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:** **12/02/2025**	**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 II

OBJETIVO GENERAL:
Continuar con la elaboración de los 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 continuar 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 continúen 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:

Participaron las y los ciudadanos que han venido siendo parte del taller patchwork; en el taller anterior habían elaborado el molde y recortado la tela para los monederos. Una vez cortadas las piezas, se procedió al ensamblaje utilizando técnicas básicas de costura. Algunos participantes añadieron detalles decorativos, como botones, cierres y bordados, para personalizar sus creaciones. Cada participante logró elaborar al menos un monedero funcional y único, demostrando su creatividad y habilidad en el manejo de la técnica patchwork. Los asistentes expresaron su entusiasmo por haber aprendido una nueva técnica y manifestaron interés en participar en futuros talleres para seguir desarrollando sus habilidades. El taller destacó por su enfoque ecológico, al utilizar materiales reciclados y fomentar la reutilización de telas. No solo se cumplió con su objetivo de enseñar la técnica patchwork, sino que también generó un espacio de convivencia y aprendizaje colaborativo. Los participantes mostraron un gran interés en continuar explorando esta técnica y en aplicarla a otros proyectos de manualidades.

Cuantitativos:

Ingresaron al taller ocho (08) ciudadanas y ciudadanos de diferentes momentos dentro de las etapas de desarrollo (2,3 y 4). De los 8 participantes, una (01) se identifica de género femenino, dos (02) se reconocen de población LGBTI y los cinco (05) restantes se identifican de género masculino, dos de ellos son adultos mayores.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

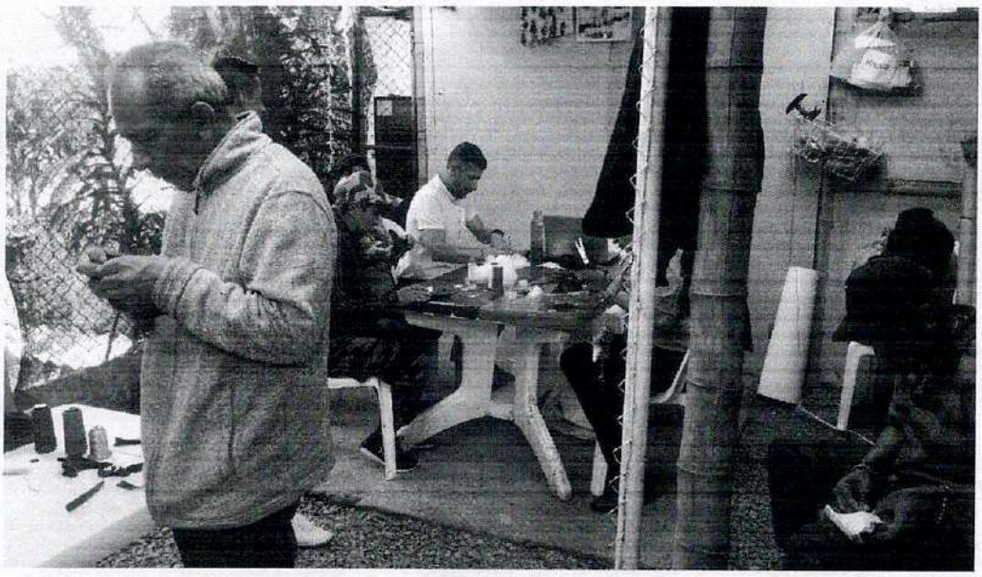
REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: PATCHWORK – ELABORACION DE MONEDEROS II

Línea de Atención 4: 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: Patchwork- Elaboración de Monedero II

4. Fecha: 12/02/2025

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	52766328	Sandra Mejia	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Sandra Mejia.	
2	CC	1128046663	JOHAN COGOLLO	39	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	79835763	Edwin Borreto	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	8190363	Francisco Polido CP	68	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	6883968	Jose Corzo	63	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	80924069	Jhon RAMIREZ	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	1035869184	ALEXANDER LINARES	36	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	59835643	Lorena Guerrero	48	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14				0												
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_fm_5_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:**12/02/2025	**HORA:** 02:00 PM 04:00 PM
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Milena Cárdenas

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Aprendiendo a vivir en comunidad

OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar la integración y el sentido de comunidad entre las y los ciudadanos a través de actividades prácticas que promuevan habilidades y valores para la convivencia y de esta manera mejorar la calidad de vida y la inclusión social de los participantes.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fortalecer la autoestima y la confianza de los ciudadanos, reconociendo sus habilidades y fortalezas, desarrollar una mayor confianza en sí mismas y en sus capacidades.
- Fomentar la comunicación efectiva, el respeto y la empatía entre los participantes, y a través de la mediación de conflictos de manera pacífica y constructiva.
- Sensibilizar a los ciudadanos sobre prácticas de higiene y salud básicas, como la limpieza personal, la alimentación saludable y la prevención de enfermedades.
- Incentivar a los ciudadanos a sentirse parte de la comunidad y a participar en actividades y decisiones que afectan su vida y su entorno.

METODOLOGIA:

Con el fin de darle cumplimiento a la actividad con los ciudadanos de momento 1 en la cual se trabajara en la línea de atención I desarrollo personal para la inclusión social se utilizara la metodología del aprendizaje socioeducativo, la cual es la que permitirá la construcción social del conocimiento, mediante métodos y técnicas dialógicas y cooperativas, así como el aprendizaje significativo y dialógico, para que un grupo o comunidad, generen situaciones de cambio social, dando respuesta a sus necesidades, reconociendo la importancia de la educación en aspectos sociales fundamentales.

Adecuación:

Se realizará el llamado a las y los ciudadanos en aula renacer de casa 2, donde utilizaremos las ayudas audio visuales, para que los ciudadanos interactúen entre ellos mismos, participando activamente, hablando sobre sus experiencias para que así mismo sea más agradable el taller, fortaleciendo su empatía con los demás y el trabajo en equipo.

- **Primer momento:** Se dará la bienvenida a los ciudadanos con la presentación de la actividad que se realizara, para el desarrollo se les presentara los puntos y la metodología que se va a implementar, posteriormente se harán preguntas a los asistentes, sobre sus conocimientos o experiencias vividas en cuanto al tema tratado en el taller
- **Segundo momento:** A través de diapositivas y videos informativos se buscará que el ciudadano se informe sobre el tema, se indagará entre los asistentes sus experiencias y desde el mismo grupo potenciar las falencias que estos puedan tener, luego mediante un ejemplo se les explica de una manera más practica y real sobre el tema tratado, para que ellos tengan una idea de cómo se realiza y como aplicarlo en su vida personal o laboral.
- **Tercer momento:** Se realizará el cierre de la actividad por medio de juegos en línea respecto al tema expuesto, posteriormente se ubicarán las sillas alrededor del área para que el ciudadano se sienta en confianza, se sensibiliza sobre el taller y se comparten ideas, dudas, algunos ciudadanos interesados y otros aportando bajo sus experiencias vividas.

Reacondicionamiento del espacio:

La zona del aula múltiple 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:

Aprendiendo a vivir en sociedad: consejos y experiencias

En nuestro camino por la vida, nos encontramos constantemente interactuando y conviviendo con otras personas. Desde nuestra infancia, aprendemos a relacionarnos con los demás y a adaptarnos a diferentes entornos sociales. Sin embargo, vivir en sociedad no siempre es fácil y puede presentar desafíos que requieren habilidades y conocimientos específicos. En este artículo, exploraremos consejos y compartiremos experiencias que nos ayudarán a aprender a vivir en sociedad de una manera armoniosa y gratificante. Descubre cómo desarrollar habilidades sociales, cultivar relaciones saludables y enfrentar los desafíos que surgen en nuestra interacción diaria con los demás.

El arte de convivir: claves para aprender a vivir en sociedad

El arte de convivir es fundamental para aprender a vivir en sociedad. Es un conjunto de habilidades y actitudes que nos permiten relacionarnos de forma armoniosa y respetuosa con los demás.

Para lograr una convivencia positiva, es importante tener **empatía** hacia los demás. Esto implica ponerse en el lugar del otro, entender sus sentimientos y necesidades, y actuar de manera compasiva.

Otra clave para convivir en sociedad es el **respeto**. Debemos respetar los derechos y opiniones de los demás, aceptar las diferencias y tratar a los demás con cortesía y consideración.

La **comunicación** efectiva también es esencial para una convivencia saludable. Debemos expresar nuestras ideas y sentimientos de forma clara y respetuosa, y escuchar activamente a los demás.

Además, es importante cultivar la **tolerancia**. Todos somos diferentes y tenemos distintas formas de vida, creencias y opiniones. Aprender a tolerar y aceptar estas diferencias contribuye a una convivencia armoniosa.

Por último, el **compromiso** con la convivencia es fundamental. Todos debemos estar dispuestos a colaborar y a comprometernos en la construcción de una sociedad más justa y equitativa.

Explora estrategias para mejorar nuestra convivencia y aprender a vivir en armonía con los demás

En nuestra sociedad actual, es fundamental encontrar formas de mejorar nuestra convivencia y aprender a vivir en armonía con los demás. Esto implica trabajar en nuestras habilidades de comunicación, empatía y resolución de conflictos.

Una de las **estrategias** clave para lograr una convivencia pacífica es practicar la empatía. La empatía nos permite ponernos en el lugar del otro, comprender sus sentimientos y necesidades, y responder de manera compasiva. Al mostrar empatía, creamos un ambiente de comprensión y respeto mutuo.

Otra **estrategia** importante es desarrollar habilidades de comunicación efectiva. Esto implica escuchar activamente, expresarse de manera clara y respetuosa, y buscar soluciones colaborativas. Una buena comunicación nos ayuda a evitar malentendidos y conflictos innecesarios.

La resolución de conflictos es también una **estrategia** esencial para mantener una convivencia armoniosa. Aprender a manejar los desacuerdos de manera constructiva, buscando soluciones justas y equitativas, nos permite resolver los conflictos de manera pacífica y fortalecer nuestras relaciones.

Además de estas **estrategias**, es importante cultivar la tolerancia y el respeto hacia la diversidad. Reconocer y valorar las diferencias individuales nos permite convivir de manera respetuosa y enriquecedora.

Las claves para fomentar la convivencia y aprender a vivir en armonía en comunidad

La convivencia y la armonía son fundamentales para tener una comunidad próspera y feliz. Para lograrlo, es importante seguir algunas **claves** que nos ayudarán a fomentar estas cualidades.

En primer lugar, es necesario practicar la **empatía**. Ponerse en el lugar del otro nos permite entender sus necesidades y sentimientos, promoviendo así la comprensión y el respeto mutuo.

Otra clave importante es la **comunicación** efectiva. Es necesario expresar nuestras ideas y sentimientos de manera clara y respetuosa, evitando los malentendidos y los conflictos innecesarios.

Además, es esencial promover la **tolerancia** y el respeto a la diversidad. Cada persona es única y tiene derecho a ser respetada y valorada por su individualidad. Aceptar y celebrar nuestras diferencias nos enriquece como comunidad.

La **colaboración** también juega un papel fundamental en la convivencia. Trabajar juntos en proyectos comunes y apoyarnos mutuamente nos fortalece como grupo y nos ayuda a alcanzar metas colectivas.

Por último, es importante promover el **cuidado** del entorno. Tener una comunidad limpia y ordenada nos brinda un espacio agradable para vivir y nos ayuda a sentirnos orgullosos de nuestro hogar común.

La convivencia en armonía en comunidad es un objetivo que requiere esfuerzo y compromiso por parte de todos. Cada uno de nosotros tiene un papel importante en la construcción de un ambiente positivo y acogedor. ¿Qué acciones podemos tomar hoy para fomentar la convivencia y vivir en armonía en nuestra comunidad?

Consejos para fomentar una convivencia armoniosa y respetuosa en nuestra comunidad

Mantener una convivencia armoniosa y respetuosa en nuestra comunidad es fundamental para promover un ambiente positivo y de bienestar para todos. Aquí te ofrecemos algunos **consejos** para lograrlo:

1. **Escucha activa:** Presta atención a los demás, muestra interés genuino y respeta sus opiniones y puntos de vista.
2. **Empatía:** Trata de entender y ponerse en el lugar del otro, reconociendo sus emociones y necesidades.
3. **Tolerancia:** Acepta las diferencias y respeta la diversidad de pensamientos, culturas y creencias.
4. **Comunicación asertiva:** Expresa tus ideas de manera clara y respetuosa, evitando el uso de lenguaje ofensivo o agresivo.
5. **Colaboración:** Fomenta el trabajo en equipo y la cooperación, buscando soluciones conjuntas a los problemas que puedan surgir.
6. **Respeto:** Trata a los demás con cortesía y consideración, respetando su espacio personal y sus decisiones.
7. **Generosidad:** Comparte tus recursos y conocimientos con los demás, promoviendo un espíritu de ayuda mutua.
8. **Responsabilidad:** Cumple con tus compromisos y obligaciones, siendo consciente del impacto de tus acciones en la comunidad.
9. **Resolución pacífica de conflictos:** Busca soluciones negociadas y evita la confrontación o la violencia física o verbal.

En definitiva, una convivencia armoniosa y respetuosa se basa en la empatía, el respeto mutuo y la colaboración. Al cultivar estos valores en nuestra comunidad, contribuimos a crear un entorno donde todos nos sintamos valorados y respetados. ¿Qué otros consejos agregarías tú para fomentar una convivencia armoniosa en nuestra comunidad?

FUENTE: Aprendiendo a vivir en sociedad: consejos y experiencias - AcademiaCastellón

RECURSOS:

Recursos Humanos participantes y promotor

Recursos físicos Mesas, sillas, listado de asistencia, portátil.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante esta actividad en la cual el objetivo general era fortalecer en los ciudadanos el sentido de pertenecía hacia la comunidad, buscando mitigar los hábitos que se había adquirido durante la habitabilidad en calle fortaleciendo el sentido de pertenencia y en el cual los participantes expresaron sentirse más conectados y parte de la comunidad, valorando las relaciones establecidas durante la actividad. Por otra parte, se buscaba fortalecer las habilidades para comunicarse de manera efectiva y respetuosa, y para resolver conflictos de manera pacífica, además de otras habilidades como la autoestima, el trabajo en equipo el respeto hacia diversidad cultural y las relaciones interpersonales.

Cuantitativos.

Para el desarrollo de esta actividad con momento 1 se logró la participación de 16 participantes divididos de la siguiente manera 15 hombres y 1 mujer.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Milena Cardenas

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: APRENDIENDO A VIVIR EN COMUNIDAD
LÍNEA DE ATENCIÓN I: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
FECHA: 12/02/2025
TIPO DE ACTIVIDAD: ETAPA 1





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Aprendiendo a Vivir en comunidad de Vida

4. Fecha: 12-02-2025

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	72169302	Ricardo Carrasquilla	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	7545753	Mauricio Cocuel Diaz	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1044	[illegible]	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	75099864	Pedro Castrillon	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79974358	Harry Sierra	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	2494	Roberto lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	3856831	Sandro Ruiz	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	91278255	Aldo Benavides	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79189307	Juan Muñoz	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	7745784358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1224660	Jaime Prendes	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1073671492	VICTOR MONTESINO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					VICTOR	
13	CC	1117514031	Jelson Abello	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1023899784	Wilmer Nieto	34	No aplica	No aplica	No aplica			X					Wilmer Nieto	
15	CC	79795004	JAIR YEPES	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					JAIR.	
16	CC	80926713	Ortiz Sierra Jose	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOZF	
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Milena Cardenas

14. Cargo o rol del responsable: Promotor S. ip

15. Firma del responsable de la actividad: Milena Cardenas

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/imagenes/_doc/s2022/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:** 12/02/2025	**HORA:** 02:00 pm 04:00 pm
ÁREA: Trabajo social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	María Camila Gómez Vargas	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: La Empatía			

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la creación de relaciones significativas y empáticas entre las y los ciudadanos, promoviendo la cooperación, el entendimiento mutuo y el bienestar emocional tanto propio como ajeno dentro de la comunidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar la comprensión mutua, la escucha activa y ponernos en el lugar de los demás para comprender mejor sus experiencias y emociones.
- Contribuir al bienestar de cada ciudadano, impulsando el desarrollo de sus habilidades, talentos y capacidades apoyando su crecimiento personal dentro del marco de la comunidad.
- Desarrollar relaciones interpersonales saludables donde prevalezcan los lazos emocionales, creando un ambiente de confianza y apoyo dentro de la comunidad y con cada uno de los participantes.

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 ciudadanos logran reconocer las prácticas y herramientas mencionadas durante el desarrollo del taller donde facilitan la comunicación y fomentan un clima de respeto y apoyo mutuo.

- **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 de la empatía junto con una actividad rompe hielo que consiste en hacer dos filas mirándose uno al otro y por medio del juego de los roles ponerse en el lugar de los demás y ver el mundo desde sus perspectivas.

- **Segunda etapa:** Se solicitará a las y los ciudadanos que, a partir de lo identificado en el ejercicio de reconocer la importancia de la empatía dentro de la comunidad, donde se trabajará en una de de las habilidades sociales y de la inteligencia emocional, esta habilidad es esencial para las relaciones sociales, ya que nos permite relacionarnos y poder entender al otro para dar respuesta a las necesidades y respeto hacia los otros, 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 taller sobre la empatía, donde se desarrolla otra actividad que se llevara a cabo con cada participante y se dividen por grupos para pensar en diferentes roles y crear una conversación en grupo donde cada persona comparte cómo se sintió al adoptar el rol, qué desafíos enfrentaron al tratar de comprender a los demás, y cómo pueden aplicar esta experiencia en la vida real.

- **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

¿QUE ES LA EMPATIA?

La empatía ha sido un constructo teórico trabajado desde corrientes muy diversas. A lo largo de la historia, ha existido un fuerte debate teórico sobre su naturaleza. En principio, tras la pregunta de si era un fenómeno cognitivo o emocional, lo cual parece superarse tras el enfoque integrador de Davis (1980, 1983), quien plantea que tanto los aspectos cognitivos como emocionales son parte del mismo fenómeno. Sin embargo, en los actuales desarrollos sobre la empatía, aún persisten diferencias. En esta ocasión son producto de las diversas corrientes que se han ocupado del fenómeno de la empatía, desde la mirada de biólogos, educadores, psicólogos, neurólogos, entre otros, llevando el término a expresar diferentes asuntos de acuerdo con el modelo que lo enuncia. El presente artículo trata esas diferentes acepciones de la empatía, hallando la relevancia que el término tiene desde cada enfoque.

¿LA EMPATIA ES POSIBLE?

La necesidad de empatía para la humanidad hoy es capital. No es que antes lo fuera menos, pero ahora, lo que es, es urgente. El aumento de la población de la tierra, con recursos mal distribuidos, con unas políticas generalizadas sometidas a intereses que fomentan les des igualdades, el hambre, el estado de los recursos energéticos, el cambio climático, los fanatismos ideológicos y religiosos, son algunos factores que ilustran la urgencia para cambiar el actual estado de la humanidad y frenar el, más que probable, empeoramiento. La empatía humana tiene que llegar a estadios avanzados y tener una conciencia global de la biosfera, sintiendo que todos los elementos y toda la vida que contiene forman un sistema integrado, concibiendo la especie humana como una gran familia en interrelación con el resto de los elementos. Tenemos que amar la tierra, la humanidad, nuestros significativos (amigos, familia) y a nosotros mismos, en orden ascendente de nosotros al mundo, a la vez que nos esforzamos en sentir las necesidades de las próximas generaciones, los que heredarán la tierra. La empatía no es una idea romántica, ni una cualidad de algunos, ni la importación espiritual de otras culturas, sino que es una capacidad humana antropológica que a través de la evolución ha ido cambiando, que puede continuar evolucionando y en ello la educación tiene un papel importantísimo. Una mirada pesimista nos puede indicar que el ser humano no cambia, que es cierto que existe el gen egoísta, que el hombre es lobo para el hombre. La mirada optimista, mi mirada, mira hacia atrás para mirar hacia delante y el progreso empático que percibo me incita a la esperanza. Creo que cuanto más confiemos en la bondad humana más se expandirá la empatía. Lo contrario sirve para justificar el inmovilismo respecto a la construcción de una humanidad mejor. El ser humano puede ser empático y, si esta capacidad puede ser desarrollada, la educación tiene un papel fundamental en el camino.

