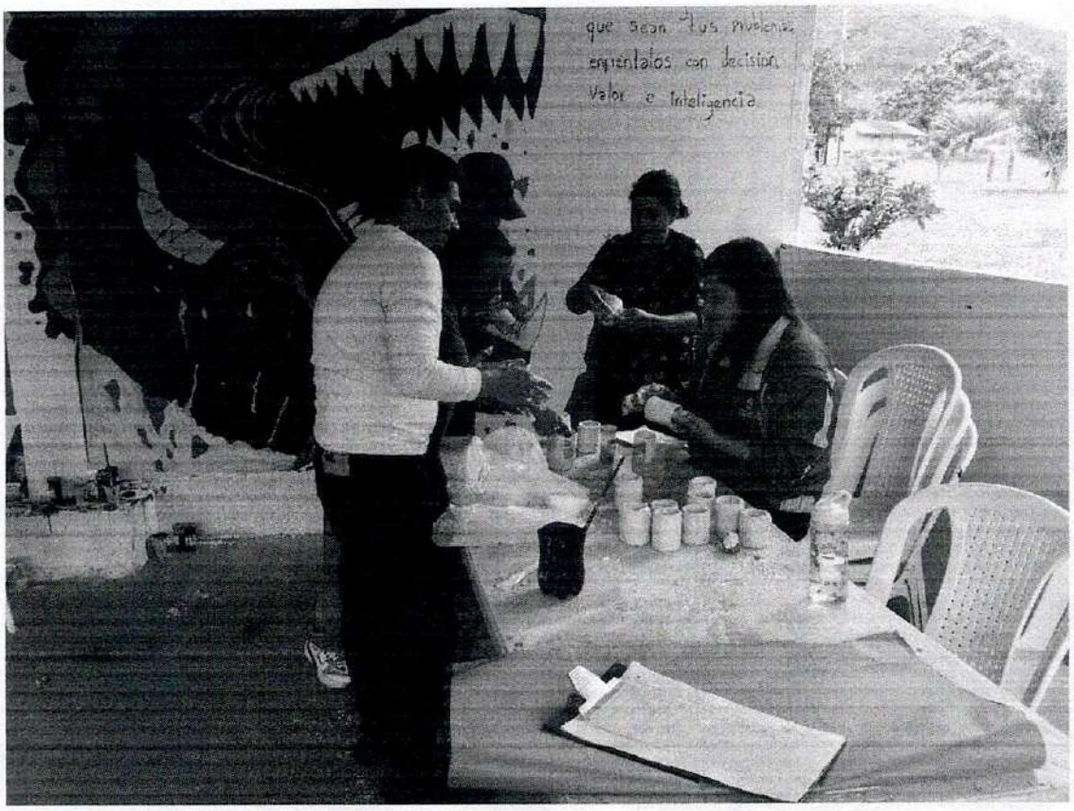
REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Taller del maestro/ macetas con yeso

Línea de Atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

Fecha: 12/02/2025

Taller de interés





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Taller del maestro - Macetas con yeso

4. Fecha: 10/02/2025

5. Hora: 10:30 AM

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	79679546	Juan C. Garcia	51	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	52860169	MAYERLY SANDOVAL	44	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	75094764	Hader Castaño	48	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	1030211452	ANA Beltrago	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Marcela B	
5	CC	79957635	Julio Cieva	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	80003464	Oscar Martinez	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	7545755	Wenceslao Gomez Diaz	62	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14			0													
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Maria Ramirez

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista cultural

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 recolectaran 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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Taller del maestro - Maletos con yeso

4. Fecha: 11/02/2025

5. Hora: 10:30 AM

No	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiana		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	1583FE32	Diego A Gil Calle	61	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	80080033	Andres Rodriguez	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	80274394	adolfo montaño	46	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	7625S108	Jaime Valberto P.	50	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	79639217	Javier Usaqui	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	79512039	Giovanny Malaver	55	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	79864692	Alejandro Villamizar	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	79976807	Fernando Acero	49	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Maria Ramirez

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Cultural

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 recolectaran 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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Taller del maestro - Maletas con yeso | 4. Fecha: 12/02/2025 | 5. Hora: 10:30 AM

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	52860118	MAYERLY SANCHEZ	44	NO APLICA	NO APLICA				X					MAYERLY	
2	CC	7SAS755	Wilson Gomez Diaz	62	NO APLICA	NO APLICA				X						
3	CC	9600459	Nicolas Quintero	61	NO APLICA	NO APLICA				X						
4	CC	80901369	LUIS PADILLA	42	NO APLICA	NO APLICA				X						
5	CC	10332108	Omar Pantoja	70	NO APLICA	NO APLICA				X					OM	
6	CC	80216826	RAFAEL RAZO	41	NO APLICA	NO APLICA				X					RAZO	
7	CC	75079764	Pedro Castañeda	48	NO APLICA	NO APLICA				X						
8	CC	80003464	Oscar Martinez	45	NO APLICA	NO APLICA				X						
9																
10																
11																
12																
13																
14			0													
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Maria Ramirez | 14. Cargo o rol del responsable: Tallerista (Cultura) | 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 El Rosario		**FECHA:** 10/02/2025	**HORA:** 02:00 pm 04:00 pm
ÁREA: Trabajo social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	María Camila Gómez Vargas	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Mi papel en comunidad			

OBJETIVO GENERAL:
Orientar a las y los ciudadanos sobre el valor y reconocimiento en el bienestar individual y colectivo dentro de comunidad de vida, a través de la cooperación y responsabilidad social como parte de los procesos de desarrollo personal propio y de sus pares.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover un ambiente de confianza y colaboración entre los miembros de la comunidad.
- Contribuir al bienestar de cada miembro, impulsando el desarrollo de sus habilidades, talentos y capacidades apoyando su crecimiento personal dentro del marco de la comunidad.
- Impulsar iniciativas que favorezcan el cuidado del entorno y el uso responsable de los recursos, contribuyendo al bienestar común de manera sostenible.

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la Línea IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, a través de la cual las y los participantes reconocerán su papel dentro de la comunidad y como pueden reestablecer las dinámicas funcionales durante su proceso.

- **Adecuación**: Se acondicionará el espacio destinado para la actividad, el cual se encontrará en el aula Gabriel García Márquez.

- **Primera etapa:** Se socializará a las y los ciudadanos el plan de trabajo a desarrollar durante el encuentro, la metodología a implementar y los objetivos a alcanzar. A continuación, se iniciará el taller sensibilizando el tema del papel en comunidad y la importancia de reconocerse dentro de la misma, donde pueden dinamizar los procesos de atención integral y crecimiento personal a partir del trabajo colectivo.

- **Segunda etapa:** Se solicitará a las y los ciudadanos que, a partir de lo identificado en el ejercicio de reconocer que cada ciudadano pueda entender cuál es su papel dentro de la comunidad, escriban una reflexión que dé respuesta al rol que va durante su proceso, por tanto, se proporcionara lápiz y papel y se solicita que entreguen los papeles los cuales sacara la profesional al azar para que entre todos los participantes mencionen y expliquen el ejercicio, la actividad finaliza, generando un espacio de conversación y reconocimiento.

- **Tercera etapa:** Se solicitará a las y los ciudadanos que, a partir de lo identificado en el ejercicio de reconocimiento y presentación del tema, cada participante escriba y reflexione sobre la importancia de entender cuál es el rol y el papel que está adquiriendo dentro de la comunidad, como quiere aportar y que quiere lograr en la misma.

- **Reacondicionamiento del espacio:** Una vez culminado con el cierre de taller, se les solicitará a las y los participantes dejar organizado el espacio utilizado.

TEMAS

¿QUÉ ES COMUNIDAD?

De acuerdo con Marchioni (1989), comunidad es un conjunto de personas que habitan el mismo territorio, con ciertos lazos e intereses comunes. Aspectos todos a tener en cuenta en el proceso y desarrollo de la inclusión. El contexto describe las condiciones interrelacionadas dentro de las cuales las personas viven su vida cotidiana. representa una perspectiva ecológica que engloba tres niveles diferentes: el microsistema, el mesosistema y el macrosistema (Bronfenbrenner, 1979). Es decir, aula, centro y barrio. Una comunidad inclusiva es aquella que se plantea a través de sus grupos y organización es dar apoyo y arropar, a los miembros más débiles de la misma, actuar de manera que estos miembros más débiles se sientan formando parte de esta, acogidos, interrelacionados, apoyados, comprendidos y puedan participar en ella desde su propia realidad. Todos tenemos derecho a pertenecer a una comunidad, y a lograrlo nos ayuda la escuela inclusiva, ya que subraya el sentido de comunidad. Por lo tanto, toda comunidad educativa debe promover: la pertenencia y la participación de todos, el respeto a la diversidad, un entorno estimulante y diverso en el que se aprende y que desarrolla valores inclusivos compartidos por todos: alumnos, profesionales y familias.

MI PAPEL EN COMUNIDAD

La habitabilidad en la calle es un tema universal y que es importante mencionar debido a que ha existido durante muchos años convirtiéndose en una compleja realidad en la que los gobiernos y las comunidades se enfrentan cada día. De alguna u otra forma se ha intentado generar una transformación social a través de los términos con los que se designan a este grupo de personas revaluando la percepción que se tiene y disminuyendo poco a poco la desigualdad y desarticulación de la sociedad, pero que aún siguen siendo vagos en los procesos de inserción e integración social con simples brigadas de salud e higiene que se realizan a nivel de instituciones gubernamentales. Ahora bien, es muy poco lo que se habla y se comenta de este tema por la sencilla razón de convencernos de que es un problema en que sólo el estado debe encargarse y tratar de solucionarlo, o más aún de "ejecutarlo" siendo este último un concepto de total discriminación que nos han enseñado y que no lo hemos puesto a criterio por ser escasa la información que se promueve acerca de este grupo de personas. El presente proyecto se desarrolla a partir de la oportunidad de acercar a la comunidad a participar en la construcción de procesos de inserción a través de la recuperación de individuos que han renunciado a su intimidad y a la privacidad del ser en su primera etapa, puesto que somos un país que constantemente está protestando por una igualdad, pero que no entendemos que los habitantes de calle tienen los mismos derechos y deberes que nosotros, y pertenecen a una sociedad a pesar de su distintivo y no convencional estilo de vida.

1. Fuentes:

http://repository.unipiloto.edu.co/handle/20.500.12277/13024
Redalyc.Los conceptos de "comunidad" y "sociedad" de Ferdinand Tönnies

RECURSOS
Físicos:

- Sillas, computador, marcadores, hojas, lápices.

Humanos:

- Ciudadanos, profesional en el área de trabajo social

RESULTADOS:

Cualitativos.

Durante el espacio, las y los ciudadanos se muestran interesados en el desarrollo del tema por lo que permiten dar cumplimiento al objetivo planteado, reconocer a las y los ciudadanos en el papel dentro de la comunidad a fin de que logren la identificación e importancia sobre lo que están haciendo dentro de comunidad y como aporta en su proceso. En el desarrollo de las actividades las y los participantes

manifestaron que es fundamental reconocer la importancia de saber el papel o rol que están llevando a cabo dentro de la comunidad para que a partir de ahí se reconozcan las diferentes herramientas a trabajar y lograr espacios de reflexión que minimicen las conductas de calle, así mismo, conocer estrategias que fortalecerán su trabajo en comunidad.

Cuantitativos

Se contó con la participación de 12 ciudadanos y ciudadanas: 10 hombres, 2 mujeres, 0 personas de la población LGTBI.

FIRMA RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Hermes Díaz S

REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Mi papel en comunidad

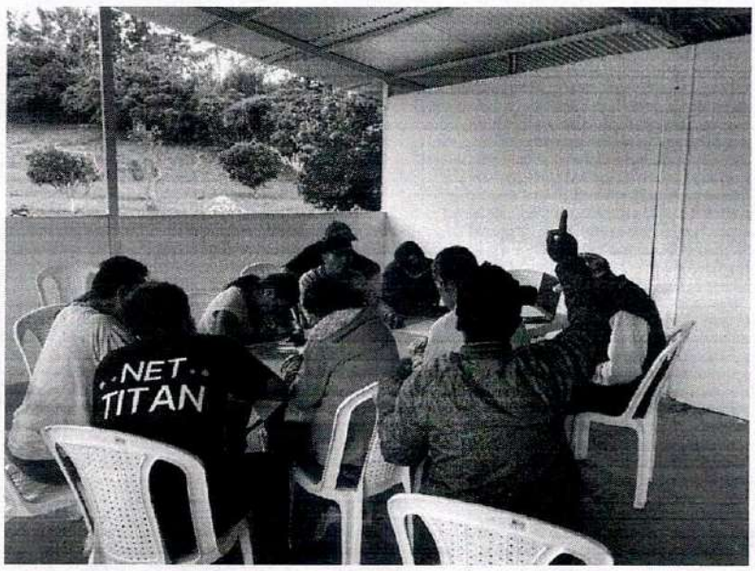
LÍNEA DE ATENCIÓN IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Fecha: 10/02/2025

Tipo de actividad: Etapa I







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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida El Rosario

3. Tema / Actividad: Mi papel en Comunidad

4. Fecha: 10/02/2025

5. Hora: 2:00pm

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	1015431937	Daniel Castillo	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1014465558	Cristian Lopez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1030547052	ANA Buitrago	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79239492	Fabio Barcho	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1020552512	Diego Armando	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1045[illegible]613	Yormon Hurtado	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	52860868	MAYERLY SANCHEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	8726226	Jose Cobello	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80[illegible]469	Michael Valencia	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1073944489	Juan Sebastian	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1023899784	Wilmer Nieto	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80504990	Leonardo Fabio [illegible]	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Dana Carla Gomez Vargas

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social

15. Firma del responsable de la actividad:

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 El Rosario		**FECHA:** 10/02/2025	**HORA:** INICIO: 02:00pm FINAL: 04:00pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Yeimy Lorena Guevara	
Nombre de la actividad: Emociones básicas			

OBJETIVO GENERAL:
Brindar a los participantes herramientas para identificar, comprender y gestionar sus emociones de manera saludable, favoreciendo su bienestar emocional y fortaleciendo sus habilidades de afrontamiento en distintos contextos de su vida

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Facilitar el reconocimiento y la aceptación de las emociones, aportando a los y a ciudadanas para comprender la importancia de expresar sus sentimientos para su bienestar emocional.
- Promover la resiliencia emocional, ayudando a los participantes a identificar sus fortalezas personales y recursos internos para afrontar y superar los desafíos emocionales. Adicionalmente identificar como se llegan a somatizar las emociones.

METODOLOGÍA:
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología psico educativa que hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano mitigar procesos de recaida. Con ello se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, lo anterior por medio de la comprensión de las emociones y la adecuada expresión de las mismas, adicionalmente se pretende comprender como se somatizan las emociones, el taller se desarrollara con ciudadanos y ciudadanas que se encuentran en etapa 2 bajo la línea de atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

- **Adecuación**: En apoyo del grupo de promotoría se realzará el llamado a los y las participantes que se encuentran en etapa 2 y deben asistir al taller de desarrollo personal, adicionalmente se organizara el aula múltiple para el desarrollo del taller con sillas, una mesa, un computador y el televisor.

- **Primer momento:** Se iniciará dando a bienvenida a los asistentes, posteriormente se les entregará a los participantes una hoja grande con una escala de colores representando distintas intensidades emocionales (desde el azul para emociones más neutras o de calma hasta el rojo para emociones intensas como enojo o alegría extrema), cada participante identificará cómo se siente en ese momento y ubicará su estado en el termómetro emocional, escribiendo su nombre. Luego, compartirán voluntariamnete por qué se sienten así. Se hará una breve reflexión grupal sobre la importancia de reconocer nuestras emociones para poder gestionarlas de manera efectiva. De acuerdo a lo relacionado por los ciudadanos y ciudadanas, se explicará qué son las emociones, su función adaptativa y la diferencia entre emociones primarias (alegría, tristeza, enojo, miedo, sorpresa y asco) y emociones secundarias (derivadas de experiencias y aprendizaje). Se abordará la relación entre pensamientos, emociones y comportamientos, mostrando cómo las emociones influyen en nuestra toma de decisiones y relaciones interpersonales. Se invitará a los participantes a compartir situaciones donde una emoción haya influido en su manera de actuar.