Fuentes:

467-Texto del artículo-4961-1-10-20200913.pdf
La empatia es posible TX.indd

RECURSOS
Físicos:

- Sillas, computador.

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 la importancia de la empatía dentro de la comunidad ya que están en un espacio donde deben convivir con muchas personas las cuales tienen diferentes formas de pensar, de actuar y de pensamiento. En el desarrollo de las actividades las y los participantes manifestaron que es fundamental reconocer la importancia de la empatía en este tipo de escenarios ya que permite que la convivencia sea amena y que pueda haber una mejor comunicación así todos los ciudadanos tengan diferentes formas de pensar o el querer estar en ese espacio.

Cuantitativos

Se contó con la participación de 20 ciudadanos y ciudadanas: 16 hombres, 3 mujeres, 1 personas de la población LGTBI.

FIRMA RESPONSABLE: Nena Carla G.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: La empatía

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

Fecha: 12/02/2025

Tipo de actividad: 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: La Empatía | 4. Fecha: 12/02/2025 | 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	6883968	Jose Cotzo	63	NO aplica	No aplica	Noaplica			X						
2	cc	80729009	Jhon Ramirez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	19482048	Edgar Rizot	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	C.C	8196362	Francisco Pulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79867862	JUAN CHAC	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80374501	JORGE BETTAN	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1074172388	LUIS HILEY+O	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	5824530	ALEXANDER VILLA	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	59838613	Lorena Guerrero	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	52766328	Sandra Mejia	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1115068631	Manuel Ruiz	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	10105564	Carlos Zuluaga	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1122267	Jhon faiver peralta	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	10532108	Omar Pantoja	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80156655	JHON GOMEZ	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	79685313	ERICK NIETO	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80003469	Oscar Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	80248036	RAFAEL RIAÑO	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1128046663	JOHAN COGOLLO	30	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
20	C.C	1033133815	David Calvo	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: María Camila Gómez 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:** 12/02/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 Pm FINAL: 04:00 Pm

ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Yeimy Lorena Guevara

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Corresponsabilidad.

OBJETIVO GENERAL:

Promover el concepto de corresponsabilidad como un pilar fundamental para la convivencia y el desarrollo personal, resaltando la importancia del compromiso individual y colectivo en la construcción de nuevas oportunidades de vida

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar cómo las decisiones individuales afectan tanto el propio bienestar como el de la comunidad.
- Desarrollar estrategias para asumir compromisos personales en el proceso de reintegración social.
- Fomentar la importancia del apoyo mutuo y la participación activa en la construcción de un entorno positivo

METODOLOGÍA:

El taller se desarrollará a partir de la metodología psico-educativa, permitiendo la sensibilización e interiorización de estrategias de afrontamiento eficaces para las situaciones de alto impacto que puedan presentarse a lo largo de la vida de los participantes. Se realzará la actividad con ciudadanos y ciudadanas que se encuentran en etapa IV bajo la línea de atención dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

- **Adecuación**: Se convocan a los participantes de la comunidad a participar del taller, se adapta el espacio y el lugar, para dar inicio con el tema, con apoyo del grupo de promotoría se realzara el llamado a los y las ciudadanas que hacen parte de etapa 4.
- **Primer momento:** Se iniciará con un ejercicio grupal donde los participantes se sientan en círculo y se les entrega un ovillo de lana. Un participante sostiene un extremo del hilo y menciona una acción de la vida cotidiana que implique responsabilidad (por ejemplo, "cuidar los espacios comunes"). Luego, lanza el ovillo a otro compañero, quien debe mencionar otra acción y sostener el hilo antes de pasarlo a alguien más. Al final, se formará una red simbólica que representa la conexión y el impacto de nuestras acciones en los demás. Se reflexiona sobre cómo cada decisión contribuye al bienestar del grupo y de uno mismo.
- **Segundo Momento:** Los participantes se dividirán en grupos y se les entregara una historia breve sobre una situación que requiere corresponsabilidad (por ejemplo, el cuidado de un espacio compartido, el apoyo mutuo o la toma de decisiones responsables). Cada grupo debe analizar la historia y responder preguntas como: ¿Qué responsabilidades tiene cada persona en esta situación? ¿Qué pasaría si alguien no cumpliera con su parte? Luego, cada grupo socializa su análisis, conectándolo con experiencias personales. Se organizará una actividad en la que los participantes deben cumplir una serie de tareas (como armar un rompecabezas, mover un objeto pesado o completar una carrera con obstáculos) sin poder realizarlas solos. Cada tarea exige que todos colaboren y asuman responsabilidades específicas para lograr el objetivo. Al finalizar, se reflexionarán sobre cómo la corresponsabilidad facilita la resolución de problemas y fortalece el sentido de comunidad.
- **Tercer momento:** Cada participante escribirá en una hoja un compromiso personal relacionado con la corresponsabilidad (por ejemplo, "Voy a ser más consciente del impacto de mis acciones en el grupo" o "Me comprometo a participar en las actividades comunitarias"). Este lo compartirán a sus compañeros y lo guardarán para recordarlo en la cotidianidad. Se cerrará con una frase motivacional en círculo, reforzando el valor del compromiso mutuo en su proceso de desarrollo persona. Adicionalmente se pedirá a un ciudadano que genere las conclusiones del espacio con base a lo aprendido.
- **Reacondicionamiento del espacio:**

Se solicitara a dos ciudadanos organizar el espacio recogiendo las sillas y mesas utilizadas.

TEMAS:

CORRESPONSABILIDAD:

El término **corresponsabilidad** hace referencia a la responsabilidad compartida de una situación o actuación determinada entre dos o más personas. Las personas corresponsables poseen los mismos deberes y derechos en su capacidad de responder por sus actuaciones en las situaciones a su cargo. La responsabilidad compartida se conoce como corresponsabilidad. Esto quiere decir que dicha responsabilidad es común a dos o más personas, quienes comparten una obligación o compromiso.

Por ejemplo: "El Gobierno hizo referencia a la corresponsabilidad de los empresarios y de los sindicatos en esta situación", "Para la Justicia, la corresponsabilidad del médico en la muerte del cantante ya está probada", "Eliminar la pobreza implica una corresponsabilidad para todos los integrantes de la sociedad". La Constitución Política de Colombia dice que "la familia, la sociedad y el Estado tienen la obligación de asistir y proteger al niño para garantizar su desarrollo armónico e integral y el ejercicio pleno de sus derechos" (2), y los señala como responsables directos en la garantía de las condiciones anteriormente expuestas, al declarar explícitamente la corresponsabilidad de estos entes frente al principal objetivo. El principio de corresponsabilidad supone la participación de los tres estamentos con total responsabilidad y sin presentar objeciones; sin embargo, se ubica un compromiso prioritario de la familia (en cabeza de los padres) como esfera primaria responsable por el cuidado y atención de los niños, donde la vulneración de sus derechos implica la injerencia del Estado en este ámbito, definido inicialmente como privado.

Qué es la responsabilidad Para entender la noción de corresponsabilidad, primero debemos conocer el concepto de **responsabilidad**. La responsabilidad es la cualidad que tiene aquel individuo que cumple sus obligaciones o promesas y asume las consecuencias de sus actos, cuando los realiza de manera consiente. Es una virtud que suele ser considerada como uno de los principios humanos más significativos, que puede encontrarse prácticamente en cualquier ámbito, ya sea familiar, político, jurídico, entre otros.

La corresponsabilidad se define como la distribución equilibrada, equitativa y funcional de la planificación, la organización y la realización de las tareas, del cuidado de menores y de personas dependientes, de los espacios de educación y de trabajo.

También es importante destacar que cuando hablamos de corresponsabilidad no sólo nos referimos a la ejecución de las tareas concretas a realizar, sino que el trabajo reproductivo implica una serie de aspectos más amplios como son la organización, la planificación, la responsabilidad, el uso del tiempo, etc. Es la implicación y no la ejecución lo que sobrecarga. Así, los hombres acostumbran a moverse más en la ejecución de tareas, evitando las más desagradables o escogiendo las que quieren realizar. En este sentido, tampoco es lo mismo ejecutar tareas de forma correlativa, que la simultaneidad que implica el trabajo reproductivo.

DIFERENCIA ENTRE RESPONSABILIDAD Y CORRESPONSABILIDAD.
La responsabilidad es el compromiso y obligación moral que tienen las personas por la participación directa de sus pensamientos y/o acciones en la realización de un acontecimiento. En cambio, la corresponsabilidad es la responsabilidad indirecta por las acciones realizadas por otros.

Fuente de consulta:

- https://definicion.de/corresponsabilidad/
- https://www.lauraservos.com/corresponsabilidad/
- https://concepto.de/responsabilidad/#ixzz7UO2eoDlB
- https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/columnistas/1/responsabilidades-y-corresponsabilidades

RECURSOS:
Físicos: Lana, sillas, mesa, marcadores, colores, elementos deportivos
Humanos: ciudadanos y ciudadanas de etapa IV, profesional en psicología y equipo promotor

RESULTADOS:
Cualitativos: Como resultado de las acciones implementadas, los participantes lograron una mayor comprensión del concepto de corresponsabilidad y su impacto en la convivencia y el desarrollo personal. A través de actividades reflexivas y ejercicios grupales, se evidenció un reconocimiento más claro de cómo sus decisiones individuales no solo influyen en su propio bienestar, sino también en el de la

comunidad. Este proceso permitió que los participantes analizaran las consecuencias de sus acciones y tomaran mayor conciencia sobre la importancia de asumir un rol activo y responsable en la construcción de nuevas oportunidades de vida.

Además, se promovió el desarrollo de estrategias para fortalecer el compromiso personal en el proceso de reintegración social, impulsando una mayor disposición para participar en dinámicas de apoyo mutuo. Se evidenció un incremento en la colaboración y el sentido de pertenencia, lo que favoreció la creación de un entorno más positivo y solidario. Los participantes demostraron mayor apertura para asumir responsabilidades individuales y colectivas, comprendiendo que la construcción de un futuro más estable y digno depende tanto del esfuerzo personal como del trabajo conjunto con la comunidad y las redes de apoyo.

Cuantitativos: Se coto con la asistencia de 6 ciudadanos y ciudadanas, de ellas 1 se identifica como mujer y hace parte de los sectores LGBTI, 5 se identifican como hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Hermes Lovera Quevara

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hervey Diaz G

Registro fotográfico

Nombre de la actividad: Corresponsabilidad

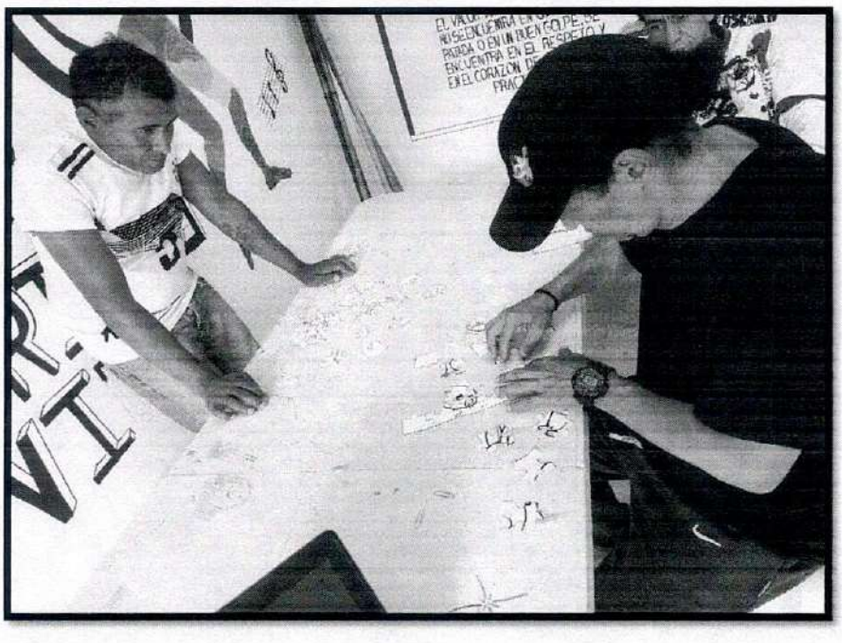
Línea de Atención IV bajo la línea de atención dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

Fecha:12/02/2025

Etapa IV







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: Corresponsabilidad

4. Fecha: 12/02/2025

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	1032[illegible]047	Shantal Ramirez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	74631392	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79835163	Edwin Barreto	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79867421	Efrain Jonk	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	7144982	Elkin Perea	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	98583367	Freddy Velasquez	53	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: Yeimy Lorena Acevedo

14. Cargo o rol del responsable: Psicologa

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:** 12/02/2025	**HORA:** Inicio: 2:00pm Final: 4:00pm
ÁREA: Terapia ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Astrid Carolina Rico Sánchez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconocimiento de actores estratégicos

OBJETIVO GENERAL:

- Educar a las y los ciudadanos en el reconocimiento de grupos, entidades u organizaciones que tienen influencia significativa en el contexto específico.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Comprender las metas, necesidades y motivaciones de cada actor estratégico.
- Identificar el grado de impacto que cada actor estratégico puede tener en el contexto específico mediante la socialización y búsqueda en las diferentes paginas.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de las actividades se implementará una metodología socio educativa que busca fortalecer las habilidades y capacidades del ciudadano que le permitirá desenvolverse de manera asertiva en los diferentes grupos sociales, ya sea a nivel familiar, laboral, recreativo entre otros. Para la actividad será basada en la línea de atención IV Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación:

Se realizará el llamado a las ciudadanas y los ciudadanos habitantes de calle en el aula de Gabriel García Márquez y se hará el alistamiento de los recursos físicos que se van a implementar durante el desarrollo de la actividad.

Primer momento:

Se realizara explicación de la temática, en donde se indagará que conocimientos se tienen frente a la identificación de instituciones que brinden una interacción con la población y generen un apoyo en las diferentes áreas. Así mismo se realizara actividad para relacionar conocimientos mediante juego de sopa de letras.

Segundo Momento:

Se iniciara la educación a las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle en el paso a paso para la búsqueda de páginas ante cada una de las instituciones que brinden beneficios y contribuyen en el desarrollo personal. Las instituciones son: Biblored, jardín botánico, IPES, Registro Único de Recicladores de Oficio – RURO, bacanika, SENA y secretaria de recreación, cultural y deporte, así mismo se les educa como acceder a los canales de whatsapp de empleo en bogota y las diferentes actividades que ofrece la alcaldía de Bogotá.

Tercer momento:
Se culmina la actividad en donde se identifican profesiones para lograr que los ciudadanos puedan realizar una búsqueda de empleo acorde a habilidades y experiencia, incluso realizar filtros en el territorio.

Reacondicionamiento del espacio:

La zona del aula de artes 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
Redes de apoyo

Todas y todos somos parte de una comunidad y necesitamos del apoyo de otras personas en diferentes situaciones durante la vida. El apoyo recíproco fortalece a las personas, familias, comunidades y a la sociedad en su conjunto. Las redes de apoyo social son: "el conjunto de relaciones que integran a una persona con su entorno social, o con personas con las que establecen vínculos solidarios y de comunicación para resolver necesidades específicas..."

Las personas en las que nos apoyamos y a quienes apoyamos, conforman nuestras redes de apoyo social. Estas redes se dan en lo cotidiano, es decir, en la familia, el trabajo, la escuela, la comunidad, y son lazos permanentes, asimismo, las redes pueden crecer o debilitarse, conforme quienes las integran cambien sus relaciones, con el paso del tiempo.

Las redes de apoyo social son: "el conjunto de relaciones que integran a una persona con su entorno social, o con personas con las que establecen vínculos solidarios y de comunicación para resolver necesidades específicas. Las redes pueden reducirse o extenderse proporcionalmente al bienestar material, físico o emocional de sus integrantes, y al involucramiento y la participación activa en el fortalecimiento de las sociedades. Están en constante movimiento y las integran personas (cualquier número a partir de dos) que comparten intereses, principios ciudadanos y que asumen principios de reciprocidad, no violencia y acción voluntaria".

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

Emocionales: afectos, confianza, compañía, empatía, reconocimiento, escucha. Pueden ser a través de visitas, llamadas telefónicas, invitaciones, abrazos, etc.

Instrumentales. Ayuda para transportarse, labores del hogar, hacer las compras, el cuidado o acompañamiento.

Cognitivos. Intercambio de experiencias, información, consejos que permitan entender o recordar una situación, etc.

Materiales. Dinero, alojamiento, comida, ropa, donaciones, etc.Por otra parte, de acuerdo a los tipos de apoyo, las redes se pueden clasificar en formales e informales. Informales. Son las redes personales y comunitarias, a su vez se dividen en primarias y secundarias:

Primarias. Están conformadas por la familia, amigos y vecinos. Cumplen funciones de socialización, cuidado y afecto, reproducción y estatus económico, entre otras.
Secundarias. Es el mundo externo a la familia: grupos recreativos, organizaciones civiles y sociales que operan en la comunidad, organizaciones religiosas, relaciones labores o de estudio. Algunas de sus funciones son la compañía social, el apoyo emocional, la guía cognitiva y de consejos, la regulación social, dar ayuda material y de servicios y la posibilidad de acceder a nuevos contactos.
Formales. Son las redes conformadas por organizaciones del sector público en los diferentes niveles de gobierno (federal, estatal y municipal), que cumplen funciones de orientación, información, capacitación, promoción y atención a la salud, alimentación, defensa de derechos, recreación, cuidados.

Características de las redes de apoyo social:

- Hay un sentido de solidaridad entre sus integrantes.
- Son heterogéneas e incluyentes, ya que pueden estar integradas por personas de cualquier edad, sexo, condición económica, creencias, etc.
- Actúan con autonomía, según el criterio de las propias redes.
- Buscan alcanzar objetivos concretos, según las necesidades que surgen.
- Existe la reciprocidad, se da y recibe en proporción a las circunstancias de cada persona o grupo.
- Se da interacción entre sus integrantes y elementos externos, sociedad e instituciones.
- Son cambiantes, es decir, se renuevan y adaptan a las necesidades del entorno a través del tiempo.
- Son resolutivas, generan una respuesta y/o solución a las diversas situaciones.

Fuente:

- **https://www.gob.mx/inapam/articulos/importancia-de-las-redes-de-apoyo-social-para-las-personas-mayores**
- **https://bogota.gov.co/que-hacer/agenda-cultural**
- **https://bacanika.com/ruta-de-muralistas-y-graffiteras-en-bogota**
- **https://www.biblored.gov.co/**
- **https://www.ipes.gov.co/**

RECURSOS
Físicos:

Hojas, internet, listado de asistencia, computador y lápiz.

Recursos humanos:

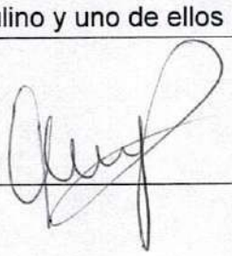
Ciudadanos, ciudadanas y terapeuta ocupacional.

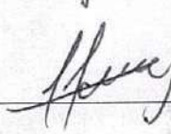
RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante el taller se evidenció que los ciudadanos lograron reconocer instituciones en Bogotá que les permiten enriquecer el desempeño en las diferentes áreas del ser humano, así mismo el que puedan recurrir posterior al egreso teniendo un repertorio de actividades que contribuyen en el ocio y productividad. Por otra parte se resalta que los ciudadanos que asistieron cuentan con habilidades para oficios como servicios generales, vigilancia, técnico en cocina y ventas, lo que conlleva a que en la búsqueda laboral visibilicen que requiere de retomar cursos como herramientas de fortalecer y potencializar habilidades que les garantice la contratación en una empresa.

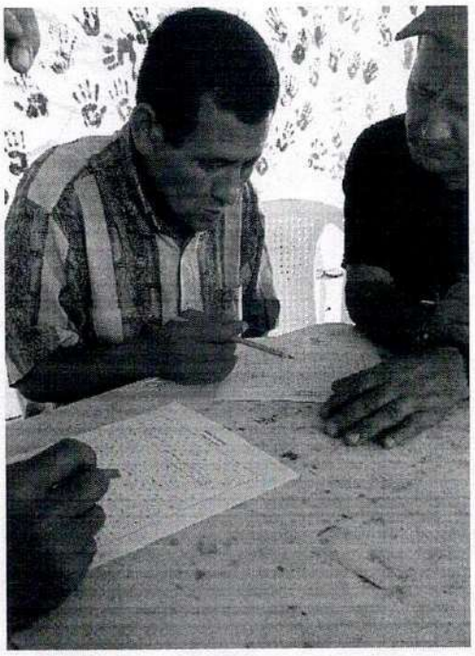
Cuantitativos:
Para la realización de esta actividad se contó con la participación de (8) ciudadanos. En el cual todos se identificaron con el género masculino y uno de ellos perteneciente a la población LGBTI.

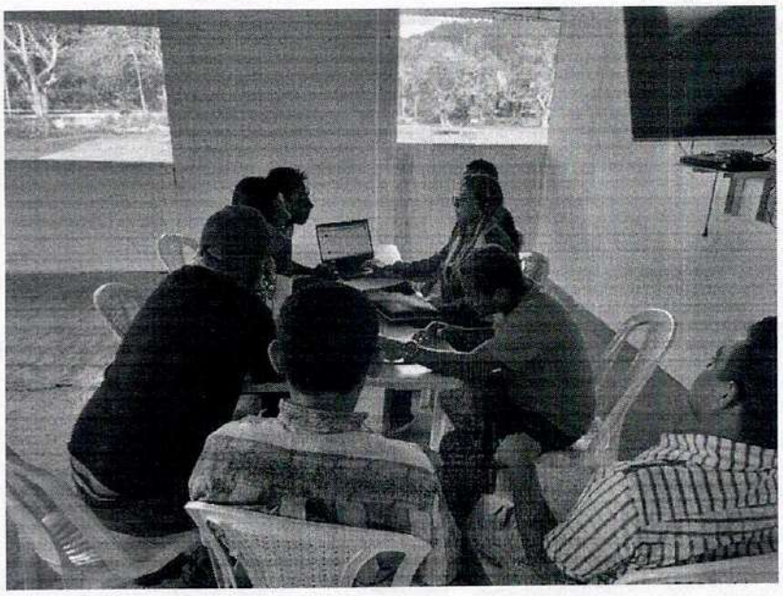
FIRMA DEL RESPONSABLE: 

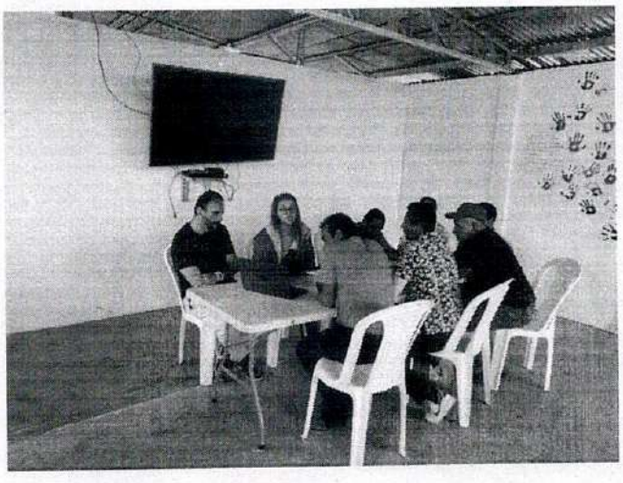
FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Hermey Díaz G

ANEXO FOTOGRÁFICO
LINEA IV DINAMIZACION DE LA ATENCION INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: RECONOCIMIENTO DE ACTORES ESTRATEGICOS
ETAPA V
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: Reconocimiento de actores estrategicos
4. Fecha: 12/02/2025
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 VÍNCULO		
1	CC	79666698	Alejandro Villam	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	7178808	Jaime Alberto	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79879200	Jhon Fernando Cast	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1032457464	Alexander Rivera	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	9600459	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1136912721	DAVID Navar	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1039775	Jesus Lago	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1033736153	Jhonatan Tenorio	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Astrid 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:** 13/02/2025	**HORA:** INICIO:08: 45am FINAL: 10:00 am
ÁREA: Educación Física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Anggie Paola Murcia Salinas.	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada deportiva trimestral, Zumba

OBJETIVO GENERAL:
Promover hábitos de vida saludables en las y los ciudadanos y el talento humano de la comunidad de vida mediante la implementación de actividad musicalizada, con el fin de reducir los niveles de sedentarismo y mejorar el bienestar físico y mental.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Ejecutar movimientos a través de ritmos de baja, media y alta intensidad en una jornada de acondicionamiento físico con intervalos para un desgaste energético alto.
- Estimular por medio de la música, la motricidad y la relajación, el buen manejo de tensiones, aumentando la autoestima de los ciudadanos.
- Tonificar varios sectores musculares a través del acondicionamiento físico musicalizado, con el propósito de mejorar en condición física y bienestar.

METODOLOGÍA:
La jornada deportiva mensual se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico – pedagógica musicalizada, que fomentará un estilo de vida activo y saludable en los ciudadanos y el talento humano de la Comunidad de Vida mediante la implementación de sesiones de Zumba, de esta manera prevenir estados de sedentarismo complementado el fortalecimiento de cada una de sus capacidades físicas básicas y de esta manera se permitirá motivar a realizar la actividad física en las y los participantes y que al terminarla sientan el verdadero bienestar mental, cognitivo, motriz y físico que toda la actividad genera en cada uno de los ciudadanos. Se tendrá en cuenta la participación en conjunto de ciudadanos y talento humano, con el fin de lograr una integración a través de actividades lúdicas y de acondicionamiento musicalizadas. Esta jornada se llevará a cabo bajo la línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
Adecuación: Con ayuda de promotora se hará el llamado a las y los ciudadanos que deseen ser partícipes de la actividad planificada para este día, se acomodará el espacio para desarrollar la actividad propuesta.

Primer momento: Se procederá a dar una charla, dando el respectivo saludo y se comunicará a los ciudadanos la actividad diseñada para realizarla, se comenta la dinámica que se implementará en el desarrollo de la jornada.
Segundo momento: Se formará el grupo situándolos en el sitio de la actividad, en posición de espejo donde todos estén separados mínimo a dos metros uno del otro, para la charla previa a toda la actividad, donde realizamos la movilidad articular, activación y fase central de nuestra actividad física musicalizada en la comunidad.
A través de movimientos rítmicos realizaremos el calentamiento inicial, en donde nos enfocaremos en:

- Movilidad articular general
- Tren inferior
- Tren superior
- Activación o entrada en color.

Se procederá a ejecutar una entrada en calor general con base musical y a medida que la música aumenta su ritmo elevamos la dificultad de los ejercicios para distensionar a todos los participantes y que ellos hagan de la activación algo motivante y relajante para su situación dentro de la comunidad de vida.
Por medio de varios ritmos musicales se establecerá una rutina y ejercicios fáciles de seguir y en las que todos pueden llevar el ritmo, con la intención que las ciudadanas, los ciudadanos y el talento humano liberen endorfinas, dopamina y serotonina que son hormonas clave a la hora de potenciar la felicidad, reducir el estrés y mejorar la autoestima. Todo ello en un ambiente de alegría, entrenamiento y compañerismo, lo que hace que también se fortalezcan los vínculos con la red institucional y cada equipo de referencia.
Durante el transcurso de la jornada se ejecutarán ritmos tales como:

- Electrónica, folclórica, salsa, merengue, guaracha, carranga, reguetón.

Tercer momento: Se dará el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción individual y colectiva, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su vida.
Reacondicionamiento del espacio: Se invitará a los ciudadanos y ciudadanas, para dejar el espacio en el que se trabajó limpio y organizar los materiales utilizados en la actividad desplazándolos al sitio de implementos deportivos y luego seguir la rutina diaria.

TEMAS: Zumba

Zumba es un movimiento o disciplina fitness de origen colombiano, enfocado por una parte a mantener un cuerpo saludable y por otra a desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo mediante movimientos de baile combinados con una serie de rutinas aeróbicas.

La zumba utiliza dentro de sus rutinas los principales ritmos latinoamericanos, como lo son la salsa, el merengue, la cumbia, el reggaetón y la samba. Es una disciplina de baile que pueden practicar tanto hombres como mujeres.

La actividad física recreativa del Zumba es una herramienta ideal para trabajar en la Educación Secundaria Obligatoria. Debe integrarse en la educación para establecer interrelaciones entre los bloques que conforman nuestra área de enseñanza de Educación Física en el sistema de educativo obligatorio. Mi objetivo es dar a conocer la Zumba desde la base, que los educadores se familiaricen con ella, ya que se trata de una actividad muy popular y es necesario que los docentes estén en continua formación y al tanto de las nuevas propuestas de Educación Física.

La danza es la acción motriz o manera de bailar. Se trata de la ejecución de movimientos al ritmo de la música que permite expresar sentimientos y emociones. Se estima que la danza fue una de las primeras manifestaciones artísticas de la historia de la humanidad.

Según Parlebas (2001), definimos acción motriz como: "realización de la persona que toma sentido en un contexto a partir de un conjunto de condiciones (gestuales, espaciales, temporales, comunicacionales y estratégicas) que definen objetivos motores". Por ejemplo: bailar zumba.

La zumba se nutre de gestos cotidianos, aunque adquiere formas diversas en función de los significados que persiga y de las normas estéticas y sociales dominantes. Es importante resaltar el hecho de que la danza tiene su origen ya en la Prehistoria pues desde siempre el hombre ha tenido la necesidad de expresar sus sentimientos y no sólo a través de la comunicación verbal sino también mediante lo que sería la comunicación corporal. No obstante, en esos orígenes el ser humano recurría a la danza como parte fundamental de rituales relacionados con la fecundidad o la guerra. Pero la zumba no es tan sólo movimiento, es también expresión, comunicación o representación. Para Sachs, la danza desde sus inicios ancestrales es vivida como una expresión motora y rítmica del exceso de energía y del placer de vivir. La danza está fuertemente arraigada en las diferentes sociedades, en muchos casos puede servir como instrumento de relación entre sus componentes, como factor de identificación o como verdadero regulador de normas sociales, tiene pues la capacidad de convertirse en una verdadera vía de expresión del ser humano y en una importante manifestación social y cultural.

Tipos y géneros

Mucho son los tipos y géneros de danza que existen. No obstante, fundamentalmente podemos dividirlos en tres grandes grupos:

- Danzas tradicionales y folclóricas. En este caso, bajo dicha denominación se encuentran aquellas que son fruto de la cultura popular de una población y que se entienden como parte fundamental de su riqueza etnográfica. Entre los mismos se hallan el flamenco, el tango, la danza árabe o los llamados bailes de salón.
- Danzas clásicas. Desde tiempos inmemoriales hasta nuestros días se practican este tipo de danzas que se identifican por el hecho de que quienes las llevan a cabo a cabo realizan movimientos ligeros, armoniosos y perfectamente coordinados. Dentro de esta categoría se incluyen la danza medieval o el ballet, entre otros.
- Danzas modernas. Los jóvenes son los que practican y desarrollan este tipo de danzas que, en muchos casos, llevan asociadas una manera de entender la vida e incluso de vestir. Entre las mismas se encuentran el breakdance, el popping, el funky, el jumpstyle, el moonwalk o incluso el rock and roll.
- Actividades Dirigidas. Son métodos de construcción coreográfica han supuesto para los monitores/profesores diferentes formas de presentar los contenidos a los practicantes, asegurando un correcto entrenamiento cardiovascular (Cacho, 2004). Para tal fin se usa generalmente la coreografía que es una secuencia de movimientos, combinados a ritmo de una música determinada (Diéguez,1996). Como, por ejemplo: Aerobic, Step, Zumba.

Fuente de consulta:

- Beneficios psicológicos del Zumba en la E.S.O. Altea Iberia Palacios, Curso: 2014/2015, Universidad del País Vasco UPV/EHU, Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

RECURSOS:

Físicos:

- Cancha de baloncesto, parlante, celular, música, tabla.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, equipo psicosocial, profesionales de educación física.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el desarrollo de la jornada deportiva trimestral realizada de manera interdisciplinar e integrada por medio de la actividad musicalizada, se evidenció una participación activa de los ciudadanos con ingreso reciente a la unidad operativa. La sesión de zumba abordó aspectos como el síndrome de abstinencia, la canalización de cargas, el desgaste energético, la resistencia y el desarrollo de capacidades y habilidades físicas básicas. Además, se contó con la participación del equipo psicosocial, lo que facilitó la interacción entre los asistentes y promovió un ambiente de motivación durante la actividad. Esta iniciativa contribuyó a fomentar hábitos de vida saludables mediante dinámicas que permitieron un adecuado desgaste energético y la prevención del sedentarismo. Al finalizar, algunos participantes expresaron que este tipo de actividades lúdicas les ayudan a mejorar el manejo de sus conductas y a romper con la rutina diaria. Asimismo, destacaron que el acompañamiento del talento humano fortalece su motivación y favorece la articulación entre los actores del servicio de la Comunidad de Vida.

Cuantitativos: Se cuenta con la participación de (20) ciudadanos, (3) participantes de género femenino, (17) participantes de género masculino, (5) ciudadanos pertenecientes a enfoque diferencial.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz B

REGISTRO FOTOGRAFICO.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada deportiva trimestral, Zumba, fecha: 13/02/2025, línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en 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: Jornada. deportiva trimestral, Zumba.
4. Fecha: 13/02/2025.
5. Hora: 08:45 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	1136912782	David Navarro	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					David	
2	CC	1147519431	Jason Abello	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	75094969	Fredier Castellanos	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1033733345	David Calvo	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	8094469	Richard Jair Valencia	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	7488488	Alejandro Villamiz.	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	2994083	Roberto lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	5825498	ALEXANDER SILVA	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	5417077	JHOANY ESPITIA	27	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	51337929	Mary Cuervo	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1030547452	ANA Buitrago	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Maricela B	
12	CC	40665651	Sandra	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1032444047	SHANTAL RAMIREZ	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1033276610	JEISSON CASTELLANOS	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80236374	Juan Carlos Cano	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	9545755	Wenceslao	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80248436	RAFAEL RIAÑO	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					RAFAEL	
18	CC	1077473882	LUIS ALBERTO	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					LUIS	
19	CC	1018944489	Juan Sebastian Calle	29	No aplica	No aplica	No aplica			X					Calle	
20	CC	80748939	ANDERSON MUÑOS	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					ANDERSON	

13. Nombre del responsable: Angie Paola Murcia S.
14. Cargo o rol del responsable: Educadora Física
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_ltn_y_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:** **14/02/2025**	**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 III

OBJETIVO GENERAL:
Continuar con la elaboración de los 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 continuar 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 continúen 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:

Participaron las y los ciudadanos que han venido siendo parte del taller patchwork; en el taller anterior ensamblaron las piezas de tela cortadas con el molde para l monedero. De igual forma, se realizó la revisión de acabados y control de calidad de los monederos con la técnica de patchwork, los cuales deben reflejar un equilibrio entre estética, funcionalidad y durabilidad, cumpliendo con los estándares de calidad esperados. Cada participante logró elaborar un monedero funcional y único, demostrando su creatividad y habilidad en el manejo de la técnica patchwork. Los asistentes expresaron su entusiasmo por haber aprendido una nueva técnica. Es importante resaltar que los participantes se encuentran comprometidos con el taller, funcionando con autonomía en la selección de producto a diseñar, así como la elección de materiales.

Cuantitativos:

Ingresaron al taller nueve (09) ciudadanas y ciudadanos de diferentes momentos dentro de las etapas de desarrollo (1,2,3 y 4). De los 9 participantes, tres (03) se reconocen de población LGBTI y los seis (06) restantes se identifican de género masculino, dos de ellos son adultos mayores.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: PATCHWORK – ELABORACION DE MONEDEROS III

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

Fecha: 14/02/2025







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 III | 4. Fecha: 14/02/2025 | 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 identificacion 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	79985163	Edwin Barrero	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	8140362	Francisco Pulido	68	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	52766328	Sandra Tigiol	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	6883964	Jose Cortes	63	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	1128046663	Yohan cogollo	30	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	80724004	Jhon Ramirez	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	1033751104	Alexander Linares	36	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	59835623	Lorena Guerrero	48	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	91 278 237	Jairo Benavides	61	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Nubia Rojas Motta | 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.

Unidad Operativa:	COMUNIDAD DE VIDA EL ROSARIO
Fecha:	13/02/2025
Lugar:	Salida senderos del territorio "Caminata"
Horario:	10:30am – 12:00 pm.

OBJETIVO

Fomentar el bienestar integral de los ciudadanos de Comunidad de Vida a través de una caminata recreo ecológica, promoviendo una adecuada oxigenación mental y acondicionamiento físico reconociendo el buen uso a su tiempo libre como manejo de hábitos de vida saludables.

METODOLOGÍA

La actividad de índole físico 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 desgaste energético fomentando la actividad física y el bienestar de las participantes y los participantes a través de una caminata pasiva; generando articulación con la comunidad de vida la victoria, permitiendo esto promover la sana convivencia a través de la actividad física. Esta actividad se dará bajo línea de atención IV; Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Por parte del equipo psicosocial se realizará el llamado a las 10:00 am a las ciudadanas y los ciudadanos en la zona de punto de encuentro en portería, seguido a ello, se indicará a la población cada una de las restricciones, protocolo y normas a tener en cuenta en zonas veredales, con el fin de distensionar a las y los ciudadanos que asistan, se aplicará ejercicios básicos que se puede realizar en un día de su cotidianidad dentro y fuera de la comunidad como lo son: 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 dando adaptación al cuerpo y se dará inicio a al recorrido inter veredal. Para cumplir con el objetivo de la actividad física se contará con el apoyo del equipo de promotor en turno, con el fin de evitar incidentes.

Para finalizar, se estipula que sobre las a las 11:50 am se les indicará la manera de retorno con el objetivo de llevar a comunidad sobre la 12:00 pm., así mismo, se llevará cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	
HORA	**ACTIVIDAD**
10:00 am	Llamado a la población.
10:30 am	Salida de comunidad de vida.
10:30am-12:00 pm	Recorrido veredal "Las Mercedes"
11:40am-12:00pm	Retorno a comunidad de vida.

INSTITUCIONES A 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)
En el transcurso de la actividad se dio cumplimiento con el objetivo planteado, logrando así promover espacios de estimulación cognitiva a través de la actividad física en donde cada uno de los ciudadanos y las ciudadanas generen un adecuado desgaste energético con ayuda acciones como las caminatas, fortaleciendo cada una de sus capacidades físicas, como resistencia, fuerza y agilidad; de igual manera, por medio de estos recorridos largos se consigue sacar de la cotidianidad del diario vivir a cada uno de las y los ciudadanos, así mismo, concientizar a continuar el buen manejo de hábitos saludables aprovechando su tiempo libre en comunidad. Se cuenta con la participación de 20 ciudadanos, en donde 19 son de género masculino y 1 de género femenino, 3 de ellos pertenecientes a enfoque diferencial.

Nombre del Profesional responsable de la salida: Anggie Paola Murcia Salinas, educadora física.

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: Salida sendero del territorio "caminata".