- **Segundo Momento:** Una vez se genere un espacio de interacción en el taller se preguntará a los ciudadanos: ¿Cuáles son las emociones que más experimenta durante el día? ¿Cuáles son las emociones que menos le gusta experimentar? ¿Cuáles son las emociones que más disfruta? Al igual que en el inicio de la actividad se brindará un espacio para que los asistentes participen de forma activa de acuerdo a sus experiencias y personalidad, de acuerdo a las respuestas emitidas, se proyectara el video "porque nos enojamos" abordando esta emoción desde la descripción puntual

de la raíz de la emoción y como gestionarla, así como se explica la influencia que tiene en las relaciones interpersonales y el desarrollo personal.

- **Tercer momento:**Se entregará a cada participante una hoja con un "mapa del cuerpo" en blanco, se les pedirá que recuerden una emoción intensa que hayan experimentado recientemente y coloreen en el dibujo las zonas del cuerpo donde la sintieron (por ejemplo, el enojo en el pecho o la cabeza, el miedo en el estómago), posteriormente, se reflexionará en grupo sobre cómo las emociones se manifiestan físicamente y cómo podemos aprender a reconocerlas antes de que nos desborden. Se discutirán estrategias de regulación emocional como la respiración consciente, la reestructuración cognitiva y la expresión emocional saludable. Posteriormente se proyectara el video "somatización cuando la mente enferma el cuerpo" con este se pretende que los ciudadanos comprendan las formas en la cual influye la falta de expresión de las emociones incluso al nivel físico, donde se pueden llegar a desarrollar trastornos que afectan el funcionamiento cotidiano de las persona, se pretende un espacio de concientización y reconocimiento de las emociones como fundamentales para el funcionamiento de los seres humanos pero también la forma adecuada para canalizar los sentimientos que pueden afectar el desarrollo personal. Se generará un espacio de reflexión en torno a lo visto durante el taller, así como se le indicará a un ciudadano que exprese lo aprendido y las conclusiones a lugar para dar cierre al taller.
  Para cerrar, se hará una ronda de reflexiones donde cada persona mencionará un aprendizaje clave del taller, se dará un espacio para posibles preguntas y conclusiones con base a lo aprendido durante el espacio.

- **Reacondicionamiento del espacio**: se invitará a los ciudadanos a reacomodar el espacio dejándolo en óptimas condiciones.

TEMAS:

¿Qué es una emoción?

La palabra emoción proviene del latín *emotio o emotionis*, que a su vez deriva del verbo *emovere* (desalojar de un sitio, hacer mover o impresionar).

Es muy interesante que la propia etimología aluda al movimiento: la emoción nos saca de nuestro estado habitual, nos mueve hacia otro estado diferente.

Cuando revisamos la comprensión filosófica de las emociones en la Antigüedad podemos ver que en el Mundo Antiguo las pasiones humanas, del griego *pathos*, son estados corporales que se producen sin la intervención de la voluntad. Esta cuestión constituye el tema predilecto de las tragedias griegas, en las que sus personajes se ven sometidos, de un modo incontenible, a emociones que escapan a su control: amor, odio…

Por tanto, tenemos una primera idea sobre la emoción: es una reacción (psicofísica) que nos muevo o transforma.

Imagínate que eres un ratoncito que va por la selva y de repente te encuentras a un león. Es posible que empieces a temblar y a sudar, que tu corazón vaya más deprisa, sientas una presión en el pecho o un nudo en la garganta… Estás sintiendo miedo. Y esa emoción tiene un objetivo: movilizarte para permitirte salvar tu vida, huyendo.

Y tenemos la segunda idea clave: las emociones tienen una función, que está en la esencia de la supervivencia del ser humano.

Las emociones son un conjunto de reacciones orgánicas que responden a estímulos, internos o externos.

En el ejemplo del ratoncito y el león nos situábamos en un contexto muy básico de supervivencia, en el mundo actual, el concepto de "supervivencia" es diferente, pero no significa que no siga funcionando el proceso: amenaza – reacción emocional.

La clave, como veremos más adelante, es determinar si la amenaza es real o no, o si la respuesta emocional tiene coherencia –por su magnitud– con la amenaza, incluso si hay tal amenaza.

Las respuestas emocionales en este mundo actual no suelen producirse ante amenazas como la del ejemplo del león, pero sí ante estímulos que son también muy poderosos y, tal vez, más complejos.

Estímulos internos como imágenes mentales –imagino el final del día sin llegar a todo-, pensamientos e interpretaciones –podría perder el trabajo, no superar esta enfermedad, todo me sale mal, soy muy desafortunada–, sensaciones corporales –tensión, dolor, opresión en el pecho– y estímulos externos, como un ambiente de trabajo muy estresante, lugares que nos generan angustia –como un hospital–, una reunión de trabajo, una conferencia –en la que tenemos que hablar en público–.

En definitiva, las emociones siguen siendo la respuesta a estímulos internos y externos que producen las situaciones a las que nos enfrentamos y que van a permitirnos adaptarnos a ellas con el menor coste o perjuicio.

Una cuestión muy interesante es que estos estímulos no tienen que estar situados en el presente, podemos sentir emociones asociadas o provocadas por estímulos que provengan del pasado o que tengan que ver con el futuro –una amenaza futura–.

Pero hay una cuestión importante: ¿son siempre nuestras emociones una respuesta coherente a los estímulos? Es decir, ¿respondemos con la emoción adecuada –en intensidad y características de la emoción–, al estímulo que las provocan?

Al sentir una emoción se ponen en marcha tres componentes:

1. **Pensamientos**: Aparecen relacionados con lo que nos ha provocado esa emoción. Por ejemplo, si sentimos miedo al bajar al sótano porque está oscuro, seguramente habremos tenido pensamientos anticipatorios sobre los riesgos que hay en ese lugar inquietante.

2. **Sensaciones corporales**: Cuando aparece una emoción sentimos cambios en algunas partes de nuestro cuerpo: músculos que se contraen, sensación de nudo en la garganta, se acelera el ritmo cardíaco, cambios en la respiración, hormigueo en el estómago...

3. **Impulsos o reacciones que nos llevan a la acción**: Como veremos más adelante todas las emociones son brújulas que nos indican una dirección determinada al realizar una acción. Siguiendo con el ejemplo anterior del sótano oscuro, ante el miedo reaccionaremos no bajando o marchándonos para protegernos de posibles amenazas y peligros.

Hay una pregunta sobre las emociones que me hacen con mucha frecuencia las personas en consulta: ¿Estas emociones que siento y que me provocan estas dificultades, son innatas o las he generado yo? O expresado de otro modo: ¿Las emociones nacen o se hacen?
¿Las emociones nacen o se hacen?
En primer lugar, para responder a esta pregunta, habría que diferenciar entre emociones básicas y emociones complejas.
Las emociones básicas son innatas y universales, nacemos con ellas y están presentes en cualquier cultura y tiempo. Son iguales, tanto en Nueva York como en un poblado del Amazonas que no ha tenido nunca ningún contacto con otros pueblos o personas.
Fue en la década de 1970 cuando el psicólogo Paul Ekman identificó 6 emociones básicas a raíz de sus estudios con una tribu de Papúa – Nueva Guinea. Se trataba de la tribu Fore, caracterizada por vivir aislada o apartada de la sociedad.
Ekman creía que las emociones eran culturales y variaban de una cultura a otra, por eso les pasó a los integrantes de esta tribu una serie de fotografías con expresiones faciales para ver si las podían reconocer o variaba su significado con respecto a lo que se entendía en occidente para cada una de ellas. El resultado fue abrumador: reconocieron las expresiones emocionales igual que nosotros.
Desde entonces se confirmó que existían 6 emociones básicas que se daban en todas las personas: la alegría, la rabia, la tristeza, el miedo, la sorpresa y el asco. Estas emociones básicas son las que se manifiestan en las primeras etapas de la vida de las personas, en su primeras fases de desarrollo.
A partir de estas emociones básicas, en nuestro desarrollo como personas y como consecuencia de la forma en la que procesamos nuestras experiencias, aprendizajes, los contextos culturales o la socialización, comenzamos a construir las emociones complejas. Estas segundas requieren aprendizaje y son el resultado de nuestro proceso evolutivo.
Por ejemplo, una emoción compleja es la culpa, una emoción que participa de emociones básicas en diferentes proporciones: la rabia y el asco, y que aparece asociada a procesos y mecanismos culturales, como es la moral. Sentimos culpa cuando afrontamos una situación que contradice nuestra educación previa, nuestros códigos morales o éticos, que hemos aprendido o en los que hemos sido educados.

Somatizar
El término somatización fue acuñado a comienzos del siglo XX por el neurólogo y psicoanalista alemán Wilhem Shekel, para indicar el proceso mediante el cual un trastorno psicológico puede producir síntomas somáticos (1). Desde el punto de vista psicológico la somatización se entiende como un mecanismo de defensa inconsciente mediante el cual una persona sin proponérselo, convierte el malestar emocional en un síntoma físico, desviando así la atención del conflicto psicológico que le genera ansiedad (2). El que sea inconsciente indica que la persona no produce voluntariamente el síntoma, no se percata de su origen psicógeno, verdaderamente lo experimenta y no busca beneficios externos. En otras palabras, no finge, genuinamente siente. En el contexto clínico la somatización hace referencia a un complejo proceso cognitivo, afectivo y conductual, en el que los pacientes, en respuesta a situaciones vitales estresantes, experimentan y comunican diversos síntomas físicos, los atribuyen a una enfermedad médica y buscan ayuda para aliviarlos (3). Las sensaciones corporales, entre ellas los síntomas físicos, poseen dos componentes: la sensación periférica propiamente dicha y la interpretación que de ésta realiza el cerebro. A lo largo del día y producto de los procesos fisiológicos normales del organismo, se experimentan diversas sensaciones somáticas (peristalsis intestinal, fasciculaciones, tinnitus, cambios en la frecuencia cardíaca, disnea durante el esfuerzo físico, sequedad de la piel) que por lo general pasan desapercibidas pues no se les da un significado en particular. Los pacientes que somatizan focalizan la atención en estas sensaciones, se mantienen vigilantes a ellas, las magnifican, las interpretan como anormales y amenazantes, viéndose obligados a buscar ayuda médica para poder explicarlas. A esta conducta se le denomina fijación somática, la cual varía de un paciente a otro y puede oscilar entre la negación absoluta de las sensaciones, a la convicción delirante de las mismas (4,5). Si la somatización se presenta de forma transitoria y como respuesta aguda ante la muerte, a pérdidas de relaciones importantes, o a situaciones de trauma, no se debe considerar patológica. El miedo, la tristeza, o la ansiedad, pueden traducirse involuntariamente en síntomas como cefalea, dolor epigástrico o contracturas musculares, entre otros. Si por el contrario son persistentes, asociados a alteración social u ocupacional y hacen que se utilicen en exceso los sistemas de salud, adquiere entonces significancia clínica (6,7). No todo el que somatiza padece de un trastorno somatomorfo y la somatización como síntoma (figura 1) puede hacer parte de procesos

normales de duelo, así como de trastornos depresivos, de ansiedad y de algunas psicosis (8-11). Se estima que en atención primaria, el 50 % o más de los pacientes que son diagnosticados con depresión mayor, consultan por molestias somáticas y no por los clásicos síntomas afectivos y/o cognitivos de la depresión: es la denominada depresión enmascarada, en la que los síntomas somáticos se consideran como equivalentes depresivos

Salud emocional

La buena salud emocional comienza con ser consciente de sus pensamientos, sentimientos y comportamientos. Aprender formas saludables de lidiar con el estrés y los problemas es una parte normal de la vida. Es importante sentirse bien consigo mismo y tener relaciones saludables.

Muchas cosas que suceden en su vida pueden perturbar su salud emocional. Esto puede llevar a fuertes sentimientos de tristeza, estrés o ansiedad. Incluso los cambios buenos o deseados pueden ser tan estresantes como los cambios no deseados. Estos cambios incluyen:

Exprese sus sentimientos de manera apropiada.

Si los sentimientos de estrés, tristeza o ansiedad están causando problemas físicos, guardar estos sentimiento puede hacerlo sentir peor. Está bien hacer que sus seres queridos sepan cuando algo lo molesta. Sin embargo, tenga en cuenta que su familia y amigos no siempre pueden ayudarlo a lidiar con sus sentimientos de forma adecuada. En estos momentos, pida ayuda a alguien fuera de la situación. Trate de pedir asesoramiento y apoyo a su médico de cabecera, un consejero o un asesor religioso para que lo ayudarle a mejorar su salud emocional.

Viva una vida equilibrada.

Concéntrese en las cosas por las que se siente agradecido en la vida. Trate de no obsesionarse con los problemas en el trabajo, la escuela o el hogar que conducen a sentimientos negativos. Esto no significa que tenga que pretender ser feliz cuando se siente estresado, ansioso o enfadado. Es importante para hacer frente a los sentimientos negativos, pero también trate de centrarse en las cosas positivas en su vida. Es posible que desee utilizar un agenda para llevar un registro de las cosas que lo hacen sentir feliz o tranquilo. Algunas investigaciones han demostrado que tener una actitud positiva puede mejorar su calidad de vida y dar un impulso a su salud. También puede ser necesario que encuentre maneras de deshacerse de algunas cosas en su vida que lo hacen sentirse estresado y abrumado. Tómese un tiempo para disfrutar de las cosas que le gustan.

Desarrolle la capacidad de resiliencia.

Las personas con capacidad de resiliencia son mejores para hacer frente al estrés de una manera saludable. La resiliencia puede ser aprendida y reforzada con diferentes estrategias. Estas estrategias incluyen tener apoyo social, mantener una visión positiva de sí mismo, aceptar el cambio, y mantener las cosas en perspectiva. Un consejero o terapeuta puede ayudarlo a alcanzar este objetivo con una terapia conductual cognitiva (TCC). Pregúntele a su médico si esto es una buena idea para usted.

Calme la mente y el cuerpo.

Los métodos de relajación, como la meditación, escuchar música, escuchar CD o mp3 de imágenes guiadas, hacer yoga y Tai Chi son formas útiles para lograr el equilibrio de sus emociones. Vídeos de imágenes guiadas también están disponibles en YouTube.

La meditación es una forma de pensamiento guiado. Puede adoptar muchas formas. Por ejemplo, es posible hacerlo mediante ejercicio, estiramiento, o respiración profunda. Pregúntele a su médico de cabecera para obtener asesoramiento sobre métodos de relajación.

Cuídese.

Para tener una buena salud emocional, es importante cuidar su cuerpo con una rutina regular. Esto incluye una rutina de comidas saludables, sueño y ejercicio para aliviar la tensión acumulada. Evite comer en exceso y no abuse de las drogas o el alcohol. El consumo de drogas o alcohol simplemente causa otros problemas, tales como problemas familiares y de salud.