4. Fecha: 13/02/2025

5. Hora: 10:30am.

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	1019974358	Henry Sierra	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1075184358	Alejandro Moreno	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1136565652	Sandra Ayala	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80145685	Juan Gomez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	11514120	Luis Nuñez	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80926413	Jose ortiz Sierra	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1115068634	Manuel Romero	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1019944989	Juan Callejas	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80248436	RAFAEL PEÑA	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	11532108	Omar Pantoja	70	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	8147782	Jorge Gonzalez		No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1122326?	Jhon Jairo Rendon	03	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1023899784	Wilmar Nieto	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1016655558	Kathleen Lopez	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	80801369	Luis PADILLA	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1144139743	Yormen Hernandez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1003703	Oscar rodriguez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	94858587	Freddy Velasquez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79769127	Heliodoro Garcia	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	9858587	Freddy Velasquez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angie Paola Florez J

14. Cargo o rol del responsable: Educación Física

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:** 13/02/2025	**HORA:** Inicio: 2:00pm Final: 4:00pm
ÁREA: Terapia ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Astrid Carolina Rico Sánchez	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Gestión del tiempo libre			

OBJETIVO GENERAL:

- Sensibilizar a las y los ciudadanos en la planificación del tiempo en forma eficaz mediante la orientación de actividades; con el fin completar tareas para alcanzar objetivos a largo plazo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Utilizar el tiempo libre para aprender nuevas habilidades, cultivar intereses y pasatiempos mediante la identificación de los mismos.
- Utilizar el tiempo libre para realizar actividades que promuevan salud y bienestar mediante la implementación de planner de hábitos.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de las actividades se implementará una metodología psico educativa que 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. Para la actividad será basada en la línea de atención IV Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación:

Se realizará el llamado a las y los ciudadanos en el aula de artes y se realizará alistamiento de los recursos físicos que se van a implementar durante el desarrollo de la actividad de Con-tacto.

Primer momento:

Se realizara explicación de la temática, en donde se indagará que conocimientos se tienen frente a la gestión del tiempo, posteriormente se transmitirá un video corto de Youtube llamado como ser disciplinado de Yoki Kenji que tiene un tiempo de 8:37 sg, en donde se retroalimentará el mismo, tomando aportes desde las experiencias vividas.

Segundo Momento:

Se dará continuidad con diligenciamiento de sopa de letras en donde las palabras a buscar están relacionadas a las posibles actividades que se pueden realizar en el tiempo libre; por lo tanto se brindara una orientación de que en la planificación del tiempo, se deberán identificar intereses y actividades que generen placer o actividades que se quieran aprender y que deseen formar un habito con las mismas.

Tercer momento:
Se realizara la entrega de un planner de hábitos, en donde se deberá plasmar las actividades que desean conformar un habito saludable, así mismo en el planner está para que se califique cada día del mes, de tal manera que el ciudadano pueda realizar una autoevaluación de que tan constante es en el ejercicio de mantener rutinas y la disciplina que se necesita para formar un habito. Se retroalimenta la actividad.

Reacondicionamiento del espacio:

La zona del aula de artes 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
El plan de gestión del tiempo es importante para el éxito de los objetivos personales y profesionales de cualquier individuo. El tiempo es algo que todos tenemos en común para completar las tareas. Todos disponemos de las mismas 24 horas al día, y depende de nosotros aprovecharlas al máximo.

La gestión del tiempo puede ser muy beneficiosa para tu vida personal y profesional. Hablaremos de los 7 pasos de la gestión del tiempo y de las 4 P de la gestión del tiempo. Además, proporcionaremos estrategias importantes para una gestión eficaz del tiempo. Por último, daremos algunos ejemplos de cómo puede utilizar la gestión del tiempo en diferentes aspectos de su vida.

¿Qué es la gestión del tiempo?
La gestión del tiempo es el proceso de planificar y organizar tu tiempo de forma eficaz, es decir, de manera que te permita completar tareas para alcanzar tus objetivos a largo plazo. Puede ser útil tanto para objetivos personales como profesionales. Cuando se tiene un buen plan de gestión del tiempo, se puede utilizar el tiempo de forma eficaz y eficiente. Esto conduce a un aumento de la productividad y a una mayor satisfacción general con su vida.

¿Cómo crear un plan de gestión del tiempo?
Planifique con un sentido claro de la gestión del tiempo. Para tener más éxito puede poner en práctica diferentes estrategias de gestión del tiempo, sin embargo, hay siete pasos para crear un plan de gestión del tiempo:

Primer paso: Defina sus objetivos
El primer paso es determinar sus objetivos. ¿Qué quiere conseguir en una tarea concreta? Haga una lista de sus objetivos, dele prioridad y planifique tareas específicas. Una vez que tenga sus metas priorizadas, puede empezar a desarrollar un plan de acción.

Segundo paso: Evalúe su situación actual
El segundo paso consiste en evaluar su situación actual. Para gestionar el tiempo de forma eficaz, debe preguntarse cómo es su horario. ¿Cómo emplea su tiempo actualmente? ¿Tiene su lista de tareas pendientes? Esto le ayudará a determinar dónde necesita hacer cambios para alcanzar sus objetivos.

Tercer paso: Desarrollar un plan
El tercer paso consiste en desarrollar un plan. Una vez que sepa qué pasos debe dar para alcanzar sus objetivos, es hora de elaborar un plan de acción. El plan debe ser detallado y específico, con plazos para cada tarea.

Es necesario elaborar un plan para cada tarea específica, sobre todo cuando se trata de realizar una tarea compleja dentro de un límite de tiempo.

Cuarto paso: Aplicar el plan
Una vez creado el plan, es hora de ponerlo en práctica. Esto puede resultar difícil, pero es importante ajustarse al plan y mantenerse centrado en las metas.

Quinto paso: Evaluar y realizar los ajustes necesarios
El quinto paso consiste en evaluar y realizar los ajustes necesarios. Cuando empiece a poner en práctica el plan, puede que descubra que es necesario cambiar algunas cosas. No tema hacer cambios si le ayudan a alcanzar sus objetivos con mayor eficacia.

Sexto paso: Manténgase centrado y motivado

El sexto paso es mantenerse centrado y motivado. Puede ser fácil perder la concentración o la motivación cuando se trabaja en un objetivo a largo plazo, pero es importante seguir adelante.

Asegúrese de dedicarse tiempo a sí mismo y disfrute también de la vida fuera del trabajo. Recuerde que si utiliza el tiempo de forma eficiente podrá planificar su negocio con éxito. Una mala gestión del tiempo acabará usted sumergido en una pérdida de tiempo.

Paso 7: Celebre sus éxitos
El último paso es celebrar sus éxitos. Cuando alcance una meta, tómese tiempo para reflexionar sobre cómo lo hizo y qué aprendió de la experiencia. Después, ¡disfrute de su éxito!
Fuente:

- **https://www.monitask.com/es/blog/plan-de-gestion-del-tiempo**
- **https://www.youtube.com/watch?v=nyegoDinKs4**
- **https://www.youtube.com/watch?v=2-HBqveSd1Y**

RECURSOS
Físicos:

Portátil, bafle, listado de asistencia, lapicero, listado de asistencia, videos.

Recursos humanos:

Ciudadanos y ciudadanas, Terapeuta ocupacional.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Se evidencia que los ciudadanos al estar en etapa I traen patrones inadecuados de las dinámicas de calle que son arraigados en el que hacer del día a día, en donde afecta el desempeño en las actividades e incluso la convivencia colectiva; por lo tanto reconocen que cuando llegan a los servicios muchos presentan dificultad en la adherencia de las rutinas, lo que dificulta que sean conscientes de la planificación del tiempo, pero otros refieren que si desean retomar actividades placenteras como la lectura que les permite refugiarse en otros intereses y salir de los pensamientos de consumo. En el trascurso del taller manifestaron de forma reflexiva la importancia de la disciplina, teniendo en cuenta que si no se cumple a diario con una actividad no se forma un hábito y esto conlleva a que los objetivos proyectados se retrasen en el camino, alejando y frustrando en las metas trazadas. Así mismo son conscientes de que conviven con algo a diario que se llama "pereza", en donde postergan todo el tiempo y prefieren optar por el confort.

Cuantitativos:
Para la realización de esta actividad se contó con la participación de (18) ciudadanos. En el cual 17 se identificaron con el género masculino y una mujer.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

ANEXO FOTOGRÁFICO

LINEA IV DINAMIZACION DE LA ATENCION INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: GESTION DEL TIEMPO LIBRE

ETAPA I

FECHA: 13/02/2025





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: Gestion del tiempo libre | 4. Fecha: 13/02/2025 | 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	1044995578	JANCK	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	94422938	Juan Ramirez Patiño	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1115784358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	7686858	Sixto [illegible]	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79895[illegible]	[illegible]	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	11221660	Jaime Fuentes	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79974358	Henry Sierra	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80926713	Jose Ortiz	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1037[illegible]	Casablanca [illegible]	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1117514031	Jeisa Abello	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1013611432	Victor Montes	039	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	2994083	Roberto Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	79995804	Jair Lopez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	10101646	Jere Eliecer	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	7545755	Mizael Gonzalez	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	91.228.255	Jairo Benavides	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	72169802	Ricardo [illegible]	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	75079764	Medardo Castaño	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19																
20																

13. Nombre del responsable: Astrid Carolina Rico Sanchez | 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:** 13/02/2025	**HORA:** 2:00PM - 4:00 PM
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Jeison Peñuela

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD Desarrollo personal y social

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer a los ciudadanos y ciudadanas en mejorar la calidad de vida y el bienestar de una persona a través de la superación y el crecimiento. de desarrollo personal son metas que se fijan las personas para sí mismas y que pueden beneficiar su vida personal, profesional, familiar y emocional.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Lograr que los ciudadanos adopten un nuevo habito, de buen comportamiento, modales, que son importantes. Para su desarrollo personal y comportamiento de comunidad de vida.
- Crear un espacio donde interactúen las y los ciudadanos, con la ayuda de herramientas básicas que ayudan al ciudadano a darle la importancia de su desarrollo personal.
- Enseñar los buenos modales y respeto y comportamiento dentro y fuera de comunidad.

METODOLOGIA: La metodología de taller es una forma de enseñanza que se basa en la integración de teoría y práctica, y en el protagonismo de los participantes. En un taller de desarrollo personal,

Adecuación:
Se realizará el llamado a las y los ciudadanos para que ingresen al aula polifuncional aula múltiple, para que las y los ciudadanos interactúen entre ellos mismos, participando activamente, y opinen sobre sus experiencias para que así mismo sea más agradable el taller, fortaleciendo su empatía con los demás.

- **Primer momento:** Se dará la bienvenida a los ciudadanos con la presentación de la actividad que se realizara, para el desarrollo se les presentara los puntos y la metodología que se va a implementar, posteriormente se realizaran preguntas. sobre sus conocimientos o experiencias vividas en cuanto al tema tratado en la actividad.
- **Segundo momento:** Se realizará una breve charla sobre el desarrollo personal y la importancia que esta es importante para los ciudadanos.
- **Tercer momento:** Se realizará el cierre de la actividad por medio de preguntas respecto al tema expuesto, posteriormente se ubicarán las sillas alrededor del área para que el ciudadano se sienta en confianza, se sensibiliza sobre el taller y se comparten ideas, dudas, algunos ciudadanos interesados y otros aportando bajo sus experiencias vividas

TEMA : ¿Por qué es importante el desarrollo personal y social?

El desarrollo personal y social es esencial para el bienestar emocional y psicológico de un individuo. Este proceso permite a las personas comprender sus propias emociones y sentimientos, desarrollar relaciones significativas con los demás y aprender a enfrentar los desafíos de la vida de manera efectiva. Además, el desarrollo personal y social contribuye al bienestar físico y mental, mejora el desempeño académico y laboral y facilita la adaptación a nuevas situaciones y contextos.

Cuáles son los tipos de desarrollo personal y social?

Existen diversos tipos de desarrollo personal y social, los cuales se interrelacionan y se desarrollan en conjunto.

- El **desarrollo emocional,** por ejemplo, involucra la capacidad de reconocer y expresar emociones, regular las propias emociones y comprender las emociones de los demás.
- El **desarrollo cognitivo,** por su parte, implica la capacidad de procesar y utilizar información, razonar, planificar y resolver problemas.
- Por último, el **desarrollo social** involucra la capacidad de interactuar con otros, establecer relaciones interpersonales, trabajar en equipo y comprender las normas y valores culturales.

¿Cuáles son las etapas del desarrollo personal y social?

El **desarrollo personal y social** se presenta en distintas etapas a lo largo de la vida.

- En la primera infancia**,** por ejemplo, los niños comienzan a desarrollar habilidades sociales básicas como la capacidad de compartir, cooperar y comunicarse.
- En la adolescencia, los jóvenes enfrentan desafíos emocionales y sociales complejos como la identidad personal y la pertenencia a un grupo social.
- En la edad adulta**,** el desarrollo personal y social involucra la construcción de relaciones significativas en su vida personal**,** el desarrollo de habilidades laborales y la adaptación a cambios y desafíos.

La convivencia escolar y el desarrollo personal:
Fomentar una buena convivencia escolar es esencial para el desarrollo personal y social de los niños y los adolescentes, ya que les proporciona un ambiente seguro y saludable donde pueden desarrollar sus habilidades sociales y emocionales. Un ambiente de convivencia escolar positiva permite que los niños y adolescentes aprendan a trabajar en equipo, a comunicarse de manera efectiva y a resolver conflictos comunes en los institutos educacionales de manera pacífica. Esto les permite establecer relaciones interpersonales saludables, desarrollar la empatía y la compasión, y aumentar su autoestima y confianza en sí mismos. Además, una buena convivencia escolar puede reducir el estrés y la ansiedad, lo que mejora su salud mental y emocional en general. En resumidas cuentas, fomentar una buena convivencia escolar es fundamental para el desarrollo personal y social de los seres humanos lo que les permitirá convertirse en adultos responsables, comprometidos y solidarios. El desarrollo personal y social es fundamental para el bienestar del ser humano y debe ser cultivado desde la infancia hasta la edad adulta. Los educadores tienen un papel clave en este proceso, proporcionando un ambiente seguro y apoyando el crecimiento emocional, cognitivo y social de sus estudiantes como objetivo del desarrollo personal**.** Con el desarrollo personal y social adecuado**,** las personas pueden construir relaciones saludables, tener éxito en sus proyectos personales y profesionales y obtener satisfacción personal en los diversos aspectos de su vida. Puedes aprender más de este y otros temas relacionados con le desarrollo infantil en nuestro Magister en convivencia escolar. Estamos convencidos que estudiar en nuestro curso puede tener un impacto significativo en tu carrera profesional como educador o profesional relacionado con la educación. Algunas de las formas en que este programa puede ayudarte son las siguientes:

- **Desarrollo de habilidades para gestionar conflictos**: Esto puede ser muy útil tanto en tu trabajo como educador como en cualquier otro trabajo que requiera la resolución de conflictos.
- **Mejora de la comunicación**: El Magíster en Convivencia Escolar también puede ayudarte a desarrollar habilidades efectivas de comunicación que le permitirán comunicarse mejor con estudiantes, padres y otros educadores. Esto puede ser particularmente importante si estás trabajando en un entorno multicultural o si trabaja con estudiantes que tienen necesidades especiales.
- **Aprendizaje sobre el desarrollo infantil**: Este programa también puede ayudarte a entender mejor el desarrollo infantil y juvenil. Algo que es especialmente útil si estás trabajando con estudiantes que tienen necesidades especiales o si trabajas en un instituto educativo que tiene una población diversa.
- **Desarrollo de estrategias preventivas:** También te prepararemos para desarrollar e implementar estrategias preventivas que ayuden a promover una convivencia saludable y positiva en el entorno escolar.

Esto incluye la creación de programas de orientación para estudiantes, la promoción de la resolución pacífica de conflictos y la educación en valores como la empatía y la tolerancia.

Las 5+2 áreas clave del desarrollo personal (y profesional)
El desarrollo personal o crecer como persona es algo que siempre ha existido. El ser humano siempre se ha enfrentado a retos o dificultades que nos llevan a momentos de crisis y a la necesidad de superarnos. Pero, ¿qué es lo que tiene que cambiar de ti para conseguir auténtico desarrollo personal? ¿Qué es el desarrollo personal y qué implica en tu vida? Las dificultades que vivimos en nuestra vida pueden ser crisis relacionadas con una ruptura, con tu autoestima, con la ansiedad o el desánimo, o también con tu área social o profesional. A veces, no se trata de crisis, sino de situaciones que nos generan malestar con el tiempo, como si vivieras en un círculo vicioso. Aquí es donde entra en juego el desarrollo personal. El desarrollo o crecimiento personal no es un estado ficticio y momentáneo que sentimos al leer un libro o ver una charla. Desarrollo personal implica que te conoces y pones **solución** a lo que te ocurre desde tu propio cambio personal. En este artículo vamos a profundizar en qué es realmente el desarrollo personal (ya que hoy día es una palabra muy utilizada pero en muchas ocasiones de forma superficial) y sobre todo cuáles son las 5 áreas principales de la parcela más íntima y personal (además de 2 de la parcela laboral).El auténtico desarrollo personal Como te decía, hablar **de** desarrollo personal es hoy día cada vez más común. Forma parte de nuestro vocabulario (especialmente en contenidos de internet) y es la temática principal de multitud de libros, vídeos y cursos. El desarrollo o crecimiento personal es lo que consigues cuando, a través de las dificultades que encuentras en tu vida (en la parcela sentimental, personal, física, de salud o laboral) vives un proceso de cambio profundo y a su vez práctico donde consigues los cambios que necesitas gracias a tu propio cambio. Pero no lo olvides: hoy día vivimos en la era digital, del consumismo y de la sobre información. Vivimos en un mundo con tal cantidad de contenidos, que las palabras se banalizan. Entendemos desarrollo personal por un estado de bienestar, de superación, incluso de logro y cierta superioridad en relación a lo que consiguen los demás. Nada más lejos de la realidad...El desarrollo personal es algo totalmente subjetivo. Cada persona tiene su contexto, sus circunstancias y dificultades. El desarrollo o crecimiento personal es lo que consigues cuando, a través de las dificultades que encuentras en tu vida (en la parcela sentimental, personal, física, de salud o laboral) vives un proceso de cambio profundo y a su vez práctico donde consigues los cambios que necesitas gracias a tu propio cambio. Esto es realmente crecer, conocerte y superarte. No implica ningún tipo de estado de bienestar perpetuo (ya que eso es imposible) o de posición de logro con superioridad a los demás. El desarrollo personal tampoco es algo que podamos conseguir en un curso, con un libro o vídeo, ya que es una experiencia totalmente personal y subjetiva. ¿Qué sería ahora para ti desarrollo personal? ¿Qué tienes que superar en ti para conseguir los cambios que necesitas? Lo que nos impide conseguir crecimiento personal Desde que la psicología ha llegado a nuestro modo de vida, solemos relacionarla con una herramienta profesional para solucionar problemas graves de ansiedad, desánimo o autoestima, mientras que vemos al coaching como una herramienta para conseguir más desarrollo personal y objetivos concretos. Sin embargo, la principal misión de la psicología (como disciplina científica que solo aplica evidencias) es acompañarte en un proceso de cambio donde consigas auténtico desarrollo personal, ya que un cambio real debe ser práctico y a su vez estable, Es decir, no se trata de sentir bienestar de forma pasajera y luego regresar una y otra vez a los mismos problemas y dificultades, sino resolverlos de forma definitiva. De ahí que surgiera el coaching y otras disciplinas, para acompañarte en un proceso de forma más práctica (lo ideal es trabajar con evidencia, profundidad, y también de forma práctica) Lo que te impide entonces conseguir desarrollo personal es solo trabajarlo con herramientas superficiales, poco constantes, que no te lleven a un cambio real sino solo a validar tu actual forma de ver el mundo. Por esta razón no te sirven mensajes de personas que te digan qué debes hacer o cuáles son tus objetivos o propósitos. Tus necesidades son solo tuyas, y en un proceso de cambio se debe trabajar desde tu propio cambio. La s 5 áreas clave del desarrollo o crecimiento personal Desde el año 2010 mi trabajo ha sido acompañar a personas en sus procesos de cambio personal. Al principio lo hice como psicólogo, y más tarde como psicólogo y coach. Aunque cada persona tenga dificultades totalmente diferentes, es cierto que existen 5 áreas clave en toda persona. Desarrollar estas áreas o la más importante para ti es la que hará que consigas el cambio y desarrollo personal que necesitas. Recuerda: el cambio debe venir de ti, porque es lo único con lo que puedes trabajar (no podemos controlar al mundo o a las personas, tampoco nos ayuda interpretarlas o juzgarlas).