Aspectos a tener en cuenta

La mala salud emocional puede debilitar el sistema inmunitario de su cuerpo. Esto hace que usted sea más propenso a tener resfriados y otras infecciones en los momentos emocionalmente difíciles. Además, cuando se siente estresado, ansioso o molesto, no puede cuidar de su salud tan bien como debería. Es posible que no sienta ganas de hacer ejercicio, comer alimentos nutritivos, o tomar un medicamento que le receta su médico. Puede abusar del alcohol, el tabaco u otras drogas. Otros signos de mala salud emocional incluyen:

- dolor de espalda
- cambios en el apetito
- dolor de pecho
- estreñimiento o diarrea
- sequedad en la boca
- cansancio extremo
- dolor y malestar general
- dolores de cabeza
- presión arterial alta
- insomnio(problemas para dormir)
- desvanecimientos
- palpitaciones (sensación de que su corazón se acelera)
- problemas sexuales

- dificultad para respirar
- rigidez en el cuello
- sudor
- molestias en el estómago;
- aumento o pérdida de peso

¿Cuáles son las 7 emociones básicas del ser humano?

Son **7 las emociones básicas o universales** que se manifiestan en todas las personas. Veamos **cuáles son y cómo se reconocen:**

1. Sorpresa
Se define como la **reacción que surge instintivamente ante lo inesperado.** Los ojos se abren más de lo normal, con tal de **ampliar el campo visual** y ser capaces de entender y reaccionar a lo que está sucediendo.

2. Tristeza
La expresión facial se caracteriza por unos **labios curvados hacia abajo** y unas **cejas que suben** hacia el interior, generando arrugas en la frente. Generalmente, esta emoción ayuda a **superar el dolor y a desahogarse** ante una situación negativa.

3. Desprecio
La característica más visual que permite reconocer el desprecio en una persona es la **asimetría de su rostro.** Esta emoción se relaciona con el poder y el estatus social, ya que quien expresa desprecio suele **sentirse superior a lo que le rodea.**

4. Miedo
Los **ojos** revelan completamente el miedo, ya que, al igual que en la sorpresa, se **desorbitan.** Además, otro rasgo característico son los **labios apretados y retraídos hacia atrás.** El miedo está directamente relacionado con la **supervivencia**, por lo que es una emoción muy potente.

5. Ira
El **ceño fruncido** es la primera pista para reconocer la ira, junto con la **tensión en los párpados inferiores y la mandíbula** y la intensidad que manifiesta la **mirada**. Esta emoción es muy explosiva y llama a actuar de maneras **impulsivas**, por lo que reconocerla temprano es muy útil para evitar la amenaza.

6. Asco
En este caso, el **labio superior tiende a subir y la nariz se arruga**, así que con esta expresión facial ya se puede suponer que la persona siente asco. Se trata de una **emoción muy difícil de contener**, así que es fácil identificar con rapidez.

7. Alegría
La alegría es la única emoción básica **completamente positiva** que facilita la conexión con las demás personas. Para detectar la verdadera alegría, se debe poner atención en los ojos de la persona, ya que una auténtica alegría **se manifiesta sonriendo con los ojos**, marcando unas **arrugas en el contorno exterior de los ojos.**

Las emociones juegan un papel vital en nuestro día a día
Si pensamos detenidamente en la trascendencia de nuestras emociones en nuestra vida diaria nos daremos cuenta rápidamente que son muchas las ocasiones en que éstas influyen decisivamente en nuestra vida, aunque no nos demos cuenta. Podríamos plantearnos: (1) ¿Compré mi coche haciendo cálculos sobre la rentabilidad y los comparé con otros modelos y marcas? (2) ¿Elegí a mi pareja porque era objetivamente la mejor opción? (3) ¿Es mi empleo el que me ofrece el mejor salario? **Gran parte de nuestras decisiones son influenciadas en mayor o menor grado por las emociones**.

Elementos de la Inteligencia Emocional
El principal divulgador de la Inteligencia Emocional, el psicólogo estadounidense **Daniel Goleman**, señala que los principales componentes que integran la Inteligencia Emocional son los siguientes.
1. Autoconocimiento emocional (o autoconciencia emocional)
Se refiere al **conocimiento de nuestros propios sentimientos y emociones** y cómo nos influyen. Es importante reconocer la manera en que nuestro estado anímico afecta a nuestro comportamiento, cuáles son nuestras capacidades y cuáles son nuestros puntos débiles. Mucha gente se sorprende de lo poco que se conocen a ellos mismos.
Por ejemplo, este aspecto nos puede ayudar a no tomar decisiones cuando estamos en un estado psicológico poco equilibrado. Tanto si nos encontramos demasiado alegres y excitados, como si estamos tristes y melancólicos, las decisiones que tomemos estarán mediadas por la poca racionalidad. Así pues, lo mejor será esperar unas horas, o días, hasta que volvamos a tener un estado mental relajado y sereno, con el que será más sencillo poder valorar la situación y tomar decisiones mucho más racionales.

2. Autocontrol emocional (o autorregulación)

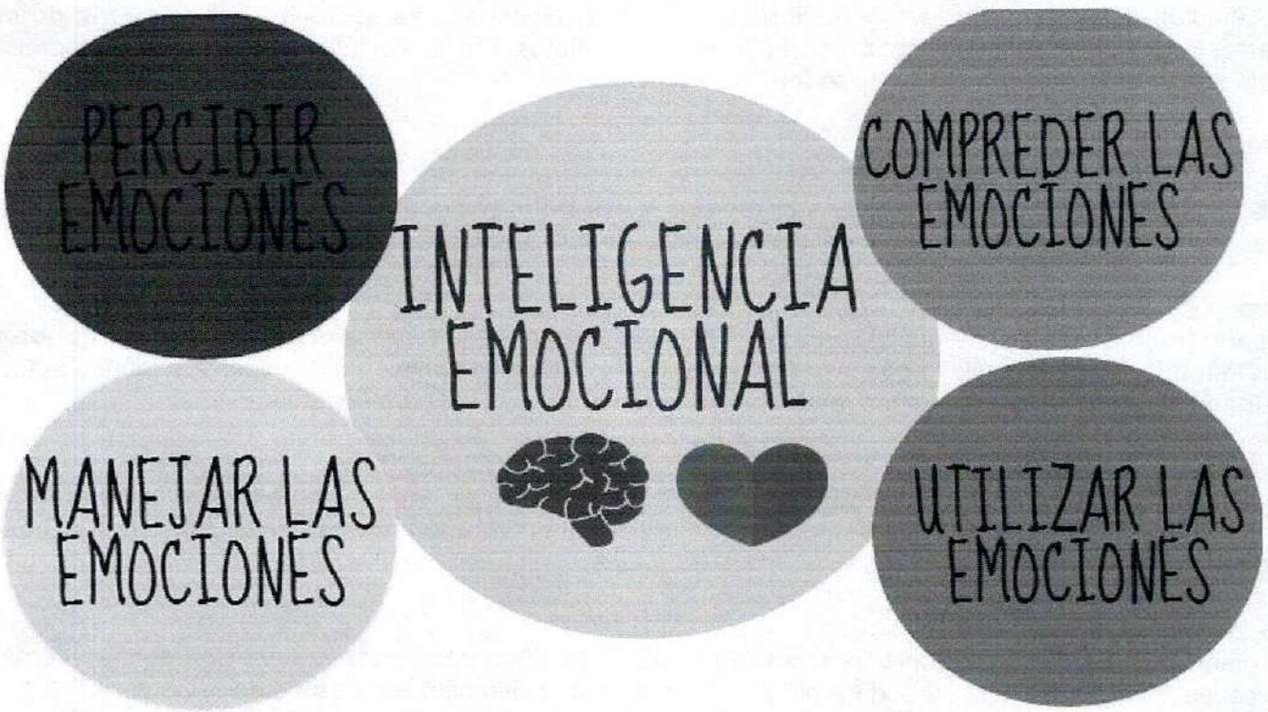
El **autocontrol emocional** nos permite reflexionar y dominar nuestros sentimientos o emociones, para no dejarnos llevar por ellos ciegamente. Consiste en saber detectar las dinámicas emocionales, saber cuáles son efímeras y cuáles son duraderas, así como en ser conscientes de qué aspectos de una emoción podemos aprovechar y de qué manera podemos relacionarnos con el entorno para restarle poder a otra que nos daña más de lo que nos beneficia.

Por poner un ejemplo, no es raro que nos enfademos con nuestra pareja, pero si fuéramos esclavos de la emoción del momento estaríamos continuamente actuando de forma irresponsable o impulsiva, y luego nos arrepentiríamos. En cierto sentido, buena parte de la regulación de las emociones consiste en saber gestionar nuestro foco de atención, de manera que no se vuelva contra nosotros y nos sabotee.

Se ha observado que la capacidad de autocontrol está muy ligada a la habilidad a la hora de utilizar el lenguaje: en muchos aspectos, saber gestionar adecuadamente las propias emociones depende de encontrar narrativas que nos permitan priorizar más unos objetivos a largo plazo que otros que tienen que ver con ceder a los impulsos de lo inmediato. Esto encaja con el hecho de que la Inteligencia Emocional comparte tiene mucho en común con la Inteligencia Verbal; tal y como se ha visto al analizar las puntuaciones en pruebas de inteligencia de muchos individuos, ambos constructos psicológicos se solapan mucho.

3. Automotivación

Enfocar las emociones hacia objetivos y metas nos permite mantener la **motivación** y establecer nuestra atención en las metas en vez de en los obstáculos. **En este factor es imprescindible cierto grado de optimismo e iniciativa**, de modo que tenemos que valorar el ser proactivos y actuar con tesón y de forma positiva ante los imprevistos.



Fuente de consulta:

https://www.areahumana.es/que-son-las-emociones/#
http://www.scielo.org.co/pdf/med/v17n1/v17n1a09.pdf
https://es.familydoctor.org/conexion-entre-mente-y-cuerpo-como-sus-emociones-afectan-su-salud/
https://formainfancia.com/7-emociones-basicas-cuales-son/

RECURSOS:

Físicos:

- televisor, computador, sillas, hojas, lápices.

Humanos:

- Participantes de etapa 2, profesionales en psicología y promotor social.

RESULTADOS:

Cualitativos: Como resultado de las actividades implementadas, se observó un avance significativo en la capacidad de los participantes para reconocer y aceptar sus emociones, comprendiendo la importancia de su expresión como parte fundamental del bienestar emocional. A través de ejercicios prácticos y reflexivos, se generaron espacios seguros donde pudieron identificar y verbalizar sus sentimientos, reduciendo así la represión emocional y favoreciendo una mayor autoconciencia. Esta exploración emocional permitió que los participantes reconocieran la relación entre sus emociones y su comportamiento, facilitando un mejor manejo de situaciones cotidianas y promoviendo interacciones más saludables con su entorno.

Asimismo, se fortaleció la resiliencia emocional al brindar herramientas que permitieron a los participantes identificar sus fortalezas personales y recursos internos para afrontar dificultades. Se evidenció una mayor disposición para utilizar estrategias de afrontamiento positivas, lo que contribuyó a una mejor gestión del estrés y de los conflictos interpersonales. Además, se logró sensibilizar a los participantes sobre la somatización de las emociones, ayudándolos a identificar signos físicos asociados a estados emocionales no gestionados y promoviendo la búsqueda de estrategias saludables para su regulación. Como resultado, se notó un incremento en la confianza personal y en la capacidad de los participantes para enfrentar desafíos emocionales con mayor seguridad y equilibrio.

Cuantitativos: Se contó con la asistencia de 11 participantes, de ellos 8 se reconocen como hombres y 3 como mujeres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: _____

ANEXO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Emociones básicas

línea de atención: IV dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

Fecha: 10/02/2025

Etapa II







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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Emociones basicas.

4. Fecha: 10/02/2025

5. Hora: 2:00pm.

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	52379788	Yenny Cristina Sabal	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1015431937	Daniel Castillo	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1023944189	Juan Sebastian Calledas	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1026555558	Cristian Lopez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1026555512	Diego Armando Prieto	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1023899784	Wilmer Nieto	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	74239602	Fabio Egresio	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1075684358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1030 [illegible]	Ana Beltrago	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1013639057	Mayerlin Gonzalez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79769127	Helbeath Garcia	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Yenny Lorena Acevedo

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 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 El Rosario		**FECHA:** 10/02/2025	**HORA:** INICIO: 2:00 pm FINAL: 4:00 pm
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Héctor Oswaldo Pérez Pérez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Estimulación cognitiva.

OBJETIVO GENERAL:
Enseñar a las y los ciudadanos de etapa 4, sobre la importancia de estar fortaleciendo continuamente la parte cognitiva y mental, por medio de la actividad física, el ejercicio y los deportes, para mejorar sus hábitos de vida saludable y bienestar dentro del servicio.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Instruir de manera teórico practica como realizar acciones de índole cognitivo a través de ejercicios de oxigenación mental, físicos y así ir mejorando en bienestar.
- Orientar a todos los partícipes del taller con etapa IV para que comprendan la incidencia positiva de mejorar su condición física y mental para un excelente proceso de desarrollo personal.
- Establecer métodos de entrenamiento, desde la lúdica, con rutinas de índole físico y cognitivo como herramientas para tener mejores habilidades motrices que ayuden a tener un buen autocuidado.

METODOLOGÍA:
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico - pedagógica, que favorecerá el aprendizaje practico y cognitivo de habilidades, destrezas y competencias que motiven a las y los ciudadanos de etapa 4 a desarrollar acciones físicas, cognitivas y deportivas, que incidan en su mejora constante de habilidades, destrezas y capacidades físicas, este taller será encaminada bajo la línea de atención 4, dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

- **Adecuación**: Se realizará la invitación a las y los ciudadanos que participarán del taller de desarrollo personal y se define la metodología a ejecutar, para que todas y todos los participantes tengan la mayor disposición para el mismo.

- **Primer momento:** Se explicará los objetivos a alcanzar durante la ejecución del taller de desarrollo personal y las acciones a realizar dentro del mismo.

- **Segundo Momento:** Se formará el grupo en posición de atención, para la charla previa a toda la actividad, donde se describirá las condiciones, reglas y elementos necesarios para el desarrollo de este taller.

➢ Teniendo en cuenta que se manejará con momento 3, se llevará a cabo una temática de fortalecimiento en los métodos de autocuidado, a partir de la lúdica, la preparación física, cognitiva y coordinativa con el propósito de mejorar sus acciones de la vida diaria, además de cambiar hábitos saludables, explicando cómo deberán adaptarse para mejorar y fortalecer sus habilidades, destrezas y capacidades físicas para mejorar su autocuidado, motricidad y bienestar.

➢ Deberán reconocer cada uno de los beneficios que conlleva mejorar en acciones de la vida diaria, desde la lúdica, la actividad física, la motricidad y el adecuado uso del tiempo libre, todo esto se complementará por medio de ayudas pedagógicas y se explicará el manejo, las prevenciones y los verdaderos beneficios para todo ser humano.

➢ Con el fin de distensionar a las y los ciudadanos que asistan, se explicaran ejercicios básicos que se pueden realizar en un día de su cotidianidad dentro y fuera de la comunidad como lo son:

  - Iniciar el día con mucha disposición, bañarse, hidratar al levantarse y realizar rutinas de índole físico.

- Movilidad articular, estiramientos, ejercicios cardiovasculares y ejercicios de vuelta a la calma; por medio de esto se pretende socializar la forma adecuada de realizar actividad física generando una adaptación al cuerpo.
- Rutinas y ejercicios de mejora de patrones fundamentales de movimiento, como lanzar, atrapar, caminar, correr, etc.
- También se explicará la forma debida de alimentarse, hidratarse y descansar para que el cuerpo genere una debida adaptación física y cognitiva.

- **Tercer momento:** Se llevará a cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su vida.