5 áreas en tu persona
Existen 5 áreas clave para conseguir desarrollo personal. Estas áreas son como partes de tu personalidad, y cuando una de ellas ya no te funciona o te bloquea una y otra vez, es preciso que trabajes en esa parte de ti para crecer y superarte. Son 5 áreas imprescindibles tanto para el desarrollo personal como profesional (sea lo que sea más interesante para ti). Estas son las 5 áreas clave: Autoconocimiento: Conocerte, descubrir cuál es tu gran propósito, saber por qué piensas como piensas, qué temes,

cuáles son tus talentos, así como tus áreas de mejora, es una parte de ti que te influye en tu día a día, en tu toma de decisiones y en cómo construyes tu vida y relaciones personales. Si no te conoces o si crees conocerte ya muy bien, puedes vivir desde la inconsciencia. Ser consciente de tu mundo interno es imprescindible para crecer como persona. Gestión de emociones; Probablemente, el área que más nos afecta. Durante cada segundo del día sientes emociones, y estas no solo te afectan en tu estado de ánimo sino en cada decisión que tomas, en tu comunicación, relaciones, acciones y reacciones. Si entiendes y sabes gestionar tus emociones tendrás la energía más poderosa de tu vida de tu lado. Pero si no sabes gestionarlas y te domina el miedo, la culpa, la ira o la inseguridad, te dejarás llevar por tus emociones y vivirás como dentro de un círculo. Sin embargo, el problema no son tus emociones... sino cómo tú las estás entendiendo y gestionando. Autoestima (tu mundo interno) Cometemos un grave error al pensar en autoestima «alta» o «baja», ya que la autoestima no es algo que se pueda subir o bajar. Autoestima alta puede equivaler a vanidad o ego. La autoestima, realmente, es tu forma de verte, de entenderte, tu relación afectiva y de valores contigo. Tu autoestima es tu mundo interno y en función de cómo esté construido ese mundo así serán tus relaciones personales o tu vida íntima. La autoestima, sencillamente, o te funciona o no te funciona... ¿De qué depende? De si construyes tu bienestar de forma independiente o si dependes de factores externos (una persona, un estatus, una situación, una opinión, etc.). Relaciones (mundo externo) El ser humano es un ser social y en tus relaciones personales encuentras los retos más difíciles. Tus relaciones son en realidad un reflejo de tu mundo interior y ahí, en esas dificultades, es donde encuentras las oportunidades y retos más importantes para avanzar y crecer como persona. ¿Qué tipo de dificultades tienes en tus relaciones personales? ¿Huyes de ellas? ¿O las necesitas imperiosamente? Comunicación Tu forma de comunicarte define tu forma de pensar y de conectar con los demás. Si sabes hacerlo de forma asertiva y empática, conectarás con el otro y podrás desarrollar tu personalidad y vida. Sin embargo, si tienes dificultades para comunicarte es probable que sientas ansiedad, estrés y vivas constantes conflictos. ¿Cuál crees que es el área más importante para conseguir el desarrollo personal que necesitas?2 áreas en el trabajo Estas son las 5 áreas comunes tanto del desarrollo personal como profesional. Sin embargo, existen dos áreas más relacionadas de forma especial con el desarrollo profesional: Productividad, Es decir, cómo te relacionas con los recursos que tienes para conseguir tus objetivos en el menor tiempo posible y con la menor cantidad de esfuerzo: cómo tomas decisiones, cómo te organizas y planificas, la forma en la que gestionas el tiempo, etc. Tener dificultades con tu productividad afecta también a tu vida personal, ya que consumes tiempo y energía. Estas habilidades son ante todo personales, psicológicas, y se mejoran también desde tu propio cambio, no con un software o tips. Liderazgo Cómo influyes positivamente en el entorno mediante tu propio ejemplo, tu comunicación y gestión de emociones, para así mejorar las relaciones personales, el compromiso y la cohesión de un equipo. Esta área es esencial si trabajas con personas, aunque puede ser útil en cualquier ámbito de tu vida. A su vez, también depende de tu autoestima, autoconocimiento, comunicación y gestión de emociones. Vivir un proceso de cambio para crecer, Aunque el desarrollo personal forme parte de nuestras vidas, no llega de forma pasiva. Necesitamos afrontar lo que nos ocurre, establecer límites y tomar conciencia y acción sobre lo que tiene que cambiar en nosotros. Por esta razón, conseguir ese cambio que te lleve hacia un mayor bienestar y toma de consciencia para mejorar tanto tu vida personal como tus relaciones (de pareja o no) es vivir un proceso de cambio personal que sea práctico y a su vez profundo, y donde tengas el compromiso de conseguirlo al 100%. Solucionar lo que te ocurre desde tu propio cambio Uno de los errores más comunes en psicología es acompañar solo con sesiones, de forma eventual y no demasiado práctica. Este es también el motivo por el cual buscamos desarrollo personal en otras herramientas y entretenimientos digitales. Sin embargo, es importante tener cuidado con el intrusismo profesionales (gurús, etc.). Este fue el principal motivo que me hizo replantearme mi forma de trabajar. Desde el año 2018 no acompaño solo con sesiones, sino de forma más constante: cada día, para cualquier necesidad que tengas. De esta forma, podemos vivir un proceso más práctico, donde profundices en cada parte de ti, y donde apliques los cambios que necesitas para conseguir ese cambio pronto y también de forma estable. Si es lo que quieres, sabes que puedes agendar una primera sesión. El objetivo que tendremos será conocernos, profundizar en tu caso y ver cómo lo podemos solucionar de forma segura y estable, para que sea un antes y después definitivo. Te envío muchos ánimos y compromiso

Fuente https://empoderamientohumano.com/desarrollo-personal/

RECURSOS:

Recursos Humanos: participantes y promotor social
Recursos físicos: sillas, planilla de asistencia.

RESULTADOS:
Cualitativos:

- Se logro la participación por parte de las y los ciudadanos momento 4 para cumplir el objetivo principal de mejorar su comportamiento en el entorno social.

Cuantitativos:

- Se contó con la participación de (4) mujer (4) LGTBY (10) hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Jesa Peñuela

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hernan Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Desarrollo personal.
Etapa 4
FECHA: 13/02/2025





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: Desarrollo Personal y Social

4. Fecha: 13/02/2025

5. Hora: 02:00 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	1030541952	ANA Buitrago	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Maricela B	
2	cc	52379789	MARIA CASTIBLANCO	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	79995804	JAIR YEPES	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	cc	1019054513	Arley Arenas	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	1032440017	Shonial Ramirez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	cc	52902309	Claudia Acosta	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					Claudia Acosta	
7	cc	6548014	Argel Zamorano	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	1018439837	MAYERLY Gonzalez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X					YURANY	
9	cc	2994083	Roberto Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	79895057	JUAN MOLINA	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	cc	1115784388	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	1150633634	Manuel R	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	79239602	Fabio Barato	59	No aplica	No aplica	No aplica			X					Fabio B.	
14	cc	1026552512	Diego Prieto	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	79804692	Alejandro Villamizar	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	cc	79835163	Edwin Barreto	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	cc	52766388	Sandra Mejia	45	No aplica	No aplica	No aplica			X					Sandra T.	
18	cc	59835623	Lorena Guerrero	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19																
20																

13. Nombre del responsable: Jaisson Alexander Peñuela Leon

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social.

15. Firma del responsable de la actividad: Jaisson Peñuela

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:** 13/02/2025	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 04:00 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Yeimy Lorena Guevara

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Curva de recaída

OBJETIVO GENERAL:

Orientar a la población que frente a la identificación temprana de factores desencadenantes de la reincidencia en el consumo de sustancias psicoactivas y por medio de ejercicios de sensibilización para el fortalecimiento de habilidades de afrontamiento.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fortalecer en los asistentes las habilidades de afrontamiento frente a los factores desencadenantes identificados, como lo son técnicas de respiración, visualización o manejo del estrés
- Definir la toma de decisiones como componente importante en la cadena de sucesos que pueden llevar a la recaída

METODOLOGÍA:

La metodología a usar es la psicoeducativa, la cual permite el fortalecimiento de habilidades propia con el fin de reconocer la curva de recaída del ciudadano una vez se genere su egreso, se pretende hacer referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano evitar una reincidencia. 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 conciencia posible, lo anterior desde el enfoque de la mitigación y reducción de daños que se orienta en minimizar los efectos generados por las actividades y vinculaciones a las situaciones problemáticas que conllevaron y mantienen la vida en calle, con base a la línea de atención IV dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, con ciudadanos y ciudadanas de etapa V.

Adecuación

Se convocará a los ciudadanos de la comunidad a participar del taller que se desarrollara en la sala de tv, se ubicaran las sillas en mesa redonda a fin de tener un adecuado manejo en el desarrollo de la actividad

Primer momento

Se expondrá a los participantes el tema de la curva de recaída por medio de imágenes con el fin de identificar los conceptos clave dentro del desarrollo de la actividad, se proyectara un video de sensibilización, se brindara el espacio para que cada uno de los participantes expresen sus opiniones frente a la temática e incidencia del mismo a nivel personal basados en las experiencias vividas, se proyectara un listado de conductas asociadas a la recaída entre las cuales se encuentran:

– Volver al pensamiento obsesivo con respecto al uso de sustancias.
– Insomnio e intranquilidad, así como pensamientos asociados a la imagen física y el dinero
– Aislamiento o pérdida de contacto con otras personas.
– Aumento de la irritabilidad y/o rencor, sobre todo con su círculo cercano
– Sentimientos de depresión y ansiedad flotantes que no se relacionan obligatoriamente con ningún acontecimiento externo.

Segundo Momento

Se expondrá a los participantes algunos de los síntomas que se pueden presentar anterior a la recaída, en este sentido la toma de decisiones en torno a la importancia de establecer prioridades, así como estímulos de riesgo, desde las experiencias de cada asistente. Adicionalmente se hará referencia a la toma de decisiones y estrategias de afrontamiento para dar respuesta a eventos en los cuales la población se puede considerar en riesgo de recaída.

Tercer momento

Se solicitará a los asistentes organizarse por grupos donde se entregará información sobre la curva de recaída entre ella influencia de esta conducta a nivel individual, laboral y familiar, a fin de que realicen la lectura del material para posteriormente ser socializada a la totalidad de las personas que se encuentren en el espacio. Posteriormente se pedirá a un ciudadano que realice las conclusiones del espacio para dar el cierre al mismo.

Reacondicionamiento del espacio

Se solicita a los ciudadanos organizar el espacio y los elementos utilizados

Temas

Prevención de recaídas

La prevención de recaídas es la parte más importante de la terapia para el paciente con problemas de adicciones. Su objetivo es identificar situaciones de alto riesgo para la vuelta al consumo, entrenamiento en habilidades de afrontamiento para situaciones de riego, entrenamiento en estrategias para afrontar el craving y los pensamientos asociados al consumo de sustancias (Luengo, Romero y Gómez-Fraguela, 2001).

El paciente debe aprender conductas alternativas al consumo. También se le entrenará en afrontar los consumos puntuales o caídas para evitar que esta conducta se prolongue en el tiempo y se convierta en una recaída.

Existen muchos estudios que demuestran la eficacia de la prevención de recaídas en el tratamiento de la dependencia de sustancias.

La terapia de grupo es una herramienta muy importante que los pacientes deben utilizar, ya que en ella se fomenta el sentimiento de pertenencia a un grupo y hace que los pacientes se liberen del estigma asociado a esta enfermedad, razones por las que aumentan su autoestima y estado de ánimo y hace que mejoren su grado de compromiso con el proceso terapéutico.

En la prevención de recaídas es especialmente importante el reconocimiento de las señales de riesgo por parte del paciente, ya que le ayuda a reconocerlas a tiempo y poder actuar en consecuencia.

.Janis y Mann (1982), desarrollaron un modelo centrado en "la toma de decisiones en conflictos", en el que describen cinco patrones de afrontamiento decisional: adherencia sin conflicto, cambio sin conflicto, evitación defensiva, hipervigilancia y vigilancia. Explican que la persona al tomar una decisión importante experimentará estrés, lo cual influirá en la decisión que tome. Dos de los patrones que desarrollan se consideran relevantes en el proceso de recaída: 1. Hipervigilancia; este patrón puede ser provocado por el estrés, generado en situaciones consideradas de alto riesgo; la persona, en lugar de valorar alternativas y buscar información necesaria, escoge en forma apresurada involucrarse en la conducta adictiva para encontrar rápidamente alivio. 2. Evitación defensiva; se fundamenta en delegar la responsabilidad y en atenuar las contradicciones de las alternativas escogidas (racionalizaciones y negociaciones), como un plan encubierto dirigido a la recaída; como si el individuo intentara evitar ser consciente de ello, un mecanismo defensivo ante la ansiedad y la culpa asociadas a la realización de la conducta adictiva. En este sentido, el proceso hacia la reincidencia puede ser guiado por decisiones aparentemente sin importancia, hasta colocarlo al borde de la recaída.

En términos clásicos, el craving es el deseo irrefrenable por consumir, y el impulso se conceptualizaría entonces como la consecuencia instrumental del deseo de consumir, dicho de otra forma, la intención (consumatoria) conductual es el objetivo último del impulso, que es reducir el estado que lo ha motivado (craving); en este sentido, el deseo de consumir es un fenómeno dinámico que varía según la persona que lo experimente e incluso es diferente en la misma persona, dependiendo de la situación y el tiempo de evolución de la dependencia a la o las sustancias, de aquí que el deseo de consumir es considerado un estado motivacional intenso, con un importante trasfondo neurobiológico que puede ser disparado por diferentes estímulos (internos y/o externos) y es uno de los principales causantes de las recaídas, ya que éste puede resurgir después del tratamiento o de largos periodos de abstinencia. Aunque existen diferencias en la conceptualización del craving, hay una serie de elementos comunes a ellas que es necesario tener en cuenta: a. El deseo o craving a sustancias forma parte de la adicción. b. El deseo se intensifica si el individuo recibe el impacto de señales asociadas al consumo de sustancias. c. Es fundamental enseñar a los individuos a analizar, afrontar y manejar sus deseos y observar cómo desaparecen sin necesidad de consumir. Bajo este esquema, se hace evidente la necesidad de que las personas aprenden a reconocer la cadena de pensamientos, deseos y acontecimientos que hacen que las estrategias de control y mantenimiento de la abstinencia fallen. En este sentido, la Reestructuración Cognitiva es un procedimiento obligado en la prevención de recaídas, ya que permite a las personas contar con elementos prácticos para identificar y modificar las creencias y deseos que tienen respecto al consumo de substancias.

Entre los síntomas de recaída en adicciones destacan:

– Volver al pensamiento obsesivo con respecto al uso de sustancias.
– Insomnio e intranquilidad, así como pensamientos asociados a la imagen física y el dinero
– Aislamiento o pérdida de contacto con otras personas.
– Aumento de la irritabilidad y/o rencor, sobre todo con su círculo cercano
– Sentimientos de depresión y ansiedad flotantes que no se relacionan obligatoriamente con ningún acontecimiento externo.
– Conducta desafiante en relación al plan de recuperación, que se evidencia en el hecho de que la persona vuelve a lugares de riesgo, contacta con personas relacionadas con el uso.
– Descuidar el plan de recuperación dejando de asistir a reuniones, faltando a las visitas con el terapeuta, incumpliendo el plan de rutina diaria, etc.
– Discusiones frecuentes en el hogar y con la familia.
– Actitud defensiva cuando se habla de su tratamiento y recuperación

La paradoja más evidente en la recaída es que mientras más agudizados están los síntomas señalados previamente, menor es la capacidad de la persona para poder aceptar las críticas/comentarios/sugerencias de las personas que lo rodean.
En este sentido, los estudios científicos sobre adicciones han dejado muy claro que el estrés, los elementos asociados a la experiencia con drogas y la exposición a las mismas son los desencadenantes más comunes de una recaída. Sin embargo, todavía se están desarrollando medicamentos para interferir con estos disparadores a fin de ayudar a los pacientes a mantener la recuperación.

El modelo establece los siguientes estadios:

Estadio de precontemplación

El adicto que se encuentra en esta fase no se cuestiona su situación. Cree que lo que hace no supone problema alguno y, por tanto, no es consciente de las consecuencias que tiene. En esta fase lo gratificante del consumo de drogas tiene para él más peso que los aspectos negativos. Dado que no consideran tener ningún problema, cuando acuden a tratamiento lo hacen presionados, de modo que si lo inician lo hacen con el único objetivo de reducir la presión bajo la que se encuentran. De manera que cuando disminuye la presión externa suelen reinstaurar su estilo de vida previo. Generalmente se muestran a la defensiva ante cualquier presión externa hacia el cambio.

Estadio de contemplación

En esta etapa el adicto empieza a tener conciencia de los problemas derivados de su conducta adictiva. Comienzan a equilibrarse las consecuencias positivas y negativas derivadas del comportamiento adictivo. Puede valorar la posibilidad de abandonar la conducta adictiva, aunque no ha elaborado un compromiso firme de cambio. El cambio se plantea a nivel intencional, pero no se observa ninguna conducta que manifieste de manera objetiva esa intención cognitiva. Se muestra más receptivo a la información en cuanto a su problema y las posibles soluciones, aunque vacila en cuanto al momento de iniciar el cambio, dudando aún sobre sus beneficios. El adicto puede permanecer en esta etapa años.

Estadio de preparación

Es el momento en que el adicto toma la decisión (intención) y realiza pequeños cambios en su conducta adictiva (conducta manifiesta). Entre los cambios que realiza destaca, por ejemplo, el disminuir la cantidad que se consume. El progreso hacia la siguiente etapa requiere cambios respecto a cómo se siente y cómo valora el estilo de vida vinculado al comportamiento adictivo.

Estadio de acción

Se produce un cambio importante en su conducta problema. El adicto deja de emitir la conducta adictiva. Representa los cambios más manifiestos y requiere por parte de la persona un compromiso importante que le exigirá un gran esfuerzo y tiempo. El estadio de acción hace referencia a los 6 primeros meses de cambio.

Estadio de mantenimiento

En esta etapa la persona intenta consolidar los logros de la etapa anterior y prevenir una recaída.

Finalización

Para este modelo consolidar esta etapa resulta difícil ya que se alcanzaría cuando se cumplen dos criterios:

1. No existe deseo de emitir la conducta adictiva en cualquier situación problema.
2. La autoeficacia (entendida como la confianza y seguridad de no emitirla en cualquier situación) es del 100%.

El paso de unos estadios a otros

Una de las aportaciones más significativas del modelo guarda relación con el modo en que se conceptualiza el avance dentro del proceso de cambio. El avance a través de las distintas fases no se hace de forma lineal, sino que se suele pasar varias veces por la misma fase hasta que se consigue mantener la abstinencia. Los estadios hacen un recorrido circular y reflejan que los adictos suelen recorrer estos estadios circulares varias veces antes de alcanzar un cambio terapéutico estable. En general, la mayoría de los pacientes recae alguna vez en algún momento de su proceso de recuperación, lo que nos indica que la recuperación terapéutica en las adicciones casi nunca sigue un proceso lineal sino que, más bien, es discontinuo, circular o espiral. Esto refleja que los pacientes recaen, en la mayoría de ocasiones, varias veces hasta que consiguen abandonar la conducta adictiva definitivamente.

Recaída

Se entiende la recaída como el regreso a un estadio motivacional inferior. De tal forma que si la persona se encuentra en el estadio de acción regresaría al de preparación o contemplación ; y si la persona estuviese en el estadio de mantenimiento podría regresar al de acción, preparación o contemplación. Son muy pocos los pacientes que regresan al estadio de precontemplación.

La recaída ocurre cuando las estrategias que emplea la persona para mantener su abstinencia fallan. Generalmente, en esta fase presenta sentimientos de culpa, de fracaso y posible desesperanza.