TEMAS: Educación física desde la corporeidad y la motricidad

La literatura actual reconoce una diferenciación entre movimiento y motricidad. El primero es concebido como el cambio de posición o de lugar del cuerpo, como un acto físico-biológico que le permite al individuo desplazarse. La motricidad es concebida como la forma de expresión del ser humano, como un acto intencionado y consciente, que además de las características físicas, incluye factores subjetivos, dentro de un proceso de complejidad humana (17). En esta perspectiva el cuerpo no es objeto, sino conciencia de sí como sujeto. Los nuevos paradigmas consideran el movimiento como una de las manifestaciones de la motricidad, la cual se centra en un ser humano multidimensional.
Marcel Mauss (18) habla de las "técnicas corporales" entendidas como "la forma en que una sociedad hace uso de su cuerpo de manera tradicional". Según este autor, cada cultura determina cuáles son los movimientos y posturas adecuados para sus prácticas corporales cotidianas.
Por otro lado, Prieto (19) afirma que el movimiento corporal puede abordarse desde dos enfoques: uno positivista, en el que el movimiento se entiende como el desplazamiento del cuerpo en un espacio o como una máquina en movimiento que le permite al hombre adaptarse al entorno. En este enfoque, el aprendizaje motor va de lo sencillo a lo complejo y está determinado por factores como las preferencias individuales al movimiento, la experiencia positiva que se adquiera y el medio ambiente que rodea el individuo. El segundo enfoque es la expresión del cuerpo a través de los gestos. El acto de expresar es exteriorizar una idea y un sentimiento por medio de una reacción corporal que tiene significado para otro.
Para el grupo académico "Cuerpo-Movimiento" de la Universidad Autónoma de Manizales, el movimiento humano no existe como una sumatoria de lo físico, lo motor, lo orgánico, lo funcional y lo cognitivo. Es más bien un sistema complejo que se auto estructura en niveles, subsistemas y componentes que establecen múltiples relaciones. En este sistema caben lo objetivo y lo subjetivo, lo histórico y lo cultural, lo particular y lo colectivo, lo cualitativo y lo cuantitativo, la explicación y la comprensión (20).

Importancia de la actividad física.

La actividad física es entendida como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS, world Health Organization 2005).
El término actividad física también se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de "ejercicio" físico.
Ejercicio físico, es un término más específico que implica una actividad física planificada, estructurada y repetitiva realizada con una meta, con frecuencia con el objetivo de mejorar o mantener la condición física de la persona. Condición física, es un estado fisiológico de bienestar que proporciona la base para las tareas de la vida cotidiana, un nivel de protección frente a las enfermedades crónicas y el fundamento para el desarrollo de actividades deportivas. Esencialmente, el término condición física describe un conjunto de atributos relativos al rendimiento de la persona en materia de actividad física.
La salud, es un reflejo del bienestar global físico, mental y social de la persona. Este término es mucho más amplio que la mera ausencia de enfermedad. La salud, como todos sabemos, es una característica que no se mantiene estable a lo largo del tiempo y que puede variar a lo largo de un desarrollo continuo desde situaciones próximas a la muerte (mala salud) hasta un funcionamiento fisiológico óptimo (alto nivel de bienestar).
Al trabajar en la deshabituación de conductas adictivas se debe abordar el mismo de manera interdisciplinaria, teniendo en cuenta esto una de las áreas a que deben formar parte del grupo interdisciplinario es el área de la Educación Física, porque la misma educa de manera integral, cuerpo y mente al mismo tiempo, y ofrece grandes cambios en muchas áreas de la conducta.
En el trabajo de deshabituación a las drogas se ha considerado mucho la importancia de la actividad física como parte del tratamiento, se ha visto que la misma ayuda al cambio de conductas y la recuperación de aquellas capacidades y condiciones físicas y psíquicas que se habían perdido. La actividad física permite que el paciente mejore su capacidad aeróbica, la coordinación general, orientado en el tiempo y espacio,

aprende a controlar sus impulsos nerviosos, la postura, la marcha; el mismo reconoce su cuerpo y aprende a cuidarlo, mejora la relación social por medio de mejoras en la comunicación, aprende a ganar y a perder, empieza a controlar la frustración.

El autocuidado

Esta teoría de la enfermera norteamericana *Dorothea Orem* está compuesta por las siguientes partes:

- El autocuidado.
- El déficit del autocuidado.
- Los sistemas de Enfermería.

El autocuidado es la práctica de actividades que las personas pueden hacer con arreglo a su situación temporal y por su propia cuenta con el fin de seguir viviendo, mantener la salud y prolongarla.1

El déficit del autocuidado es la incapacidad para auto cuidarse porque la demanda de autocuidado es mayor que la capacidad que tiene para hacerlo.1

El enfermero se trazará acciones para enseñar a la persona a lograr el autocuidado con una planificación y diseño de las acciones:

- Totalmente compensatorio: el enfermero se pone en el lugar del paciente y este depende totalmente de él, tal es el caso de pacientes con ingreso domiciliario, encamados o parcialmente postrados.
- Parcialmente compensatorio: se combinan las acciones del paciente y las del enfermero.
- Ayuda/educación: es lo que se le orienta al paciente para que se auto cuide, qué debe hacer él solo o con ayuda de la familia.

Es precisamente en este sistema de Enfermería/educación, donde se centra la atención de que el autocuidado exista o no, con la ayuda de métodos de ayuda más eficaces como:

- La orientación.
- La dirección.
- El apoyo físico y psicológico.
- La enseñanza de nuevos y variados estilos de vida sanos que él sea capaz de seleccionar.

La teoría del autocuidado de *Dorothea Orem* complementa la actuación integral de Enfermería tanto en su método científico, la investigación, el lenguaje común, como la taxonomía y el cuidado, usando las herramientas de: la visión. El límite, el lenguaje, la categorización y el estilo enfermero.

El personal de Enfermería al apoderarse de los conocimientos de los elementos del estilo de vida como componente transcultural y la teoría del déficit del autocuidado de *Orem* será capaz de brindar un autocuidado holístico con un lenguaje cultural común al penetrar en los hogares y el entorno de sus pacientes, es decir, integralmente.

El personal de enfermería tiene la posibilidad de promocionar salud con el objetivo de lograr salud para todos, teniendo como meta aumentar la prevención y acrecentar la capacidad de hacer frente a nuevas conductas generadoras de salud tales como el autocuidado, la ayuda mutua y facilitar ambientes saludables:

- Alimentación adecuada.
- Hábitos de vida saludables.
- Higiene personal.
- Viviendas higiénicas.
- Condiciones de trabajo satisfactorias.
- Prevención de la fatiga.
- Ejercicios sistemáticos y equilibrados.
- Recreación, descanso y sueño.

Entre otras cosas es necesario conocer la organización social de la familia, su filosofía, economía colectiva y sistemas políticos, incluyendo también el ambiente comunitario y nunca obviar los riesgos a los que puede estar sometida la persona, la familia y la comunidad.

Descripción de las características del estilo de vida como componente transcultural y el autocuidado

En las actividades de educación para la salud, el personal de enfermería tiene la posibilidad de orientar el autocuidado y la opción de dirigirlo hacia los elementos donde identifique la presencia de su déficit.

Manejo de aspectos positivos:

- Reconocer las capacidades de las personas.
- Aceptar a la persona en su totalidad (la aceptación es la piedra angular de la autoestima).

Tendremos en cuenta:

- Los talentos, habilidades y capacidades.
- Los intereses.
- Las áreas potenciales de crecimiento (área para mejorar).
- Atenderlo y aceptarlo desde las dimensiones antropológica, psicológica y sociocultural.

Manejo de los aspectos negativos:

- Límites que tiene la persona, familia o la comunidad.
- Malos hábitos.

Fuente de consulta:

González Correa, A. M., & González Correa, C. H. (2010). Educación física desde la corporeidad y la motricidad. *Hacia la Promoción de la Salud*, *15*(2), 173-187.

Biondi, R. F. (2007). La importancia de la actividad física en el tratamiento de deshabituación a las drogas. Alcmeón, 14(2), 82-89.

Rojas Teja, J., & Zubizarreta Estéve, M. (2007). Reflexiones del estilo de vida y vigencia del autocuidado en la atención primaria de salud. *Revista Cubana de enfermería*, *23*(1), 0-0.

RECURSOS:

Físicos:

- Aula Gabriel García, marcadores, listado, tabla, esfero.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, profesional de educación física

RESULTADOS:

Cualitativos

Para el desarrollo del taller se pudo cumplir con el objetivo de enseñar a las y los ciudadanos de etapa 4, sobre la importancia de estar fortaleciendo continuamente la parte cognitiva y mental, por medio de la actividad física, el ejercicio y los deportes, para mejorar sus hábitos de vida saludable y bienestar, tema que les pareció de gran importancia a cada uno de los asistentes al taller reconociendo la importancia de la preparación física, el autocuidado, un buen desgaste energético y así mejorar su bienestar dentro y fuera de la comunidad de vida. Al final del taller se pidió a los asistentes sacar una conclusión del mismo, con base en lo anterior varios de los participantes manifestaron que desde su ingreso a la comunidad de vida, sus hábitos mejoraron luego de iniciar procesos de vida saludable por medio de la práctica de actividad física y el desgaste energético diario, refiriendo que luego de su adaptación el cuerpo se ve mejor su actitud, estados emocionales, capacidad cognitiva y bienestar son mucho mejores y tienen más motivación por ser cada día más virtuosos.

Cuantitativos

Durante el transcurso del taller asistieron 8 participantes, 1 de género femenino de género, 7 de género masculino, 3 de ellos de enfoque diferencial.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hernan Ortiz

Registro Fotográfico
Nombre de la actividad: Estimulación cognitiva.
Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
10/02/2025
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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Estimulación Cognitiva

4. Fecha: 10/02/2025

5. Hora: 2:00PM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiana					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	1044791314	JHONNY ESTIVEN BLANCO	37	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X					JHONNY	
2	CC	7144981	ELKIN PEREZ	50	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
3	CC	1032444044	SHANTAL RAMIREZ	33	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
4	CC	79631342	LUIS FONTECHA	54	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X					LUIS F	
5	CC	11224660	JAIME PUENTES	44	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
6	CC	80729009	JHON RAMIREZ	42	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X					JHON	
7	CC	79835163	EDWIN BONILLA	46	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
8	CC	98585067	FREDDY VELASQUEZ	53	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X					FREDDY	
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Oswaldo Pérez

14. Cargo o rol del responsable: Educador Físico

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorizacion 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_particular/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 privilegiados 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 El Rosario		**FECHA:** 10/02/2025	**HORA:** INICIO: 2:00 p.m. FINAL: 4:00 p.m.
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Stefany Nieto Dionicio	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: etapa V: poesía ciudadana

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la expresión emocional y creativa a través de la poesía en los ciudadanos y las ciudadanas de la Comunidad de vida El Rosario.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Estimular la imaginación y la reflexión en un ambiente inclusivo y respetuoso.
- Fortalecer habilidades básicas de lectura y escritura.

METODOLOGÍA:

Durante la implementación del taller formativo, se trabajará con los ciudadanos por medio de una metodología lúdica- pedagógica, con el propósito de guiar a los participantes a reflexionar sobre su vida, resignificar experiencias pasadas y proyectar un nuevo significado hacia el futuro por medio de la lectura y la escritura canalizada en poesía. Esta actividad se dará bajo la Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

adecuación: durante el taller de desarrollo personal se adecua el espacio en mesa redonda y se realizan los siguientes momentos, tendrá lugar en el aula de artes.

Primer momento: Se realiza presentación de la pedagoga Angie Nieto y se brinda la bienvenida a los participantes. Pedir a cada participante que diga su nombre e indique sus saberes previos frente a la poesía.

Segundo Momento: Se lee en voz alta un fragmento del texto de Saint-Exupéry, A. (2019). *El Principito: The Little Prince*. Editorial Verbum.

Tercer momento: Hacer preguntas para reflexionar: ¿Qué te llamó la atención del texto?
¿Te sentiste identificado con algún momento o personaje?

Cuarto momento: Tema: "Mi momento especial"
Invitar a los participantes a escribir sobre un momento importante o feliz de su vida.
Pueden ser frases, palabras sueltas o dibujos si no saben escribir fluidamente.
Apoyo: Los facilitadores ayudan a los participantes que lo necesiten, guiándolos para que expresen sus ideas.
Variación: Para quienes no quieran escribir sobre sí mismos, pueden inventar una historia breve de un personaje imaginario.

Quinto momento: Invitar a los participantes que deseen a leer o compartir lo que escribieron.
Reflexión final:
¿Cómo se sintieron al escribir?
¿Qué aprendió de esta experiencia?
Se agradece por la participación de todos.

Reacondicionamiento del espacio: Se invitará a los ciudadanos y ciudadanas, dejar el espacio en el que se trabajó limpio y organizar los materiales utilizados en la actividad desplazándolos al cuarto implementos deportivos, de inmediato seguir su vida cotidiana.

TEMAS:

Andragógia: Los procesos de educativos se centran en dinámicas enfocadas en la edad inicial para proyectar y generar apertura en la vida, sin embargo, este es un proceso continuo. A ello se refiere a Kant en su obra sobre educación, quien analógicamente plantea que, a diferencia de los demás animales, el ser humano no trae un proceso completo instintivo, debe pasar por principios educativos, es decir, no vienen completos como especie. De lo anterior se puede inferir que la educación y los procesos de enseñanza y aprendizaje no se detiene en lo largo y de la vida, así pues, expresiones como "loro viejo no aprende hablar" no contemplan las capacidades adquiridas en los seres humanos. Con base en lo anterior, la pedagogía históricamente se ha encargado de plantear y responder a las preguntas educativas, sobre cómo enseñar, para qué enseñar, y que enseñar, referentes han evidenciado estrategias para la enseñanza y aprendizaje, no solo en etapas iniciales sino en procesos continuos, de allí nace el concepto de Andragogia que "es la

ciencia y el arte de instruir y educar permanentemente al hombre en cualquier período de su desarrollo psicológico en función de su vida cultural, ergológica y social". (UNESR. 1984; 18).

Estilos de aprendizaje:
Los distintos modelos y teorías existentes sobre estilos de aprendizaje ofrecen un marco conceptual que nos permita entender los comportamientos diarios, como se relacionan con la forma en que están aprendiendo los ciudadanos y el tipo de acción que pueden resultar más eficaces en un momento dado. Existe una diversidad de concepciones teóricas que han abordado, explícitamente o implícitamente, los diferentes 'estilos de aprendizaje'. Todas ellas tienen su atractivo, y en todo caso cada cual la seleccionará según qué aspecto del proceso de aprendizaje le interese. Así, por ejemplo, Kolb se refiere a los estilos activo, reflexivo, teórico y pragmático (Alonso et al, 1994:104), mientras que otros tienen en cuenta los canales de ingreso de la información. En este último sentido se consideran los estilos visual, auditivo y kinestésico, siendo el marco de referencia, en este caso, la Programación Neurolingüística, una técnica que permite mejorar el nivel de comunicación entre docentes y alumnos mediante el empleo de frases y actividades que comprendan las tres vías de acceso a la información: visual, auditiva y táctil (Pérez Jiménez, 2001). Es así que se han intentado clasificar (Sin mención de autor, 2001a) las diferentes teorías sobre estilos de aprendizaje a partir de un criterio que distingue entre selección de la información (estilos visual, auditivo y kinestésico), procesamiento de la información (estilos lógico y holístico), y forma de empleo de la información (estilos activo, reflexivo, teórico y pragmático). Debe tenerse presente que en la práctica esos

Fomento de lectura y escritura en adultos mayores: En este artículo se presenta una intervención para la formación continua y la vinculación social de adultos mayores utilizando la lectura y la escritura. El objetivo fue desarrollar habilidades de lectura en voz alta, reflexión crítica, escritura creativa y estimulación cognitiva. La metodología empleada fue la investigación-acción, con actividades de lectura dialógica y escritura creativa. Se logró una mejoría en las competencias comunicativas, conocimiento de textos literarios, desarrollo de la memoria, concentración y análisis, capacidad para interrelacionarse, colaboración, trabajo en equipo y expresión de sentimientos. Los adultos mayores pueden aprender y relacionarse, pero requieren espacios incluyentes donde, bajo una guía adecuada, puedan desenvolverse.

Estrategias de lectura y escritura en jóvenes y adultos con bajo nivel de alfabetización: Las investigaciones realizadas desde el marco de la Psicología Cognitiva con niños hablantes de español muestran que, por las características fonéticas, fonológicas y ortográficas de nuestra lengua, el aprendizaje de la lectura y de la escritura está sesgado hacia estrategias fonológicas. Pero no se han realizado estudios en profundidad que hayan explorado este sesgo en poblaciones adultas que comienzan a alfabetizarse. El presente trabajo tiene por objeto estudiar las estrategias de lectura y escritura de jóvenes y adultos iletrados que están comenzando su proceso de alfabetización. Con este objetivo se administró una serie de pruebas de conciencia fonológica y una prueba de lectura y escritura de palabras a un grupo de 30 jóvenes y adultos iletrados. Los resultados obtenidos parecen indicar que en esta población el patrón de aprendizaje es el mismo que en los niños, en cuanto al predominio de estrategias fonológicas. Dichos resultados proporcionan nueva evidencia empírica que permite revisar la pertinencia del modelo de doble ruta en el procesamiento de palabras en lenguas de escritura transparente.

Fuente de consulta:

- https://cursa.ihmc.us/rid=1R440PDZR-13G3T80-2W50/4.%20Pautas-paraevaluar-Estilos-de-Aprendizajes.pdf
- https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/47786598/alcala1998-libre.pdf?1470318180=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPROPUESTA_DE_UNA_DEFINICION_UNIFICADORA.pdf&Expires=1731529669&Signature=gLHp6k6zvCMXeII9YnOX3EkeaIxccO2BeuFLf6uNZNUTYot6nVCkOCHj1ynUcMAEqaHDEbWsgkT-tBTtVLc5pow96SrOzCYHcRluqE3tX5Du8Q-MgBPBro1NIP1c6qT3sZ-vIrMUb2zxIwQCT9h1EBoaUQexOyGnd0zLj~pIV-yJdKf12krg0PYvzNAXFZJmp~V30daTD4HC6K3Lg7pcoIUiEvZLjdb0Cc0P4iVKtg8iauaKjSDVzLiRKLI030Uwjw8vTo59GM~v04PdUDrJ1cctNqzQ9EyTVxVtwzH1sUUoF~Zo5FC9fpnCiLjVnc3X85cgrl34DsCkF067WpIcPg__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
- de Saint-Exupéry, A. (2019). *El Principito: The Little Prince*. Editorial Verbum.
- Herros Sánchez, I. G., & Jarvio Fernández, A. O. (2022). Fomento de lectura y escritura en adultos mayores. *LiminaR*, *20*(1).
- Benítez, M. E., & Borzone, A. M. (2012). Estrategias de lectura y escritura en jóvenes y adultos con bajo nivel de alfabetización. *Revista del IICE*, (31), 117-134.

RECURSOS:
Físicos:

- Computador, lápiz, borrador y tajalápiz.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida.

RESULTADOS:

Cualitativos: durante el espacio los ciudadanos se mostraron receptivos y expectantes frente al lanzamiento del programa de Pedagogía en la Comunidad de vida El Rosario, lo que permitió, incentivar la participación de la comunidad frente a los diferentes momentos, los cuales, por medio de la reflexión y la transversalidad buscan fortalecer las habilidades individuales de cada ciudadano, en pro de reducir los factores de riesgo asociados al fenómeno de habitabilidad de calle.

Cuantitativos:

Se contó con la participación total de 17 ciudadanos entre los cuales, se encuentran 1 perteneciente a la comuninidad LGBTIQ+

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

ANEXO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: etapa V: poesía ciudadana

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

Fecha: 10/02/2025

Comunidad de Vida





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Etapa V: Poesía ciudadana

4. Fecha: 10/02/2025

5. Hora: 02:00 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	79884700	Jhon Fernando Cardenas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	cc	11527480	Luis mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79EE4E92	Alejandro Villamizar	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	cc	7175810	Jaime alberto R.	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	9600 459	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	15887732	DIEGO A GIL CALLE	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	3507734	Rodolfo Betancur	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	65489014	ARLEX ZAMORANO	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79790607	Fernando Acero	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1033745862	Jhon Mora	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1033701184	ALEXANDER RIVERA	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	Ce	79918641	Argenis Velasco C.	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1039775	Jesus Mago	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1136910258	David Navarro	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	7/142071	Hector Gonzalez	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	8005633	Andres Rodriguez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	79617546	Juan C. Garcia	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Dionicio

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 el Rosario	**FECHA: 11/02/2025**	**HORA:** 2:00 PM 4:00 PM
ÁREA: Primeros auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	KARIN CEPEDA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Consecuencia debido al consumo de sustancias

OBJETIVO GENERAL:
Capacitar a la población habitante de calle y en riesgo de estarlo a cerca de la importancia de las Consecuencias debido al consumo de sustancias, dando a conocer las diferentes consecuencias y enfermedades que conllevan estas sustancias, de una manera psicoeducativa con el fin de sensibilizar a la población e incentivar a llevar a cabo una vida saludable libre de sustancias y enfermedades.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Dar a conocer a la población la importancia de las consecuencias que se presentan en nuestras vidas en el momento de consumir sustancias.
- Capacitar a los asistentes acerca de las enfermedades causadas por el debido consumo de sustancias, esto con el fin de prevenir complicaciones de salud a largo plazo.
- Incentivar a los ciudadanos acerca de la importancia de adoptar hábitos de vida saludable con el fin de prevenir enfermedades a largo y corto plazo debido al consumo de sustancias.

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 con ciudadanos de Etapa 1, se utilizará la metodología psicoeducativa generando interés y adaptación al contenido de una forma práctica ya que se busca promover los métodos y la educación que permiten que los ciudadanos y las ciudadanas conozcan y se informen acerca de las consecuencias debido al consumo de sustancias

- **Adecuación:** Se utilizará el espacio de sala de tv de casa 2, adecuándola con sillas con el fin de garantizar la comodidad de los ciudadanos, se utilizará como herramienta, un computador portátil, el Smart tv de la sala, una mesa para estos elementos y un listado de asistencia el cual evidencia la participación de los ciudadanos que estuvieron presentes en el espacio.
- **Primer momento:** Se dará la bienvenida a los ciudadanos participantes del taller con la presentación de la actividad que gira en torno a las consecuencias debido al consumo de sustancias, iniciando con una lluvia de ideas, donde cada ciudadano dará opiniones y conocimientos propios acerca del tema.
- **Segundo Momento:** Se realizará el desarrollo del tema en general, proyectando una presentación de power point interactuando con cada ciudadano acerca de las consecuencias debido al consumo de sustancias y las enfermedades provocadas por ellas.
- **Tercer momento:** Se realizará una reflexión y autorreconocimiento acerca de la importancia de prevenir el consumo de sustancias. Se finalizará el taller resolviendo dudas de parte de los ciudadanos asistentes.
- **Reacondicionamiento del espacio:** Una vez terminado el taller, se invitará a los ciudadanos a organizar el espacio en las condiciones en las que lo encontraron, como parte del proceso de corresponsabilidad en comunidad de vida, quienes acatan cumpliendo la petición del profesional.

TEMA: CONSECUENCIA DEBIDO AL CONSUMO DE SUSTANCIAS



¿Qué otras consecuencias tienen la drogadicción para la salud?
Las personas adictas a menudo tienen uno o más problemas de salud relacionados con las drogas, que pueden incluir enfermedades pulmonares o cardíacas, embolia, cáncer o problemas de salud mental. Las escenografías, las radiografías de tórax y los análisis de sangre pueden comprobar los efectos perjudiciales del consumo de drogas a largo plazo en todo el organismo.
Por ejemplo, ahora es bien sabido que el humo del tabaco puede producir varios tipos de cáncer, la metanfetamina puede causar problemas dentales graves (conocidos como *boca de metanfetamina*) y los opioides pueden originar una sobredosis y causar la muerte. Además, algunas drogas, como los inhalantes, pueden dañar o destruir las células nerviosas del cerebro o del sistema nervioso periférico (el sistema nervioso fuera del cerebro y la médula espinal).

El consumo de drogas también puede aumentar el riesgo de contraer infecciones. Al compartir elementos que se usan para la inyección de drogas o tener conductas sexuales no seguras (como actividad sexual sin condón), es posible contraer el virus de inmunodeficiencia humana (VIH) y el de la hepatitis C (una enfermedad hepática grave). También es posible contraer infecciones del corazón y sus válvulas (endocarditis) y de la piel (celulitis) debido a la exposición a bacterias que puede ocurrir con el consumo de drogas inyectables.
El consumo de drogas, ¿genera otros trastornos mentales? ¿O son los trastornos mentales los que llevan a consumir drogas?
El consumo de drogas con frecuencia coexiste con otras enfermedades mentales. En algunos casos, trastornos mentales como la ansiedad, la depresión o la esquizofrenia pueden estar presentes antes de la adicción. En otros, el consumo de drogas puede desencadenar o empeorar esos trastornos de salud mental, particularmente en las personas que tienen ciertas vulnerabilidades específicas.
Algunas personas con trastornos como ansiedad o depresión pueden consumir drogas para intentar aliviar los síntomas psiquiátricos. Esto puede exacerbar el trastorno mental en el largo plazo y aumentar el riesgo de adicción. El tratamiento de todos los problemas coexistentes debe ser simultáneo.

¿De qué manera la adicción puede causar daño a otras personas?
Más allá de las consecuencias perjudiciales para la persona adicta, el consumo de drogas puede causar problemas graves de salud para otros. Algunas de las consecuencias más graves de la adicción son:
Efectos negativos del consumo de drogas durante el embarazo o la lactancia: El consumo de drogas o medicamentos por parte de una mujer embarazada puede hacer que el bebé sufra de abstinencia al nacer, una afección conocida como *síndrome de abstinencia neonatal* (SAN). Los síntomas serán distintos dependiendo de la droga que haya consumido la madre, pero pueden incluir temblores, problemas para dormir y alimentarse, y hasta convulsiones. Algunos niños que estuvieron expuestos a las drogas tendrán problemas de desarrollo relacionados con el comportamiento, la atención y la facultad de pensar. Hay investigaciones actualmente en curso que están explorando si estos efectos en el cerebro y el comportamiento se extienden a los años de la adolescencia y causan problemas continuos de desarrollo. Además, algunas sustancias pueden pasar a la leche materna. Los científicos todavía están estudiando los efectos a largo plazo en un niño que está expuesto a las drogas durante la lactancia.
Efectos perjudiciales del humo de segunda mano: El humo de tabaco de segunda mano expone a las personas que se encuentran cerca del fumador a por lo menos 250 sustancias químicas que se sabe son perjudiciales, en especial para los niños. La exposición involuntaria al humo de segunda mano aumenta el riesgo de enfermedades cardíacas y de cáncer de pulmón en personas que nunca han fumado. Además, los riesgos de salud que se sabe tienen la exposición al humo de tabaco de segunda mano hacen surgir la pregunta de si la exposición al humo de marihuana de segunda mano tiene riesgos similares. Hasta ahora se han realizado pocas investigaciones sobre este tema. Sin embargo, un estudio halló que algunos participantes que estuvieron expuestos a marihuana con alto contenido de THC en una habitación sin ventilación reportaron efectos leves de la droga, y otro estudio mostró pruebas positivas de orina en las horas inmediatamente después de la exposición. Es poco probable que la exposición al humo de marihuana de segunda mano arroje resultados positivos en una prueba de detección de drogas, pero es posible.
Mayor transmisión de enfermedades infecciosas: La inyección de drogas es la causa de uno de cada diez casos de VIH. El consumo de drogas inyectables también es uno de los principales factores en la transmisión de la hepatitis C, y puede causar endocarditis y celulitis. La inyección de drogas no es la única manera en que el consumo de drogas contribuye a la transmisión de enfermedades infecciosas. Las drogas que se usan en forma indebida pueden causar una embriaguez que nubla el juicio y aumenta la posibilidad de tener conductas sexuales riesgosas, como actividad sexual sin condón.
Mayor riesgo de sufrir un accidente de auto: El consumo de drogas ilícitas o el uso indebido de drogas recetadas puede convertir en peligrosa la conducción de un automóvil, en forma similar a cuando se conduce después de beber alcohol. Quien conduce drogado pone en peligro no solo su propia vida, sino también la de los pasajeros y otras personas que están en la vía pública. En el año 2016, casi 12 millones de personas de 16 años o más reportaron haber conducido bajo los efectos de drogas ilícitas, incluida la marihuana. Después del alcohol, la marihuana es la droga que más frecuentemente se asocia a la conducción de automóviles con capacidades disminuidas. Estudios de investigación han demostrado los efectos negativos de la marihuana en los conductores, entre ellos mayor zigzagueo entre carriles, poca velocidad de reacción y falta de atención al camino.

FUENTE: https://nida.nih.gov/es/publicaciones/las-drogas-el-cerebro-y-la-conducta-la-ciencia-de-la-adiccion/la-adiccion-y-la-salud#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20otras%20consecuencias%20tiene%20la,o%20problemas%20de%20salud%20mental.

RECURSOS:
Físicos: Sillas, 1 Planilla de asistencia, 1 computador portátil, Smart tv, mesa.
Humanos: Ciudadanos, Auxiliar de primeros auxilios

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Los ciudadanos de comunidad de vida asistentes mostraron buen interés acerca del tema en general, puesto que según refieren es muy importante tener claridad y conocimiento de las consecuencias y enfermedades que causa el consumo de sustancias en sus vidas.
- Los ciudadanos asistentes se lograron sensibilizar acerca de las diferentes enfermedades y consecuencias a causa del consumo de sustancias, sus signos y síntomas, así como sus signos de alarma.
- Los ciudadanos mostraron buena participación acerca del tema tratado, refiriendo es muy importante la información dada, ya que refieren la importancia ser conscientes de su estado de vida saludable, animados a mejorar sus vidas.

Cuantitativos:
Se logro la convocatoria de 15 ciudadanos de comunidad de vida de etapa I en donde se identifica que la población capacitada se distribuyó de la siguiente manera:

Mujeres:1
Hombres:14
Lgtbi: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: Kahn C.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hernan Ota S

REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: CONSECUENCIA DEBIDO AL CONSUMO DE SUSTANCIAS

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

FECHA: 11/02/2025

Etapa I



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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Consecuencias debido al Consumo de sustancias
4. Fecha: 11-02-2025
5. Hora: 2:00 PM

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	2974683	Roberto Lumbano	65	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
2	Cc	80928413	Jose Orte Sierra	43	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
3	Cc	3956543	Sandra Reyes	45	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
4	Cc	91'226'255	TEIRO BENAVIDES M	61	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
5	Cc	79895951	Jhon Mayo	47	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
6	CC	11224660	Jaime Ivan Fuentes T	44	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
7	Cc	80913495	JESUS BELMAR	43	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
8	Cc	72169302	Ricardo Carrasquilla	56	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
9	Cc	7547755	Alirio Gomez D.	62	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
10	Cc	75071769	Andres Castaño	48	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
11	Cc	79995604	JAIR YEPES	43	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
12	Cc	94422936	Jhon Patiño	40	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
13	Cc	79974358	Henry Sierra	46	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
14	Cc	1073691732	VICTOR MONTOYA	39	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
15	Cc	1073733815	David Cuello	33	No Aplica	No Aplica	No Aplo			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Karen Yaneth Cabeza C.
14. Cargo o rol del responsable: Auxiliar de enfermeria
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 recolectaran 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 El Rosario	**FECHA:** 11/02/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 pm FINAL: 04:00 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Yeimy Lorena Guevara

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Adaptación al cambio

OBJETIVO GENERAL:
Fortalecer la adaptación al cambio y actitud de logro, a partir de una metodología psicoeducativa, promoviendo la realización de acciones concretas y reales para dar cumplimiento a sus expectativas de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Facilitar el reconocimiento de una adaptación al cambio saliendo de la zona de confort
- Brindar herramientas favorables para la motivación al cambio en cuanto a su egreso.
- Motivar a la puesta en marcha de acciones enfocadas a su proceso de crecimiento personal.