Se sabe que las recaídas son una parte del proceso de cambio antes de lograr el abandono definitivo del comportamiento adictivo. No siempre lleva a los pacientes a abandonar el tratamiento, sino que los sitúa en una fase que les permite continuar reciclándose y preparándose para continuar nuevamente el cambio iniciado.

Este modelo nos lleva a considerar si la intervención se adecua al momento temporal en que se encuentra el cliente con respecto al cambio. La mejor técnica, aplicada en un momento poco adecuado, no valdrá.

Si los adictos se diferencian entre sí en el nivel de predisposición motivacional que muestran al inicio de un tratamiento, es lógico que requieran de intervenciones diferenciadas para poder ayudarles a progresar y a alcanzar el nivel motivacional óptimo. Mientras que en las primeras fases la intervención debe ir

encaminada a establecer una adecuada relación terapéutica, proporcionar información sobre su problema e incrementar la motivación, en fases posteriores el objetivo se circunscribe más a estrategias concretas que puedan facilitarle al paciente el abandono definitivo de la conducta adictiva.

Fuentes:
Maria Robles (2020) prevención de recaidas, tomado de https://mariarobles.es/prevencion-de-recaidas/
https://www.isep.es/actualidad/adicciones-y-recaidas-sindrome-de-la-recaida/
https://mariavillegas.es/2017/12/04/por-que-sufrimos-recaidas/grafico-recaida/
https://www.cinteco.com/el-proceso-de-cambio-en-las-adicciones/

RECURSOS:

Físico:

- Sillas, televisor, parlante, tablero, marcadores

Humano:

- Profesional en psicología, ciudadanos que se encuentran en momento 5

RESULTADOS:

Cualitativos: Se logró orientar a la población en la identificación de factores desencadenantes de la reincidencia en el consumo de sustancias psicoactivas, promoviendo el fortalecimiento de habilidades de afrontamiento a través de ejercicios de sensibilización. Los participantes adquirieron herramientas como técnicas de respiración, visualización y manejo del estrés, mejorando su regulación emocional y su capacidad para enfrentar situaciones de riesgo. Además, comprendieron la importancia de la toma de decisiones en la prevención de recaídas, reflexionando sobre cómo sus elecciones influyen en su proceso y desarrollando estrategias basadas en la autoconciencia y la planificación a futuro.

Cuantitativos: Se contó con la asistencia de 10 ciudadanos, de los cuales todos se reconocen como hombres heterosexuales.

FIRMA DERESPONSABLE: Yenny Lorena Quevedo

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hernan Diaz G

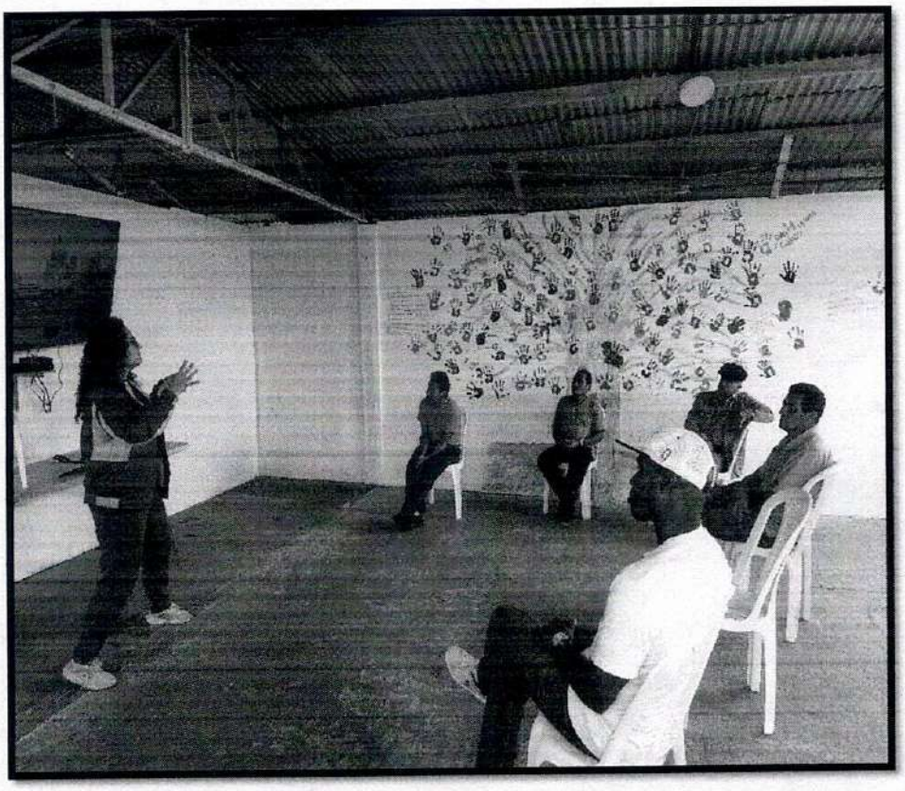
ANEXO FOTOGRÁFICO

Nombre de la actividad: curva de recaída

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

Etapa V

Fecha: 13/02/2025





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: Curva de recarda

4. Fecha: 13/02/2025

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	80.772391	adolfo Montano	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79.766072	Fernando Acer	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1136912791	David Navarro	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80030633	Andres Rodriguez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	71755108	Jaime Alberto	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	cc	79879700	Thad Cardenas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1033827732	Diego A Gil Calle	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79884692	Alejandro Villamil	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1033745386	Jhon Mora	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	9600459	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Yenny Lorena Quevedo

14. Cargo o rol del responsable: Biologa

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:** 14/02/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 pm FINAL: 04:00 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Yeimy Lorena Guevara	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconociendo la Importancia de la Escucha y su Impacto en las Relaciones

Objetivo General

Fortalecer en los participantes la habilidad de la escucha activa como una herramienta fundamental para la mejora de la comunicación interpersonal, favoreciendo relaciones más empáticas y saludables en diversos contextos de su vida.

Objetivos específico

- Comprender el impacto de una escucha atenta y empática en la calidad de las relaciones interpersonales.
- Desarrollar habilidades prácticas para mejorar la capacidad de escucha a través de ejercicios lúdicos y reflexivos.
- Fomentar la autorreflexión sobre las propias barreras de escucha y estrategias para superarlas.

METODOLOGÍA:

El taller se desarrollará a partir de una metodología psico-educativa, que permita reconocer la importancia de contar con herramientas que contribuyan al reconocimiento de estrategias que aporten a los procesos de escucha y entendimiento de mensajes que se encuentran implícitos en diferentes contextos. La actividad se desarrollará bajo la línea de atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, con los y las ciudadanas que se encuentran en etapa 1

- **Adecuación:**
  Se buscará el espacio acorde para la cantidad de participantes pensando en su comodidad para un adecuado manejo del grupo, se adecuarán los elementos necesarios para el desarrollo del taller, sillas, papeles a usar durante la actividad. Posteriormente en apoyo con el área de promotoría se les indicara a los y las ciudadanas que pertenecen a etapa I que se desplacen hacia el espacio designado, para recibir el taller.
- **Primer momento:** Se realizará una breve introducción al tema con una lluvia de ideas sobre la importancia de la escucha, posteriormente se hará una dinámica llamada el teléfono estropeado lo cual consiste en una comunicación en donde cada uno de los integrantes deberá tratar de mantener el mensaje original sin modificarlo llegando hasta la última persona de manera correcta, para ello los ciudadanas estarán en diferentes puntos del espacio, donde se deben trasladar de un punto a otro para conservar la información anterior, con la finalidad de poner en practica la escucha activa y mejorar la forma de transmitir mensajes, la última persona quien recibirá el mensaje lo escribirá en una hoja y se comparará con el original, lo anterior hasta completar un trabalenguas que será leído al finalizar la actividad. Luego, se indica a los ciudadanos el tema de lenguaje verbal, a lo cual se realizan las siguientes preguntas orientadoras:
  ¿Que entienden por comunicación asertiva?
  ¿Reconoce la importancia de saber escuchar?
  ¿Cuáles son las barreras en la comunicación?
  ¿Que implica este lenguaje?
  ¿En qué contextos se utiliza?
  ¿Considera que conoce todo lo relacionado con la comunicación asertiva?
- **Segundo momento:** partiendo de las preguntas generadas, se brinda el espacio correspondiente para que los asistentes den respuestas, se busca con ello fomentar la participación y reconocer los conceptos que tiene cada uno de ellos. Posteriormente se realizará una retroalimentación frente a los conceptos de niveles de escucha, barreras de la comunicación, elementos de la escucha activa, lo anterior con la reflexión de desarrollar una escucha activa que permita mejorar la comprensión, reducir conflictos y construir vínculos más sólidos con los demás.
- **Tercer momento:** Se realizará una actividad en parejas denominada "Escuchando sin interrumpir", donde un participante habla durante dos minutos y el otro solo escucha, seguido de un análisis sobre la experiencia, posteriormente cada participante reformula lo escuchado para comprobar comprensión y empatía. Por último, se realizará un debate grupal sobre aprendizajes y desafíos en

la práctica de la escucha, se elaborarán compromisos personales para aplicar lo aprendido en la vida cotidiana y se solicitara a uno de los ciudadanos que realicen las conclusiones del espacio exponiendo lo aprendido.

- **Reacondicionamiento del espacio:** se solicita a los y las asistentes ayudar en la reorganización del espacio reforzando el sentido de pertenencia hacia las instalaciones de la comunidad de vida.

TEMAS:

¿Por qué es importante escuchar

En palabras sabias de Stephen Covey, la mayoría de las personas no escuchan con la intención de comprender, sino con la intención de responder. A continuación, se presentan cinco razones por las que escuchar es importante en el liderazgo:

- Aumenta la confianza: escuchar crea un ambiente de confianza. Cuando escuchas de forma activa, les demuestras a tus colegas que te interesan sus pensamientos e ideas.
- Motiva a los miembros del equipo: cuando un empleado se siente escuchado, es probable que su motivación en el trabajo también aumente. Esta motivación también puede mejorar directamente la experiencia del empleado .
- Ayuda a la toma de decisiones: escuchar te ayuda a entender mejor las demandas de tu negocio y las necesidades de tus clientes. Cuando escuchas activamente, obtienes toda la información necesaria para tomar las mejores decisiones para tu equipo y tu empresa.
- Da un buen ejemplo al equipo: escuchar activamente es una de las mejores habilidades interpersonales que puede tener un líder. Si sabe escuchar, sus subordinados directos y compañeros de equipo querrán seguir sus pasos.
- Impulsa la innovación: si escuchas de forma activa, te aseguras de incorporar tantas buenas ideas como te propongan. Esto te garantiza que tendrás toda la información necesaria para avanzar con nuevos proyectos.

Los 5 niveles de escucha

- Postergación
- Simular que estás escuchando
- Escucha selectiva
- Escucha atenta
- Escucha empática

1Postergación

El primero de los cinco niveles de escucha es ignorar. En este nivel, en realidad no estamos escuchando en absoluto; estamos haciendo un esfuerzo por evitar la conversación por completo. Nuestro lenguaje corporal también refleja este comportamiento. Si alguien mira hacia otro lado mientras hablas o te hace saber que no está prestando atención a las palabras que dices, te está ignorando. Hay pocas situaciones en las que este nivel de escucha sea apropiado. En situaciones negativas, este nivel puede frustrar a la persona con la que estás hablando y empeorar su comunicación. Por este motivo, debes evitar ignorar a las personas en el lugar de trabajo.

2Simular que estás escuchando

Simular escuchar es cuando usamos el lenguaje corporal o señales para mostrarle a la otra persona que estamos atentos mientras pensamos en otras cosas. Por ejemplo, si tu colega te está dando detalles importantes de un proyecto en una llamada de Zoom mientras tú asientes y sonríes mientras envías correos electrónicos a tu jefe sobre algo irrelevante, probablemente estés simulando escuchar. Si simulamos escuchar demasiado, eventualmente nos veremos atrapados al tener que hacer demasiadas preguntas de seguimiento o al ser incapaces de realizar una tarea sin pedir la información que nos perdimos.

3Escucha selectiva

La escucha selectiva es un paso en la dirección correcta porque implica una escucha básica. Si bien demostramos que estamos escuchando a través de nuestro lenguaje corporal, solo escuchamos realmente las partes de la conversación que nos interesan y dejamos de escuchar las partes que no nos interesan. El problema con este nivel es que la escucha selectiva puede generar malentendidos cuando una persona escucha partes de la conversación diferentes a las de la otra. Este nivel de escucha también genera desafíos. Si solo escuchamos ciertos detalles necesarios para trabajar en proyectos importantes, tareas, acciones u objetivos, estamos destinados a quedarnos estancados.

4Escucha atenta

Escuchar atentamente significa prestar atención y concentrarse en lo que se dice. En este nivel, mostramos un lenguaje corporal activo, pero también respondemos adecuadamente con nuestras palabras. Lamentablemente, este nivel de escucha aún se basa en la capacidad de relacionarnos con nuestras propias experiencias. Como mínimo, este es el nivel que deberíamos tratar de alcanzar en nuestras interacciones diarias. Puedes escuchar atentamente utilizando el contacto visual completo y reflexionando y parafraseando lo que la otra persona dice durante cada conversación.

5Escucha empática

La escucha empática es el estándar de oro. Este es el nivel que todos los grandes líderes deberían esforzarse por alcanzar durante las conversaciones. En este nivel, escuchamos para comprender la intención detrás del mensaje y al mismo tiempo responder de manera apropiada. Requiere la mayor cantidad de energía mental y emocional porque nos obliga a concentrarnos en la referencia de la otra parte usando nuestros oídos, corazón y cerebro. Este tipo de escucha puede llevar nuestra perspectiva a nuevas

alturas y ayudarnos a formar una respuesta que coincida con la persona con la que nos estamos comunicando.

5 maneras en las que escuchar de manera eficaz puede convertirte en un mejor líder

- Escuchar aumenta tu capacidad como líder
- Escuchar demuestra que te preocupas
- Escuchar te ayuda a comprender la situación y el negocio.
- Escuchar te da una visión de la realidad sobre el terreno.
- En el lugar de trabajo, la escucha suele pasarse por alto

1Escuchar aumenta tu capacidad como líder

Los mejores líderes tienen una mentalidad de crecimiento y están dispuestos a aprender de quienes los rodean. Cuando participas de manera activa y empática en cada conversación, es probable que aprendas de tus pares y de tus subordinados directos. Practicar tus habilidades de escucha empática te ayudará a obtener la perspectiva necesaria para tomar buenas decisiones, estar presente para tu equipo e implementar la retroalimentación periódica.

3Escuchar te ayuda a comprender la situación y el negocio.

Escuchar le dará el conocimiento necesario para tomar las mejores decisiones para su equipo, su empresa, sus clientes y sus consumidores. Piénselo: si retiene la mayor cantidad de detalles posible durante cada conversación, podrá detectar posibles problemas con anterioridad y generar confianza en su capacidad para hacer un trabajo.

4Escuchar te da una visión de la realidad sobre el terreno.

Escuchar permite conocer la realidad cotidiana de los compañeros. Cuando sus subordinados directos saben que pueden hablar abiertamente sobre sus desafíos y éxitos, usted podrá gestionar a su equipo y delegar tareas de manera eficaz. Por ejemplo, cuando se encuentran en la etapa de planificación de un nuevo proyecto y tienen la intención de asignar nuevas tareas, los gerentes con liderazgo empático saben exactamente cómo se sentirán sus empleados ante una carga de trabajo revisada o aumentada.

5En el lugar de trabajo, la escucha suele pasarse por alto

El empleado promedio no considera que escuchar sea una habilidad que impulse los proyectos o que le permita obtener resultados para su empresa. Sin embargo, contar con un equipo de excelentes oyentes puede mejorar la retención, la experiencia y la satisfacción general de los empleados.

Fuentes de consulta:

https://fellow-app.translate.goog/blog/leadership/the-levels-of-listening-as-a-leadership-tool/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=es&_x_tr_pto=sge#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20de%20Covey%20es,escuchar%20atentamente%20y%20escuchar%20emp%C3%A1ticamente.

RECURSOS:

Físicos:

- Sillas, hojas en blanco, lápices.

Humanos:

- Ciudadanas y ciudadanos que se encuentran en etapa 1, profesional en psicología, promotor.

RESULTADOS:

Cualitativos: Se logró fortalecer en los participantes la habilidad de la escucha activa como una herramienta clave para mejorar la comunicación interpersonal, permitiéndoles desarrollar relaciones más empáticas y saludables en diferentes ámbitos de su vida. A través de la comprensión del impacto de una escucha atenta y empática, los participantes reconocieron cómo esta práctica mejora la calidad de sus interacciones, facilitando un mayor entendimiento y conexión con los demás.

Además, mediante ejercicios lúdicos y reflexivos, se promovió el desarrollo de habilidades prácticas para mejorar la capacidad de escucha, incentivando la participación activa y la aplicación de técnicas en situaciones cotidianas. Asimismo, se fomentó la autorreflexión sobre las barreras personales que dificultan la escucha efectiva, permitiendo a los participantes identificar estrategias para superarlas y potenciar su comunicación, fortaleciendo así sus relaciones interpersonales.

Cuantitativos: Se conto con la asistencia de 18 ciudadanos y ciudadanas de los cuales 1 de ellos se reconoce como mujer y 17 como hombres, de ellos 1 de ellos se reconoce dentro de los sectores LGBTI.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Yenny Lorena Alcocer

FIRMA COORDINADOR:

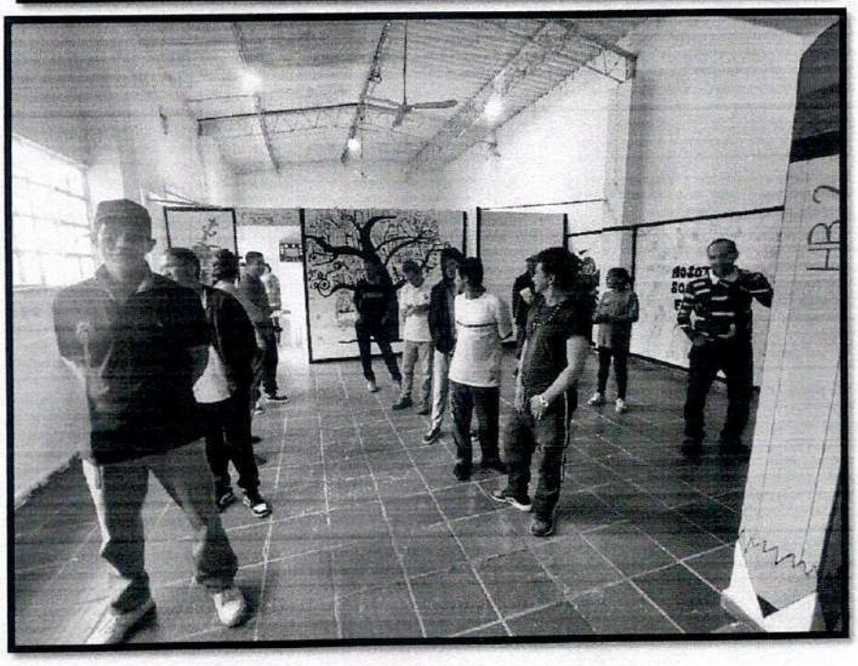
NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz S

Registro fotográfico

Nombre de la actividad: Reconociendo la Importancia de la Escucha y su Impacto en las Relaciones
Línea de atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida,
Fecha: 14/02/2025
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: Reconociendo la importancia de la escucha y su impacto en las relaciones.