METODOLOGÍA:
El taller de formación personal se desarrollará por medio de una metodología psico-educativa que favorece el fortalecimiento de una adecuada adaptación al cambio y actitud de logro, desde su motivación intrínseca con la línea de atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, lo anterior con personas que se encuentran en etapa 3

- **Adecuación**: Se convocará a los ciudadanos con el apoyo del área de promotoría en donde se organizará el espacio, teniendo en cuenta los materiales a utilizar para dar inicio a la actividad, que se desarrollará en el aula múltiple

- **Primer momento:** Se iniciará con una dinámica de dibujo donde cada participante representa su vida como un río, incluyendo momentos de calma y situaciones de turbulencia, exponiendo la edad aproximada que tenían cuando ocurrieron estos eventos. Luego, comparten sus dibujos y reflexionan sobre cómo han enfrentado los cambios a lo largo de su vida. Esta actividad permitirá reconocer que el cambio es parte de la experiencia humana y que cada persona tiene su propio ritmo para adaptarse, siendo la comunidad de vida un espacio idóneo que permite la transformación.

- **Segundo Momento:** Se entregará a las participantes imágenes de distintos escenarios de cambio (como mudanzas, nuevas oportunidades, pérdidas o logros) y se les pedirá que en grupos construyan un Mapa del Cambio, identificando las emociones, pensamientos y acciones asociadas a cada situación que más les ha generado malestar y sensación de satisfacción. Posteriormente, cada grupo socializa su trabajo y se reflexiona en conjunto sobre cómo estas situaciones se relacionan con su propia vida. Se realizará un juego de roles llamado "El Puente de la Adaptación", donde los participantes deben superar diferentes desafíos simbólicos (representados por obstáculos físicos o pruebas en el espacio) que reflejan dificultades reales de adaptación al cambio. Cada obstáculo tiene un mensaje clave (como "gestionar la frustración", "pedir ayuda", "buscar alternativas"), y al final del recorrido se comparte la experiencia y se identifican estrategias prácticas para afrontar cambios en la vida cotidiana.

- **Tercer momento:** posteriormente se realiza la proyección del corto video "ALTHE invisible CHILDREN" en donde se resalta la adaptación al cambio, y que herramientas tiene cada uno para enfrentar esta etapa en su proceso de egreso. De esta manera se debate la enseñanza que deja el video. Cada participante escribe una carta dirigida a su "yo del futuro", reflexionando sobre los cambios que está enfrentando y comprometiéndose con estrategias para adaptarse mejor. Luego, se construye un mural colectivo llamado "Mi Nueva Ruta", donde colocan frases de motivación y aprendizajes del taller. Se finaliza con una ronda de palabras clave sobre lo aprendido, reforzando la importancia de la resiliencia y la actitud positiva frente a los cambios.
  Para cerrar el espacio se solicitará a uno o dos asistentes que voluntariamente genere las conclusiones entono a lo aprendido en el espacio.

- **Reacondicionamiento del espacio:** Se solicita a los participantes dejar en completo orden el espacio utilizado para la actividad.

TEMAS:
Orientaciones generales Muchos son los cambios que se están produciendo en la sociedad que exigen nuevas actitudes y planteamientos por parte de los individuos. No podemos dejar que las cosas sucedan y permanecer ajenos a tales circunstancias, pues nos generaría inseguridad hacia nuestro propio futuro. Para que esto no ocurra, hemos de ir ajustando nuestro comportamiento a las nuevas normas, es decir, debemos adaptarnos.

. **Definición de adaptación al cambio:** Capacidad para adaptarse y avenirse a los cambios, modificando si fuera necesario la propia conducta para alcanzar determinados objetivos cuando surgen dificultades, nueva información o cambios en el medio, ya sean del entorno exterior, de la propia organización, del cliente o de los requerimientos del trabajo en sí. Esta competencia hace referencia a la versatilidad en el comportamiento, en la emisión de conductas adaptativas y no tanto a los cambios de tipo cognitivos o en los sistemas de valores, expectativas y/o creencias del sujeto.

Características que deben desarrollarse: Las personas con esta competencia son capaces de adquirir nuevas pericias o habilidades, capaces también de incorporarse fácilmente a un nuevo equipo de trabajo, permanecen abiertas a los nuevos datos y pueden renunciar a las antiguas creencias y adaptarse a los nuevos tiempos. - Aceptan y se adaptan fácilmente a los cambios - Responden al cambio con flexibilidad - Son promotores del cambio - Manejan adecuadamente las múltiples demandas, reorganizan pronto las prioridades - Adaptan sus respuestas y tácticas a las circunstancias cambiantes - Tienen una visión flexible de los acontecimientos
Orientaciones específicas.

El proceso del cambio:
El cambio es un proceso necesario; a través de él, se crea un crecimiento personal, social y organizacional. Con el cambio se genera una evolución en todas las áreas y existe una renovación de los métodos y estrategias empleadas. El cambio genera una mayor creatividad. En el ámbito personal este proceso de cambio consiste en: a. Identificar situaciones y momentos que requieran una nueva respuesta b. Anticiparse a las situaciones de cambio, previendo las posibles consecuencias c. Analizar las situaciones y encontrar las adecuadas respuestas personales d. Adaptarse con eficacia a las distintas y variadas situaciones que se nos plantean en la conveniencia y gestión con personas o grupos diversos Cuando los cambios se dan en las organizaciones de trabajo, las personas deben: • Ser abiertas y responder constructivamente a los cambios en las organizaciones y en el entorno personal • Aceptar los cambios y buscar la posibilidad y oportunidad de desarrollarse personal y profesionalmente • Apoyar y promover nuevos planes y procesos • Encontrar soluciones para mejorar las estrategias existentes Hay ideas erróneas que generan confusión con respecto a proceso de cambio, estas son: • El cambio es el resultado de una reacción ante un problema • El cambio solo afecta a la estructura organizativa • Todos nos adecuamos por igual al cambio ¿Qué sucede con el aspecto emocional del ser humano? En tanto que las emociones son el motor de la acción y éstas pueden ser positivas o negativas y de diferente intensidad, esas emociones y los comportamientos que las pueden suceder, pueden ser favorables (promoviendo el crecimiento) o adversas (impidiendo el crecimiento). Así, el estado de alegría puede ser positivo mientras sea el motor motivacional en la realización de proyectos, sin embargo, si éste rebasa los niveles normales hasta convertirse en euforia, puede ocasionar una pérdida de objetividad y caer en imprudencia. (Monroy, 1995).
¿Qué es la adaptación al cambio?
Adaptarse a los cambios es tener la capacidad de buscar una nueva estabilidad cuando nuestro equilibrio físico o psicológico se ve modificado.
Se trata de reestablecer nuestra Homeostasis psicológica
B. Cannon en 1932 describe la Homeostasis Psicológica, como la tendencia general de todo organismo al restablecimiento del equilibrio interno cada vez que este es alterado.
El cambio es una constante en la vida. En realidad no hay elección, sólo capacidad de adaptación. Es importante estar atentos a qué cambios se están sucediendo y qué herramientas tenemos para hacerle frente.
¿Por qué adaptarse a los cambios?
Todos los momentos de cambio (buenos o malos) generan un desequilibrio: La llegada de un hijo, cambio de ciudad, de trabajo, la pérdida de un ser querido, divorcio, etc.
Si estos momentos de desequilibrio son particularmente difíciles nos pueden llevar a una sensación de caos y de falta de control que provoca malestar, pérdida de interés, tristeza, sensación de indefensión y ansiedad. En estos casos, si la adaptación al cambio no se afronta bien corremos el riesgo de sufrir un Trastorno de adaptación (TA), que es una respuesta desajustada a una situación de estrés sostenida o severa.

Los síntomas típicos del Trastorno Adaptativo son:

- Bajo estado de ánimo, tristeza, llanto, preocupación, ansiedad, dificultad para respirar, opresión en el pecho, insomnio y problemas de concentración.
- Otras manifestaciones comunes son baja autoestima, sentimientos de desesperanza, miedo, sentirse atrapado sin escapatoria, dudas constantes, incapacidad para planear actividades o llevar a cabo con normalidad la rutina diaria, y sentirse solo o sola.
- En el caso de **niños y adolescentes** los síntomas del Trastorno Adaptativo son levemente distintos. En lugar de sentirse tristes, algunos niños pueden mostrarse irritables, con problemas para dormir y con un bajo rendimiento académico.

Ten en cuenta que un cambio significa, en muchas ocasiones, acercarnos hacia algo nuevo, desconocido para nosotros. Es normal que nos acompañe el miedo y la incertidumbre. Para poder adaptarrnos, necesitaremos usar todos nuestros recursos.
Si tienes dudas o te sientes muy paralizado, lo mejor es acudir a un profesional.
¿Cómo gestionar un cambio personal?
La gestión del cambio se compone de 5 pasos:

1. Identificación de la situación actual o del problema
2. Fase de Aceptación (Trabajar desde la realidad que tenemos)
3. Búsqueda de soluciones: Etapa de Creatividad
4. Paso a la acción
5. Nuevo equilibrio.

1. Identificación del problema
Debemos valorar en que punto estamos, a que lugar queremos llegar y cuales son los pasos que debemos seguir para llegar.
2. Capacidad de aceptación

- Aceptar la situación de partida, esto quiere decir aceptar la realidad que tengo hoy, sin maquillarla, sin negarla, sin ocultarla. Cuanto antes acepte mi realidad de hoy, antes podré iniciar un plan de acción hacia el cambio
- Aceptar que no lo podemos controlar todo
- Aceptar aquello que no podemos cambiar. En ocasiones, deseamos hacer cosas que se escapan de nuestras posibilidades.

3. Etapa de búsqueda de nuevas soluciones: CREATIVIDAD
la creatividad es la habilidad para generar distintas ideas o soluciones a un problema o situación. Para ello es necesario desarrollar la capacidad de búsqueda de distintos puntos de vista. A mayor número de soluciones posibles para un mismo problema o situación, mayor libertad de elección.
4. La acción Frente a la parálisis
Las situaciones adversas y estresantes nos llevan a estados emocionales negativos. Nos pintan un futuro catastrófico difícil de abordar al punto que llegamos a sentirnos incapaces de afrontar los problemas y nos quedamos paralizados.
El paso a la acción nos ayuda a tomar el control de la situación y disminuye la sensación de incertidumbre. Por otra parte, nos permite focalizar nuestros pensamientos y esfuerzos hacia algo constructivo: nuestros objetivos.
5 Consejos para la adaptación al cambio.

1. Amplía tu capacidad de observación y préstale atención a los pequeños detalles. Los cambios pueden tener su origen en pequeños movimientos: "Para recorrer mil millas hay que empezar por un paso".
2. Todo proceso de cambio está acompañado de varios estados emocionales: miedo, angustia, ilusión... que lo pueden facilitar o al contrario, detenerlo. Es importante detectar aquellas emociones que nos impulsan hacia el cambio y controlar aquellas que nos dificultan el camino.
3. Todo cambio tiene un precio (Afectivo, social, económico, etc..) Valora bien si estas dispuesto a pagar ese precio antes de dar el paso en alguna dirección.
4. Cultiva la paciencia: El camino hacia un cambio significativo puede ser largo y desgastante, por esta razón es muy importante autorregular tu esfuerzo.
5. No se puede avanzar mirando hacia atrás: Es necesario poner la mirada en el presente y hacia el futuro.

Fuente de consulta:

https://sap.uca.es/wp-content/uploads/2017/05/Adaptaci%C3%B3n-al-cambio-o-nuevas-situaciones.pdf?u

https://www.psicologiajulieta.es/adaptacion-al-cambio/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20adaptaci%C3%B3n%20al,o%20psicol%C3%B3gico%20se%20ve%20modificado.

RECURSOS:
Físicos:

- Video Bean, portátil, mesa, sillas

Humanos:

- Profesional de psicología, ciudadanos partícipes

RESULTADOS:
Cualitativos: Como resultado de las estrategias psicoeducativas implementadas, se evidenció un mayor reconocimiento por parte de los participantes sobre la importancia de la adaptación al cambio y la necesidad de salir de su zona de confort para avanzar en su proceso de transformación personal. A través de ejercicios reflexivos y dinámicas participativas, se generó una mayor apertura hacia nuevas experiencias y desafíos, promoviendo una actitud más flexible y receptiva ante los cambios. Esto permitió que los participantes identificaran sus propias resistencias al cambio y desarrollaran una mayor confianza en su capacidad para afrontarlo de manera positiva, fortaleciendo así su disposición para asumir nuevos retos.
Asimismo, se logró un incremento en la motivación para la planificación y ejecución de acciones concretas que favorecen su crecimiento personal y su proceso de egreso. Las herramientas proporcionadas permitieron que los participantes visualizaran sus metas de manera más clara, estableciendo compromisos individuales

orientados al logro de sus expectativas de vida. Se observó una actitud más proactiva en la toma de decisiones y una mayor disposición para implementar estrategias que faciliten su transición hacia nuevas oportunidades. En consecuencia, se fortaleció su sentido de logro y responsabilidad, impulsando un proceso de cambio más consciente y sostenible.

Cuantitativos: se conto con la asistencia de 20 ciudadanos y ciudadanas, 3 se reconocen como mujeres y 2 de ellas hacen parte de los sectores LGBTI, 17 se identifican como hombres

FIRMA DEL RESPONSABLE: Yeimy Lorena Acevedo

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Heincy Díaz G

Registro fotográfico

Nombre de la actividad: Adaptación al cambio

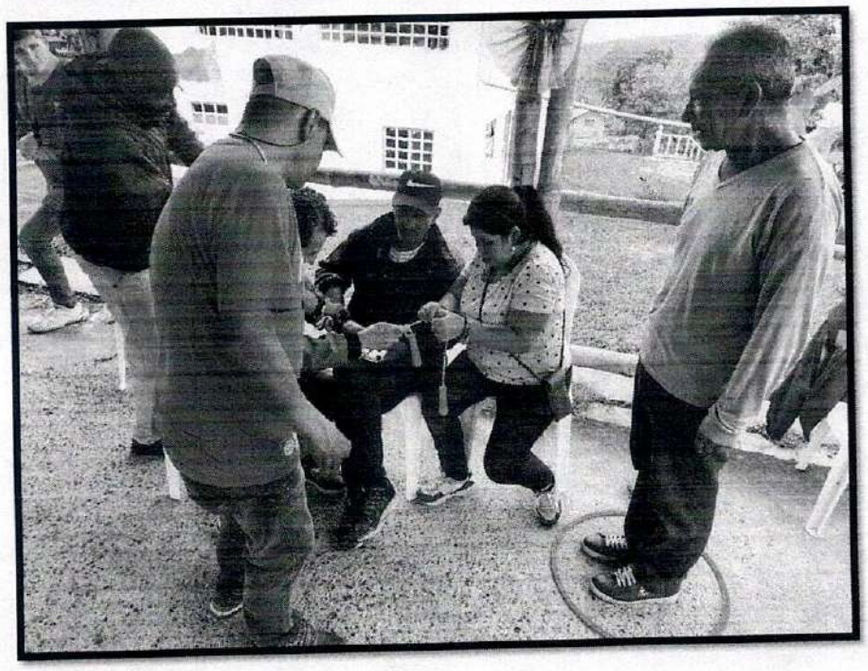
Línea de atención: IV dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

Etapa III

Fecha: 11/02/2025







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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle	2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida El Rosario			
3. Tema / Actividad: Adaptación al cambio		4. Fecha:	11/02/2025	5. Hora: 2:00pm.