4. Fecha: 14/02/2025

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	72169302	Ricardo Castro	48	No aplica	No aplica	No aplica.			X						
2	CC	1033766960	Ricardo Jessen	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	38865631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	7177 8358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1224660	Jaime Ivan Fuentes Torres	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	94422738	Wilson Patiño Ramirez	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	91.228.255	Jairo Benavides M.	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80926718	Jose Ortiz Sierra	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	75094764	Andres Castaño Cano	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1026558821	DIEGO Romero	36	No aplica	No aplica	No aplica			X					DIEGO Rome	
11	CC	1117514031	Jeison Abello	33	No aplica	No aplica	No aplica			V						
12	CC	1023899784	Wilmer Nieto	34	No aplica	No aplica	No aplica			X					Wilmer Nieto	
13	CC	80913495	Jesus Bernardo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jesus Bernardo	
14	CC	7545355	Nzeio Gomez D22	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1049602999	Janeth Navarro	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	2994083	Roberto Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	7997358	Henry Sicila	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					Henry	
18	CC	1073671432	VICTOR MONTESINO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					VICTOR	
19																
20																

13. Nombre del responsable: Jenny Jorena Figueroa.

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_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:** 14/02/2025	**HORA:** Inicio: 2:00pm Final: 4:00pm
ÁREA: Terapia ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Astrid Carolina Rico Sánchez	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Escritura terapéutica			

OBJETIVO GENERAL:

- Educar a las y los ciudadanos con herramientas terapéuticas que permitan la exteriorización de emociones que se dificulta verbalizar; con el fin de que canalicen sentimientos reprimidos y mejoren la salud mental y reduzcan el estrés.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Sensibilizar a las y los ciudadanos de herramientas como la escritura terapéutica como medio para la expresión y el afrontamiento de las emociones.
- Exteriorizar emociones mediante acto simbólico de quema de situaciones, experiencias negativas o sentimientos que generen dolor, tristeza o resentimiento.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de las actividades se implementará una metodología lúdico-terapéutica que se basa en un medio de expresión de pensamientos y emociones, donde permita exteriorizar conflictos internos y minimizar los efectos de experiencias negativas. Se busca a partir de esta metodología propiciar el desarrollo integral de la persona en las dimensiones física, emocional, social e intelectual. La actividad será basada en la línea de atención IV Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación:

Se realizará el llamado a las y los ciudadanos en el kiosco y se realizará alistamiento de los recursos físicos que se van a implementar durante el desarrollo de la actividad.

Primer momento:

Se realizará explicación de la temática y la importancia de exteriorizar emociones, orientando que existen múltiples herramientas para poder verbalizar esas emociones que no se hablan; por lo tanto se les orientara en el momento sobre la escritura y los beneficios que tiene. Así mismo se colocara música instrumental y se realizara ejercicio de concentración, en donde los ciudadanos logren entrar en calma y poder fluir en el pensamiento conectado a la emoción para exteriorizarlo al momento de escribir.

Segundo Momento:

Se realizara la entrega de una hoja y un lápiz en el cual deberán iniciar ejercicio de escritura terapéutica, el ambiente es acondicionado con música instrumental para mayor fluidez del pensamiento. Por lo tanto se orientara el ejercicio haciendo una carta al niño que fuiste, en donde se le indicara al ciudadano textualmente: que imagine al niño/a que fuiste, lo que le gustaba de ese niño/a, lo que le daba pena, de lo que se arrepiente, escríbele una carta a él/ella y dile todo lo que sientes. Cuanto más detalle, mejor. Si aparecen nombres concretos, fechas, anécdotas... más rico será y más lo vivirás. Muéstrale tu cariño, tu

perdón, tu orgullo. Posteriormente deberá escribir a tu yo adulto desde el niño/a que fuiste: Vuelve a meterte en la piel de esa niña o niño, recuerda cómo te sentías, qué deseabas, que temías, qué sueños tenías... y ahora escríbele a tu yo adulto. Aprovecha y que te dé consejos, que te recuerde lo que era importante para ti.

Tercer momento:

Se culminara actividad facilitando una vela en el espacio para que puedan llevar y quemar sentimientos reprimidos mediante acto simbólico. Los ciudadanos deberán llevar escrito esas emociones de dolor, tristeza y situaciones que no quieren evocar y que prefieren soltar.

Reacondicionamiento del espacio:

La zona del kiosco 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

La escritura puede complementar la expresión emocional verbal y física a través de lo que conocemos como escritura terapéutica. Esta herramienta puede formar parte de cualquier plan de tratamiento con un psicólogo y puede ser muy interesante para algunas personas. Si bien exige un esfuerzo personal, puede resultar muy productivo y liberador.

La palabra escrita tiene unas características especiales, que hace que supere a la mera reflexión interna. Generalmente, da la impresión de que, en nuestros pensamientos, el lenguaje es desordenado y algo caótico. Por lo tanto, el hecho de llevarlo al papel nos permite ordenar las ideas y ganar claridad. Este proceso es lo que denominamos **escritura terapéutica**

¿Para qué sirve escribir?

Escribir es una potente herramienta para la expresión y el afrontamiento de las emociones. Nos permite, por un lado, conocernos mejor y, por el otro, acelerar la recuperación del malestar que nos suelen producir los síntomas de ansiedad y depresión. Escribir puede ayudarnos a desbloquear algunas emociones asociadas a nuestros pensamientos, hacer más claras nuestras metas y deseos o ayudarnos a comprender situaciones que nos producen problemas con otros. Escribir suele hacer que nos distanciemos de lo que vivimos y también que podamos otorgarle un sentido. Nos ayuda a considerar nuestras emociones de una manera más simple al sacarlas del interior de nuestro cuerpo y nuestra mente. Esto suele ayudarnos a manejarlas de una forma más eficaz sin quedarnos demasiado enganchados en ellas.

La escritura terapéutica tiene muchos beneficios. Entre ellos, principalmente permite:

- Centrarse en la historia de uno mismo desde el momento presente
- Otorgar una sensación de mayor manejo de los procesos del pensamiento y de las emociones.
- Estimular la creatividad y, por ende, la flexibilidad cognitiva.
- Repensar y revivir momentos del pasado o del presente con mayor calma.
- Brinda una visión más amplia de las condiciones y el contexto, y consigue así una mayor capacidad de resolución.

Fuente:

- **https://www.rafaelsalaspsicologo.com/escritura-terapeutica-que-es/#:~:text=La%20escritura%20terap%C3%A9utica%20se%20define,numerosos%20beneficios%20para%20el%20paciente.**
- **https://www.unir.net/revista/salud/escritura-terapeutica/**
- **https://www.youtube.com/watch?v=1PVnCuiJ5xg**

RECURSOS

Físicos:

Sillas, música instrumental, portátil, bafle, listado de asistencia, lapicero, incienso, lápices, hojas, vela, fosforos.

Recursos humanos:

Ciudadanos y ciudadanas, Terapeuta ocupacional.

RESULTADOS:

Cualitativos:

10 ciudadanos se muestran receptivos para hacer el ejercicio de escritura terapéutica, mientras que los demás optan por herramientas como quedarse en silencio y realizar el ejercicio mentalmente, expresando que escribir no es de gusto e interés; sin embargo algunos manifiestan que suelen hacer ese tipo de ejercicios en forma aislada y a solas. Así mismo se evidencia que hay ciudadanos que evaden este tipo de ejercicios porque le es de dificultad poder escribir y recordar las situaciones; por otra parte en la vivencia del ejercicio se muestra la vulnerabilidad del ser humano ante las emociones, siendo estas protagonistas ante muchas decisiones erradas o asertivas. En cuanto al acto simbólico los ciudadanos lograron interiorizar el ejercicio logrando evidenciar la gestualidad corporal ante el soltar esos sentimientos reprimidos.

Cuantitativos:

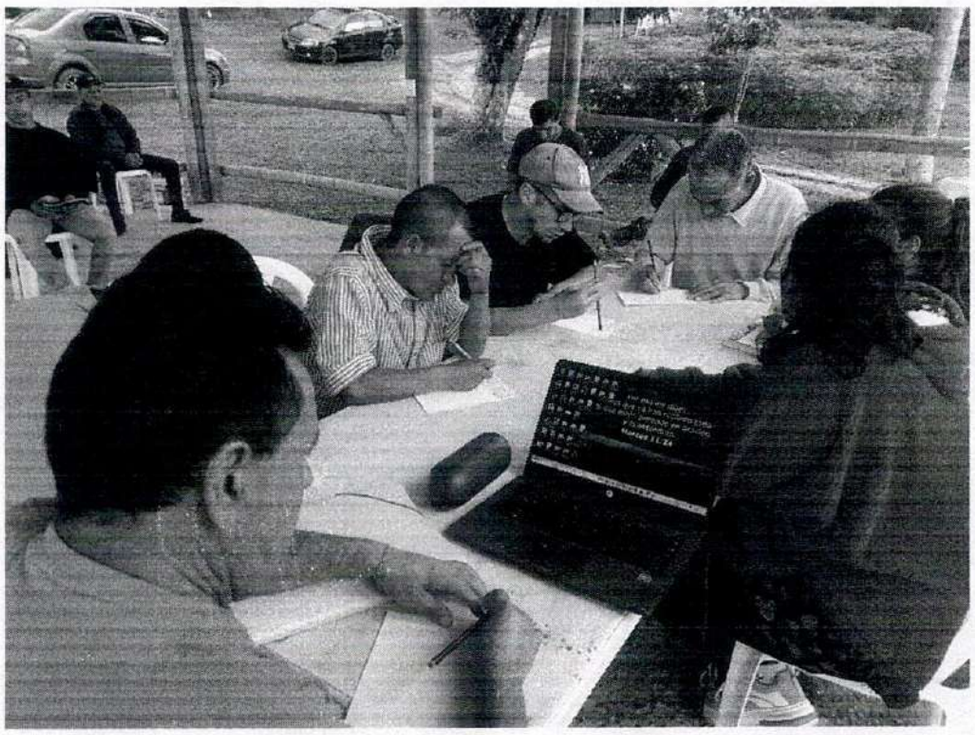
Para la realización de esta actividad se contó con la participación de (17) ciudadanos. En el cual todos se identificaron con el género masculino y dos son mujeres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

ANEXO FOTOGRÁFICO
LINEA IV DINAMIZACION DE LA ATENCION INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ESCRITURA TERAPEUTICA
ETAPA II
FECHA: 14/02/2025





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: Escritura terapeutica | 4. Fecha: 14/02/2025 | 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	1013639059	Mayerli Yurani Gonzalez	27	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1000944489	Juan Sebastian Callejas	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80504980	Leonardo Fabio Velasquez	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80401369	LUIS PADILLA F	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	8726226	Jose M. Caballero C.	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1030347458	MA Batrago	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79239602	Fabio Barrero	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1090451113	Arley Arenas	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80856635	JHON GOMEZ	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1026553582	Diego Armando Prieto	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	74764127	Holbeith Guarin	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1026065558	Cristian Lopez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1015431937	Daniel Castillo	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1016176164/0	Nelson Jhon Tellez Silva	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80748939	Anderson Munoz	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	79967546	Juan C. Garcia	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80765552	Fernando Montano	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Astrid Carolina Rico Sanchez | 14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional | 15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 14/02/2025	**HORA:** **INICIO** 04:30 PM **FINAL** 06:00 PM
ÁREA: Tallerista Cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandro Bejarano	

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Taller del maestro – Macetas colgantes

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la conciencia ambiental y la sostenibilidad en la comunidad de vida, mediante la creación de macetas colgantes con suculentas, promoviendo la interacción con la naturaleza, la creatividad y la responsabilidad ambiental.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Enseñar técnicas para la creación de macetas colgantes con suculentas de manera sostenible y ecológica.
- Fomentar la creatividad y la innovación en la comunidad a través de la creación de macetas colgantes únicas y personales.

METODOLOGÍA
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, encaminada en la línea de atención IV nombrada; dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

Fase 1: Planificación y Diseño

- Definir el objetivo y el propósito de la maceta colgante.
- Seleccionar el material y el tamaño de la maceta.
- Elegir el tipo de materiales decorativos.

Fase 2: Preparación de Materiales

- Preparar la maceta y los materiales necesarios.
- Cortar y preparar las cuerdas para colgar la maceta.
- Preparar la tierra y los fertilizantes para las plantas.

Fase 3: Elaboración de la Maceta Colgante

- Llenar la maceta con tierra y plantar las plantas seleccionadas.
- Agregar materiales decorativos como piedras, conchas o cuentas.
- Colgar la maceta utilizando las cuerdas preparadas

Adecuación:
Se notifica a las y los participantes mediante los tableros informativas que el taller se realizara en el aula renacer, para cual se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de cada una de las actividades

Primer momento
Se explicarán los objetivos a alcanzar durante la ejecución de cada una de las actividades y la metodología a desarrollar; Se hará el llamado a los y las ciudadanas que deseen participar, se procederá a dar inicio con la capacitación del uso de la guadua.

Segundo momento:
Una vez ya secas las guaduas del inmunizado realizado el taller anterior se procederá con un segundo lijado y pulido de las piezas para con el fin de darle un acabado más completo para continuar con el ensamblaje de las piezas faltantes, se continuará con el decorado de las pieza el cual serán palabras o frases cortas motivadoras donde las letras serán de diferentes escalas de colores pera que realcen sobre la madera la madera.

Tercer momento reacondicionamiento del espacio
Por último, se realizará el cierre y reflexión de lo aprendido durante el taller

- Espacio para compartir experiencias y reflexiones sobre el taller.
- Hablar sobre la importancia del buen proceso de la guadua para que el producto final sea de buena calidad

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

TEMA

La guadua

Las guaduas, guausdas, cañazas, carrizo, cañaa brava, ipas o tacuaras (Guadua spp.) son un género de plantas de la subfamilia del bambú, de la familia de las poáceas.

En el año de 1806 fue descrita por Alexander von Humboldt y Amadeo Bonpland quienes vieron esta planta en Venezuela y la llamaron Bambusa guadua, luego en 1822 fue clasificada por Carl Sigismund Kunth como Guadua angustifolia. Se considera como una de las plantas nativas más representativas de los bosques andinos.Este recurso se utilizaba ya desde épocas remotas por parte de los primitivos pobladores de los Andes, y actualmente sigue siendo usada, especialmente en la región centro-occidental de Colombia. No se sabe a ciencia cierta el origen de la palabra guadua, aunque ciertos especialistas creen que podría ser venezolano. Estas versiones emergen de las variantes "guadúas", "guafa" con las cuales se conoce esta planta en este país. También se suele emplar el término "guasdua" como nos recuerda la ciudad de Guasdualito, en Venezuela. El aprovechamiento es una práctica silvicultural de mantenimiento y mejoramiento del guadual. Puede definirse como una práctica silvicultural que procura crear condiciones favorables en el guadual, lo que implica el mejoramiento de la regeneración natural y de la composición estructural, que aseguran el máximo rendimiento sostenible. El aprovechamiento no solo pretende obtener los máximos ingresos posibles del recurso. En los bosques de guadua, el proceso de sucesión se puede considerar como progresivo cuando su manejo muestra el guadual en equilibrio biológico, contrario cuando se produce alguna alteración o deterioro en su estructura, producto de una intervención natural o artificial caso en el cual se considera que el guadual comienza a presentar una sucesión regresiva, lo cual puede ocasionar su completa desaparición. Para evitar lo anterior es necesario conocer y diferenciar todos y cada uno de los elementos que conforman el guadual. Su conocimiento permite aprovechamientos técnicos, además de conocer su dinámica dentro del proceso de productividad del guadual.

Entre las causas que ocasionan la llamada sucesión regresiva del guadual está el no manejo, ya que si los guaduales no se aprovechan tienden a degradarse por exceso de individuos en determinado momento y/o por disminución de la actividad biológica o dinámica del guadual.

Por lo expuesto anteriormente los guaduales deben intervenirse periódicamente para regular el espacio vital de sus individuos y para favorecer una mayor aparición de rebrotes o renuevos. En Colombia, se han realizado investigaciones sobre aprovechamientos técnicos debido a que la gran mayoría de bosques se encuentran muy densos por falta de manejo, o muy intervenidos por una explotación antitécnica.

Es necesario determinar para cada sitio, el ciclo de corte o periodo de corte a transcurrir entre un aprovechamiento y otro, y la intensidad de corte, o sea la cantidad y clase de individuos a extraer en cada ocasión, siendo esto lo que constituye propiamente el Plan de manejo técnico de un guadual.

Con el aprovechamiento técnico se busca obtener un equilibrio en el bosque, en el ambiente y que a través de él, se obtengan ingresos según el manejo sostenible del recurso.

Los planes de manejo se basan casi exclusivamente en el número de guaduas adultas o "hechas" que reporte el inventario de existencia, es decir, la importancia del rodal se limita al número de guaduas aprovechables.

Los aprovechamientos comerciales se basan principalmente en el sistema de entresaca determinando la cantidad de tallos en porcentajes de acuerdo con el estado de cada guadual y la edad de corte, planteándose como la ideal, cuando la guadua cambia de color, pues se pasa de verde a amarillo, siendo invadida por líquenes que le dan la tonalidad ceniza, blancuzca o "rucia", produciéndose esta coloración aproximadamente a los 5 o 6 años de edad del tallo.

Para conocer el aprovechamiento, es necesario conocer una serie de conceptos técnicos que ayudaran a hacer aprovechamientos más racionales.

Las plantas suculentas (del latín succulentus, que significa: "jugoso" "sustancioso") o crasas son aquellas en las que algún órgano está especializado en el almacenamiento de agua en cantidades mayores que las plantas sin esta adaptación. Estos órganos de reserva tienen una alta proporción de tejido parenquimático. El almacenamiento de agua en los órganos de algunas suculentas es de su adaptación les permite mantener reservas de agua durante períodos prolongados, y sobreviven a los largos períodos de sequía en climas áridos. Uno de los ejemplos más conocidos de suculencia es el de los tallos de los cactus del Nuevo Mundo, similar al de varias euforbiáceas y apocináceas africanas. Ejemplos de hojas suculentas se encuentran en Aloe, Agave, y en las crasuláceas.

De acuerdo con el Feng Shui, las suculentas o crasas aportan armonía y protección en casa, además de ayudar a purificar la energía negativa y transformarla en energía positiva, es decir, el Ying Yang, a través del proceso de la fotosíntesis.
Además, este tipo de plantas junto con los cactus, son un elemento decorativo que ayuda a mantener la frescura y humedad de cualquier espacio.
¿En dónde se colocan las suculentas en casa según el Feng Shui?
Para aprovechar los beneficios de las suculentas, el Feng Shui recomienda colocar las suculentas en espacios con luz, ya sea en la ventana, en el balcón o la terraza.
También, estas se pueden colocar en diagonal a la puerta principal, al lado de la cama, o cerca de aparatos electrónicos como microondas, radio, tele, etc., para que estas absorban las energías negativas.
¿Qué tipos de suculentas no pueden faltar en casa?
Aunque existe una gran variedad de suculentas y cactus, algunas de las más populares según el Feng Shui son:
Crassula Portulacaria Afra: Atrae la abundancia y el dinero, la alegría y la buena suerte, ya sea en casa o en el trabajo. Por ello, se debe colocar en espacios con luz indirecta.
Crasulla Ovata: También conocida como jade, esta planta atrae la prosperidad, riqueza y abundancia, es longeva y generalmente se coloca en espacios con semi sombra, ya sea en interiores o exteriores.
Echeveria: Esta plata de hojas carnosas es un símbolo de protección en el hogar, además de atraer la armonía. Por ello, se puede colocar tanto en interiores como exteriores.
Sábila: También conocida como aloe, esta planta ayuda a alejar las malas vibras y a proteger la casa, por lo que suele colocarse en el exterior o en la entrada de visitas.
Cactus: Los cactus en general son considerados amuleto de fuerza y protección, ya que sus espinas ahuyentan las energías negativas. Por ello, se colocan en lugares abiertos, ventanas, balcones y terrazas.

FUENTES
https://es.wikipedia.org/wiki/Guadua

RECURSOS

Recursos Humanos
- Tallerista, participantes

Recursos físicos
- Sillas, planilla de asistencia, guadua, taladro, brocas, lija

RESULTADOS

Cualitativos:
Dando cumplimiento a los objetivos, en este taller se contó con una excelente participación por parte de los y las asistentes, donde se pudo lograr evidenciar el interés de los ciudadanos por la realización de las macetas colgantes, donde pudieron evidenciar el cambio que tiene la guadua con el tratamiento realizado ya que el acabado es más pulido y estéticamente mejor, a lo cual se muestran receptivos y logran entender dicha recomendación.

Cuantitativos:
Ingresan al taller ocho (8) participantes todos hombres de diferentes equipos de referencia y diferentes momentos todos con buena disposición.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Heiner Ojeda

REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN IV: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA

ACTIVIDAD TRANSVERSAL
14/02/2025
TALLER DEL MAESTRO – MACETAS COLGANTES



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 - Maestro Colgante

4. Fecha: 19/02/2025

5. Hora: 04:30Pm

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	7545755	Marco Gomez Diaz	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1115066631	Manuel [illegible]	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79467540	Juan C. Garcia	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	8726226	José Caballero	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79794357	Henry Sierra	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	94477338	Manuel Ramiro Patiño	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1024660	Laime [illegible]	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1090451B	Arley Arenas	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro Bogarano

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

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_ln_ti_03_y0_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:** 15/02/2025	**HORA:** Inicio: 8:45 AM Final: 12:00 PM
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Duvan Palacios

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Limpieza de áreas comunes

OBJETIVO GENERAL:
Inculcar en las y los ciudadanos de comunidad de vida el rosario, hábitos de aseo e higiene en espacios comunes para incrementar la sana convivencia, mejorar relaciones interpersonales y fortalecer el trabajo en equipo con el fin de mantener buenos hábitos de vida saludable, dentro de las instalaciones de comunidad de vida y el entorno

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover el trabajo en equipo para garantizar mejores resultados en cuanto a la limpieza y el orden de las instalaciones y objetos de la comunidad.
- Crear sentido de pertenencia en las y los participantes de la comunidad de vida, proyectándolos a la importancia de mantener buenas condiciones de higiene en las diferentes áreas polifuncionales de la comunidad de vida.
- Fortalecer las responsabilidades personales y grupales en los participantes, en cuanto a la limpieza y el orden de los espacios que se usan diariamente en la comunidad de vida, para lograr mejorar sus estados de ánimo y el agrado de participar en una actividad o taller programado en el diario vivir.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agendamiento de capacidades, se llevara a cabo la metodología socio educativa donde participaran en una actividad transversal donde se les permitan brindar herramientas necesarias para la resignificación de rutinas, prevenir el riesgo y reducir las condutas que llevaban en calle proyectando una actividad de limpieza y desinfección donde los mismos participantes se encargue del aseo de los alrededores de comunidad de vida y áreas comunes.

Adecuación: Se realizará la jornada con la entrega de elementos de aseo por casas, responsabilizando a las y los ciudadanos específicamente en los espacios para la limpieza y orden en las diferentes áreas polifuncionales de la comunidad de vida, las cuales incluyen, comedor: mesas y sillas, áreas de Tv, pisos, mesas y sillas. Biblioteca y salón de artes: mesas sillas y pisos.

Primer momento: Se iniciará la actividad, entregándole los implementos de aseo a los y las participantes para poder realizar la limpieza y un buen orden de las diferentes áreas polifuncionales y los alrededores de comunidad de vida, también se les reforzará lo que conlleva tener buenos hábitos de higiene personal, así como la limpieza, desinfección de los espacios comunes para evitar malos olores, plagas e inconformidad, identificando a quienes se les facilita y quienes necesitan refuerzo, con el fin de que todos sean participes de la jornada.

Segundo momento: Los promotores se encargarán de estar pendientes en las diferentes zonas de la comunidad, principalmente verificarán las habitaciones que los ciudadanos cumplan con el aseo y la higiene de estas, que se limpien y ordenen de manera adecuada, liberándolas muy bien del mugre y polvo, también se revisara que laven los pisos de los pasillos y las paredes, luego sé les pedirá algunos participantes que se distribuyan por las diferentes aulas de la comunidad para poder limpiar y desinfectar todas estas zonas, uno de estos grupos será el encargado de lavar las mesas del comedor, el techo y el piso para así mismo para tener un ambiente más agradable dentro de la comunidad de vida.

Tercer momento: Para realizar esta actividad se realizará un recorrido por todas las áreas comunes y los alrededores de la comunidad de vida, para verificar el orden y el estado en que se dejaran estas zonas de la comunidad y se les recalcara que estos hábitos se deben de mantener diariamente en su diario vivir dentro y fuera de comunidad ya que esto genera una buena y sana convivencia.

Reacondicionamiento del espacio: Se solicitará a las y los ciudadanos, realizar su actividad de corresponsabilidad y dejar las diferentes zonas comunes en las condiciones en las que lo encontraron, quienes acatan y cumplen con la responsabilidad.

TEMAS:

Limpiar y ordenar la casa trae buenos beneficios de salud física, mental y emocional:
Tener un hogar limpio y ordenado influye directamente en tu salud y en tu estado de ánimo. ¿Sabías, por ejemplo, que las humedades pueden aumentar el riesgo de sufrir alergias y rinitis y que no limpiar y ventilar el colchón correctamente podría influir en tener un buen descanso?

limpieza del hogar es una de las mejores actividades para pasar el día en casa, y no solo eso, sino también para protegernos de un posible contagio indeseado. De igual modo, tampoco conviene realizar esta tarea en exceso a riesgo de obsesionarnos y caer en una espiral de paranoia mental por la cual creas que el entorno doméstico nunca deja de estar limpio del todo, lo más importante es asumir una serie de rutinas de limpieza de las diferentes partes de la casa para así habitar en mayor paz y armonía, así como **facilitar la convivencia con todos aquellos con los que tengas que pasar estos días**. No solo el hecho de mantener todo ordenado y limpio ayuda a tener la mente más despejada, sino también el proceso. Diversos estudios académicos elogian la capacidad de esta serie de tareas para mejorar la salud mental.

Si dedicas veinte minutos a ordenar tu casa puedes reducir considerablemente los síntomas de ansiedad o depresión", "Algunas de las tareas que requieren más esfuerzo, como por ejemplo fregar suelos manualmente, puede implicar dejar atrás los pensamientos negativos gracias a las calorías que quemas en el proceso". Evidentemente, si te pasas tumbado la mayor parte del día, es mayor el riesgo de padecer episodios de ansiedad, ya que el cuerpo necesita estar activo y moverse. Es probable que hayas escuchado decir a la gente, «¿por qué limpiar la casa si va a ensuciarse en seguida?», esta excusa puede parecer cierta para algunos, pero la gente debe saber que existen más incentivos para limpiar aparte de tener una casa reluciente. En muchas ocasiones ignoramos la cantidad de beneficios para la salud que nos otorga el tener una casa limpia. No se trata de convertirnos en esclavos de la limpieza, de lo que trata es de comprender todas las cosas positivas que nos aporta el cuidado y la limpieza de nuestra casa:

1. Limpiar reduce alergias: La limpieza regular de nuestra casa es la mejor manera de prevenir y mejorar la alergia, reduciendo la acumulación de polvo y de otros alérgenos irritantes para la casa. Tareas sencillas como quitar el polvo o pasar la aspiradora, las cuáles nos sirven para deshacernos del polvo y de la caspa de las mascotas, beneficiarán a las personas con alergia, asma u otros problemas respiratorios aliviando los síntomas y haciendo que respiren mejor.

2. Limpiar implica un saneamiento básico del hogar: Al limpiar la casa con desinfectantes o productos de limpieza con efecto bactericida, estás matando a las bacterias, virus y otros microorganismos que pueden poner en peligro tu salud. Estos desinfectantes actúan sobre gérmenes y bacterias como por ejemplo el e cola. los estafilococos y la salmonella, responsables de enfermedades transmitidas por los alimentos y las infecciones. Al limpiar zonas como el baño, la cocina u otras zonas de la casa de forma regular ayudas a protegerte de bacterias que pueden llegar a ser peligrosas.

3. Una limpieza de la casa reduce el estrés: La acción de limpiar una casa puede ayudar a aliviar el estrés innecesario. Acciones tales como barrer o lavar los platos nos sirve para desconectar de temas que te puedan preocupar mientras que tu hogar se ve mucho más limpio y cuidado.

4. La limpieza de casas previene la aparición de plagas: Por lo general, los insectos y restos de plagas domésticas tienden a refugiarse en ambientes polvorientos. La limpieza regular ayuda a detectar y prevenir esas plagas, por ello debes evitar que las plagas hagan de tu casa su lugar de anidación. Puedes llevar una breve prevención mediante la limpieza, pero, ante un problema más grave de una infección de plagas, lo mejor es contactar con expertos para llevar a cabo una fumigación de una manera profesional y meticulosa.

5. Si limpias la casa, puedes llegar a quemar calorías: Mediante la limpieza no solamente tu casa queda impecable, sino que también haces ejercicio. Barrer, pasar la aspiradora, fregar, acompañado de tus canciones favoritas aumenta el consumo de calorías.

6. La limpieza anima a cocinar: Una cocina sucia o desorganizada puede disuadirte a la hora de cocinar en casa ya que es normal que no quieras empeorar el lío y dejar la cocina aún peor. Una cocina limpia es mucho más atractiva que una cocina sucia. La limpieza de la cocina permite crear una zona funcional para servir y cocinar comidas saludables para toda la familia.

7. Limpiar reduce peligros en la casa: Aunque parezca algo exagerado una casa limpia puede suponer la diferencia entre la vida y la muerte. Las personas que viven en un ambiente insalubre son más susceptibles a enfermedades causadas por bacterias, alérgenos o plagas. Además, una casa desordenada, con muchos trastos también puede suponer un peligro para la salud de sus ocupantes. El desorden ante un incendio puede suponer la obstaculización de sus ocupantes con diferentes trastos, evitando así el escape ante un caso de emergencia. La limpieza libera espacio y previene riesgos. Como la liberación de espacio en tu hogar puede ser una tarea muy costosa, la forma más rápida de hacerlo es

mediante la contratación de un equipo de profesionales mediante el cual podrás deshacerte de todos los objetos que no te sirven y que ya no utilizas.

8. La limpieza beneficia la salud mental: Siendo sinceros, no hay nada mejor que entrar en una casa que esté limpia y organizada. De hecho, el proceso de limpieza ha sido reconocido como algo que proporciona beneficios para la salud mental. Ayuda a liberar frustración, ira y ansiedad.

9. Reduce el riesgo de lesiones: Al mantener las cosas ordenadas, el riesgo de lesiones se puede minimizar considerablemente. Dejar objetos sueltos como si fueran juguetes puede aumentar el riesgo de tropiezos y de caídas. Las pilas de cajas o montones grandes de objetos almacenados pueden caer fácilmente y herir a alguien. Al ordenar tu casa obtienes una gran diferencia en la seguridad general de tu hogar.

10. Hace que detectes el moho en tu casa: Mantener la casa limpia ofrece más oportunidades para detectar el crecimiento de moho en alguna parte de tu hogar y así eliminar el moho de tu casa. El moho puede causar reacciones alérgicas en las personas, síntomas de resfriado y de gripe.

Si padeces de estrés o de ansiedad, diversos estudios confirman que una de las mejores formas de combatir estos trastornos es agarrar los implementos de aseo y limpiar la casa. Dedicar veinte minutos a ordenar la casa puede reducir considerablemente los síntomas de ansiedad o depresión. No solo el hecho de mantener todo ordenado y limpio ayuda a tener la mente despejada, sino también el proceso. Diversos estudios académicos elogian la capacidad de esta serie de tareas para mejorar la salud mental. Algunas de las tareas que requieren más esfuerzo, como por ejemplo fregar suelos manualmente, puede implicar dejar atrás los pensamientos negativos gracias a las calorías que quemas en el proceso. Evidentemente, si te pasas tumbado la mayor parte del día, es mayor el riesgo de padecer episodios de ansiedad, ya que el cuerpo necesita estar activo y moverse.

REFERENCIAS

- https://es.thefreedictionary.com
- https://www.conceptodefinicion.com

RECURSOS:

Físicos:

- Traperos, escobas, recogedores, limpia pisos, esponja de sabrás duras y jabón en polvo.

Humanos:

- Ciudadanos y promotores.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Se observo que un porcentaje de la población realiza s corresponsabilidad de manera positiva, los cuales se enfocaron en el orden y la limpieza de esos lugares los cuales se frecuenta mucho pero no se le realiza un aseo detallado y se logró inculcar la limpieza de estos, para que el ciudadano comprenda que es útil y necesario ver los espacios ordenados ya que esto los ayuda a tener sentido de pertenencia y cuidar los objetos y áreas prestadas para un digno servicio integral.

- Se logró inculcar en los ciudadanos la importancia de los buenos hábitos de higiene, la presentación personal y el trabajo en equipo como labor a la corresponsabilidad dentro de la comunidad de vida, con el fin de reforzar estos hábitos dentro y fuera de la comunidad.

- Se logro dar cumplimiento de los objetivos ya que los participantes de la comunidad lograron trabajar en equipo realizando el debido aseo y orden en las diferentes áreas polifuncionales entendiendo la importancia de mantener la limpieza y la sana convivencia, también expresaron que esta actividad les ayuda a relajarse y ocupar su mañana de sábado de una manera positiva, también expresaron que les gusta tener sus espacios limpios y con buen olor manteniendo sus hábitos de higiene menor y mayor.

Cuantitativos: Se conto con la participación de (71) setenta y un ciudadanos, (2) población diferencial LGTBI, (6) seis mujeres y (63) sesenta y tres hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Dwan Palacios

FIRMA COORDINADOR:

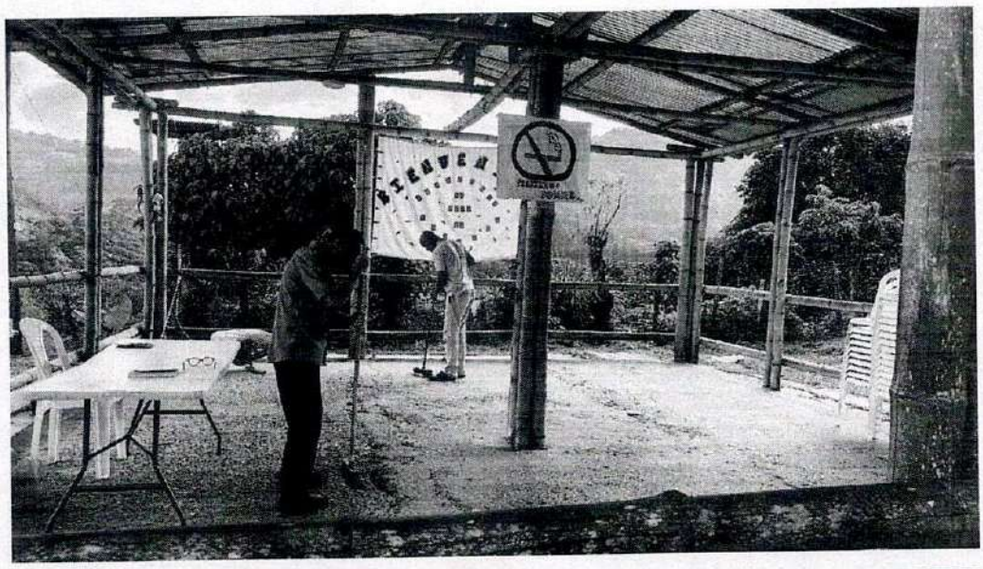
NOMBRE COORDINADOR: José Hernan Ojeda

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Limpieza de áreas comunes.

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

Fecha:15/02/2025





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: Limpieza de areas comunes
4. Fecha: 15/02/2025
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	C.C	52379789	Mary Carolina Sol	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80746894	Anderson Tunez	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80904469	Michael Quiroga U.	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1003706988	Oscar Rodriguez	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1026558581	Diego Prieto	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1033133815	David Calvo R	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79939[illegible]	Fabio P R	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	8977495	Jesus Bermudez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	8[illegible]3713	Jose Ortiz	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	74769129	Helfgath Guarin	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80765552	Fernando Montaño	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	8050[illegible]30	Leonardo Fabio IV.R	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1057[illegible]80	Jersson Castiblanco	28	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	52860[illegible]	MARCELA SANCHEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1030[illegible]92	ANA Botiago	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	39656[illegible]	Sandra Nfs.	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	59875623	Jorge Guerrero	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	52907309	Claudia Acosta	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	52766388	Sandra Tejia	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	79940[illegible]	Roberto Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Duvan Palacios
14. Cargo o rol del responsable: Promotor
15. Firma del responsable de la actividad: Duvan Palacios

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: Limpieza de artes (comunes) | 4. Fecha: 15/02/2025 | 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		
21	CC	80901364	LUIS PADILLA	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					LUIS P	
22	CC	1144194031	Jeison Pabllo	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
23	CC	1026558824	Diego Romero	36	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego R.	
24	CC	1145784558	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
25	CC	1144064660	Jorge Andres Portalonso	28	No aplica	No aplica	No aplica			X						
26	CC	91228251	Jairo Bermudez	62	No aplica	No aplica	No aplica			X					FIRMA	
27	CC	8726226	Caballero Jose	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
28	CC	6544018	Adel Tamorano	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
29	CC	15887732	Diego a gil calle	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
30	CC	91766077	Fernando Acero	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
31	CC	92122738	Nhon Patiño	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
32	CC	1019045113	Arley Arenas	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
33	CC	1126912721	David Navarro	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					David	
34	CC	9600459	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
35	CC	1015431987	Daniel Castillo	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
36	CC	80039775	Jhon Mogo	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
37	CC	80030633	Andres Rodriguez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
38	CC	79685313	ERICK NIETO	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
39	CC	17571470	Luis Mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis Mendez	
40	CC	5624830	ALEXANDER VILLA	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					VILLA	

13. Nombre del responsable: Owen Palacios | 14. Cargo o rol del responsable: Promotor | 15. Firma del responsable de la actividad: Owen Palacios

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_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: Limpieza de areas comunes | 4. Fecha: 15/07/2025 | 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		
41	C.C	79884692	Alejandro Villamizar	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
42	C.C	1077473807	Luis Alberto Martinez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					LVLS	
43	C.C	1073238692	Andres Lozada	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
44	C.C	80248135	RAFAEL RUEDA	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					RAFAEL	
45	C.C	1033736157	Jhonatan moncaleano	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
46	C.C	1026055558	Kristian Lopez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
47	C.C	3507754	Rodolfo Betancur	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
48	C.C	80129001	Jhon RANIER	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jhon RANIER	
49	C.C	7545755	Luis Somedi	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
50	C.C	7/42671	Hector Londoño	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
51	C.C	79837700	Jhon Cardenas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
52	C.C	1014784474	HONAX ESPINA	37	No aplica	No aplica	No aplica			X					HONAX	
53	C.C	80746821	Miguel Chaparro	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
54	C.C	10105344	Carlos Zuluaga	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
55	C.C	72096013	Wilson Viota	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
56	C.C	7963792	Luis Fontecha	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
57	C.C	80.721391	adolfo montaño	50	No aplica	No aplica	No aplica			X					adolfo	
58	C.C	1010164	Jorge Ruiz	64	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jorge	
59	C.C	1073611432	VICTOR MONTESINO	34	No aplica	No aplica	No aplica			X					VICTOR	
60	C.C	1136912781	DAVID NAVARRO	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					DAVID	

13. Nombre del responsable: Duan Palacios | 14. Cargo o rol del responsable: Promotor | 15. Firma del responsable de la actividad: Duan Palacios

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: Limpieza de artes (comunes)

4. Fecha: 15/02/2025

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		
61	CC	1033[illegible]	Shantal Ramirez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
62	CC	79895857	Alexander	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
63	CC	1033[illegible]	Ana (IMPE)	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
64	C.C	8140302	Francisco Ulido O	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
65	CC	79617546	Juan Carlos Garcia	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
66	CC.	79374180	JUAN MARTIN	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
67	C.C	1122326	Inambaire Pedroso	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
68	C.C	[illegible]	Yaman Hernandez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
69	C.C	80[illegible]	Jesus Reinaldo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
70	C.C	1115[illegible]	Manuel A Romero	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
71	C.C	1076[illegible]	Diego Romero	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
72																
73																
74																
75																
76																
77																
78																
79																
80																

13. Nombre del responsable: Owan Palacios

14. Cargo o rol del responsable: Promotor

15. Firma del responsable de la actividad: Owan Palacios

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.