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	80236514	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	51855623	Lorena Guerrero	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	52902309	Claudia Acosta	43	No aplica	No aplica.	No aplica			X						
4	CC.	52766328	Sandra Tejica	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1128046663	JOHAN COGOLLO	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1047423882	LUIS ALBERTO	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	6593968	JOSE COY 20	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80729009	JHON RAMIREZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80746821	Yanci Chama	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC.	79374180	JUAN MORA	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80117370	MANUEL BAUTISTA	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80218076	NARANJO	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	11223267	Jhon Jairo Pedr	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	10105564	Carlos Zuluaga	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	10532108	Omar Pantoja	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	6814782	Jorge Gonzales	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	19482048	Edgar Rizo T.	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	80003464	Oscar Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	C.C.	79685315	ERICK NIETO	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	79467546	Jon C. Garcia	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Yenny Saiera Orozco 14. Cargo o rol del responsable: Psicologo. 15. Firma del responsable de la actividad:

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 El Rosario		**FECHA:** 11/02/2025	**HORA:** Inicio: 2:00pm Final: 4:00pm
ÁREA: Terapia ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Astrid Carolina Rico Sánchez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Preparación de entrevista

OBJETIVO GENERAL:

- Favorecer habilidades personales en las y los ciudadanos mediante la consolidación de proyecto de vida, con el fin de generar autonomía y participación social.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar conocimientos que permitan la seguridad al momento de una entrevista.
- Orientar ejercicio de participación social mediante la ejecución de entrevistas laborales.
- Vivenciar entrevista laboral mediante juego de roles.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de esta actividad con los participantes de etapa IV en el marco de la línea de atención IV Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. Se utilizará la metodología psicoeducativa la cual hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias que van a permitir al ciudadano y la ciudadana mitigar los riesgos y reducir los daños asociados a determinadas situaciones. Con ello se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada persona logre el mayor grado de desarrollo personal posible.

Adecuación:
Se realizará el llamado a las y los ciudadanos en el aula renacer así mismo el respectivo alistamiento de los elementos para que puedan participar en el taller y que se pueda ejecutar de la mejor manera, en donde se promoverá la participación activa.

Primer momento:
Se dará la bienvenida a las y los ciudadanos con la presentación de la temática, la importancia de la escucha y seguir el paso a paso para que se logre el cumplimiento del objetivo trazado. Por otra parte se realizara un breve debate de que conocimientos tiene ante la entrevista, que miedos se tienen al momento de presentarla y que respuestas son las más apropiadas para preguntas puntuales como: ¿cuéntame de ti?, ¿cuáles son tus debilidades?.

Segundo Momento:
Se realizará con una metodología psicoeducativa la proyección de videos cortos de YouTube como lo son: entrevista para selección de personal; ¿Por qué deberíamos contratarte?; 10 preguntas trampa en una entrevista laboral. Seguidamente a la proyección se realiza retroalimentación, en donde se hace el

ejercicio práctico de juego de roles para afianzar dichas herramientas. Por lo tanto se planteara simulación de ejercicio en donde se les indicara que hay una convocatoria para un empleo en técnico de cocina y promotor social; por lo tanto deberán aplicar y realizar el ejercicio de la entrevista.

Tercer momento:
Se dará continuidad a la vivencia de experiencias vividas en entrevistas pasadas, en donde entre pares se retroalimentaran para la corrección de errores cometidos.

Reacondicionamiento del espacio:

La zona del aula de renacer que se utilizara para el taller quedara ordenada y libre de basura o de cualquier objeto que afecte la imagen o el cuidado de este espacio.

TEMAS
PREPARACIÓN DE LA ENTREVISTA ¿POR QUÉ?
La preparación de la entrevista es fundamental, ya que ésta es una fase decisiva del proceso de selección de personal.

La entrevista se establecerá un dialogo con uno o varios entrevistadores. Ellos observarán si el candidato encaja en puesto que ofrece a través de:

- Sus explicaciones
- Sus actitudes
- Su carácter
- Sus habilidades
- Sus competencias
- Su motivación

El entrevistado por su por su parte deberá:

- Demostrar que es la persona más adecuada para desempeñar ese puesto.
- Averiguar información sobre la empresa y el puesto
- Obtener el puesto

Para preparar bien la entrevista hay que:

- Definir nuestros objetivos
- Valorar qué posibilidades tenemos de lograrlos
- Repasar todos los datos personales y profesionales, ya que el entrevistador indagara en ellos.

Tipos de entrevistas

Estructurada

Recoge de forma sistemática y precisa la mayor información sobre los aspectos que quiere explorar. Las preguntas están prefijadas y definidas con antelación, las respuestas son esperadas e incluso se le dan al entrevistado en forma de varias opciones. Las etapas de esta entrevista también son planificadas La interpretación de las respuestas se realiza de acuerdo a unos criterios establecidos

Semiestructurada

Recoge información sobre los aspectos que quiere explorar. Las preguntas y el desarrollo de la entrevista se planifican previamente; pero con cierta libertad para ir abordando temas que puedan ir surgiendo.

Libre

No se estructura ni planifica previamente, es la más ágil y la que proporciona más información en general, pero requiere cierto dominio por parte del entrevistador

Individual

Es mantenida entre un entrevistador y un entrevistado. Esta es la forma más utilizada en los procesos de selección

Tribunal

Es mantenida entre varios entrevistadores y un solo entrevistado. Requiere un alto nivel de atención, concentración y dominio de la situación por parte del entrevistador.

De tensión

Pretende conocer el comportamiento del entrevistado en una situación en la cual es difícil mantener el control de sí mismo. Las situaciones se crean artificialmente, alternando situaciones amistosas y hostiles, discutiendo y criticando las aportaciones del entrevistado o bien tratando de confundirle e inducirle a error.

Fases de la entrevista

Presentación y saludo

Es un breve período en el cual el entrevistador/a intentará "romper el hielo" y establecer un clima agradable para establecer la comunicación

Objetivos

El entrevistador/a pasará a definir el objetivo de la entrevista para facilitar que el entrevistado se sitúe.

Preguntas

Es la parte más importante y de mayor duración de la entrevista. El entrevistador/a tratará de detectar si el candidato al puesto sabe, quiere y puede desempeñar eficazmente el trabajo. En esta parte se formularán preguntas sobre formación, experiencia profesional, intereses, características personales, cualidades, etc.

INCLUSION SOCIO-OCUPACIONAL

Es un proceso que busca que las personas tengan acceso a oportunidades laborales, educativas y económicas, sin importar su origen, género, enfermedad, orientación sexual u otras circunstancias.
La inclusión socio-ocupacional se puede lograr a través de:
Orientación ocupacional
Se realiza una caracterización socio-productiva para establecer el enrutamiento de la persona hacia formación, empleabilidad o emprendimiento.

Fuente:

- **https://mcyt.educa.madrid.org/empleo/servicioestrategiaprofesional/manualorientacionprofesional/tema8_1.asp**
- **https://www.youtube.com/watch?v=3wb48Ofeutw**
- **https://www.youtube.com/watch?v=5bA2zEFhxac&t=753s**
- **https://www.youtube.com/watch?v=l4uYssWfn5k**

RECURSOS
Físicos:

Mesa, sillas, portátil, bafle, listado de asistencia, lapicero, videos.

Recursos humanos:

Ciudadanos y ciudadanas, Terapeuta ocupacional.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Los ciudadanos agradecen este tipo de talleres en donde se pueda llevar a la práctica, teniendo en cuenta que una barrera es la falta de herramientas y la poca experiencia al presentar entrevistas los hace sentir inseguros al momento del abordaje; por lo tanto se evidencia que solo un ciudadano ha tenido procesos de entrevista con mayor rigurosidad, ya que su postulación era un técnico de cocina en un hospital; mientras que los demás solo han realizado procesos iniciales de entrevista y refieren que no han sido entrevistas tan estructuradas y han sido pocas en la vida, reiterando en que la mayoría de los empleos que han ejercido son de manera informal.

Cuantitativos:
Para la realización de esta actividad se contó con la participación de (9) ciudadanos. En el cual todos se identificaron con el género masculino y uno de ellos perteneciente a la población LGBTI.

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
ETAPA IV: PREPARACION DE ENTREVISTA
LÍNEA DE ATENCIÓN IV: DINAMIZACION DE LA ATENCION INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA
FECHA: 11/02/2025





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida El Rosario

3. Tema / Actividad: Preparación de Entevista

4. Fecha: 11/02/2025

5. Hora: 2:00pm

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	98585367	Freddy Ocampo	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79835163	Edwin Barreto	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	053736157	Jhonatan molano	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80373873	CESAR GONZALO	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	7167392	luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1014[illegible]	JHONNY [illegible]	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	7144985	Elkin Perez	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80721391	adolfo montaño	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1032[illegible]	shantal ramirez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Astid Carolina Rico Sánchez

14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

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 El Rosario		**FECHA:** 11/02/2025	**HORA:** INICIO: 2:00 p.m. FINAL: 4:00 p.m.
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Stefany Nieto Dionicio	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: etapa V: lectura y escritura			

OBJETIVO GENERAL:
Promover habilidades de lectura y escritura en los participantes a través de un cine foro basado en la obra literaria de *Cien años de soledad,* por medio de estrategias pedagógicas audiovisuales que fomenten la curiosidad y el gusto por la literatura en los y las participantes.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Incentivar el interés por la lectura y la escritura.
- Fomentar la reflexión y el análisis de algunas obras de la literatura Latinoamérica.

METODOLOGÍA:
Durante la implementación del taller de interés, y con el objetivo de despertar en los participantes la capacidad de análisis y la curiosidad por la literatura, se emplea una metodología lúdico-pedagógica. Esta estrategia busca incentivar el interés por la lectura y la escritura; y fomentar la reflexión de algunas obras de la literatura Latinoamérica. La actividad se enmarca dentro de la Línea de Atención IV: Dinamización de la Atención Integral Basada en Comunidad de Vida.

Adecuación: durante el taller de interés se adecua el espacio en mesa redonda y se realizan los siguientes momentos. Para esto, se dispondrá el lugar del aula de televisión:

Primer momento: los participantes comparten por medio de sus saberes previos, sus conocimientos sobre la obra literaria *Cien años de soledad* y sus impresiones sobre el autor Gabriel García Márquez Nobel de literatura colombiano.

Segundo Momento: Se realiza lectura grupal de 3 textos cortos.

Tercer momento: Reflexión grupal:

¿Cómo se perpetúan los ciclos familiares o sociales en nuestra vida y cómo podemos romperlos?

¿De qué manera buscamos conexiones con los demás para evitar la soledad? ¿Qué papel juega nuestra propia elección en este aislamiento?

¿Cómo influyen nuestras memorias y nuestra visión del futuro en las decisiones que tomamos hoy? Relación con sus propias experiencias.

Cuarto momento: Personajes como Úrsula Iguarán representan la fuerza, la sabiduría y la estabilidad en un mundo lleno de caos.

Reflexión: ¿Cómo valoramos y reconocemos el papel de las mujeres como pilares de nuestras familias y sociedades?

Quinto momento: se genera una reflexión frente a cómo la literatura puede ayudarnos a resignificar nuestras vivencias propias.

Reacondicionamiento del espacio: Se invitará a los ciudadanos y ciudadanas, dejar el espacio en el que se trabajó limpio y organizar los materiales utilizados en la actividad desplazándolos al cuarto implementos deportivos, de inmediato seguir su vida cotidiana.

TEMAS:
Cien años de soledad: Cien años de soledad es una novela escrita por el colombiano Gabriel García Márquez, publicada en 1967. Es considerada una de las obras más importantes de la literatura universal y un ícono del realismo mágico. La historia sigue a la familia Buendía a lo largo de siete generaciones en el mítico pueblo de Macondo, un lugar ficticio inspirado en la región del Caribe colombiano. A través de esta saga, García Márquez explora temas universales como el tiempo, la soledad, la memoria y el destino, a la vez que refleja aspectos profundamente arraigados en la historia y cultura de Colombia.

1. Representación de la cultura colombiana
Macondo, el escenario central de la novela, es un reflejo de la Colombia rural, marcada por sus tradiciones, mitos y contradicciones. García Márquez captura la esencia del país al entrelazar elementos de la vida cotidiana con lo mágico y lo fantástico, evocando las creencias y costumbres del Caribe colombiano. Esto no solo resalta la riqueza cultural de Colombia, sino que también presenta al mundo una visión auténtica y compleja de la identidad nacional.

2. Memoria histórica de Colombia

La novela aborda eventos históricos que han marcado la vida de Colombia, como las guerras civiles del siglo XIX, la influencia de las compañías bananeras extranjeras y la masacre de las bananeras, inspirada en hechos reales ocurridos en 1928 en Ciénaga, Magdalena. García Márquez convierte estas experiencias en una narrativa universal, mostrando cómo los ciclos de violencia y desigualdad han afectado a las comunidades colombianas.

3. Reconocimiento internacional para Colombia

Con Cien años de soledad, Colombia ganó un lugar destacado en el panorama literario mundial. La obra no solo fue fundamental para el reconocimiento de García Márquez como uno de los más grandes escritores de todos los tiempos, sino que también puso a Colombia en el mapa cultural global. Este logro se consolidó en 1982, cuando García Márquez recibió el Premio Nobel de Literatura, en gran parte gracias al impacto de esta novela.

4. Fomento del orgullo nacional

Para los colombianos, Cien años de soledad es más que una obra literaria; es un símbolo de orgullo nacional. Representa la capacidad de un escritor colombiano para capturar la esencia del país y proyectarla al mundo de manera única y poderosa. La novela es un recordatorio de las raíces culturales y la resiliencia del pueblo colombiano frente a sus desafíos históricos.

5. Inspiración para el desarrollo cultural y educativo

Cien años de soledad se estudia ampliamente en escuelas y universidades de Colombia, donde se valora no solo como una obra literaria, sino también como una fuente de reflexión sobre la historia, la cultura y la identidad nacional. Además, ha inspirado a generaciones de artistas, escritores y académicos a explorar y revalorar las narrativas locales y su conexión con lo universal.

La novela como historia: Cien años de soledad y las bananeras: en un documental de la televisión británica en 1990. En este programa, el periodista barranquillero Julio Roca decide ir en busca de Macondo. Su búsqueda le conduce inevitablemente a interrogar al premio Nobel colombiano sobre la "matanza de las bananeras", sobre los trágicos resultados de la famosa huelga de1928 contra la United Fruit Company. La respuesta del novelista fue para mí una sorpresa. Según García Márquez, sólo un pequeño número de personas —3, 5 o 17—, habrían muerto durante la huelga, cifras significativamente distantes de los 3.000 muertos que aparecen en su novela, la cifra aceptada hoy como verdad histórica en Colombia.

Fuente de consulta:

Llosa, M. V. (2007). Cien años de soledad. Realidad total, novela total. *MÁRQUEZ, Gabriel García. Cien Años de Soledad. Edición Conmemorativa. Espanha: Real Academia Española, Asociación de Academias de la Lengua Española*. Tomado de file:///C:/Users/ANGIE%20NIETO/Downloads/cien-aos-de-soledad-realidad-total-novela-total-0%20.pdf

Posada Carbó, E. (1998). La novela como historia: Cien años de soledad y las bananeras. Tomado de: https://publicaciones.banrepcultural.org/index.php/boletin_cultural/article/view/1569/1623

RECURSOS:

Físicos:

Televisor, computadora, cable DHMI, hojas de papel y lápices.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida el Rosario y profesional.

RESULTADOS:

Cualitativos: durante el espacio los ciudadanos se mostraron receptivos y expectantes frente a la temática del día, por lo que su participación fue activa, pues, por medio de la reflexión y la transversalidad se busca potenciar las habilidades individuales de cada ciudadano y su proceso de desarrollo personal, en pro de reducir los factores de riesgo asociados al fenómeno de habitabilidad de calle.

Cuantitativos:

Se contó con la participación total de 12 ciudadanos, entre los cuales se encuentran:
12 hombres entre las cuales se encuentra 1 persona perteneciente a la comunidad LGTBIQ+.
Total: 12 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

ANEXO FOTOGRÁFICO

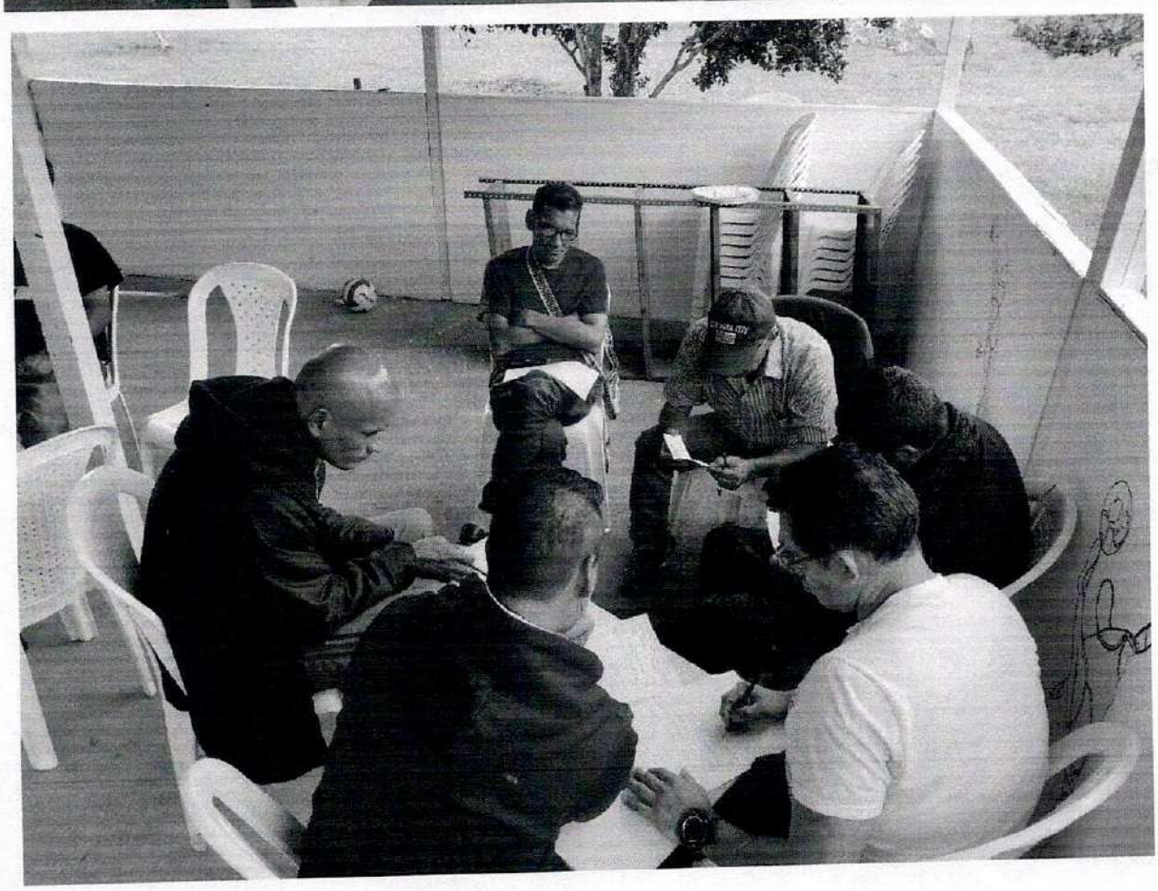
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: etapa V: lectura y escritura

Línea de Atención IV: Dinamización de la Atención Integral Basada en Comunidad de Vida.

Fecha: 11/02/2025

Comunidad de Vida el Rosario





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Etapa V: lectura y escritura

4. Fecha: 11/02/2025

5. Hora: 02:00 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	1033405184	ALEXSANDER LIZARAZO	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1034775	Jesus Mago	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79766077	Fernando Acero	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	11571430	Luis Mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	7142671	Hector Gonzalez	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1588727329	Diego [illegible]	21	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	7918641	Alejandro Velasco C.	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	9600459	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79879720	Jhon Fernando Cardenas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	3507734	Rodolfo Betancur	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79884682	Alejandro Villamizar	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1136912792	David Novoa	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					David	
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Dionicio

14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorizacion 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.

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el rosario	**FECHA:** 12/02/2025	**HORA INICIO:** 8:45 am **FINAL:** 10:00 am
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hermes Vaca

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Lectura y escritura

OBJETIVO GENERAL:

Acompañar la elaboración del proyecto audiovisual para la comunidad de vida basado en el reconocimiento de sus habilidades.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Recalcar el valor de los medios tecnológicos en la vida diaria
- Reconocer múltiples herramientas tecnológicas
- Realizar actividades practicas para el desarrollo de sus habilidades

METODOLOGÍA:

Se realizará el taller formativo Resignificación de estilos vida, con base en la línea de atención IV: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA por medio de la cual se pretende acompañar a las y los ciudadanos en el reconocimiento de estilos de vida desligados a la habitabilidad en calle, en ese sentido es importante contemplar una metodológica teórico-práctica basada en estudios de caso, análisis de consecuencias y reflexiones personales, estas últimas como resultado de los temas planteados como temáticas.

Adecuación: Esta actividad se realizará en la biblioteca, donde se contará con el acompañamiento de promotora y ciudadanos para su organización y proyección audio visual correspondiente

Primer momento:

Se iniciará la actividad con la bienvenida por parte del profesional en pedagogía quien por medio de las preguntas orientadoras dará apertura a la temática a trabajar "continuación del video" esto permite tanto a los ciudadanos como al profesional un horizonte temático y de acciones. Posteriormente se explica a los ciudadanos la relación del taller con su diario vivir y la metodología que se va a implementar en el espacio, para que luego de ello, se socialicen las normas del taller, las cuales son:

1. Respetar la palabra de los demás.
2. No usar el celular
3. La permanencia total en el taller

Segundo momento:

Para el segundo momento se socializa con los ciudadanos la importancia y la función que tiene la programación, esto intentando referirles que acciones básicas se pueden realizar sin tener conocimientos profundos sobre el tema; puesto que, existen herramientas básicas para manejar incluso desde el celular. Adicionalmente se presentará un ejemplo de la elaboración de un video para que lo puedan tomar como referencia y aplicar las estrategias en el video propio.

- **Tercer momento:**

Por último, por último, veremos un documental que trata sobre el proceso de elaboración de un cortometraje en la ciudad de Bogotá, el cual los invita a evidenciar como lo mas importante dentro de un proyecto es la creatividad y la entereza para llevar acabo cada paso. Cerraremos el espacio por medio de un actividad lúdica y la información de la posible articulación con la emisora municipal.

Reacondicionamiento del espacio:

Una vez terminada la jornada, se les pide a los participantes que dejen el espacio organizado, limpio y nuevamente disponible para otras actividades

TEMAS:

Desde los inicios, hasta la actualidad, el hombre se ha caracterizado por poseer gran curiosidad en querer conocer el porqué de las cosas, de los animales, de las plantas, de todo lo que le rodea, especialmente

sobre sí mismo. Quiere conocer en detalle las razones de cada una de las acciones individuales, y colectivas que las personas realizan; cómo es posible que un ser humano razone sobre varias cosas al instante, y en tiempos records, que pueda aprender de forma asombrosa, que adquiera habilidades, destrezas y experiencias en forma constante a lo largo de su vida, que sea capaz de recordar sucesos de un pasado lejano o cercano, y que pueda tener proyecciones para un futuro inédito, viviendo día a día su propio presente. Aunque existen muchas teorías reales de cómo funciona el cerebro humano, el objetivo fundamental en la Inteligencia Artificial (IA) es desarrollar sistemas basados en redes neuronales, siendo estos capaces de tomar decisiones por sí mismos, sin seguir un algoritmo plano, a partir de una serie de reglas generales que contienen varios ejemplos de un experto en una materia específica, y a partir de éstos, busca la solución apropiada al problema actual. En conclusión, lo que actualmente se están planteando los investigadores de la IA es diseñar maquinas con elementos neuronales de procesamiento paralelo, logrando que el resultado final, emule lo mejor posible, el sistema neuronal de los animales. Esto se utiliza en la actualidad en diferentes campos del conocimiento, para: análisis de datos, reconocimiento de patrones y problemas de predicción. Aunque la visión general sobre las redes neuronales artificiales es muy amplia y muy ambiciosa, el nivel actual es de herramientas y de esa forma serán analizadas en el presente resumen. Se explica sobre: las redes neuronales biológicas y artificiales, sus similitudes y diferencias, que tan cerca o lejos está la IA en lograr su objetivo, cuáles han sido sus avances hasta la actualidad, y se revela un fragmento importante de la historia de las redes neuronales artificiales.

El aparato de comunicación neuronal de los animales y del hombre, formado por el sistema nervioso y hormonal, en conexión con los órganos de los sentidos y los órganos efectores (músculos, glándulas), tienen la misión de recoger informaciones, trasmitirlas y elaborarlas, en parte también almacenarlas y enviarlas de nuevo en forma elaborada. (Isasi et al, 2004) Según Bertona (2005) el cerebro es el elemento principal del sistema nervioso humano y está compuesto por un tipo especial de célula llamada neurona. Las neuronas tienen características propias que le permiten comunicarse entre ellas, lo que las diferencias del resto de las células biológicas. El sistema de comunicación neuronal está formado por tres elementos:

2.1.2. ESTRUCTURA DE UNA NEURONA La estructura típica de una neurona biológica (fig. 4), está compuesta por: un cuerpo celular o soma, del cual se desprende un árbol de ramificaciones llamado árbol dendrítico, compuesto por dendritas. Del soma también parte una fibra tubular, llamada axón, el cual suele ramificarse cerca de su extremo. Las dendritas actúan como un canal de entrada de señales provenientes desde el exterior hacia la neurona, mientras que el axón actúa como un canal de salida. El espacio entre dos neuronas vecinas se denomina sinapsis. (Bertona, 2005) 2.1.3. FUNCIONAMIENTO Algunas de las células nerviosas, los receptores, reciben información directamente del exterior, conocida como estímulo. Esta información, una vez elaborada, pasa a ser tratada como el resto de la información del sistema nervioso, y convertida en impulsos electro-químicos. Son estos impulsos los que, básicamente, ponen en funcionamiento la red neuronal del sistema nervioso, la cual propaga todas las señales asíncronamente, hasta llegar a los efectores, los órganos, glándulas, músculos. Así es como un organismo recibe, procesa y reacciona ante la información recibida del exterior. Y no solo se puede recibir del exterior, sino también de las demás neuronas del organismo. (Isasi et al, 2004) El funcionamiento en general será el de una enorme malla que propaga señales electro-químicas de unas células a otras. Se calcula que en cada cerebro existen alrededor de 100.000 millones de neuronas.

El cnsumo y su influencia en los estilos de vida

El consumo es un hecho social total —en la clásica acepción que el concepto que del sociólogo y antropólogo francés Marcel Mauss 2 —, pues es una realidad objetiva y material, pero es, a la vez, e indisolublemente, una producción simbólica, depende de los sentidos y valores que los grupos sociales le dan a los objetos y las actividades de consumo. El consumo es, así, una actividad social cuantitativa y cualitativamente central en nuestro actual contexto histórico. No sólo porque a él se dedican gran parte de nuestros recursos económicos, temporales y emocionales, sino también porque en él se crean y estructuran gran parte de nuestras identidades y formas de expresión relacionales; el consumo es un campo de luchas por la significación de los sujetos sociales que arranca del dominio de la producción, pero que no la reproduce mecánicamente, sino que, con una cierta autonomía, produce y reproduce poder, dominación y distinción. Dado, además el grado de madurez y complejidad que ha alcanzado hoy en día la llamada sociedad de consumo, resultan un tanto inútiles, por insuficientes, las posiciones más o menos tradicionales y ya casi testimoniales del consumo como alienación, manipulación cierre o control del universo social, típica de la teoría crítica de raíz frankfurtiana, o su reverso simétrico, el consumo como soberanía, libertad total y riqueza, característica de la presentación liberal del individualista homo económicas, en ambas se deja sin espacio al sujeto social y sus lógicas de confrontación, dominación, resistencia y cambio. De esta manera, el consumo tiene una dimensión de política concreta, de lucha desigual por la distribución del excedente y el sentido realizada por grupos sociales históricos, no es solo la agregación de preferencias de un agente abstracto libre e individual como se pretende en la teoría de la elección racional, ni tampoco es sólo el síntoma de la alienación total, material y simbólica que impone un capitalismo todopoderoso a un hombre unidimensional izado, sin atributos ni poderes, típico del mundo interpretativo del marxismo culturalista occidental de postguerra. Más bien hay que considerar al consumo como uso social, esto es, como forma concreta, desigual y conflictiva de apropiación material y utilización del sentido de los objetos y los signos que se producen en un campo social por parte de grupos sociales con capitales (económicos, simbólicos, sociales, culturales) distintos y desde posiciones sociales determinadas por el proceso de

trabajo. Manejando el concepto de uso social, por cierto, con no poca tradición en las ciencias sociales modernas— nos planteamos observar el consumo en una doble cara, como reproducción de la estructura social, pero también como estrategia de acción. Las formas de consumo son concretas para cada colectivo —son usos sociales— en un marco espacial y período temporal determinado y nos remiten tanto a los sistemas económicos de acumulación como a las prácticas reales de sujetos que en sus estrategias tratan de reproducir, aumentar o explotar los capitales de todo tipo asociados a cada posición social y sus antagónicas.

Fuente:

- Bertona, L. 2005. Entrenamiento de redes neuronales basado en algoritmos evolutivos: redes neuronales. Tesisi. Ing. Informática. Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, ARG. p 253.

RECURSOS:
Físico:

- Tv, computador, hojas

Humano: Ciudadanos, ciudadanas y profesional

RESULTADOS:
Cualitativos:
Se contó con participación activa de las y los ciudadanos permitiendo la fluidez de los temas y las reflexiones enriquecedoras para la metodología planteada en la temática
Cuantitativos:
Se contó con la participación de 10 ciudadanos, de los cuales 2 son adultos mayores y 1 mujer

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ortiz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: Taller de interes "lectura y escritura"

la línea de atención IV: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.

Fecha: 12/02/2025





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida El Rosario

3. Tema / Actividad: lectura y escritura | 4. Fecha: 12/02/2025 | 5. Hora: 8:45 am

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	65476016	ARTEAGA NOTAVO	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
2	CC	79671792	Luis Fontecha	59	no aplica	no aplica	no aplica			X						
3	CC	1113584358	ALEJANDRO MORENO	37	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	CC	80156655	JHON GOMEZ	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
5	CC	8190362	FRANCISCO POLIDO	68	no aplica	no aplica	no aplica			X						
6	CC	74769127	Helberth	27	no aplica	no aplica	no aplica			X						
7	CC	1105666537	Manuel A	26	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	CC	80d364	LUIS PADILLA	42	no aplica	no aplica	no aplica			X					LUIS	
9	CC	1071423882	LUIS ALBERTO	47	no aplica	no aplica	no aplica			X					LUIS A	
10	CC	52399789	Maria Cristina Solg	47	no aplica	no aplica	no aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Hermes Ceca | 14. Cargo o rol del responsable: pedagogia | 15. Firma del responsable de la actividad: