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:** 20/02/2025	**HORA:** 02:00 pm 04:00 pm

ÁREA Trabajo social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sonia Rodríguez Hamón

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cuidando mi Salud – El cuidado de Sí en Hombres

OBJETIVO GENERAL: Acercar a los ciudadanos al concepto y a las prácticas de autocuidado y su importancia para la formación de masculinidades cuidadoras.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar una comunicación asertiva, clara y respetuosa entre las partes, promoviendo la escucha activa y el entendimiento mutuo en todas las interacciones.
- Abordar las nociones básicas de autocuidado.
- Conocer estrategias de autocuidado necesarias para hombre.
- Reconocer la importancia del autocuidado para las masculinidades corresponsables.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la Línea I: Desarrollo Personal para la inclusión Social se implementará la metodología teórico-práctica con la etapa VI, a través de la cual, las y los participantes se acercarán a conceptos básicos de autocuidado en la importancia de comprender las nuevas masculinidades corresponsables y cuidadoras.

La primera etapa del proceso tiene como objetivo fundamental **identificar los valores y principios personales** que sustentan nuestra manera de relacionarnos con los demás y con nosotros mismos. Esta fase es crucial, ya que proporciona la base para fortalecer relaciones propias saludables y contribuir al **crecimiento personal**. Al tomar conciencia de nuestros autocuidados, podemos asegurarnos de que nuestras acciones, decisiones y comportamientos estén alineados con lo que realmente consideramos importante. Además, en esta fase se incluirá una **dinámica de integración o "rompehielos"** diseñada para fomentar una interacción social positiva entre los miembros del grupo.

Adecuación: Se organiza junto a los ciudadanos el espacio del taller.

Momento 1: Acercamiento a nuevas masculinidades

La actividad comienza con la presentación de la profesional, quien será la encargada de guiar la dinámica. ¿Luego, se invita a los participantes a participar y dar sus opiniones frente a las preguntas orientadoras que darán la instrucción al tema Que significa masculinidades cuidadoras? ¿Que son los roles de género y a que hacen referencia?, que masculinidad tradicional? ¿Cómo el machismo puede afectar a los hombres? Sus respuestas y palabras claves serán escritas en la pizarra y conocer sus opiniones y creencias frente al tema.

Momento 2: El pulpo escucha, te habla y trabaja en equipo

Durante la dinámica, la profesional guiará a los participantes, brindando las correcciones y refuerzos necesarios para asegurar que todos comprendan la actividad y la realicen de manera efectiva. Los participantes continuarán en los mismos equipos en los que ya se organizaron previamente, y se les pedirá que formen un pequeño círculo, dándose las espaldas entre sí.

En este momento, cada miembro del equipo deberá tomar al compañero de al lado de manera que sus brazos se entrelacen como un gancho. A continuación, todos se posicionarán en una sentadilla, manteniendo el equilibrio y formando una figura similar a un "pulpo", con todos los participantes conectados y unidos en una postura colaborativa

El objetivo de la actividad es que, a través de la interacción entre ellos, los miembros del equipo logren coordinarse para avanzar hacia la meta propuesta. La actividad pondrá a prueba su capacidad para trabajar en conjunto, ya que deberán mantener la sentadilla mientras se mueven hacia adelante sin perder la conexión ni el equilibrio. A lo largo de la dinámica, se fomentarán habilidades clave como la **escucha activa**, la **comunicación efectiva** y el **trabajo en equipo**.

Es fundamental que los participantes se comuniquen constantemente para coordinar sus movimientos y asegurar que todos se muevan al mismo ritmo, sin que alguno de los miembros pierda el paso o el equilibrio. A través de esta actividad, los participantes aprenderán a confiar en los demás, a ser conscientes de su propio cuerpo y de las necesidades de su equipo, y a encontrar soluciones colaborativas para avanzar juntos. La profesional hará observaciones durante el ejercicio, asegurándose de que todos los participantes estén enfocados en la tarea y reforzando la importancia de trabajar en equipo y mantener una comunicación clara y respetuosa en todo momento. Esta experiencia les permitirá fortalecer su capacidad para colaborar en situaciones de desafío y construir relaciones de apoyo mutuo dentro del grupo.

Al finalizar la actividad, se puede hacer una breve reflexión grupal sobre cómo se sintieron al trabajar de esta manera y cómo lograron superar los desafíos mediante la comunicación y la cooperación

Momento 3: Empatía contigo y conmigo

Esta dinámica está diseñada para promover la reflexión individual, el fortalecimiento de la empatía y la práctica de dar consejos constructivos y respetuosos. A través de este ejercicio, los participantes tendrán la oportunidad de explorar sus emociones y, al mismo tiempo, ponerse en el lugar de los demás, desarrollando habilidades de apoyo emocional y comunicación efectiva.

La profesional comenzará explicando el objetivo de la dinámica: fomentar la reflexión personal sobre emociones negativas recientes y crear un espacio de empatía donde los participantes puedan apoyarse mutuamente a través de consejos constructivos. Se les explicará que el ejercicio se realizará de forma anónima y respetuosa, creando un ambiente de confianza y apoyo. De manera individual, cada participante recibirá una hoja y un lápiz, la profesional indicará a los participantes que escriban en la hoja algo que les haya causado molestia, tristeza o alguna queja o inconformidad en esta semana o en el día. Una vez que todos los participantes hayan escrito en sus hojas, se les pedirá que las doblen y las depositen en una caja, la profesional tomará la caja y la revolverá bien para asegurar que las hojas se mezclen, de forma que no haya posibilidad de saber quién escribió qué.

Después de mezclar las hojas, uno por uno, los participantes se acercarán a la caja, tomarán una hoja al azar y la leerán en voz alta para el grupo. La profesional explicará que, al leer la situación de la otra persona, deben concentrarse en ofrecer un consejo o unas palabras que podría ayudar. El consejo debe ser constructivo, respetuoso y empático, sin juzgar ni dar respuestas automáticas o superficiales. La idea es ponerse en el lugar del otro y ofrecer una sugerencia que sea positiva y alentadora.

TEMAS

El Cuidado de sí en hombres

Abordaremos los conceptos básicos relacionados con el Autocuidado y su relación con la construcción de masculinidades cuidadoras.

- **OBJETIVO GENERAL:** Acercar a los ciudadanos al concepto y a las prácticas de autocuidado y su importancia para la formación de masculinidades cuidadoras.
- OBJETIVOS ESPECIFICOS

Abordar las nociones básicas de autocuidado.

Conocer estrategias de autocuidado necesarias para los hombres

Reconocer la importancia del autocuidado para las masculinidades corresponsables



¿Qué sabemos sobre el autocuidado?

Te invitamos a responder la siguiente encuesta. Selecciona "Siempre" (3), "Algunas veces" (2) o "Nunca" (1) frente a cada enunciado.

	1	2	3
Acudo a profesionales en salud cuando siento malestares.	○	○	○
Cuando me siento mal emocionalmente, busco dialogar con alguien.	○	○	○
Conduzco con prudencia.	○	○	○
Consumo cigarrillos y alcohol de manera consciente y moderada.	○	○	○

Enviar



Momentos del taller

Durante el desarrollo del taller podrás conocer los diferentes temas a través de dos momentos.

Aprendo para convivir

En esta fase **del taller** ampliarás tus conocimientos en torno a elementos clave del autocuidado: **definición, prácticas y herramientas de autocuidado.**

Yo educo

Durante tu aprendizaje y al llegar a la ultima fase, podrás reflexionar sobre algunas estrategias que plantea el taller **"El cuidado de sí en hombres".**

Preguntas Orientadoras

- Que son los roles de genero y a que hacen referencia?
- Que es masculinidad tradicional?
- Como el machismo puede afectar a los hombres?
- Que significa masculinidades cuidadoras?



Los hombres y la expresión de las emociones

Escuchar audio

- Somos seres humanos.
- Debemos expresar las emociones.
- Mantener un equilibrio entre el cuerpo, la mente y las emociones.

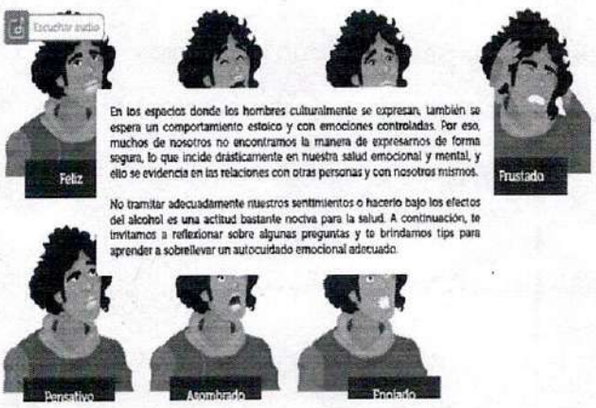
A los hombres, desde épocas remotas y aun hoy, culturalmente se nos impide expresar emociones como el llanto, el agotamiento o el amor, entre otras, ya que estas emociones se relacionan de manera simbólica con las mujeres, la niñez o a la homosexualidad. Muchas veces escuchamos que se refieren peyorativamente a los que expresan estas emociones como "poco hombre", se les feminiza o infantiliza. No obstante, antes de ser hombres, somos seres humanos con sentimientos y saber sobrellevarlos permite mantener un equilibrio entre cuerpo, mente y emociones, lo cual es más que necesario para nuestra salud y el diario compartir con las demás personas.





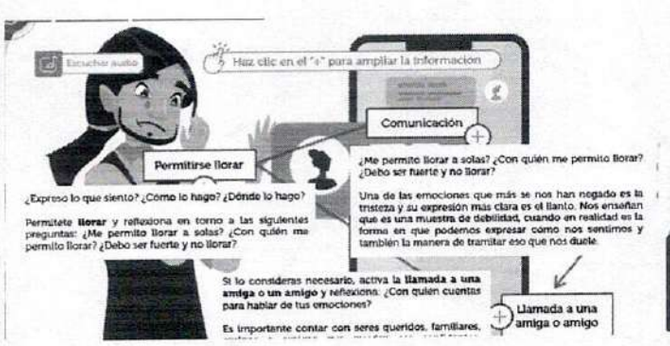






En los espacios donde los hombres culturalmente se expresan, también se espera un comportamiento estoico y con emociones controladas. Por eso, muchos de nosotros no encontramos la manera de expresarnos de forma segura, lo que incide drásticamente en nuestra salud emocional y mental, y ello se evidencia en las relaciones con otras personas y con nosotros mismos.

No tramitar adecuadamente nuestros sentimientos o hacerlo bajo los efectos del alcohol es una actitud bastante nociva para la salud. A continuación, te invitamos a reflexionar sobre algunas preguntas y te brindamos tips para aprender a sobrellevar un autocuidado emocional adecuado.





Escuchar audio

"Cuidarse a sí mismo significa identificar y tomar mejores decisiones sobre nuestras necesidades".

Existen muchas nociones de autocuidado, pero queremos compartir contigo una específica, que se acerca a los intereses de este taller: "Cuidarse a sí mismo significa identificar y tomar mejores decisiones sobre nuestras necesidades físicas, emocionales, mentales, financieras y espirituales". Lo anterior implica reconocer que podemos decidir día a día cómo y cuándo nos cuidamos, y eso implica conocer y ser conscientes de nuestras áreas físicas, emocionales, mentales, financieras y espirituales.

¿Cómo? ¿Cuándo?

- Físicas
- Emocionales
- Mentales
- Financieras
- Espirituales

BIBLIOGRAFIA

https://franciscojaviermatiz.edupage.org/
https://ibermediadigital.com/los-colores-de-la-montana/ficha-didactica/
https://rtvcplay.co/peliculas-ficcion/los-colores-de-la-montana
https://www.youtube.com/watch?v=CnDde0KxIrU
https://www.youtube.com/watch?v=qDMOtDACv7o
https://nuso.org/articulo/el-estado-actual-del-conflicto-armado-en-colombia/
https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1665857416300102

RECURSOS:

Físicos:

Humanos:

- Participantes – profesional a cargo
- Televisor y computador.
- Hojas de preguntas.

RESULTADOS:

Cualitativos:

En relación a los resultados cualitativos se evidencia que la participación de los ciudadanos fue aceptable, durante el espacio mostraron respeto por la palabra, escucha activa e interés por el tema.

En el primer momento en la actividad rompe hielo se mostraron atentos y concentrados para participar en este espacio permitió que los ciudadanos se sintieran cómodos y en confianza entre ellos, ambiente que se mantuvo el final del taller.

Durante el segundo momento en el cual se brindó la teoría del tema se logra sensibilizar a los participantes en la importancia de cambiar paradigmas frente al autocuidado en hombres, se explica como la masculinidad tradicional ha generado afectaciones frente a creencias erróneas de aprender a cuidarse. En este momento se evidencia en los participantes la comprensión de los conceptos, por lo cual logran participar siendo claros y coherentes con el tema.

En la actividad practica los participantes muestran actitud tranquila y receptiva en la participación, en este espacio describen formas de autocuidado y se realiza sensibilización en mantener las prácticas de hábitos de vida saludables cuando egreses del programa, como continuar con atención en salud, asistir a citas médicas alimentarse de forma adecuada, realizar actividad física y cuidar de su salud mental.

Cuantitativos: Se cuenta con la participación de 6 ciudadanos.

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 6 ciudadanos –6 hombres – 0 mujeres y 0 persona de la población LGTBI.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Jonicy Ramón.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hernel Ojeda

REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cuidando mi Salud – El cuidado de Sí en Hombres.

LÍNEA DE ATENCIÓN IV: Línea I: Desarrollo Personal para la inclusión Social.

Fecha: 20/02/2025

Tipo de actividad: 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: Cuidando Mi Salud / El Cuidado de Si en Hombres | 4. Fecha: 20/02/2025 | 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 NUMERO	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	1047[illegible]777	JHONNY ESPITIA	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					JHONNY	
2	CC	79631392	Luis Fontecha	54	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Luis A F	
3	CC	10103364	Carlos Zuluaga	64	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	7204605	Eufrasio Nieto	57	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	79867818	Efrain Aponte	51	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	88585367	Freddy Velasquez	53	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Freddy VM	
7	CC	10532103	Omar Fontega	70	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Omar	
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14				0												
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Jonia Rodriguez Ramón | 14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social | 15. Firma del responsable de la actividad: Jonia JR Ramón

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:** 20/02/2025	**HORA:** INICIO: 2:00 pm FINAL: 4:00 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Árbol de problemas			

OBJETIVO GENERAL:

Brindar herramientas que le permita a las y los ciudadanos la identificación y análisis de las causas de un problema mediante el uso de la estrategia de "Árbol de problemas", facilitando la toma de decisiones efectivas para la solución de problemas o eventos que puedan presentarse en el proceso de inclusión o en la vida cotidiana.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Comprender la teoría y los fundamentos del diagrama de árbol de problemas a fin de que puedan ser implementados en la cotidianidad
- Identificar los elementos principales del árbol de problemas
- Aplicar el diagramada de árbol de problemas en situaciones de la cotidianidad

METODOLOGÍA:

Teniendo en cuenta la línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social la actividad se realizará a partir de una metodología psicoeducativa, con la finalidad de identificar las características de las relaciones interpersonales y su afectación y/o beneficio en la consolidación del proyecto de vida. Esta actividad se desarrollará con las y los ciudadanos de Etapa V.

- **Adecuación**:

Se realizará la convocatoria a los ciudadanos de etapa V para el desarrollo de la actividad, se adecuará el aula "sala de televisión de casa 2", en donde se organizarán las sillas de tal manera que todos tengan visibilidad al tablero; así mismo, se realizará el pre-alistamiento de los materiales a utilizar, tales como hojas blancas y lápices.

- **Primer momento:**

Se iniciará la actividad indagando en los ciudadanos los conocimientos previos que tienen acerca del tema a abordar, generando una lluvia de ideas. Posteriormente, se proyectará un vídeo introductorio en el cual se reflejará una situación particular de un grupo de personas que deben tomar decisiones, lo que conllevará a generar un debate entre los participantes a fin de que cada uno, indique qué haría si se llegarán a enfrentar a una situación cómo la presentada en el vídeo. Así mismo, se indagará acerca de las estrategias que utilizan actualmente para realizar una toma de decisiones asertivas y si en algún momento han hecho uso de alguna herramienta para el análisis de problemas

- **Segundo Momento:**

Luego de la introducción del tema, se iniciará la explicación acerca de la importancia de reconocer todas las causas que pueden producir o generar un problema, indicando que para realizar esto, es posible utilizar diferentes metodologías cómo lo es el árbol de problemas. Se procederá a socializar la metodología y objetivos a alcanzar. Posteriormente, se entregará a cada participante una hoja blanca y un lápiz y se brindarán las instrucciones de cómo realizar el árbol de problemas, brindando la siguiente información:

-Identificación del problema principal (el tronco):
Pregunta guía: "¿Cuál es el mayor riesgo que podría llevarlos a retornar a la dinámica de calle?"
Ejemplos posibles: "Falta de empleo", "Soledad", "inadecuado manejo de emociones".
-Detección de las causas (las raíces):
Pregunta guía: "¿Qué provoca o alimenta este problema?"
Ej.: "Falta de oportunidades laborales", "discriminación", "heridas emocionales", "duelos no resueltos".
-Exploración de las consecuencias (las ramas):
Pregunta guía: "¿Qué pasa si este problema sigue existiendo?"
Ej.: "Aislamiento", "desesperanza", "retorno al consumo" "perdida de oportunidades.

- **Tercer momento:**

Se finalizará la actividad realizando una retroalimentación con el fin de generar un espacio de análisis personal, con respecto al ejercicio realizado, y al aprendizaje logrado a partir de la identificación del problema. Así mismo, se brindarán herramientas para "cortar las raíces negativas" y afrontar las diferentes situaciones que están manteniendo el problema, reflexionando acerca de la importancia de reflexionar constantemente sobre el estado emocional y acerca de todos aquellos aspectos de la historia de vida que es importante gestionar o resolver a fin de que no incida negativamente en el presente.

Se incentivará a las y los participantes a aplicar este tipo de técnicas para la toma de decisiones y para avanzar en el proceso de crecimiento y desarrollo personal, previniendo los riesgos de retornar a las dinámicas de habitabilidad en calle.

- **Reacondicionamiento del espacio:**

Se solicitará a los ciudadanos organizar el espacio utilizado, ubicando mesas y sillas en su respectivo lugar.

TEMAS:

Qué es el árbol de problemas

También conocido como método del árbol, técnica del árbol de problemas, análisis situacional o análisis de problemas, esta herramienta nos permite mapear o diagramar el problema.

La estructura de un árbol de problemas es:
En las raíces se encuentran las causas del problema
El tronco representa el problema principal
En las hojas y ramas están los efectos o consecuencias
Ventajas del árbol de problemas

¿Para qué sirve hacer un árbol de problemas? Las 4 más importantes y que resumen todas las demás son:

Nos permite desglosar el problema, las causas y sus efectos, mejorando su análisis.

Hay una mejor comprensión del problema al desagregarlo en causas y consecuencias

Se vincula con otras herramientas de investigación y análisis como matriz de vester o árbol de soluciones

Facilita la realización de otros componentes importantes de una investigación o proyecto en su fase de planificación, por ejemplo, el análisis de interesados, análisis de riesgos y objetivos.

El árbol de problemas en la planificación de un proyecto:

Los japoneses nos dicen con frecuencia que un problema identificado ya constituye el 90% de la solución, es por eso la importancia que le otorga la metodología de marco lógico al análisis de problemas. El trabajo de planificación que hacemos con el árbol de problemas y el árbol de objetivos constituye una parte muy importante en la identificación de la problemática.

Hecha esta introducción, es importante que sepas la importancia que significa utilizar el árbol de problemas en conjunto con otras herramientas, donde lo que buscamos es:

Obtener datos significativos para caracterizar el problema, Determinar cuáles son las causas y efectos, Elaborar objetivos del proyecto

Cómo hacer un árbol de problemas paso a paso

Analiza la situación: Sí, sabes que hay una situación problemática, pero analízala. Qué está ocurriendo, por qué está ocurriendo y que esta desencadenando. Recolecta datos que te permitan entender la situación problemática. Esto por sí solo ya te dará gran cantidad de insumos para el siguiente paso.

Identifica los principales problemas de la situación que has analizado: Cualquier técnica para generar ideas te será útil. Una lluvia de ideas en equipo definiendo por consenso cuál es el principal problema, suele ser una buena alternativa. Sin embargo, si el problema es mucho más técnico y requiere de muchos expertos y de discusiones, ya que es complejo diferenciar causas de efectos, prueba la matriz de Vester. Esta por sí sola te permitirá priorizar el problema principal, y te adelantará algunos pasos al darte causas y efectos del problema principal.

Determina los efectos y las causas del problema principal: Ya tienes el tronco del árbol, ahora identifica las causas (raíces) y los efectos o consecuencias (hojas o ramas). De nuevo mejor si se hace en equipo

buscando llegar a un consenso. Si en el paso 2 elaboraste la matriz de Vester, ya tendrás este paso bastante claro.

Dibuja el árbol: Sencillo. Veremos cómo en el ejemplo más adelante.

Profundiza en las causas y efectos: Resolver el problema central será mucho más fácil en la medida en que determines las causas y efectos raíz. Es decir, si ya determinaste una causa, ¿es posible que esta causa sea ocasionada por algo más a su vez? Traza una línea y profundiza tanto como te sea posible.

Con esto hecho, solo queda pasar del árbol de problemas al árbol de objetivos, llevando las causas a medios y las consecuencias a fines.

El problema

Según la real academia española el problema es una Cuestión que se trata de aclarar, conjunto de hechos o circunstancias que dificultan la consecución de algún fin, Planteamiento de una situación cuya respuesta desconocida debe obtenerse a través de métodos científicos.

Es importante plantear el problema para poder dar soluciones, como descubrimos los problemas o los podemos plantear. Ejemplo: cuando se nos presenta en la casa donde vivimos, una situación como la siguiente: al enchufar dos artefactos eléctricos en una misma toma de corriente, y observamos que al ponerlas a funcionar simultáneamente, se baja un break, inmediatamente nos damos cuenta de que hay un problema, y nos preguntamos ¿Qué pasó? ¿Por qué se interrumpió la corriente? ¿Se dañó uno de los artefactos?; es decir observamos un acontecimiento y por esta razón surgen las interrogantes, las cuales son las posibles causas del problema. Así mismo, si algún miembro de la familia, presenta síntomas de algún malestar, le preguntamos ¿Qué te pasa? ¿Dónde te duele? ¿Estas mareado? ¿Puedes caminar?; esto es, que observamos ese acontecimiento como un problema de salud que presenta la persona, y dada esa situación nos formulamos las preguntas, asumiendo las posibles causas del malestar que presenta, y debemos buscarle respuestas a esas preguntas, para dar así, una solución al problema.

¿Para qué?

Es útil para representar un problema y ayuda a entender qué está ocurriendo, por qué está ocurriendo y qué está ocasionando. Por tanto, ayuda a la mejor comprensión del problema. De esta manera las posibles soluciones a un problema tendrán más garantías de respuesta eficaz.

Es una buena técnica para definir el enfoque del problema. Es oportuno para identificar problemas reales y descartar problemas aparentes. Permite desglosar problemas complejos en otros más manejables. Ayuda a construir un sentimiento compartido de comprensión.

ANÁLISIS DE PROBLEMAS: PUNTOS CLAVE

Un problema no es la ausencia de su solución, sino un estado existente negativo. Identificar problemas existentes (no los posibles, ficticios o futuros). Formular el problema como un estado negativo. Escribir un solo problema por tarjeta.

Fuente de consulta:

Centro de investigaciones y servicios educativos (Sin fecha) *¿Cómo se construye un árbol de problemas?* Tomado de: https://www.cise.espol.edu.ec/sites/cise.espol.edu.ec/files/pagina-basica/Nota%20te%CC%81cnica%20n.%C2%BA%206%20-%20%C2%BFCo%CC%81mo%20se%20construye%20un%20a%CC%81rbol%20de%20problemas%3F.pdf

RECURSOS

Físicos

- Sillas, televisor, computador, hojas, lápices, tablero acrílico, marcadores borrables

Humanos

- Ciudadanos, profesionales en psicología

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante el espacio las y los ciudadanos se mostraron receptivos, colaboradores y comprometidos con aportar desde sus conocimientos y experiencia al óptimo desarrollo del taller. Se logró dar cumplimiento al

objetivo de brindar herramientas que le permita a las y los ciudadanos la identificación y análisis de las causas de un problema mediante el uso de la estrategia de "árbol de problemas", facilitando la toma de decisiones efectivas para la solución de problemas o eventos que puedan presentarse en el proceso de inclusión o en la vida cotidiana. Las y los participantes identificaron las formas de identificar las causas de un problema y los beneficios de esta práctica en la cotidianidad, así mismo, les fue posible identificar los riesgos que podrían presentarse y que podría llevarlos nuevamente a la dinámica de habitabilidad en calle.

Cuantitativos:

Se contó con la participación de (9) nueve ciudadanos hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

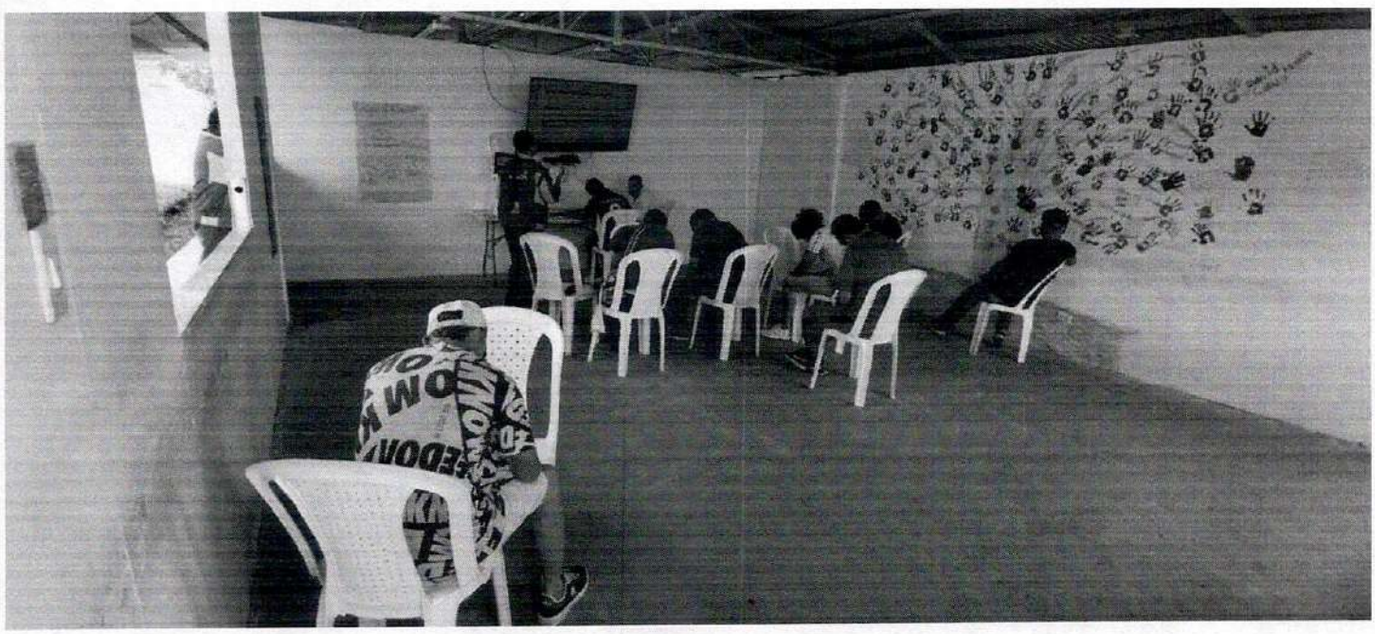
FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Hervey Díaz G

Registro fotográfico

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Árbol de problemas
Línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social
Etapa: V
Fecha: 20/02/2025.





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: Árbol de Problemas | 4. Fecha: 20/02/2025 | 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	79919864	Alejandro Velasco C.	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	7176607	Fernando Acero	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1024544763	Alvaro paredes	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	7142671	Nodier Gonzalez	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1136912791	David Ovalle Navarro	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1048136145	Rafael de Jesus Ortiz	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	9600459	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	15387732	Diego A Gil calle	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79884692	Alejandro Villamiz	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Daniela García R. | 14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga | 15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectaran mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 21/02/2025	**HORA:** INICIO: 8:45 a.m. FINAL: 10:00 a.m.
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Stefany Nieto Dionicio	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cómics

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la expresión emocional, el desarrollo de habilidades lectoras y la creatividad con los y las participantes a través de la historia y la creación de cómics, brindando un espacio donde puedan plasmar sus vivencias, pensamientos y emociones de manera artística y significativa.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la escritura y la lectura mediante la construcción de narrativas en formato de cómic, incentivando el interés por la expresión escrita y visual.
- Facilitar la expresión emocional a través del diseño de personajes y situaciones que reflejen experiencias personales y emociones.

METODOLOGÍA:
Durante la implementación del taller de interés, y con el objetivo de despertar en los participantes la capacidad de análisis y la curiosidad por la literatura y la historia del cómic, se emplea una metodología lúdico-pedagógica. Esta estrategia busca incentivar el interés por la lectura y la escritura, y a expresión de emociones por medio de la creación de cómics; y fomentar la reflexión de algunas obras de cómics. La actividad se enmarca dentro de la Línea de atención I: Desarrollo Personal para la inclusión social.
Adecuación: durante el taller de interés se adecua el espacio en mesa redonda y se realizan los siguientes momentos. Para esto, se dispondrá el lugar del aula de televisión:

Primer momento: los participantes comparten por medio de sus saberes previos, sus conocimientos sobre la obra de comics, su historia y obras más conocidas.
Segundo Momento: Se visualiza el siguiente video: https://www.youtube.com/watch?v=nJbfgj7erQI

Tercer momento: Reflexión grupal:
¿Qué historia quieres contar? ¿Es basada en hechos reales o imaginaria?
¿Cuál es el mensaje principal de tu cómic? (Ejemplo: amistad, superación, valentía, emociones, etc.)
¿En qué contexto se desarrolla tu historia? (Tiempo y lugar: pasado, presente, futuro; ciudad, bosque, planeta desconocido, etc.)
¿Quién es el protagonista de tu historia? ¿Cómo es su personalidad?
¿Tiene un conflicto interno o un reto que debe superar? ¿Cuál es su motivación?
¿Qué otros personajes participan? ¿Son aliados, enemigos o figuras de apoyo?
¿Cómo se ven físicamente tus personajes? (Altura, ropa, colores, expresiones, poderes o habilidades especiales si aplica).
¿Cuál es el problema o conflicto principal de la historia?
¿Cómo empieza la historia? ¿Qué situación inicial presenta a los personajes?
¿Cuáles son los momentos clave o giros en la historia que hacen avanzar la trama?
¿Cómo se resuelve el conflicto? ¿Tu personaje aprende algo o cambia de alguna manera?
¿Cómo se sienten los personajes a lo largo de la historia? ¿Cómo puedes representar esas emociones en sus rostros y lenguaje corporal?
¿Cómo reacciona el protagonista ante los desafíos que enfrenta?
¿Cómo se puede reflejar el estado de ánimo de la historia a través del uso de colores y expresiones visuales?
¿Cuántas viñetas tendrá tu historia? ¿Cómo organizarás la secuencia de eventos?
¿Qué tipo de plano o encuadre usarás para cada escena? (Primer plano, plano general, etc.)
¿El cómic tendrá diálogos? ¿Cómo hablarán los personajes?
¿Usarás onomatopeyas (¡Boom!, ¡Zas!, ¡Crash!) para dar más dinamismo?
Cuarto momento: Pedir a los participantes que organicen sus respuestas en un pequeño guion o esquema con los eventos clave de la historia.
Incluir diálogos o narraciones breves para cada escena.
Revisar si la historia tiene un inicio, un desarrollo y un desenlace claro.

Quinto momento: Dibujar bocetos de los personajes principales (puede ser con una hoja de referencia donde anoten sus características).
Definir expresiones faciales y posturas para transmitir emociones.
Esbozar los escenarios donde ocurrirá la historia.
Reacondicionamiento del espacio: Se invitará a los ciudadanos y ciudadanas, dejar el espacio en el que se trabajó limpio y organizar los materiales utilizados en la actividad desplazándolos al cuarto implementos deportivos, de inmediato seguir su vida cotidiana.

TEMAS:

Desarrollo personal: El desarrollo personal y la motivación para el éxito en cualquier ámbito de la vida, es un tema ampliamente conocido y de igual forma difundido, si tenemos en cuenta que nos comportamos con una actitud u otra dependiendo de las ambiciones de éxito que nos suscite el quehacer diario. Es por esto, que se considera que dentro del estado laboral, el desarrollo personal hacia el éxito es un factor determinante para la consecución de los objetivos laborales y personales propuestos.

Para alimentar ese éxito al empezar un proyecto laboral, se necesita ir acompañado de interés, afán de superación, confianza en las posibilidades de la propia persona, conocimiento de las capacidades personales y sobre todo de mucha decisión. Se sabe que la mejor forma de lograr el éxito deseado es partir de una actitud positiva, confiando en las posibilidades personales y en la incesante búsqueda del propio desarrollo. Sin embargo, cada persona tiene una forma muy diferente de asimilar las diferentes situaciones (positivas y negativas) que le ocurren en su vida profesional.

Aprendizaje: Aprender comprende la adquisición y modificación de conocimientos, creencias, conductas, habilidades, estrategias y actitudes. Exige capacidades lingüísticas, cognoscitivas, motoras y sociales, y adopta muchas formas. En un nivel simple, el niño aprende a sumar dos más dos, a reconocer la p en la palabra papá, jugar en paz con los otros niños y a atarse los cordones de los zapatos. En otra situación más compleja, los estudiantes aprenden a solucionar extensos problemas de divisiones, redactar trabajos de fin de curso, montar en bicicleta y cooperar con los proyectos colectivos. Ninguna definición de aprendizaje es aceptada por todos los teóricos, investigadores y profesionales de la educación; y las que hay son numerosas y variadas, pues existen desacuerdos acerca de la naturaleza precisa del aprendizaje. Estas diferencias resultan patentes aún entre las mismas corrientes de aprendizaje.

Inteligencia emocional desde la escriutura: La asociación entre la inteligencia emocional —como un conjunto de recursos inherentes al sujeto que faci- litan su calidad de vida— y los procesos de lectura y escritura constituyen una indagación muy reciente que no alcanza investigaciones depuradas en diferentes contextos académicos. No existe una axiomática generadora de principios y metodologías, sino un conjunto de textos que vienen alcanzando un éxito edito- rial que llaman la atención de muchos investigadores en actividades específicas, como es el caso de la lec- tura y escritura de textos. En este escrito se exponen algunas experiencias de proyectos de investigación con estudiantes de Enfermería de la Facultad de Salud de la Universidad Santiago de Cali y estudiantes del Distrito de Agua Blanca de Santiago de Cali. Dichas experiencias se desarrollan en cinco preguntas de investigación así: 1. Lectura, escritura y conocimiento de sí mismo. 2. Los recursos del control emocional 3. Auto motivación lectura y escritura. 4. La apro- piación de la empatía 5. La inteligencia interpersonal como apropiación de las disciplinas en la formación profesional.

Resiliencia: En el mundo físico, resiliencia sería sinónimo de elasticidad o flotabilidad y expresaría la capacidad de un cuerpo para recuperar su estado o posición original una vez dejen de actuar aquellas fuerzas que tienden a deformarlo, desplazarlo o sumergirlo. En el ámbito de las ciencias de la vida, resiliencia expresa la adaptabilidad de los individuos o los grupos frente a los retos o amenazas y se ha definido como "la capacidad para vivir, desarrollarse positivamente o superarse [...] frente al estrés o las adversidades que pueden normalmente ser causa de consecuencias negativas" [1]. Es un concepto positivo que reconoce los mecanismos para hacer frente exitosamente a los contratiempos y a las adversidades y que refuerza a los individuos.

Para los psicólogos, el interés por la resiliencia surgió del intento de comprender por qué algunos niños, adultos o familias llegaban a superar fortalecidos grandes adversidades (genocidios, marginación socioeconómica o cultural en el caso de los inmigrantes, rupturas parentales en el caso de niños o adolescentes, etc.) capaces de destruir a la mayoría de afectados por ellas. Se han descrito las siguientes dimensiones de la resiliencia individual: confianza en uno mismo, coordinación (capacidad de planificación de la actuación), autocontrol y compostura (nivel de ansiedad bajo) y persistencia en el compromiso. Estas características se traducen en la práctica en que el individuo resiliente cree que su actuación puede modificar la situación en que se encuentra, que el esfuerzo persistente merece la pena y que las situaciones peligrosas y los fracasos son inevitables y superables, sin que les cause un nivel de ansiedad excesivo ni un deseo de rendirse.

Autocuidado: El autocuidado tiene que ver con aquellos cuidados que se proporciona la persona para tener una mejor calidad de vida, autocuidado individual, o los que son brindados en grupo, familia, o comunidad, autocuidado colectivo El autocuidado está determinado por aspectos propios de la persona y aspectos externos que no dependen de ella; estos determinantes se relacionan con los factores protectores para la salud, tanto como con los factores de riesgo, que generan, según el caso, prácticas favorables o riesgo para la salud. El personal de salud es el responsable del fomento del autocuidado en las personas, tanto con su testimonio de vida sana como con la educación, como herramienta, para que las personas puedan optar por prácticas favorables a la salud.

Autoaceptación: Los primeros intentos de abordar conceptualmente el perdón a uno mismo tendieron a considerarlo en el contexto de la teoría del perdón interpersonal, tratando de encontrar paralelismos entre ambas formas de perdón. Sin embargo, hay datos que cuestionan que pueda ser considerado simplemente un tipo más de perdón, y apuntan a que el perdón a los demás y el perdón a uno mismo podrían estar basados en factores psicológicos muy diferentes. El artículo revisa el conocimiento disponible hasta ahora y presenta una propuesta de lo que sería el curso temporal del perdón a uno mismo, recogiendo los elementos de los principales modelos teóricos para ofrecer al lector una visión completa, ordenada y coherente del proceso. Se concluye que la mejor perspectiva para comprender el autoperdón es estudiarlo desde la perspectiva del ofensor, entendiendo al sujeto como alguien que debe buscar y recibir perdón, no como alguien que debe darlo.

Fuente de consulta:

Montoya, L. A., de Arias, L. M. P., & Montoya, C. L. V. (2008). El desarrollo personal en el proceso de crecimiento individual. *Scientia et technica*, *3*(40), 117-119. Recuperado de file:///C:/Users/ANGIE%20NIETO/Downloads/Dialnet-ElDesarrolloPersonalEnElProcesoDeCrecimientoIndivi-4741261.pdf

Leiva, C. (2005). Conductismo, cognitivismo y aprendizaje. *Revista tecnología en marcha*, *18*(1). Tomado de: file:///C:/Users/ANGIE%20NIETO/Downloads/juanaguilargb,+Journal+manager,+442-921-1-CE.pdf

Ramírez, G. G. (2011). Los procesos de lectura y escritura en la inteligencia emocional. *Poliantea*, *7*(13), 6. Tomado de: file:///C:/Users/ANGIE%20NIETO/Downloads/Dialnet-LosProcesosDeLecturaYEscrituraEnLaInteligenciaEmoc-4784515.pdf

Oriol-Bosch, A. (2012). Resiliencia. *Educación médica*, *15*(2), 77-78. Tomado de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=s1575-18132012000200004&script=sci_arttext

Tobón Correa, O. (2003). El autocuidado una habilidad para vivir. *Hacia promoc. salud*, 37-49. Tomado de: https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-479433

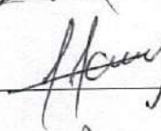
Prieto-Ursúa, M., & Echegoyen, I. (2015). ¿ Perdón a uno mismo, autoaceptación o restauración intrapersonal? Cuestiones abiertas en psicología del perdón. *Papeles del psicólogo*, *36*(3), 230-237. Tomado de: https://www.redalyc.org/pdf/778/77842122009.pdf

RECURSOS:
Físicos:
Televisor, computadora, cable DHMI, hojas de papel y lápices.
Humanos:

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

RESULTADOS:
Cualitativos: durante el espacio los ciudadanos se mostraron receptivos y expectantes frente a la temática del día, por lo que su participación fue activa, pues, por medio de la reflexión y la transversalidad se busca potenciar las habilidades individuales de cada ciudadano y su proceso de desarrollo personal, en pro de reducir los factores de riesgo asociados al fenómeno de habitabilidad de calle.
Cuantitativos:
Se contó con la participación total de 11 ciudadanos, entre los cuales se encuentran:
11 hombres entre las cuales se encuentra 4 adultos mayores.
Total: 11 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

ANEXO FOTOGRÁFICO

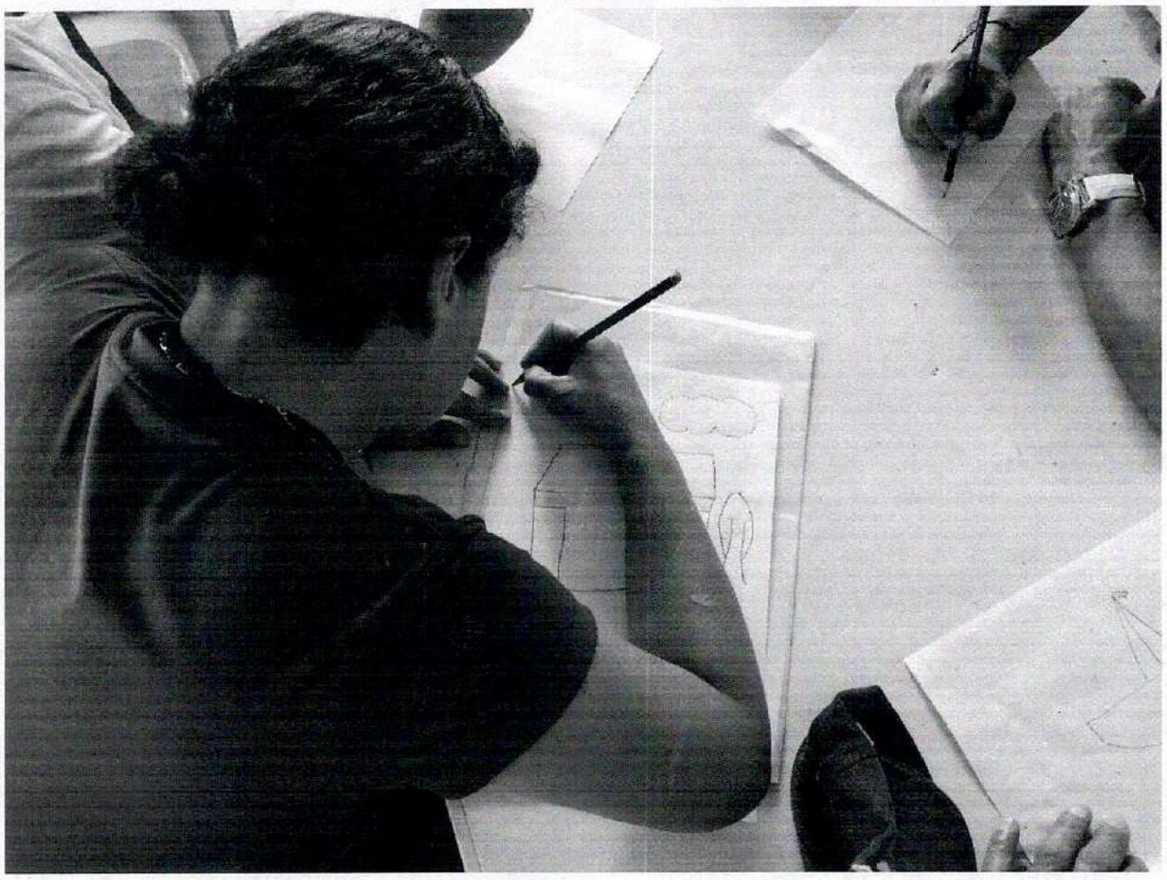
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cómics

Línea de atención I: Desarrollo Personal para la inclusión social.

Fecha: 21/02/2025

Comunidad de Vida el Rosario





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Cómics
4. Fecha: 21/02/2025
5. Hora: 8:45 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	5286086	MAYERLY SANCHEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					MAYERLY	
2	CC	4957845	ALEJANDRO MORENO	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	5.824.830	ALEXANDER VILLA	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					ALEXANDER VILLA	
4	CC	8726226	Jose Caballero C.	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	72169302	Ricardo Barrios Castillo	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1044025574	JANER MONTAÑO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80372873	CESAR SORIANO	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	C.C.	91'228.255	JAIRO M BENAVIDES M.	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	10532108	Omar Pintoje	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	86147827	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica			X					JG.	
11	CC	94422738	YHON Patiño	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Dionicio
14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga
15. Firma del responsable de la actividad:

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_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 sé 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: Cómics

4. Fecha: 21/02/2025

5. Hora: 8:45 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	5286056	MAYERLY SANCHEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					MAYERLY	
2	CC	4957645582	ALEJANDRO MORENO	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	5.824.830	ALEXANDER VILLA-	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					ALEXANDER VILLA	
4	CC	8726226	Jose Caballero C.	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	72169302	Ricardo Cuadrado	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1044025575	JANER NAVARRO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80373873	CESAR SORIANO	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	C.C.	91.228.255	JAIRO M BENAVIDES H.	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	10532108	Omar Pantoja	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	98147527	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	94422738	YHON Patiño	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Dionicio

14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga

15. Firma del responsable de la actividad:

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/políticas_publicas/20221111_ln_h_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

responsabilidades que debo atender primero". Establecer límites también puede implicar decir no a tareas adicionales si no puedes manejarlas de manera efectiva.

3. En las redes sociales

- **Respetar los límites:** Si alguien en las redes sociales te pide que no compartas cierta información sobre él/ella o que no se hable de un tema específico, es importante respetar ese pedido. También es clave no enviar mensajes invasivos o exigir una respuesta inmediata.
- **Poner límites:** Si alguien te está enviando mensajes de forma constante sin respetar tu espacio, puedes poner un límite diciendo: "Prefiero que no me envíes mensajes tan seguidos, necesito tiempo para otras cosas". Establecer límites también puede incluir limitar el tiempo que pasas en redes sociales para cuidar tu bienestar.

4. En las relaciones sentimentales

- **Respetar los límites:** En una relación de pareja, es fundamental respetar las necesidades emocionales y físicas del otro. Si tu pareja te dice que no está listo/a para hacer algo o que necesita tiempo para sí mismo/a, es importante respetar ese espacio sin presionar.
- **Poner límites:** En una relación, poner límites saludables puede incluir cosas como: "Necesito tiempo para mí durante el fin de semana para recargar energías" o "Me siento incómodo/a cuando se me interrumpe constantemente, prefiero que esperes a que termine de hablar".

5. En el ámbito de la salud mental y emocional

- **Respetar los límites:** Si alguien te comparte que está pasando por un momento difícil y no quiere hablar más sobre ello, es esencial respetar su deseo de no profundizar en el tema.
- **Poner límites:** Si te sientes emocionalmente abrumado o estresado por una situación o persona, puedes poner límites, como decir: "Necesito tomar un descanso para cuidar de mi salud mental" o "Me siento abrumado/a, por lo que necesito reducir mi contacto por un tiempo".

6. En situaciones de grupo o en actividades sociales

- **Respetar los límites:** En actividades grupales, es importante respetar los límites de las otras personas en cuanto a su participación. Si alguien no se siente cómodo con una actividad, como bailar o hablar en público, es esencial apoyarlo y no forzarlo a participar.
- **Poner límites:** Si en una reunión o evento social se están tomando decisiones que no te parecen correctas, puedes intervenir de manera respetuosa para expresar tu opinión y poner un límite, como decir: "No estoy de acuerdo con esa propuesta, me gustaría que consideráramos otras opciones".

7. En situaciones de conflicto o desacuerdo

- **Respetar los límites:** Durante una discusión o desacuerdo, es fundamental respetar los límites emocionales de la otra persona. Si alguien pide terminar la conversación porque está demasiado molesto, hay que aceptar ese límite.
- **Poner límites:** Si te sientes atacado o desrespetado durante una discusión, puedes poner un límite diciendo: "No estoy dispuesto/a a seguir discutiendo de esta manera, necesitamos hablar con calma o en otro momento".

8. En el cuidado personal y actividades recreativas

- **Respetar los límites:** Cuando alguien te dice que necesita descansar o que no quiere participar en una actividad, como hacer ejercicio o salir, es importante respetar ese deseo sin presionarlo a unirse.
- **Poner límites:** Establecer límites en el cuidado personal implica reconocer tus necesidades físicas y emocionales. Puedes decir: "Hoy necesito descansar, así que voy a dedicarme

tiempo a mí mismo/a" o "Me siento cansado/a, así que prefiero no asistir a esa reunión social".

9. En el contexto de la crianza o educación

- **Respetar los límites:** Si un niño o adolescente expresa que no está dispuesto a compartir algo o que necesita su espacio, es importante respetar su deseo de privacidad. Los niños también necesitan aprender a establecer límites de forma adecuada.
- **Poner límites:** Como padres o educadores, es esencial poner límites claros, como: "Este es el tiempo para estudiar, luego puedes jugar" o "No puedes gritar o interrumpir cuando estamos hablando".

Al finalizar la actividad y realizar la autoevaluación, se les invitará a reflexionar sobre lo aprendido hasta el momento, preguntándoles cómo se han sentido durante el ejercicio y qué aspectos consideran más significativos. También se les pedirá que expliquen por qué creen que esta actividad es importante y cómo creen que los conceptos trabajados, como el respeto a los límites y normas, pueden ser aplicados en su vida diaria fuera de este espacio. Esta reflexión les permitirá comprender el impacto práctico de la actividad en su bienestar y en sus relaciones cotidianas.

TEMAS

Las normas y límites en las personas tienen un papel fundamental en el desarrollo, el bienestar emocional y la convivencia social. Su función es proporcionar estructura y claridad sobre lo que se espera de una persona, tanto en su comportamiento como en sus interacciones con los demás.

Promover la seguridad y el bienestar

- Las normas y límites ayudan a crear un entorno seguro, tanto físico como emocionalmente. Al establecer qué comportamientos son aceptables y cuáles no, se evita que las personas se pongan en situaciones peligrosas o incómodas.

Fomentar la autodisciplina y el autocontrol

- Las normas y límites enseñan a las personas a autorregularse, ayudándolas a tomar decisiones responsables. Aprender a respetar los límites de los demás y los propios fomenta el autocontrol y la autodisciplina, dos habilidades clave para el desarrollo personal.

Fomentar el respeto mutuo

- Los límites ayudan a que las personas respeten los derechos y las necesidades de los demás. Establecer normas de convivencia, comunicación y respeto asegura que todos los individuos sean tratados con dignidad y consideración.

Preparación para la vida adulta y la sociedad

- Las normas y límites son una preparación para enfrentar la vida adulta, donde las personas deberán seguir reglas en muchos contextos, como en el trabajo, en la ley y en las interacciones sociales. Aprender a respetar normas desde una edad temprana facilita la adaptación al mundo exterior y su funcionamiento.

El **autocontrol** es la capacidad de una persona para gestionar y regular sus emociones, pensamientos y comportamientos de manera efectiva, especialmente en situaciones difíciles o estresantes. Es una habilidad clave para tomar decisiones responsables y mantener el equilibrio emocional, evitando que los impulsos o emociones momentáneas tomen el control.

- **Practicar la atención plena (mindfulness):** Ayuda a ser más consciente de tus pensamientos y emociones en el momento, lo que facilita la regulación emocional.
- **Resistencia a tentaciones:** Implica poder resistir deseos momentáneos, como la tentación de procrastinar o ceder a hábitos perjudiciales.
- **Toma de decisiones reflexivas:** Ser capaz de pensar antes de actuar, considerando las consecuencias de nuestras acciones en lugar de reaccionar impulsivamente.

FUENTES:

Cómo poner límites y hacerse respetar. (2023, 16 diciembre). *Unobravo*. https://www.unobravo.com/es/blog/poner-limites

García-Allen, J. (2024, 11 noviembre). Autocontrol: 7 consejos psicológicos para mejorarlo. *Psicología y Mente*. https://psicologiaymente.com/psicologia/autocontrol-consejos

La importancia de los límites y las normas para los niños - TEMS. (2024, 24 septiembre). The English Montessori School - British Montessori School In Madrid. https://www.englishmontessorischool.com/es/blog/la-importancia-de-los-limites-y-las-normas/

Técnicas de relajación para el estrés: MedlinePlus enciclopedia médica. (s. f.). https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000874.htm

RECURSOS:

Profesional
Tablero. Acceso a la información, hojas y lápices.
Computador- bombas

RESULTADOS:
Cualitativos:

En relación a los resultados cualitativos se evidencia por parte del grupo con adecuada disposición y acogida a la actividad a realizar, se muestran respetuosos y atentos con la información, durante toda la actividad lograron mantener la atención siendo respetuosos con el espacio, no se presentó ninguna novedad en especial.

En el primer momento con la actividad de las bombas roja y verde, se mostraron los participantes emocionados con antelación se les solicito, estar atentos, escucha activa a las normas de la primera actividad. Por lo cual se evidencia que la actividad permitió que el grupo se sintiera en un espacio seguro y en confianza, sensación que perduro hasta el final del taller, dentro de la evolución de la actividad los ciudadanos logran comprender la dinámica del juego con las normas y límites y estos como los pueden relacionar para sus vidas cotidianas.

Dentro del momento en el espacio teórico, los ciudadanos se mostraron atentos, con interés en adquirir lo aprendido, toman apuntes de conceptos clave para comprender el tema y participan de forma fluida y segura, se observa que relacionan el tema con los conceptos que van adquiriendo e indican ejemplos de acuerdo a sus conocimientos y experiencias de vida.

Para el momento practico se evidencia en los participantes que comprende la información brindada, todos participan y cumplen con las indicaciones para realizar la actividad, se muestran receptivos y atentos a las indicaciones, en la actividad logran comprender como conocer e identificar sus propios límites y como activarlos en las relaciones interpersonales.

Cuantitativos: Se cuenta con la participación de 13 ciudadanos.

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 13 ciudadanos – 13 hombres- 0 mujeres y 1 persona de la población LGTBI.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Sonia J. Ramón.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

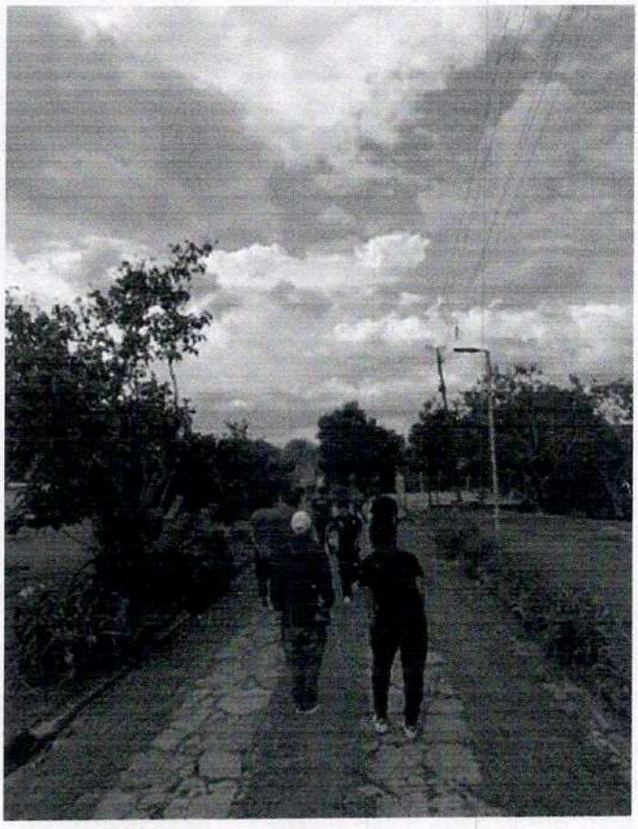
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Normas y Limites.

LÍNEA DE ATENCIÓN IV: Línea I: Desarrollo Personal para la inclusión Social.

Fecha: 21/02/2025

Tipo de actividad: Etapa V





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Normas y limites

4. Fecha: 21. 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	1033[illegible]	Alexander Linares	36	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
2	cc	1012378[illegible]	Andres Lozada	28	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	cc	79512059	Giovanny Molaver	55	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X					Giovanny Molaver	
4	CC	1024[illegible]	Alvaro Paredes	46	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
5	Cc	2991864	Alejandro Velez C.	44	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
6	cc	80050633	Andres Rodriguez	43	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
7	Cc	7742671	Heator Gonzalez	46	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
8	Cc	79884692	Alejandro Villamizar	49	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
9	Cc	[illegible]	Edwin Cardenas	46	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
10	CC	1757148	Luis Mendez	40	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X					Luis Mendez	
11	CC	9610459	Nicolas Quintero	61	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
12	CC	1136912721	DAVID NAVARRO	43	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X					DAVID	
13	CC	1039775	Jesus Mayo	45	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Jonia Rodriguez Ramón

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social

15. Firma del responsable de la actividad: Jonia Rodriguez Ramón.

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:** 21/02/2025	**HORA:** Inicio: 10:30 am Final: 12:00 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Mi rincón de lectura: "Inteligencia emocional"		

OBJETIVO GENERAL:

Fomentar en las y los ciudadanos la ocupación saludable del tiempo libre a través de espacios de lectura en los cuales se mitiguen estados de ansiedad, mediante la reflexión y el dialogo grupal, que conlleve al fortalecimiento de procesos cognitivos de atención, memoria, la creatividad y la imaginación.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Dar continuidad al libro "Inteligencia emocional", del escritor Daniel Goleman.
- Fomentar la lectura como un hábito para la óptima ocupación del tiempo libre
- Reconocer aspectos fundamentales de la lectura como medio para la mitigación de estados de ansiedad o síndrome de abstinencia.

METODOLOGÍA:

La metodología a implementar será la psicoeducativa, con la cual se pretende la construcción de conocimiento a partir de la experiencia personal de las y los ciudadanos, así como también del uso de la reflexión, el análisis y la creatividad para la comprensión de textos. Este espacio se llevará a cabo a partir de la línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social y se desarrollará como grupo de interés en el cual pueden participar las y los ciudadanos de las diferentes etapas.

Adecuación

Se adecuará la biblioteca de la comunidad de vida espacio que contribuirá a la atención y concentración de las y los participantes, en dicho espacio se ubicarán las sillas de tal manera que se pueda propiciar el diálogo y la escucha activa durante el desarrollo del taller. Así mismo, se convocará previamente a las y los ciudadanos y se realizará el pre alistamiento de los materiales a utilizar como lo son el libro, el listado de asistencia y lapiceros.

Primer momento

Se iniciará el espacio brindando el saludo de bienvenida a las y los ciudadanos, posteriormente, se realizará una sensibilización acerca de la importancia de la lectura como hábito y los beneficios de esta actividad para el fortalecimiento de los procesos cognitivos, así como también para la focalización de la atención en estímulos que resulten agradables, incidiendo positivamente en la salud mental y emocional. Posteriormente, se indagará en los y las ciudadanas acerca de su experiencia como lectores y aquellos libros que han leído y que les han generado algún tipo de aprendizaje, esto a fin de reconocer las experiencias previas de las y los ciudadanos en la lectura.

Seguidamente, se indicará que se dará continuidad al libro elegido para el mes de febrero el cual es "Inteligencia emocional", por lo que se solicitará a los y las ciudadanas que participaron del encuentro previo que realicen un resumen de lo que han logrado avanzar en la lectura, posteriormente, se mencionará la dinámica a seguir y la importancia de compartir los aspectos relevantes o las apreciaciones que pueden surgir a partir de la lectura

Segundo momento

Durante el segundo momento de la actividad, se indagará en las y los ciudadanos los aspectos que lograron resaltar del capítulo que leyeron y cómo pueden aplicar estos aspectos a su vida cotidiana. Por otro lado. Se mencionará que la dinámica del grupo de lectura consistirá en que la lectura la iniciará la profesional en psicología y posteriormente cuando se haya avanzado en la lectura, se solicitará el apoyo de alguno de los participantes para que continúe leyendo. Así mismo, se realizarán algunas pausas para dialogar respecto a lo comprendido, realizando preguntas orientadoras con base a la historia o los aspectos relevantes, buscando con esto realizar ejercicios de comprensión lectora. De la misma manera, se realizarán comparaciones con historias o situaciones vividas por los ciudadanos que puedan asociar con la lectura, promoviendo la expresión de emociones.

Tercer momento

Luego de haber culminado el fragmento del libro inicial, se realizará una discusión grupal, en la cual se reflexionará sobre los temas del texto leído (inteligencias múltiples, inteligencia emocional, coeficiente intelectual). Se realizarán preguntas orientadoras como:

¿Es el coeficiente intelectual el único factor clave para alcanzar los objetivos en la vida?

¿Es posible que una persona que no recibió una educación formal pueda tener éxito en la vida, relacionado con lograr tener adecuadas relaciones con su entorno?
¿Qué similitudes encuentran entre sus propias vidas y lo leído?
Luego de responder dichas preguntas y reflexionar frente a esto, se propondrá a las y los ciudadanos la siguiente actividad: cada uno deberá pensar en una situación en la cual no tuvieron los resultados esperados, por el hecho de no haber controlado una emoción, indicándoles que sí se les volviera a presentar una situación similar, ¿de qué manera actuarían? Se incentivará para que las y los ciudadanos compartan voluntariamente la reflexión realizada. Para finalizar se realizará una sensibilización sobre cómo la lectura puede ser un refugio y un medio para desarrollar habilidades.

Reacondicionamiento del espacio

Se solicitará a las y los participantes la colaboración para la reorganización de los espacio y ubicación de los elementos utilizados.

Temas

El Hábito de la lectura

El hábito de la lectura se refiere a la práctica regular y sistemática de leer libros, revistas, periódicos u otros tipos de textos escritos como parte de la rutina diaria o semanal de una persona. Implica un interés continuo en la lectura como una actividad placentera, informativa o educativa, y se desarrolla a través de la repetición y la dedicación a lo largo del tiempo. El hábito de la lectura puede enriquecer el conocimiento, estimular la imaginación, mejorar la comprensión lectora y fomentar la adquisición de información y el pensamiento crítico.

Beneficios de la lectura

La lectura ofrece una amplia gama de beneficios para el desarrollo personal y cognitivo. Al sumergirse en libros y textos, las personas expanden su conocimiento, mejoran la comprensión y el vocabulario, y fortalecen la capacidad de concentración. Además, la lectura puede ser una fuente inagotable de entretenimiento, ofreciendo viajes a mundos imaginarios y emociones compartidas con personajes ficticios. También fomenta la empatía al poner a los lectores en el lugar de los protagonistas, y estimula el pensamiento crítico al analizar tramas y mensajes. En última instancia, el hábito de la lectura enriquece la vida y promueve el crecimiento intelectual y emocional.

La lectura es un hábito que también puede mejorar las condiciones sociales y humanas de cualquier persona, ya que permite desarrollar pensamientos cognitivos e interactivos y construir nuevos conocimientos. Esta actividad es de gran importancia para el desarrollo del ser humano en todas sus etapas, ya que aumenta la curiosidad y el conocimiento, permite obtener información, ejercita el cerebro, activa la memoria, ayuda a mejorar la ortografía y gramática, entre otros beneficios.

De acuerdo con la Sociedad Española de Neurología, la lectura es una de las actividades más beneficiosas para la salud y está demostrado que estimula la actividad cerebral y fortalece las conexiones neuronales. En el caso de los niños, esta actividad es especialmente importante porque fomenta la imaginación, la creatividad y la fantasía. Es muy probable que sin los libros y la lectura no hubiéramos podido disfrutar de grandes obras y artistas.

Hábitos de lectura en Colombia

Sin duda hay muchas razones personales y profesionales para convertir la lectura en un hábito; sin embargo, no siempre resulta tan fácil. Si bien los colombianos todavía están lejos de alcanzar un hábito de lectura como el que tienen los argentinos o los chilenos, es claro que los habitantes de Colombia han mejorado en la cantidad de libros en promedio que leen al año. Cifras de la Cámara Colombiana del Libro mostraron que en promedio un colombiano lee 2,7 libros al año, mucho más de lo que se leía hace 20 años.

¿Cómo crear un hábito de lectura?

Como ya se ha explicado anteriormente, un hábito es un comportamiento aprendido que se logra mediante la repetición y que se realiza de forma habitual. Se trata de un comportamiento casi automático que, una vez se establece, no debería requerir de un gran esfuerzo. En principio, y más para una persona que le cuesta trabajo leer, se podría pensar que leer con cierta regularidad de manera casi automática es algo que requiere de un gran esfuerzo y fuerza de voluntad.

Lo cierto es que construir un hábito de lectura o cualquier hábito requiere de esfuerzo, pero tampoco es tan difícil como se podría pensar. Gran parte de las cosas que hacemos en el día a día están relacionadas con hábitos que ya hemos adquirido. Un artículo publicado por la Universidad de Duke, en el Journal of Public Policy and Marketing, afirma que el 40 % de lo que hacemos en el día es consecuencia de nuestros hábitos. Entonces, si casi la mitad de las cosas que hacemos todos los días forman parte de un hábito que ya tenemos, no debería ser tan difícil construir uno nuevo.

De acuerdo con la Universidad de Londres, gran parte de las personas logran construir un hábito nuevo en 66 días o 7 semanas, aunque si es algo que resulta complejo es posible que una persona pueda tardar entre 180 y 254 días. Para algunos afortunados, la lectura ya representa una actividad frecuente en sus vidas y, aunque no sea un hábito, siempre es más fácil acostumbrarse a leer si ya le gusta hacerlo. Por esta razón es importante que para crear el hábito de lectura se procure empezar por leer un libro que resulte interesante y entretenido. Realmente no importa qué clase de libro sea, incluso puede ser un audiolibro, lo crucial es que le guste.

Es clave mencionar que no existe una fórmula mágica para crear el hábito de la lectura. Se trata de querer construir este hábito por todos los beneficios que tiene y también por todas las oportunidades de crecimiento

personal que pueden surgir a partir de la lectura. Más allá de los consejos que se puedan dar, lo fundamental es tener la voluntad para crear ese hábito. Si realmente quiere construir un hábito de lectura para su crecimiento personal, entonces ya tiene la mitad del trabajo hecho y estos consejos solo lo ayudarán en el camino.

Hay que tener claro cuál es ese objetivo que lo impulsa a querer crear o consolidar un hábito de lectura enfocado en el crecimiento personal. No es lo mismo leer una revista simplemente por leerla que leer dicha revista porque le ayuda a adquirir conocimientos de mecánica, por ejemplo. Si tiene un objetivo claro será más sencillo que logre trazarse una o más metas para cumplir ese propósito.

Antes se puso el ejemplo de la mecánica, pero es solo una situación hipotética. Lo cierto es que muchos de nosotros queremos empezar a leer esos libros de finanzas personales, emprendimiento, programación, ciencia y demás temas útiles y necesarios en el mundo profesional de la actualidad. Sin embargo, para poder crear un hábito de lectura es importante empezar por algo que le resulte muy interesante. Seguramente hay varias personas a las que la programación o el emprendimiento les parecen lo más interesante y curioso, pero no son todos los casos y es posible que al resto de mortales les toque esforzarse más.

Una investigación publicada en la revista Neuron sugiere que la curiosidad y la motivación son elementos clave en la adquisición de un hábito. Los autores de este estudio demostraron que cuando algo despierta la curiosidad es más fácil aprenderlo. En palabras del portal especializado Neuronas en crecimiento, recomendado por Impacto TIC, la capacidad de aprendizaje de los seres humanos mejora cuando entran en 'modo curioso'. En este caso el 'morbo' y el gusto por un tema pueden ayudar a crear y consolidar el hábito de lectura.

Una sugerencia: Si le apasiona Star Wars, sería bueno que se plantee la posibilidad de empezar a crear su hábito de lectura a partir de los comics y libros de ese universo. **Si lo que busca es que la lectura se convierta en un hábito, entonces la respuesta está en la repetición.** Cree una rutina que le permita dedicarle al menos 5 o 10 minutos a la lectura para que su cerebro vaya aprendiendo y con el paso del tiempo se convierta en una hábito. Trate de repetir esos lapsos de lectura durante el día o al menos una vez cada día.

Al comienzo es difícil y más si la lectura no es lo suyo, pero el hecho de llevar un libro con usted a todas partes le va a servir para recordar que tiene una deuda con la lectura que debe pagar. Además, **llevar un libro siempre, así sea en el celular, le permitirá aprovechar los ratos muertos para trabajar en su rutina de lectura diaria.** Si llevar un libro no es suficiente motivación, siempre puede establecer recordatorios que le den ese impulso que necesita o al menos que lo fastidien todo el día recordándole lo que no ha hecho.

Fuente de consulta

Impactotic (2021) *El hábito de la lectura: ¿Cuáles son sus beneficios y cómo fomentarlo?* https://impactotic.co/micrositios-tic/tiger-academy/tiger-el-habito-de-la-lectura-cuales-son-sus-beneficios-y-como-fomentarlo/

RECURSOS:

Recursos físicos

Lugar para la lectura, sillas, listado de asistencia, lapicero y el libro de "inteligencia emocional"

Humanos:

Profesional en psicología, ciudadanos y ciudadanas.

RESULTADOS

Cualitativos:

Fue posible continuar avanzando en la lectura de "Inteligencia emocional"; las y los ciudadanos reflexionaron acerca de este tipo de inteligencia, reconociendo la importancia de las relaciones inter e intra personales, siendo estas fundamentales para alcanzar el éxito en la vida. De la misma manera, reconocieron la necesidad de continuar adquiriendo herramientas respecto a la capacidad de gestionar y controlar las emociones. Fue posible avanzar hasta el capítulo 3. Las y los ciudadanos solicitaron que se continúen promoviendo estos espacios de lectura los cuales favorecen sus procesos de crecimiento y desarrollo personal. A partir de lo anterior, se logró dar cumplimiento al objetivo de fomentar en las y los ciudadanos la ocupación saludable del tiempo libre a través de espacios de lectura en los cuales se mitiguen estados de ansiedad, mediante la reflexión y el dialogo grupal.

Cuantitativos:

Se contó con la participación de 6 ciudadanos hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: DANICH GARCIA

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: JOSE HENRY DIAZ B

REGISTRO FOTOGRAFICO
Nombre de la actividad: Mi rincón de lectura: "inteligencia emocional"
Línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social
Grupo de interés
Fecha: 21/02/2025





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: Mi rincón de lectura: "Inteligencia emocional"

4. Fecha: 21/02/2025

5. Hora: 10:30 am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	7595755	Wilson Gomez Diaz	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	5.824.830	ALEXANDER VILLA.	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80401366	WILSON PINZON	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	8726226	Jose Caballero	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	[illegible]	[illegible]	Jennyra Parra	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1048436145	Rafael Orozco Benitez	34	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: Daniela Garcia R

14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga

15. Firma del responsable de la actividad: DANIELA G R

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_h_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario	**FECHA:** 21/02/2025	**HORA:** INICIO: 02:00pm FINAL: 04:00pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconociendo mi realidad, el aquí y el ahora: Zona de confort

OBJETIVO GENERAL:
Fortalecer la motivación al cambio y actitud de logro, a partir del reconocimiento de la zona de confort, buscando con esto que las y los ciudadanos desarrollen estrategias para afrontar los diferentes cambios que puedan presentarse en la cotidianidad, reconociendo su realidad actual y aquellas acciones que los llevará al cumplimiento de objetivos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Facilitar el reconocimiento de la zona de confort y la zona de crecimiento.
- Brindar herramientas favorables para la motivación al cambio a partir de alternativas de reflexión e introspección.
- Motivar a la puesta en marcha de acciones enfocadas a su proceso de crecimiento personal.

METODOLOGÍA:
El taller de formación personal se desarrollará por medio de una metodología psico-educativa que pretende favorecer el fortalecimiento de la motivación al cambio y actitud de logro. Lo anterior a partir de la Línea de atención I: desarrollo personal para la inclusión social y se desarrollará con las y los ciudadanos de Etapa I

- **Adecuación**:

Se convocará a las y los ciudadanos de etapa I en el aula de la sala de Tv de casa 2, allí se organizarán las sillas y se conectarán las ayudas audiovisuales.

- **Primer momento:**

Inicialmente, se llevará a cabo la actividad lluvia de ideas en la cual se indagarán los conocimientos previos acerca del tema a abordar, promoviendo un espacio de diálogo y escucha activa. Posteriormente, se describirán los objetivos y los subtemas a abordar en la sesión. Las ideas brindadas por las y los ciudadanos se escribirán en un papel craft expuesto a fin de que sean visibles para todas y todos los participantes.

- **Segundo Momento:**

Posteriormente, se explicarán las zonas de confort, aprendizaje y crecimiento describiendo sus características y la importancia de avanzar hacia el crecimiento personal a partir de la aplicación de habilidades y capacidades que podrían aportar a su proceso de desarrollo personal dentro de la Comunidad. Para ello, se realizarán una serie de preguntas orientadoras, que les permitirá a las y los ciudadanos identificar si aún se encuentran en la zona de confort, indicando cómo este puede llegar a ser un riesgo para retornar a la vida en calle

- **Tercer momento:**

Seguido de ello, se solicitará a las y los ciudadanos organizarse en parejas con el propósito de brindar un espacio para que dialoguen y expresen sus metas y expectativas a partir de preguntas moderadoras. Cada pareja deberá pasar al frente y comunicar a los demás las expectativas de su pareja.

- **Reacondicionamiento del espacio:**

Se solicitará a los participantes dejar en completo orden el espacio utilizado para la actividad.

TEMAS:

Zona de Confort

En psicología la zona de confort se refiere a un estado mental donde la persona utiliza conductas de evitación del miedo y la ansiedad en su vida diaria, utilizando un comportamiento rutinario para conseguir un rendimiento constante sin asumir ningún riesgo, es decir, con el "piloto automático". Es un espacio personal compuesto de estrategias y actitudes que utilizamos a menudo y con las que nos sentimos confortables, instalándose en nuestra manera de actuar porque nos sentimos seguros. Es una zona que sólo abarca lo conocido, ese ambiente donde estamos a gusto y nos hace sentir seguros porque todo está bajo nuestro control, pero la pasividad y la rutina provoca apatía y vacío existencial, impidiendo el crecimiento personal al renunciar a tomar iniciativas que ensanchen los límites de esa zona. El bienestar que se siente no es producto de la satisfacción o el orgullo personal, sino de la ausencia de emociones negativas como la incertidumbre o la inseguridad al refugiarnos en

nuestro entorno conocido. La zona de confort también es trabajar en algo simple en un entorno seguro sin querer promocionarse, o mantener una relación que da seguridad a pesar de estar a disgusto.

Conductas que nos describen la zona de confort

Hay conductas que nos avisan de que podemos tener una vida basada en nuestra zona de confort, y con una autoobservación sincera podemos llegar a darnos cuenta:

– Desmotivación que nos impide crecer emocional y productivamente.

– Vivir inmerso en la misma rutina todo el tiempo y con miedo permanente a tomar algunos riesgos en cualquier ámbito.

– Sensación de aislamiento de la sociedad, vivir solo sin atreverse a iniciar el contacto social.

– Sensación de tristeza y soledad, que en casos más graves puede llevar a la depresión.

¿Cómo salir de nuestra zona de confort?

Salir de la zona de confort en solitario puede ser complicado si se lleva mucho tiempo en ella, pero pedir ayuda a un terapeuta, amigo o familiar facilita mucho la tarea. Plantarle cara al miedo nos hace más fuertes psicológicamente porque nos damos cuenta a menudo de que el temor imaginado no era para tanto, y al ir consiguiendo pequeños objetivos ganamos en autoconfianza, vamos creyendo en nuestra eficacia para alcanzar metas. Cuando hay ansiedad e incomodidad la mente pone excusas para volver a su estado de comodidad, con lo que es mejor anticipar las posibles autoexcusas y verlas como artimañas, cuyo objetivo es racionalizar el dejar de esforzarse por salir. Entonces una buena técnica es mentalizarse para actuar en sentido contrario a lo que nos pida el cuerpo, asumiendo que un poco de ansiedad es positiva para mejorar nuestro rendimiento y aumentar nuestra flexibilidad mental.

¿Cuáles son los motivos para salir de la zona de confort si se es experto en las rutinas y tareas que se realizan? ¿Qué no es este un estado muy conveniente?

Es precisamente el hecho que las circunstancias actuales son apropiadas para permanecer allí,

Se conoce la rutina diaria a la perfección.

Se conocen que tareas hacer y cómo hacerlas bien.

Se conocen las reglas y procedimientos.

Se tiene la certeza que estas prácticas han funcionado y siguen funcionando

Metas

Consideradas como determinantes de la conducta. Nicholls (1989) señala que aparte de las diferencias individuales de cada sujeto que hacen que se oriente hacia el aprendizaje o hacia el rendimiento, las diferentes situaciones en las que se encuentra también pueden influir en su orientación final. De esta forma, el sujeto desarrolla metas de acción con tendencia a la competición cuando quiere demostrar habilidad frente a otros, o con tendencia al aprendizaje cuando pretende mostrar maestría, definiendo el éxito o el fracaso en función de la consecución o no de las metas. En todo esto, entendemos por meta aquellas representaciones mentales realizadas por los sujetos de los diferentes objetivos propuestos en un ambiente de logro y que resultan asumidos para guiar el comportamiento, la afectividad y la cognición en diferentes situaciones (académicas, de trabajo o deportivas).

Factores que influyen en la implicación del individuo

La adopción de una orientación u otra va a depender de factores disposicionales y factores situacionales. El factor disposicional hace referencia a las características personales de cada individuo por las que tenderá a ser orientado a la tarea o al ego, también denominado "orientaciones motivacionales". Mientras, los criterios situacionales hacen referencia a las características del entorno en el que se encuentra el sujeto, que pueden modificar la probabilidad de adoptar un estado particular de implicación, también denominado "Clima motivacional" (Dweck y Leggett, 1988; Gutiérrez, 2000; Nicholls, 1989; Parish y Treasure, 2003).

Para cambiar hay que entender primero qué es cambiar, ya que este término significa que voy a modificar mi forma común y tradicional, se va a truncar un modo de vida para iniciar otra, siempre pensando en el progreso personal y en el beneficio interno y externo del ser humano.

Fuente de consulta:

https://www.psicoadapta.es/blog/que-es-la-zona-de-confort/

https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10787/HellinRodriguez02de06.pdf

RECURSOS:

Físicos:

Televisión, computador portátil, sillas, listas de asistencia

Humanos:

Profesional de psicología, Ciudadanos y ciudadanas

RESULTADOS:

Cualitativos

Las y los participantes mostraron una actitud receptiva, colaboradora y de interés, realizaron aportes significativos y se logró dar cumplimiento al objetivo propuesto de fortalecer la motivación al cambio y actitud de logro, a partir del reconocimiento de la zona de confort, buscando con esto que las y los ciudadanos desarrollen estrategias para afrontar los diferentes cambios que puedan presentarse su proceso de crecimiento y desarrollo personal.

Cuantitativos

Se contó con la participación de (19) diecinueve ciudadanos hombres y (1) una ciudadana mujer, para un total de 20 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Daniela Garcia R.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Diaz G

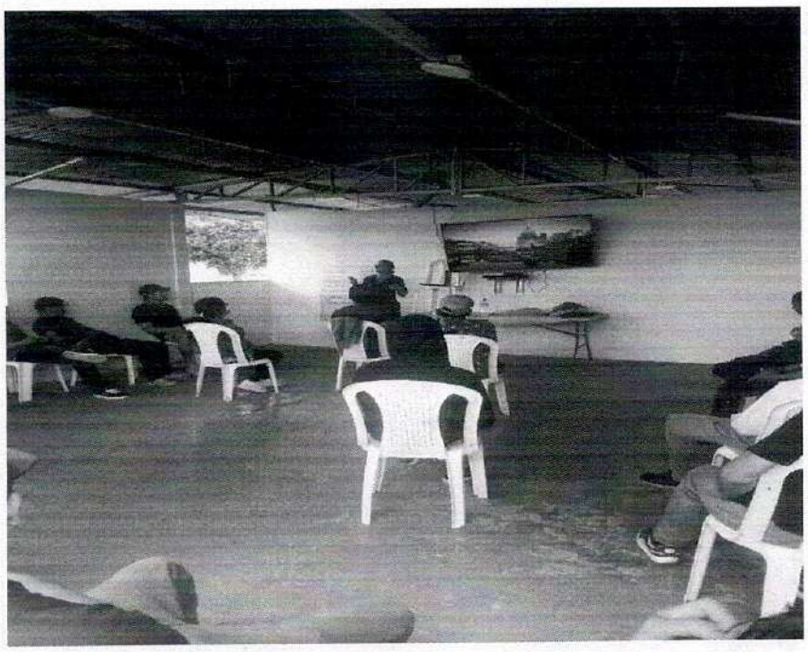
Registro fotográfico

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconociendo mi realidad, el aquí y el ahora: Zona de confort

Línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social

Etapa 1

Fecha: 21/02/2025





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: Reconociendo Mi realidad, el aquí y el ahora: Zona de Confort. | 4. Fecha: 21/02/2025 | 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	75084769	Nodier Castaño	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	94472738	JHON Patiño	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	39566631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	8092880	Jose ortiz Sierra	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1107514131	Jeison Abello Santana	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1010425576	JAIRO YAYA VIVO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1023099784	Wilmer Nieto	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1033966610	JEISON RICARDO [illegible]	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79974357	Henry Sierra	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1010164816	Jeferson Elicer	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1013611432	VICTOR MOMESINO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	79545755	Ulises Cuervo V	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	79772949	alvaro antonio Cabrera	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1010164816	Nelson Willetts	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80816966	MIGUEL Enrique C	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1012412586	Diego ESPITIA	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	53.010966	ANGELICA	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	72169302	Ricardo Coronel	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1023558241	DIEGO Romero	26	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	2994083	Roberto lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Daniela García Ramírez | 14. Cargo o rol del responsable: Psicologa | 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_h_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:21 /02/2025**	**HORA:** Inicio: 2:00 Final: 4:00
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Elena Figueroa salamanca
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Árbol de la vida		

OBJETIVO GENERAL

Brindar a los ciudadanos(as) herramientas para la construcción de proyecto de vida a nivel de personal, social, emocional, familiar y laborar con el fin de que el mismo ciudadano lo pueda elaborar.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- ✓ Reconocer las diversas etapas por las que se ha atravesado a lo largo de la vida y sus aprendizajes.
- ✓ Identificar aspectos significativos a nivel personal que permitan dar inicio a la construcción del plan de vida.
- ✓ Analizar recursos, habilidades y aspectos por mejorar de sí mismo.

METODOLOGÍA:

Se utilizará las metodologías Psicoeducativa y socioeducativa perteneciente a la Línea de atención 1 Desarrollo personal para la inclusión social., se trabajará con los ciudadanos de etapa II a través de la cual los ciudadanos adquirirán conocimiento acerca de la importancia de plantear un proyecto de vida,por medio del árbol de la vida,

Adecuación: se organizará en el espacio del kiosko, ubicándose sillas y mesas de tal manera que los ciudadanos puedan escribir, al igual se acomodará equipo de cómputo.

Momento 1: ejecución de actividad rompe hielo "ejercicio de concentración", se inicia con el siguiente relato vamos a irnos de crucero ,ellos deben de decir un elemento u objeto que van a llevar, primero deben de decir el nombre y luego el objeto ejemplo " mi nombre es Elena y voy a llevar un espero, en el momento se le dice si puedes ir ,puesto que el nombre de Elena y Espero comienza con e. las dos letras deben de ser iguales para que vallas al crucero de lo contrario se les dice no puede ir y si dicen el objeto con la misma letra de su nombre pueden ir, al final se les explica.

Momento 2. se realizará socialización del tema por parte de la profesional Elena Figueroa la cual le brindará los siguientes conceptos: que es un proyecto de vida, misión visión, objetivos, tiempos de ejecución de las metas, escala de evaluación dofa ,elementos para construir un proyecto de vida, pasos y beneficios de un proyecto de vida, frases reflexivas.

Momento 3.Realizacion de ejercicio práctico construcción de mi árbol de vida , el cual ya esta elaborado se le socializa a los ciudadanos que significa cada parte del árbol así: las **raíces** significan **De dónde vienes?** o Esto puede incluir los lugares de dónde vienes, la gente, las ideas, las tradiciones, etc. Esto puede incluir cosas como libros, religión, idioma, ascendencia y movimientos sociales.

El tronco significa el tronco simboliza el crecimiento personal, el desarrollo y **las bases de la vida**.
Las **ramas** significan las **metas y sueños** de una persona.
Las hojas representan el conocimiento adquirido durante el largo de la vida.
Frutos son las metas alcanzadas ,una vez seles socializa se les entrega materiales para que los coloquen en el árbol de la vida, se concluye con frases de reflexión.

Retroalimentación y cierre. se realizarán cinco preguntas sobre el tema trabajado.

1. Que es proyecto de vida.
   Rta. es un plan personal a largo o mediano plazo que se piensa seguir a lo largo de los años
2. Cual es el tiempo estipulado para una meta a corto plazo.
   Rta. es la inferior a 6 meses
3. Dígame un elemento para elaborar un proyecto de vida.
   Rta. Reflexiona sobre tu vida actúa.

4.cual es el primer paso para hacer un proyecto de vida.
Rta. pensar

Reacondicionamiento del espacio: es organizara nuevamente el espacio.

TEMAS:

Un proyecto de vida es un **plan personal a largo o mediano plazo que se piensa seguir a lo largo de los años**. Se diseña con el fin de cumplir determinados objetivos o metas concretas y se basa en gustos personales, valores o habilidades. Muchas personas fijan su proyecto de vida en base a una carrera universitaria, un trabajo, una pareja o formar una familia.

Suele empezar a pensarse en un proyecto de vida **cuando se alcanza cierta madurez**, sobre todo después de los 20 años: cuando la persona puede definir qué le gusta, qué le disgusta, qué la motiva o desafía.

La búsqueda del proyecto de vida es un proceso que se da durante toda la vida y puede variar según los objetivos o necesidades de cada persona. Es indispensable que el proyecto y los objetivos propuestos se basen en lo que cada individuo verdaderamente es y lo que quiere transmitir al mundo.

La búsqueda de un proyecto personal **implica esfuerzo y autoconocimiento**; supone plantear objetivos que lleven a la acción y hacer todo lo que está al alcance para cumplirlos.

Posiblemente en el camino hacia el proyecto existan variables que la persona no podrá controlar: contratiempos, falta de dinero o de tiempo. Sin embargo, si el individuo se concentra en aquello en lo que sí puede trabajar, posiblemente esté más cerca de cumplir su proyecto.

La idea que cada persona tenga sobre su futuro **depende en parte de la educación**: los valores adquiridos en la escuela y en el hogar pueden ser el impulso o la motivación inicial necesaria para la autosuperación y la búsqueda de proyectos.

La idea de futuro también depende de la personalidad y de la posibilidad de confiar en las capacidades y potencial de cada uno para creerse merecedores y capaces de cumplir todos los objetivos propuestos.

El proyecto de vida implica lograr un objetivo para el que se deben seguir ciertos pasos que permitan alcanzarlo. Por ejemplo: Juan quiere ser un gran ingeniero, graduándose con un buen promedio para luego poder trabajar en una empresa importante. Lo que hará será estudiar para recibirse a tiempo, esforzarse para sacar buenas calificaciones y luego ganar experiencia para poder ingresar más adelante a la empresa deseada.

Algunos valores esenciales que ayudarán en el logro de los objetivos personales son el respeto por la vida, por el prójimo, por el entorno, por uno mismo, la solidaridad, la perseverancia, la honestidad y la confianza.

El proyecto de vida es un plan que se traza a lo largo de vida, un esquema vital que se relaciona con las prioridades, valores y expectativas de la persona. El plan de vida está directamente conectado con los objetivos, la motivación y las metas que cada ser humano desee alcanzar, encontrar la felicidad y el bienestar a través de la consecución de las metas trazadas en los diferentes ámbitos de su vida (social, laboral, económico, etc.). El plan de vida es personal y es una labor en permanente construcción y se va adaptando al momento del curso de vida de la persona. Así mismo, contar con un proyecto de vida moviliza las acciones y las direcciona al alcance de los objetivos y metas propuestas. Contar con un plan de vida le permite al ser humano estructurar las acciones y comportamientos que se deben llevar a cabo para alcanzar un objetivo propuesto en un ámbito d ela vida determinado. Existen cinco elementos fundamentales para construir un plan de vida de manera exitosa, en los que se deben tener en cuenta la realidad, las necesidades, objetivos, valores y formas de aplicación. 1. ¿Cuál es mi realidad en estos momentos? La realidad en la que se encuentra el ser humano y el momento del ciclo vital en el que se encuentra son factores que van a establecer el cimiento para la construcción de planes y metas y su cumplimiento. 2. ¿Cuáles son mis necesidades? Resulta fundamental aprender a identificar las necesidades que tiene el ser humano, tanto básicas como complejas. Detectar las necesidades implica reconocer las actividades que se deben llevar a cabo para su satisfacción. Es imprescindible aprender a diferenciar las necesidades Un objetivo es una meta que se desea alcanzar en alguno de los ámbitos de la vida del ser humano. Debe existir claridad y estructuración en los objetivos que se trazarán, con el fin de aclarar las acciones y actividades que se deben realizar para alcanzar el objetivo planteado. Así mismo, es fundamental trazar objetivos alcanzables y realistas. 4. ¿Cuáles son mis valores? Los valores constituyen la postura que asume la persona ante aspectos claves de la vida, es decir, los objetivos, las metas y los planes que se incluyan en el proyecto de vida estarán permeados por los valores con los que cuente la persona y su accionar dependerá de los mismos. 5. ¿Cómo puedo proceder? Para poner en marcha el plan establecido, es necesario tener claridad en aspectos como dar respuesta a las necesidades reales de la persona, contar con objetivos claros y realistas, estar en consonancia con los valores y los planes propuestos. Teniendo en consideración los puntos anteriores, es viable dar inicio al diseño y ejecución del plan. y referenciaimportante construir un plan de vida? Tener un proyecto y un plan de vida es esencial, dado

que permite satisfacer la necesidad de autorrealización del ser humano, permite dar prioridad a las demás necesidades, identificando las decisiones que se deben tomar para dar estructura a los objetivos que se desean alcanzar. Por tal motivo, es fundamental contar con un plan claro, realista y estructurado. El plan de vida, también le permite al ser humano continuar estructurando su identidad, puesto que cada uno le invertirá tiempo a lo que considere le permita alcanzar su proyecto de vida y por ende, planteará actividades que sean consonantes con su estilo de vida, su personalidad, sus valores y su razonamiento moral. Del mismo modo, al contar con un plan de vida, la motivación interna se verá potenciada en mayor medida, dado que se tendrán presentes las metas y su consecución. Así mismo, construir un proyecto de vida permite tener claridad sobre el rumbo de las acciones y de las actividades que se deben llevar a cabo para dar cumplimento a las metas pensadas, así como: Contar con un proyecto de vida brinda bienestar emocional y salud mental. Permite visualizar el futuro que se pretende alcanzar. Posibilita una toma de decisiones exitosa, saber qué se quiere lograr y cómo, encamina la toma de decisiones hacia ese objetivo. Fortalece el autoconocimiento Permite continuar trabajando en los talentos y habilidades propias. Disminuye el estrés y la ansiedad de no saber hacia donde va el rumbo de su vida. Contribuye

¿Cómo construir un proyecto de vida? Como se ha visto a lo largo de la guía, es necesario tener en cuenta diversos factores fundamentales que permiten construir un plan de vida de manera exitosa. De acuerdo a lo anterior, es necesario conocer las necesidades propias, los valores, las experiencias pasadas y los sueños y objetivos que se tienen en las áreas del desarrollo (personal, social, laboral, académica, afectiva, etc.) 1. ¿Cuál es mi inicio? Conocer el pasado y la forma de afrontar las experiencias pasadas permite crear un marco de referencia para construir un plan de vida, se debe identificar fortalezas, habilidades, capacidades y puntos fuertes, así como, aspectos por mejorar. Conocer estos aspectos permite tener un punto de partida para nuestro plan. 2. ¿Qué me da soporte? En este paso es fundamental identificar recursos propios de afrontamiento y personas y situaciones que le permiten continuar ante la adversidad. 3. ¿Cuáles son mis anhelos? En este paso es necesario identificar "cómo soy" y "como quiero ser" en las siguientes áreas: aspecto físico, relaciones sociales, espiritualidad, afectividad, cognición y pasiones. 4. ¿En qué puedo contribuir? ¿Quién soy? Es necesario también, conocer y reconocer que existen condiciones facilitadoras y otras que pueden llegar a obstaculizar los planes que se desean lograr, por tal motivo se debe identificar qué se puede cambiar, qué se quiere continuar desarrollando y qué no está en sus manos cambiar. 5. ¿Quién quiero ser? ¿Cuáles son los sueños? En este apartado se especificarán los objetivos, las metas, los sueños, los planes que se desean lograr a corto, mediano y largo plazo en las diversas áreas del desarrollo. 6. ¿Cómo lo voy a lograr? Finalmente, es fundamental describir cómo se van a lograr esas metas propuestas en el punto anterior, qué debe de hacer, que debe de continuar haciendo y qué no; hacer planes para lograr los objetivos es primordial para poner en marcha el proyecto de vida. Se recomienda iniciar por cambios pequeños hasta llegar a los que impliquen mayor esfuerzo.

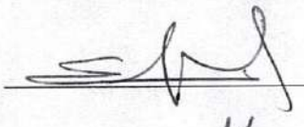
a https://concepto.de/proyecto-de-vida/#ixzz8zvO2i4Jq

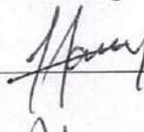
RECURSOS:
Físicos: aula múltiple, sillas, ayudas audiovisuales, marcadores esferos, hojas,tijeras

Humanos: Terapeuta ocupacional. Ciudadanos de comunidad de vida el rosario.

- ✓ **RESULTADOS:**
  Cualitativos:
- ✓ se logro que el total de participantes interiorizaran el tema sobre proyecto de vida se profundizo en la adquisición de herramientas para hacerlo, a medida que avanzaba el taller lograron elaborarlo, se observó motivación e interés,
- ✓ Se evidencio una minoría que no sabían escribir pero que también hicieron el ejercicio a través de dibujos

Cuantitativos: con una asistencia de 15 personas de las cuales una (1) eran de género femenino y 14 de genero masculino.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad árbol de la vida

Línea de atención I desarrollo personal para la inclusión social

Fecha: 21 /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: Arbol de la vida
4. Fecha: 21/02/2025
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 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	79239622	Fabio Bareño	59	No aplica	No aplica	No aplica			X					Fabio B.	
2	CC	63054952	ANA Buitrago	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Marcela Buitrago	
3	CC	1015431987	Daniel Castillo	32	No aplica	No aplica	No aplica			X					Daniel Castillo	
4	CC	79769127	Helbeth Guzmán	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1014554748	yorman Hernandez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1013944489	Juan Sebastian Calleja	29	No aplica	No aplica	No aplica			X					Calleja	
7	CC	80901364	LUIS PADILLA	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	8726226	Jose Caballero	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1115784358	ALEJANDRO MORENO	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80504990	Leonardo Fabio V.R	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1026555258	Diego Amando Prieto	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1016665558	Gastion Lopez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1014045113	Arley Arenas	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	80748939	ANDERSON MUÑOZ MORENO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					ANDERSON	
15	CC	79897687	JHON MOLINA	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Elana Figueroa Salamanca
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_fin_v_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:** 21/02/2025	**HORA:** **INICIO:** 02:00PM **FINAL: 04**:00PM

ÁREA: Promotoria	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sergio Araujo

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Análisis de las consecuencias.

OBJETIVO GENERAL: Identificar y evaluar las posibles consecuencias de diferentes decisiones o acciones que las y los participantes tomaron en su vida en calle y así poder determinar la importancia de la toma de decisiones.

Objetivos específicos

- Promover metas según las nuevas circunstancias y prioridades que se enfrentan día a día, mediante la experiencia y las herramientas aprendidas en comunidad de vida.
- Formar en los y las participantes la resignificación que les permita aprovechar la oportunidad para crecer y evolucionar en su desarrollo personal.
- Desarrollar en los y las participantes habilidades para anticipar y mitigar las reincidencias de las dinámicas de calle.

Metodología:

Se desarrollará esta actividad bajo la Línea de atención I: desarrollo personal para la inclusión social, con una metodología lúdico terapeuta, lo cual se trabaja con los y las participantes de momento 3 donde se buscará reconocer y reforzar su habilidades sociales y artísticas mejorando su toma de decisiones a través de la autonomía y el empoderamiento personal pensando en la inclusión social u ocupacional y a si tener el mayor desarrollo personal posible.

Adecuación:

Esta actividad se llevará a cabo en la zona verde de comunidad para tener una mayor conexión con los y las participantes, donde con la ayuda de los compañeros promotores se realizará el llamado a los y las participantes de momento 2, donde previamente a el taller se adecuará con las sillas y los materiales a utilizar en el taller.

Primer momento: Se da inicio a la actividad dándoles la bienvenida a los y las participantes, luego de eso se les dará una breve explicación de cuál será la metodología a llevar en el taller, luego de eso se pasara a realizar una actividad rompe hielo donde se buscara que los y las participantes logren trabajar en equipo y mantener una comunicación asertiva entre ellos, manejando la sana competencia y la convivencia social, luego de eso se hará la presentación de un video donde habla del empoderamiento, la autonomía y el liderazgo.

Segundo Momento: Para continuar con el desarrollo del taller se realizarán las diferentes preguntas orientadoras, ¿qué papel juega el liderazgo en el trabajo en equipo?, ¿Qué te apasiona y te motiva?, ¿Qué te hace sentir seguro y confiado?, luego de eso se realizará un debate con los y las participante buscando que ellos puedan auto evaluarse y que puedan darse cuenta que les hace falta para ser más asertivos y autónomos para ser más corresponsables con sus actividades diarias y pensado en su futuro en su inclusión laboral.

Tercer momento. Se realizará el final del taller con una reflexión sobre el empoderamiento ya que ira enfocada a el desarrollo personal de cada uno de los participantes buscando mejora su toma de decisiones y el manejo de trabajar en equipo manteniendo la convivencia social.

Reacondicionamiento del espacio: Se les comunica a los participantes de la comunidad de vida recoger basuras que hayan dejado, también que por favor dejen las sillas en los diferentes espacios que pertenecen

TEMA:

¿Por qué hacer cambios en tú vida?

Son muchos los factores que inciden en decisiones como estas, entre los que cuenta, factores psicológicos, emocionales, biológicos y genéticos (En otro artículo los explicaré).

Los seres humanos somos seres necesitados, es una condición humana, desde necesitar comida, aire, agua, hasta necesitar la experiencia de plenitud, felicidad, autorrealización. Desde que nacemos estamos en una búsqueda constante de sensaciones positivas, en la niñez, la adolescencia, la adultez y todas las siguientes etapas de la vida, hasta el día que ya dejamos de existir, las estamos buscando. Cada uno realiza su propia búsqueda, su propio camino, con los recursos que hasta la misma naturaleza le provee, siempre, dentro de un contexto que tiende a imponerte lo que deberías hacer, así que en ocasiones terminas sesgado en esa búsqueda tratando de complacer y cumplir esos mandatos, buena parte de tu vida, tiendes a construirla desde las condiciones que han determinado otros para ti, padres, la sociedad en general y desde este contexto respondes con el fin de ser aceptado, querido, reconocido, pareciera que buscas satisfacer sus expectativas, y si los demás no te reconocen, entonces no experimentas satisfacción, placer, felicidad. En esa búsqueda, en alguna ocasión se siente vacíos, soledad, sentimientos de desesperanza en algunas ocasiones, y entras en crisis, algunas existenciales que hacen cuestionarte el camino, llevándote a encrucijadas que hacen que plantearte si seguir por esa misma senda o tomar otro camino.

Así que el cambio sobreviene cuando la vida que de alguna manera has escogido no te satisface, no te hace sentir realizad@, no es lo que va con tu genuina identidad, expectativa vital, con tus necesidades, así que te ves avocad@ a generar transformaciones y cambios, porque de lo contrario parece que la vida se tornaría insatisfactoria y hasta vacía, sin sentido.

¿Cuándo te das cuenta que necesitas y quieres un cambio?
Cuando estas cansado y agotado de lo mismo que no te llena, que no sensación da plenitud, satisfacción, oportunidad de estar más tranquilo y en paz contigo mismo y con el otro u otros.
Cuando lo que haces, compartes, ya no te ilusiona, ya te da la esperanza diaria de sentir y experimentar orgullo, alegría, porque ya no sientes que puedes aportarte a ti mismo y a los otros a tu alrededor.
Cuando a tu alrededor insistentemente no te aceptan como eres, no te dan poco o ningún reconocimiento, no valoran tu aporte y ahora ya no eres importante para la mayoría o para quien esperabas que lo fuéras.
Cuando te sientes llenos, pero de decepción porque te esforzaste más de lo que podías y las cosas no fueron como lo tenías previsto y te cansas de seguir por ese camino y con esa misma lucha.
Cuando otros te prometieron y te defraudaron y te sentiste traicionado y engañado.
Cuando te das cuenta que tu elección ha sido un error y trajo consecuencias muy adversas para tu bienestar y seguridad en muchos aspectos vitales.
Cuando has construido una vida y de repente te das cuenta que por mucho que hagas ahí, no puedes o no quieres ya, ser feliz, porque encuentras que nada de lo de ahí tiene sentido para ti.
Cuando has luchado y lo has dado todo desde lo que has podido y querido y no sientes satisfacción en esa lucha.
Cuando sencillamente, en tu genética está el desafío, el reto, el riesgo constante para sentir adrenalina y sentirte vivo cada día.
Cuando ya no quieres canjear tu vida por otros, porque te diste cuenta que te estabas utilizando y te estaban utilizando y dices hasta aquí.
Cuando hay una sensación de tristeza tan profunda que no tiene sentido lo que ahora vives y levantas la cabeza y piensas... esto no puede continuar así, necesito un cambio.
Cuando conoces otras alternativas u opciones y te das cuenta que puedes ir por ellas para ser y estar mejor contigo y con los tuyos. Son esas oportunidades que tu no buscas, llegan y te hacen reflexionar sobre lo que ahora eres, tienes y haces.
Cuando quieres ser feliz, quieres tranquilidad, paz, sosiego y serenidad y lo que vives ahora no te lo brinda y crees que lo mereces, así que sales a buscarlo.
Seguro que hay muchas más razones, cada uno tenemos las nuestras, lo cierto es que los que hemos dado ese salto sabemos que al final lo que buscamos es "felicidad" y eso es una sensación permanente de satisfacción contigo mismo, que, aunque tengas problemas, experimentas la esperanza de que tú puedes superarlos, porque tienes un sentido tan potente que haces lo que tienes que hacer para mantenerte contigo y con los tuyos desde la dignidad.

Esto es un derecho que todos tenemos, a veces hacemos uso de él otras no tanto, tenemos derecho a elegir lo que queremos ser, lo que queremos para nosotros, cómo hacerlo y para qué hacerlo, tengo derecho a hacer lo que quiero siempre que no limite la dignidad del otro, este es el límite, no hacerte daño, ni hacer daño en ninguna de las dimensiones que consta la integridad humana, aunque aquí entraríamos en un debate ético y moral pero mejor dejémoslo ahí, por ahora.

Los que hacemos cambios importantes en la vida damos un paso al vacío y vamos por lo nuestro, es decir, hacemos uso de ese pleno derecho de ir a buscar lo que consideramos nos merecemos y sobre lo que sentimos el pleno derecho de reclamar, es una voz interior que te dice que vayas, es realmente algo que hay en tu interior y para escucharlo necesitas aprender a estar contigo y no con los otros, con esos que te dicen que es lo mejor para ti, claro desde su perspectiva que no es la tuya.

El cambio implica

Renunciar a lo que ahora eres y has construido, lo cual es enfrentarse a una pérdida, perderás eso que construiste.
Borrar el pasado para abrir una nueva cuenta en el futuro.
Desprenderte de creencias, paradigmas, ideas fijas y flexibilizar de aquí en adelante.
Ir hacia la incertidumbre casi que total, porque una cosa es como tú lo calculas y lo planeas y otra en la mayoría de veces, muy distinta, la que es real.
Comenzar de manera disruptiva, hay una interrupción súbita en tu vida y debes iniciar de nuevo, es volver a construir un mundo, dejarás de ser lo que eras y de hacer lo que hacías, porque las circunstancias te ponen en jaque y debes elegir constantemente, seguramente conservarás tu esencia, valores, visión, sentimientos, emociones, pero en tu manera de pensar, sentir y hacer habrá un antes y un después.
Caer y no saber si vas a poder engancharte a algo, a alguien, a ese nuevo mundo que no conoces, aunque lo hayas estudiado, analizado y lo tengas planeado y previsto.
Un gran riesgo para ti y los tuyos, puede que salga muy bien cómo puede que ni salga. El fracaso debe estar en las cuentas.
Ser un aprendiz constante, ahora es como si nada de lo que sabías es válido, todo lo que sabes o piensas lo pondrás en duda, las situaciones te lo harán poner en duda.
Hacerlo con un para qué muy claro, que de sentido para poder sostenerte en las más duras situaciones que llegarán.
Y una decidido...

¿Qué necesitas en tu mochila para llevarlo a cabo?
Saber muy bien lo que vas a ir a buscar. Nuestro objetivo muy pero muy claro, de lo contrario, los vientos y las tempestades cuando caigamos nos pueden acabar.
Saber muy pero muy bien lo que queremos para nosotros, para mí no es igual lo que busco que lo que quiero, lo que quiero se relaciona con la sensación que necesito experimentar y quiero experimentar, lo que busco, es aquella fuente de donde sale el agua que me permite experimentar esa sensación que necesito y quiero. Por ejm. Quiero experimentar ser feliz y lo expresamos en el sentido de tranquilidad, paz, sosiego, para eso tenemos que buscar, cómo lo podemos lograr.
Conocernos lo suficiente, y se refiere a que identifiquemos los recursos con los que contamos para dar el salto, desde los económicos, hasta los psicológicos, emocionales y biológicos, la salud física es fundamental para la resiliencia en un camino como este.
Tener una flexibilidad mental, la gente que quiere cambiar necesita aprender a ser una persona con mentalidad flexible y eso es, evitar los pensamientos polarizados, esto o es negro o es blanco, no, necesitamos aprender a relativizar y no hacer juicios continuamente, esto lo explicaré en otro artículo, requiere amplitud.
Tener un estado físico muy resistente, así que haz ejercicio, mantén una buena alimentación, si quieres dar un paso al vacío, aunque no lo creas, necesitas un gran estado de salud.
Resiliencia, es lo que más necesitamos tener desde lo psicológico y emocional, porque un cambio es eso, tirarte al vacío, nada sabes sobre lo que va a pasar, aunque lo tengas muy estudiado, medido, premeditado, al final la mayoría de las cosas no son como lo tenías previsto. La capacidad de aguante debe ser brutal, sino desistirás.
Estar dispuesto a aprender, porque todo será nuevo y aunque "fracases" te aseguro que habrá aprendido.
Tener muy agarrados tus valores, porque las situaciones te harán dudar de ti, de tus capacidades, de tus creencias, valores, los fantasmas y demonios de la incapacidad te acecharán, para lo cual necesitas estar muy bien preparado con tus valores para hacer frente.
La autoconfianza y la seguridad, son una herramienta fundamental, todo y todos te repito, te harán dudar, y si no estás seguro y confiado contigo es muy probable que desistas.
Energía física y mental, eso quiere decir cómo te dije antes buena salud y actitud, fe, ilusión, esperanza y sobre todo estar dispuesto a trabajar y trabajar sin descanso, porque debes encajar una nueva vida, una nueva manera de hacer las cosas, una nueva manera de vivir.

¿Qué es un cambio de vida?
El cambio de vida implica realizar modificaciones significativas en uno o varios aspectos de tu existencia, ya sean estos profesionales, personales o emocionales. Ahora bien, esta transformación debe ser notable, pero no tiene por qué ser total. Es decir, para cambiar de vida no tienes que dejar a tu pareja, amigos, familia, estudios o trabajo e irte a vivir al otro lado del mundo.

Un cambio de vida también es dejar tus estudios para comenzar otro grado que te resulta más interesante, mudarte a una nueva ciudad para buscar oportunidades laborales más ambiciosas, realizar acciones de upskilling para reorientar tu carrera profesional hacia otro sector o tratar de adoptar medidas de conciliación y gestión del estrés para afrontar el trabajo desde una perspectiva más saludable.
¿Cómo saber si necesitas un cambio en tu vida?
En un mundo en constante transformación, el cambio se convierte en una necesidad y no en una opción. Sin embargo, identificar la conveniencia de un cambio de vida puede ser complicado. ¿Cuáles son las señales que evidencian que es momento de dar un giro a tu vida?

Desmotivación constante: ¿te levantas sin ganas de enfrentar el día o cualquier nuevo proyecto te resulta indiferente?

Sensación de estancamiento: ¿sientes que no has crecido ni avanzado lo esperado en tu carrera profesional o vida personal?

Estrés y ansiedad: ¿tu situación actual te causa un estrés prolongado?

Cambios de humor: ¿tu carácter se está volviendo más volátil, con episodios frecuentes y explosivos de irritabilidad o tristeza?

Falta de entusiasmo: ¿ya no te diviertes con los proyectos o actividades?

Relaciones superficiales: ¿te sientes desconectado de las personas que te rodean, y tu círculo de amigos se va reduciendo de forma paulatina?

Apego a la rutina: ¿parece que estás atrapado en un ciclo repetitivo que no te satisface y en el que actúas por inercia?

Baja autoestima: ¿tus logros no te generan satisfacción y te sientes incapaz de alcanzar tus metas?

Reevaluación de prioridades: ¿empiezas a cuestionar qué es realmente importante para ti?

Búsqueda de significado: ¿te preguntas si lo que haces tiene un impacto o propósito en tu vida?
¿Cómo lograr un cambio de vida?
Conseguir un cambio de vida consciente y voluntario no es un proceso inmediato y tampoco existe una fórmula universal para ello. Sin embargo, sí que hay una serie de elementos que te ayudarán a llevar a cabo el proceso con más posibilidades de éxito. ¿Cuáles son los pasos para reinventarte?

Empieza por el autoconocimiento
Sientes que necesitas un cambio de rumbo, pero ¿sabes por qué? Auto conocerse implica indagar en tu propósito de vida y entender de dónde viene esa necesidad de transformación.

En ocasiones, puede tratarse de una situación clara, concreta y fácilmente detectable. No obstante, en otras, no hay un hecho preciso y debes ahondar más para encontrar la causa.

Sea como sea, este trabajo de autoconocimiento te otorgará las claves para encontrar la motivación de seguir adelante. Como señala Paulo Coelho: "Volví a sentir unas inmensas ganas de vivir cuando descubrí que el sentido de mi vida era el que yo le quisiera dar".

Toma la decisión
Querer y hacer no es lo mismo. Detectar la necesidad es un primer paso, pero, tras ello, hay que adoptar una decisión consciente.

Un cambio de vida no es un acontecimiento vital que se produce en el momento que lo necesitas, sino que es algo que se busca de manera activa hasta generar la oportunidad. Por este motivo, tomar esta primera decisión de "voy a hacer un cambio" es fundamental.

Define tus objetivos
Con el deseo y la voluntad reafirmados, el siguiente paso de todo cambio de vida es establecer qué deseas lograr. Pregúntate: ¿Qué me haría feliz? Define tus metas a corto y largo plazo, y asegúrate de que sean específicas y alcanzables. Además, ¿sabías que, según los estudios, si plasmas por escrito estos objetivos las probabilidades de lograrlos aumentan un 42%?

Identifica tus miedos y obstáculos
Los miedos y los obstáculos que encontrarás en el camino son uno de los mayores frenos de la transformación personal. Haz una lista de lo que te detiene y busca formas de abordar esos frenos a tu cambio de vida. Recuerda que, muchas veces, los obstáculos son solo percepciones que podemos superar con acción y valentía. Por ejemplo, el miedo a no ser capaz de desenvolverte en una nueva profesión se suple con la formación adecuada.

Márcate un plan de acción
Un cambio de vida puede sonar abrumador, pero ¿qué tal si empiezas por pequeños hábitos? En este sentido, elaborar un plan detallado, con hitos asequibles, es crucial para ir adaptándote de forma progresiva y avanzar sin perder la motivación. Es complicado pasar de la noche a la mañana de ser contable en una empresa a estrella del pop. Sin embargo, es más sencillo proponerse pequeñas metas, como empezar clase.

FUENTES:

https://claudiasogamoso.com/que-es-y-lo-que-necesitas-para-dar-un-salto-al-vacio/
https://www.santanderopenacademy.com/es/blog/cambio-de-vida.html

RECURSOS:

Físicos.

- formatos de asistencia, mesas, sillas y computador.

Humanos.

- Ciudadanos, Promotor.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el desarrollo del taller se logró cumplir con los objetivos los cuales estaban enfocados en comprender la importancia de las consecuencias de la toma de decisiones y las diferentes acciones que estas conllevan, en donde se tomo la palabra de los y las participantes basando la experiencia que han adquirido en su vida y a si poder tomarla como aprendizaje para su proyecto de vida ya que no se pueden quedar en lo vivido, sino en lo que se quiere lograran en el futuro pero ya tomando decisiones mas asertivas y pensadas en su desarrollo personal.

Cuantitativos: Se contó con la participación de 18 participantes, 4 mujeres y 14 hombres.

FIRMA DERESPONSABLE: Sergio Araujo.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ojeda

REGUISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Analizis de las consecuencias.

Línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión socia

FECHA: 21/02/2025

Taller de formación etapa 3





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: Analisis de las consecuencias

4. Fecha: 21/02/2025

5. Hora: 02:30 PM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	cc	85490100	Alex Zamorano	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80236394	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	5824.830	ALEXANDER VILLA	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	cc	80729004	Jhon Ramirez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	6014782	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	54835623	Lorena Guerrero	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	52402309	Claudia Acosta	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1128046663	YOHAN COGOLLO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	10537109	Omar Pantoja	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1115066553	Lorel M	26	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	19482048	Edgar Rico T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	79374180	Juan Motta	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	52766328	Sandra Mejia	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	cc	79677146	Juan C Garcia	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	1033733575	David Calderon	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	cc	1074423	LUIS HILARIO	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	cc	6883968	Jose Cerzo	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	cc	1122167	Honorio Perdomo	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19																
20																

13. Nombre del responsable: Sergio Araujo

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_t_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 21/02/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 PM FINAL: 04:00 PM
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Anggie Paola Murcia Salinas	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Oxigenación mental.

OBJETIVO GENERAL:
Generar espacios de aprendizaje y fortalecimiento cognitivo donde los ciudadanos de etapa 4 reconozcan la importancia de darle un buen uso a su tiempo libre a través de acciones de estimulación y juegos de agilidad mental para un óptimo bienestar.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Indicar a los y las ciudadanas de etapa 4 acciones y situaciones que los motiven a realizar actividad cognitiva en su tiempo libre para aportar en su desarrollo personal.
- Brindar herramientas lúdicas que les permita acercarse a situaciones reales de autocuidado, buenos hábitos, estimulación cognitiva y esparcimiento en su tiempo libre, para su fortalecimiento personal.

METODOLOGÍA:

El taller de formación se llevará a cabo con etapa 4, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que beneficia el fortalecimiento de habilidades cognitivas para motivar a realizar estimulación a través de actividades a partir de su gusto e interés, reconociendo beneficios en pro a su salud y bienestar, así mimo, manejar un adecuado aprovechamiento de su tiempo libre y ocio, este taller se dará bajo la línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social.

- **Adecuación**: Se realizará la invitación a los ciudadanos que participarán del taller y se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad.
- **Primer momento:** Se explicarán los objetivos a alcanzar durante la ejecución de la actividad y la metodología a desarrollar.
- **Segundo Momento:** Se formará el grupo en posición donde todos estén separados mínimo a dos metros uno del otro, para la charla previa a toda la actividad, donde explicaremos todo lo referente a la importancia de darle buen uso al tiempo libre y su importancia en cada proceso personal.
- Se determinará cada uno los beneficios que conlleva ejercitar la parte cognitiva a través de actividades y/o juegos cognitivos recreativos y la actividad física diaria, reconociendo el beneficio de su habitualidad, donde todos expongan lo pertinente sobre el tema y den su punto de vista sobre actividad física y nos expliquen los tipos de acciones que realizaban antes de estar en comunidad de vida. Para lo anterior se establecerá las siguientes preguntas orientadoras.

1. ¿Cómo influye la concentración en tu desempeño diario?
2. ¿Cómo podemos entrenar nuestro cerebro para ser más eficientes en la resolución de problemas?
3. ¿Cómo influye la toma de decisiones en el bienestar personal y social?
4. ¿Cómo influye la actividad física en la oxigenación del cerebro?
5. ¿Por qué sentimos mayor claridad mental después de hacer ejercicio?
6. ¿Qué tipo de ejercicios favorecen más la oxigenación cerebral y por qué?
7. ¿Cómo afecta la falta de actividad física al rendimiento cognitivo y la concentración?
8. ¿De qué manera el ejercicio ayuda a reducir el estrés y la ansiedad?
9. ¿Cómo influye la actividad física en la calidad del sueño y en la recuperación mental?
10. ¿Por qué se dice que el movimiento es una forma natural de mejorar el estado de ánimo?

A partir de cada una de las respuestas se generará un espacio de escucha en la cual les permitirá reconocer aquellos beneficios que con lleva la actividad física como coadyuvante de una adecuada oxigenación mental.

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

TEMAS: ACTIVIDADES COGNITIVAS.
En el desarrollo cognitivo, según la teoría de Piaget, la etapa pre operacional que comprende la edad entre los dos y siete años, es la etapa del pensamiento y del lenguaje. En esta etapa los niños buscan

activamente el conocimiento a través de sus interacciones con el ambiente. El desarrollo cognitivo se desenvuelve de dos formas: la primera, considerada la más amplia, corresponde al propio desarrollo cognitivo, como proceso de adaptación, asimilación y acomodación, el cual abarca la maduración biológica, la experiencia, la transmisión social y el equilibrio cognitivo. La segunda forma de desarrollo cognitivo se refiere a la adquisición de nuevas respuestas para situaciones específicas o a la obtención de nuevas estructuras para determinadas operaciones mentales específicas. Piaget considera que, dentro del aula de clase, la motivación de la situación del desarrollo cognitivo es inherente al estudiante, por ello, para enseñar se debe primero planear para permitir que el estudiante manipule los objetos de su ambiente, transformándolos, encontrándoles sentido, hasta estar en condiciones de hacer inferencias lógicas y desarrollar nuevos esquemas y nuevas estructuras mentales. Por lo tanto, el desarrollo cognitivo, ocurre a partir de la reorganización de los esquemas y estructuras cognitivas
internas del niño, para que al final del proceso de aprendizaje aparezcan nuevos esquemas y estructuras como una nueva forma de equilibrio. Piaget percibe la formación del pensamiento como un desarrollo progresivo que supone cambios en la capacidad del niño para razonar sobre su mundo. Por lo tanto, el desarrollo cognitivo sufre cambios que le permiten consolidarse cada vez más. Piaget menciona tres tipos de conocimiento que el niño puede poseer, el físico, el lógico–matemático y el social. El conocimiento físico se refiere a los objetos del mundo natural; es decir, al que se incorpora empíricamente, en los objetos, su fuente de razonamiento está en ellos; este conocimiento es el que adquiere el niño a través de la manipulación de los objetos que le rodean y que forman parte de su interacción con el medio a través del proceso de observación: color, forma, tamaño, peso y la única forma que tiene el niño para descubrir esas propiedades es 10 actuando sobre ellos física y mentalmente. De ahí la importancia de brindarle al niño de preescolar variedad de materiales y vivencias lúdicas que le permitan experimentar de diversas maneras su relación con los objetos y con el medio. En el conocimiento lógico–matemático la fuente de razonamiento está en el sujeto y éste la construye por abstracción reflexiva, es decir, de
la coordinación de las acciones que realiza el sujeto con los objetos. Las operaciones lógico matemáticas, requieren en el niño de preescolar la construcción de estructuras internas y del manejo de ciertas nociones que son, ante todo, producto de la acción y relación del niño con objetos y sujetos que le permiten adquirir las nociones fundamentales de clasificación, seriación y la noción de número. La presente propuesta busca fortalecer las habilidades cognitivas de atención y pensamiento lógico ya que preescolar es la base para consolidar los cimientos que permiten llegar a estructuras cognitivas más complejas de acuerdo a su proceso de desarrollo. Dentro de este conocimiento lógico-matemático cabe mencionar la clasificación la cual constituye una serie de relaciones mentales en función de las cuales los objetos se reúnen por semejanzas, se separan por diferencias, la seriación que es una operación lógica que, a partir de un sistema de referencias, permite establecer relaciones comparativas entre los elementos de un conjunto, y ordenarlos según sus diferencias, ya sea en forma decreciente o creciente y el número que es un concepto lógico de naturaleza distinta al conocimiento físico o social, ya que se construye a través de un proceso de abstracción reflexiva y es el resultado de las operaciones lógicas como la clasificación y la seriación. Por último, el tercer tipo de conocimiento es el conocimiento social, el cual se divide en convencional y no convencional. El social convencional, es producto del consenso de un grupo social y la fuente de este conocimiento está en los otros (amigos, padres, maestros, etc.) y el conocimiento social no convencional, sería aquel referido a nociones o representaciones sociales y que es construido y apropiado por el
sujeto. (Piaget, J., & TEORICOS, A. (1976).

Según Jerome Bruner el resultado del desarrollo cognitivo es el pensamiento, la mente
inteligente que se crea a partir de la experiencia, Los resultados más importantes del aprendizaje incluyen no solo la capacidad de resolver conceptos, las categorías y los procedimientos de resolución de problemas concebidos previamente por la cultura, así como la capacidad de crear "idear" por sí mismo. Según Bruner el objetivo de la educación por tanto debe ser la creación de aprendices autónomos, en otras palabras, aprender a aprender, Para Bruner (1961), el propósito 11 de la educación no es impartir conocimiento, sino facilitar el pensamiento del niño y sus habilidades de resolución de problemas que luego pueden transferirse a una variedad de situaciones. Específicamente, la educación debería desarrollar el pensamiento simbólico en los niños. Bruner en 1960, publicó el libro, The Process of Education. La premisa principal de dicho texto fue que los estudiantes son aprendices activos que construyen su propio conocimiento. Propone que los alumnos construyan su propio conocimiento y lo hagan mediante la organización y categorización de la información mediante un sistema de codificación. Él creía que la forma más efectiva de desarrollar un sistema de codificación es descubrirlo en lugar de que el maestro sea quien lo proporcione. El concepto de aprendizaje por descubrimiento implica que los estudiantes construyen su propio conocimiento por sí mismos, lo que también es conocido como el enfoque constructivista. El papel del maestro en el proceso educativo no debería ser dar información mediante el aprendizaje memorístico, sino facilitar el proceso de aprendizaje. Esto implica que un buen maestro diseñará lecciones que ayudarán al alumno a descubrir la relación entre fragmentos de información. El uso del plan de estudios en espiral puede ayudar al proceso de aprendizaje por descubrimiento. Por lo tanto, los sujetos recibirían una enseñanza con aumento gradual, de ahí la analogía con la espiral. Idealmente, el proceso de enseña-aprendizaje debería llevar a que los niños sean cada vez más capaces de resolver problemas por sí mismos. Vergara, C. (2017).

JUEGOS DE MESA

Se enlistan algunos juegos de mesa modernos, particularmente del tipo colaborativo y cooperativo, y se mencionan sus conceptos, ventajas y desventajas.

La teoría de juegos es la base de los juegos de mesa modernos. En origen, es una rama de la ciencia matemática que a través de modelos analiza las interacciones entre dos o más actores en la consecución de un objetivo y cómo las decisiones de estos actores influyen en ellos, generando una retroalimentación (Stokel-Walker, 2015). Vista de esta manera, casi toda interacción humana es un juego donde las decisiones tomadas generan consecuencias que afectan la toma de decisiones para llegar a un resultado deseado. La teoría de juegos se ejemplifica de manera clásica, como lo postuló el matemático John Nash en la década de los cincuenta, a través el "Dilema del prisionero", que consiste en:

Dos individuos han sido arrestados con un juicio por venir. La fiscalía habla con cada individuo por separado y les propone un trato: Si confiesan contra su socio, todos los cargos levantados en su contra serán retirados quedando en libertad; la confesión será usada como evidencia para condenar al otro (que recibirá una sentencia de 20 años). Si no confiesan y su socio lo hace, será condenado a 20 años y el socio quedará libre.

Si ambos confiesan, serán condenados a 5 años de prisión. Si ninguno confiesa, serán condenados a 1 años de prisión. Ambos prisioneros se encuentran incomunicados (Stokel-Walker, 2015). Cada prisionero debe evaluar la situación en función de lo que más le conviene para alcanzar la meta (quedar libre), y a su vez suponer qué es lo que hará el socio, basado en interacciones personales previas. El derrotero que tome dicho dilema depende de las acciones de cada prisionero. Siguiendo la lógica, individualmente, confesar sería la mejor opción, pero si ambos lo hacen, el castigo es peor si no dicen nada Actualmente, la teoría de juegos se usa en diversas aplicaciones: desde la toma de decisiones políticas y económicas, hasta aplicaciones en la red y obviamente en los juegos de mesa. Ahora bien, la teoría de juegos plantea que la interacción no necesariamente debe ser antagónica, si no puede ser cooperativa o colaborativa, en busca de un beneficio común (StokelWalker, 2015). Estos principios sirven para entender cómo se estructura un juego de mesa hoy en día.

Clasificación de los juegos de mesa

Retomando la teoría de juegos, se considera que existen tres tipos de juegos de mesa (Zagal et al., 2006): competitivos, colaborativos y cooperativos (ver figura 2). El tipo de juego que se escoja para diseñar determina en gran medida las mecánicas del juego (los pasos que se llevan para realizar determinada acción y la interacción entre diversos elementos

del juego) y cómo éstas funcionan para alcanzar el objetivo del juego.

Ejemplo de este tipo de juegos sería: los Colonos de Catan y Clue.

Juegos colaborativos son aquellos donde todos los jugadores trabajan en equipo contra el tablero (las mecánicas del juego generan un rival virtual o villano que actúa en función del azar o como consecuencia de las acciones de los jugadores). La idea de estos juegos es que, si un jugador pierde, todos pierden, y por tanto requieren una estrategia coordinada para ganar (Zagal et al., 2006), por ejemplo, La Sombra de Cthulhu, El Señor de los anillos

y Rescate.

Fuente de consulta:

https://revistas.um.es/cpd/article/view/113871

Carless, D. & Douglas, K. (2010). *Sport and physical activity for mental health*. West Sussex, United Kingdom: Blackwell Publishing Ltd.

RECURSOS:

Físicos:

- Mesas, sillas, tablero, marcadores, tv

Humanos:

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

RESULTADOS:

Cualitativos: Para el desarrollo del taller con etapa 4 se determinó junto con los participantes que la planificación y progreso de estos talleres influye de manera absoluta para el aprendizaje de cada uno de ellos mejorando su fortalecimiento físico y cognitivo, determinando que los beneficios de realizar actividades en pro de mejorar cognitivamente son, bienestar, cambio de actitud, más autoestima y placer por vivir de una gran manera. Además de todo esto se cumplieron los objetivos de instruir a cada uno de los partícipes en el taller y brindar las herramientas suficientes para que le den un giro positivo al uso y manejo del tiempo libre y ocio productivo.

Cuantitativos: Se cuento con la participación de (7) ciudadanos, los cuales (6) son de género masculino y (1) de género femenino, (2) de ellos pertenece a enfoque diferencial.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Oxigenación mental, línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social. **FECHA:** 21/02/2025, etapa 4.





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Oxigenación Mental.

4. Fecha: 21/02/2025

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	79858586	Freddy Volajoc	53	No aplica	No aplica	No aplica			X					Freddym	
2	CC	1032444045	Shawtal Ramirez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	7463132	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X					LUISAF	
4		7144980	Elkin Perez	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5		1040436145	Rafael de Jesus Grozo	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6		79835163	Edwin Barreto	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7		1047387	SHONNY ESPITIA	39	No aplica.	No aplica	No aplica			X					SHONNY	
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Anggie Paola Murcia S.

14. Cargo o rol del responsable: Educación Física.

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_fi_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:21/02/2025**	**HORA:** Inicio: 04:30 pm Final: 06:00 pm
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Nubia Rojas Motta

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PATCHWORK – ELABORACION DE MONEDERO V

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 1 (Desarrollo personal para la inclusión social), 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:

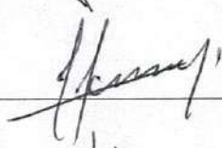
Cualitativos:

Participaron en el taller, ciudadanas y ciudadanos que han venido siendo parte del taller patchwork; durante este taller, dándole continuidad al corte de moldes, ensamblaje y control de calidad de los monederos. De igual forma, continuaron el ensamblaje de las piezas de tela cortadas con el molde para el monedero. Lograron culminar 10 monederos para llevar a la feria del Encuentro Distrital de Familias. Cada monedero se elaboró con creatividad y estética. Los participantes nuevamente mostraron un gran interés en continuar aprendiendo esta técnica, con la finalidad de implementarla en su inclusión socio ocupacional.

Cuantitativos:

Ingresaron al taller diez (10) ciudadanas y ciudadanos de diferentes momentos dentro de las etapas de desarrollo (1,2,3,4 y 5). De los 10 participantes, una (01) se reconoce de genero femenino, tres (03) se identifican de población LGBTI y los seis (06) restantes, se identifican de género masculino, siendo 2 adultos mayores.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

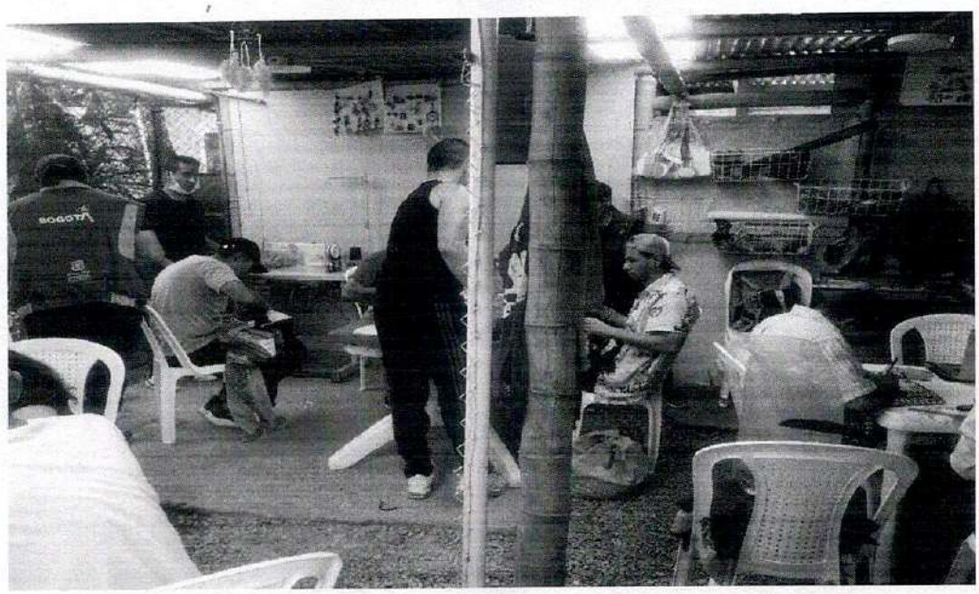
NOMBRE COORDINADOR: José Heremy Díaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: PATCHWORK – ELABORACION DE MONEDEROS V

Línea de Atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social

Fecha: 21/02/2025







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 y

4. Fecha: 21/02/2025

5. Hora: 04:30 pm

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1076065550	Cristian Lopez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80729009	Jhon Ramirez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	59835630	Lorena Guerrero	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	52902309	Claudia Acosta	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1115068637	Miguel Romero	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	71228217	JAIRO H BENAVIDES	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	52766338	Sandra Tejia	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1024539705	yorman Hernandez	21	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1072246[illegible]	duvan antonio V[illegible]	4[illegible]	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79835163	Edwin Barreto	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Nubia Rojas Motta

14. Cargo o rol del responsable: Terapia Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

Unidad Operativa:	Comunidad de vida El Rosario
Fecha:	22/02/2025
Lugar:	Vereda las mercedes, Sasaima Cundinamarca.
Horario:	10:30 am a 12:00 pm

OBJETIVO

- Promover en las y los ciudadanos la conexión con la naturaleza, reconociendo la importancia del ecosistema de la región y su impacto en la biodiversidad del municipio de Sasaima, con el fin de que las y los ciudadanos tenga un espacio para recrearse, cambiar la rutina, fortalecer sus relaciones interpersonales y disfrutar del paisaje natural.

METODOLOGÍA

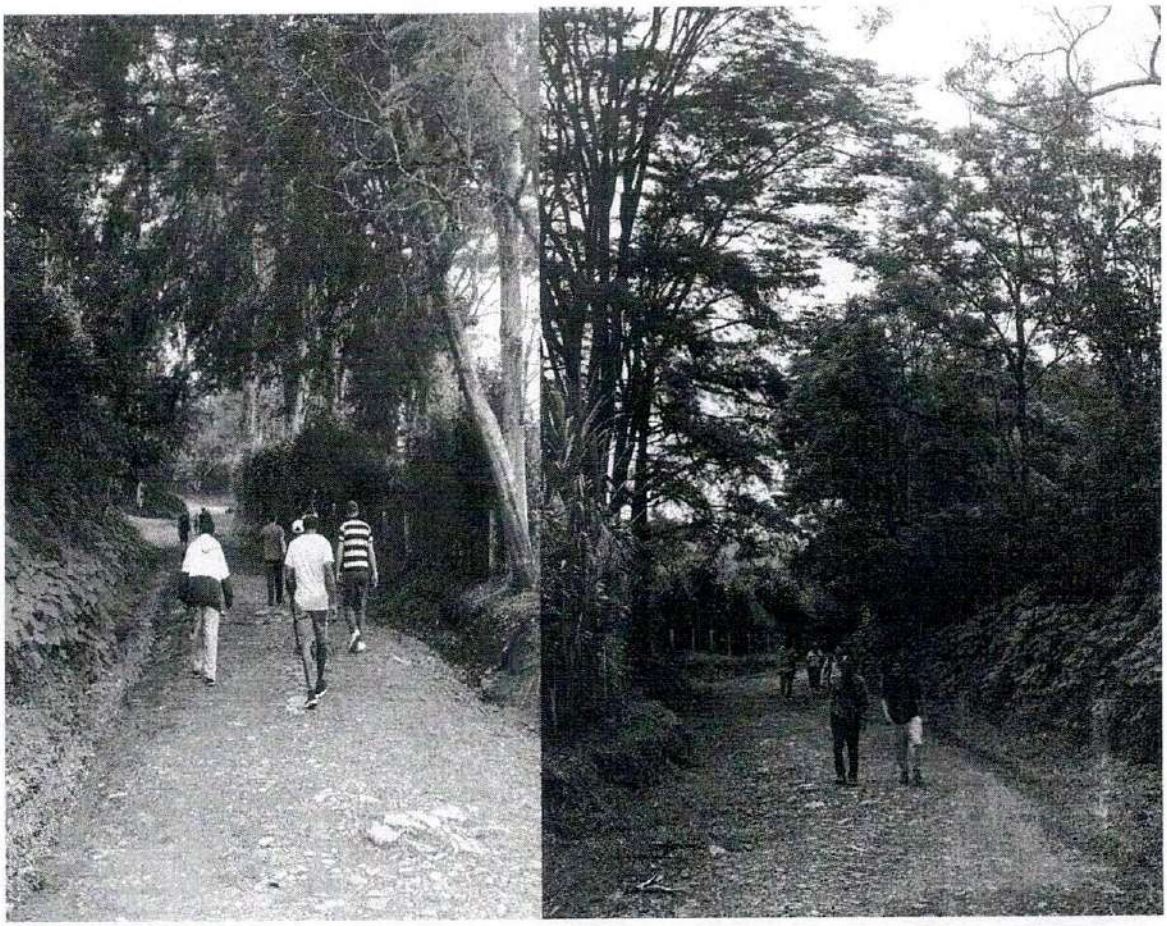
La actividad se llevará a cabo bajo la metodología psico educativa: en el marco de la línea de atención I: desarrollo personal para la inclusión social, la cual hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano evitar una recaída. Con ello se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada participante logre el mayor grado de desarrollo personal posible y como desarrollar su conocimiento y aprendizaje sobre la naturaleza, mediante el reconocimiento del entorno, donde ellos lograran tomar conciencia sobre el cuidado y conservación de la flora y fauna en el área rural del municipio de Sasaima.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	
HORA	**ACTIVIDAD**
10:30 am	Llamado a las y los ciudadanos
10:40 am	Salida de comunidad de vida
11:10 am	Punto de llegada cancha de las mercedes
12:20 pm	Llegada a comunidad de vida

Nombre del Profesional responsable de la salida:
Duvan Palacios - Promotor Social

_____

Registro Fotográfico



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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Caminata Ecologica

4. Fecha: 22/02/2025

5. Hora: 10:30 am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	6544014	ARLEY CAMACHO	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					Arley	
2	CC	1017473703	MAYERLI RAMIREZ	32	No aplica	No aplica	No aplica			X					MAYERLY	
3	CC	1043614332	VICTOR MONTES MO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					VICTOR	
4	CC	80816966	MIGUEL CRUZ	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					MIGUEL CRUZ	
5	CC	7016014??	NELSON [illegible]	52	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
6	CC	80926713	JOSE ORTIZ SIERRA	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOSE SIERRA	
7	CC	1014262640	Nelson David Tolosa M.	30	No aplica	No aplica	No aplica			X					Nelson Tolosa	
8	CC	1024126??	Diego espitia	32	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego espitia	
9	CC	1151?4020	Luis mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis Mendez	
10	CC	79631792	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
11	CC	80327???	Cesar Soriano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
12	CC	53010968	ANGELICA G	45	No aplica	No aplica	No aplica			X					ANGELICA	
13	CC	1026457???	yorman Hernandez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
14	CC	19481048	Edgar RIZO T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
15	CC	80973495	JESUS Bernardo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					JESUS Bernardo	
16	CC	1047?97	JHONNY ESPITIA MARIN	37	No aplica	No aplica	No aplica			X					JHONNY	
17																
18																
19																
20																

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 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:** 22/02/2025	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 04:00 pm
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Duvan Palacios

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cine Foro

OBJETIVO GENERAL:

- Crear un espacio de interrelación entre las y los ciudadanos, por medio de la cinematografía generando un ámbito de análisis, reflexión y una mirada crítica hacia relatos de nuestro pasado para que los ciudadanos expresen bajo sus experiencias vividas y lo mostrado en la película.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fortalecer las habilidades sociales de los participantes, por medio de la sensibilización de diferentes escenas con las que los ciudadanos se sienten identificados en algún momento de su vida.
- Facilitar espacios de discusión donde los participantes puedan expresar sus opiniones y perspectivas.
- Brindar a las y los ciudadanos un espacio de relajación para reducir la ansiedad y el estrés.
- Reflexionar sobre el mensaje de la película, el contexto de la producción, la transmisión de valores y experiencias reflexivas que brinda la película sobre la salud mental y la superación personal.

METODOLOGÍA: La actividad se llevará a cabo bajo la metodología psico educativa, para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, hará referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano evitar una recaída. Con ello se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada participante logre el mayor grado de desarrollo personal posible.

Adecuación: La actividad se llevará a cabo en la sala de tv de casa 2, de la comunidad de vida el rosario, donde se utilizará el Smart tv de 60" junto con el computador y el bafle para proyectar la película, luego se realizará el llamado a las y los ciudadanos para que participen en la actividad.

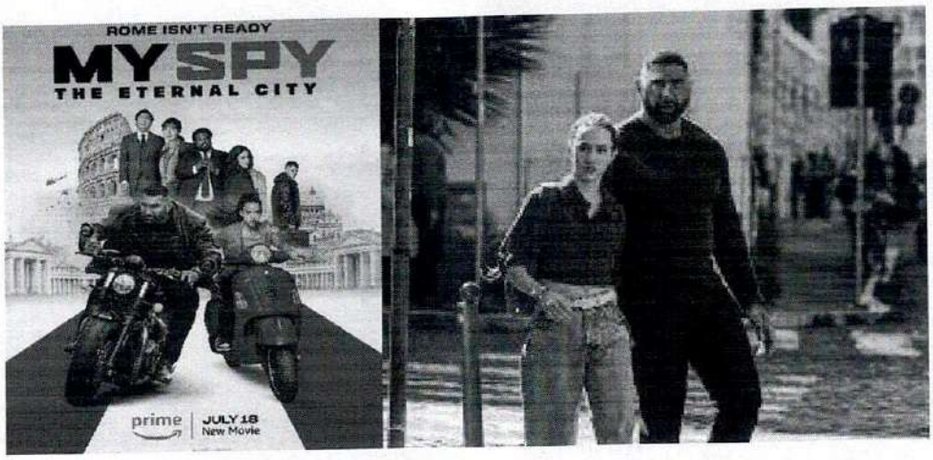
Primer momento: Se dará la bienvenida a los ciudadanos con la presentación de la actividad que se realizara, para el desarrollo se les presentara una película del género drama, la cual les generara a los participantes una auto evaluación personal y ver cómo están ellos a nivel reflexivo y emocional esto con el fin de que el ciudadano pueda identificar y experimentar sobre situaciones diversas por las cuales pasaron ellos y que les deje como reflexión no volver a vivirlas, posteriormente se menciona el tema principal que se va a analizar a través de la película, señalando también el objetivo de la discusión o debate para que durante la misma los ciudadanos estén atentos y pueda ir generando sus propias ideas, a continuación se proyectará la película.

Segundo momento: Durante la película se les pedirá la mayor concentración para que logren captar los mensajes que ella deja y así lograr en ellos una buena retentiva en el momento de ver y analizar lo que se está proyectando.

Tercer momento: Se realiza el cierre de la actividad por medio de apreciaciones respecto a la película proyectada, cada ciudadano y ciudadana tiene la oportunidad de expresar libremente sus apreciaciones respecto a la misma, el promotor dará su punto de vista sobre la película desde un punto reflexivo, con el fin de que el ciudadano logre entender que este tipo de películas ayudan al desarrollo personal y crecimiento a nivel social y familiar.

Reacondicionamiento del espacio: El área que se utilizara para la actividad quedara ordenada y en buen estado, libre de basura o de cualquier objeto que afecte la imagen y el cuidado de este lugar.

TEMAS:



Juego de espías: la ciudad eterna:

JJ (Dave Bautista) ha llegado del campo de batalla para un trabajo de oficina en la CIA para poder estar más presente (y seguro) para su hijastra Sophie (Chloe Coleman) en JUEGO DE ESPÍAS: LA CIUDAD ETERNA. El problema es que Chloe tiene 14 años y no está muy interesada en pasar mucho tiempo con su padrastro ni en las actividades que solían disfrutar juntos. Está más interesada en los chicos, en uno en particular: su compañero de clase Ryan (Billy Barratt). Él no presta mucha atención a Chloe y ella a su vez no se da cuenta de que su mejor amigo Colin (Taeho K) está enamorado de ella. Los tres están juntos en el coro de la escuela y cuando tiene la oportunidad de actuar en Italia, Chloe ve la oportunidad de conocer mejor a Ryan. No se imagina que JJ irá al viaje como acompañante y tampoco se da cuenta de que hay malos con planes que implican un daño potencial para todos ellos, incluido el padre de Colin, David (Ken Jeong).

Cine Foro:

El cine foro es una propuesta metodológica que tiene como propósito promover un espacio de participación dinámico, donde los espectadores tienen la oportunidad de dialogar acerca de la película presentada, generando un debate a partir de la pregunta o reflexión inicial de quién lo dirige. De esta manera, se crea un ambiente de aprendizaje a partir de la experiencia personal de cada participante relacionada con la trama de la proyección.
Asimismo, el debate que se presenta permite que el público cree bases propias de carácter crítico que fortalecerán su pensamiento ante diferentes escenarios académicos, profesionales y personales, formando individuos con valores sólidos con la capacidad de resolver conflictos por medio de la comunicación de manera pacífica.

Orígenes del género de acción:

Aunque la acción ha sido una parte fundamental del cine, dando dinamismo a las películas y emocionando al espectador, el género de acción no es reconocido como tal hasta los años 80. Hasta ese momento las películas de acción solían estar combinadas con algún otro género con la que se les clasificaba y la acción quedaba relegada a un segundo plano, como una serie de acciones y elementos que se añadían a la historia para hacerla más entretenida.

Según algunos críticos, la primera película de acción fue Asalto y robo de un tren (The Great Train Robbery) de Edwin S. Porter estrenada en 1903. Este film además supuso el primer Western y es este género, con escenas de tiroteos, persecuciones y asaltos que; junto al subgénero del cine de aventuras, de las películas de capa y espada con sus combates, duelos de espada y cabriolas; dieron las primeras muestras del cine de acción desde los años 20. Las máximas estrellas de estas películas fueron Douglas Fairbanks y Errol Flynn.

Fueron famosas La Marca del Zorro (1920) de Fred Niblo, El prisionero de Zenda (1937) de John Cromwell. Si hablamos de Westerns tenemos el film Roarin g Rails de Tom Forman (1924) o El valle del arco iris (1935) de Robert N. Bradbury. A estos ejemplos se le puede añadir la comedia física o también conocida como slapstick. El slapstick es un subgénero cómico fundamentado en los golpes que tuvo gran popularidad en los inicios del cine.

Actores de este subgénero como Buster Keaton eran ellos mismos los que realizaban las escenas de riesgo, golpeándose y lanzándose cosas con tal de generar risa en el público. Referentes de la comedia física fueron Harold Lloyd, conocido por El hombre mosca (Safety Last!) ((1923) de Fred C. Newmeyer y Buster Keaton, quien protagonizó El maquinista de la General (The General) (1926), dirigida por Clyde Bruckman y el propio Keaton.

REFERENCIAS:

- https://www.commonsensemedia.org/es/resenas-movie/my-spy-the-eternal-city
- https://www.unipamplona.edu.co/unipamplona/portalIG/home_148/recursos/general/07122016/cineforo.jsp#:~:text=El%20cine%20foro%20es%20una,inicial%20de%20qui%C3%A9n%20lo%20dirige.
- https://historiadelcine.es/generos-cinematograficos/accion-cine-peliculas/

RECURSOS:

Físicos:

- Mesas, sillas, Smart tv, Pc portátil y listado de asistencia.

Humanos:

- Promotores y ciudadanos.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- La población logra identificar la enseña que la vida les pone, mediante diferentes pruebas sin importar el grado de esta y más sobre el cómo poder controlar su dolor y sus emociones que le conlleva a pasar esa prueba y el cómo entender una problemática y buscar una posible solución ante las adversidades.
- Las y los ciudadanos manifestaron que este tipo de películas son de mucho interés para ellos, comentan que en algunos momentos de su vida tuvieron cosas en común de lo que se mostró en la película, ellos lograron reflexionar que todos podemos salir de las dificultades y que todo depende de nosotros mismos, con esfuerzo y dedicación se puede llegar a cumplir los propósitos y proyectos de vida.
- A lo largo de la película se evidencio el interés por parte los ciudadanos, comentaban sobre las diferentes situaciones que pasaron en la película y lo relacionaron bajo sus experiencias y dieron sus propias conclusiones, para cambiar su forma de ver las situaciones que se les presenta a diario y como superarlas.

Cuantitativos:

- Se contó con la participación de (20) veinte ciudadanos, (2) dos mujeres y (20) veinte hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Duvan Palacios

FIRMA COORDINADOR:

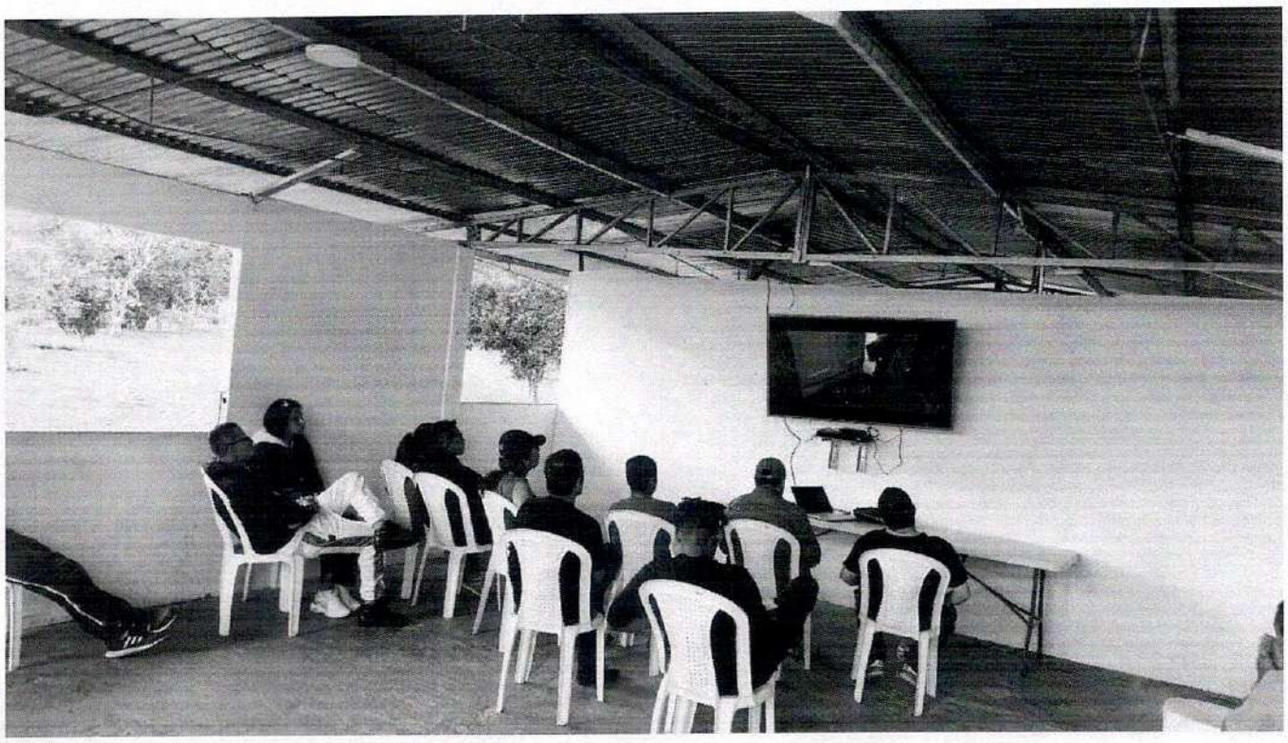
NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

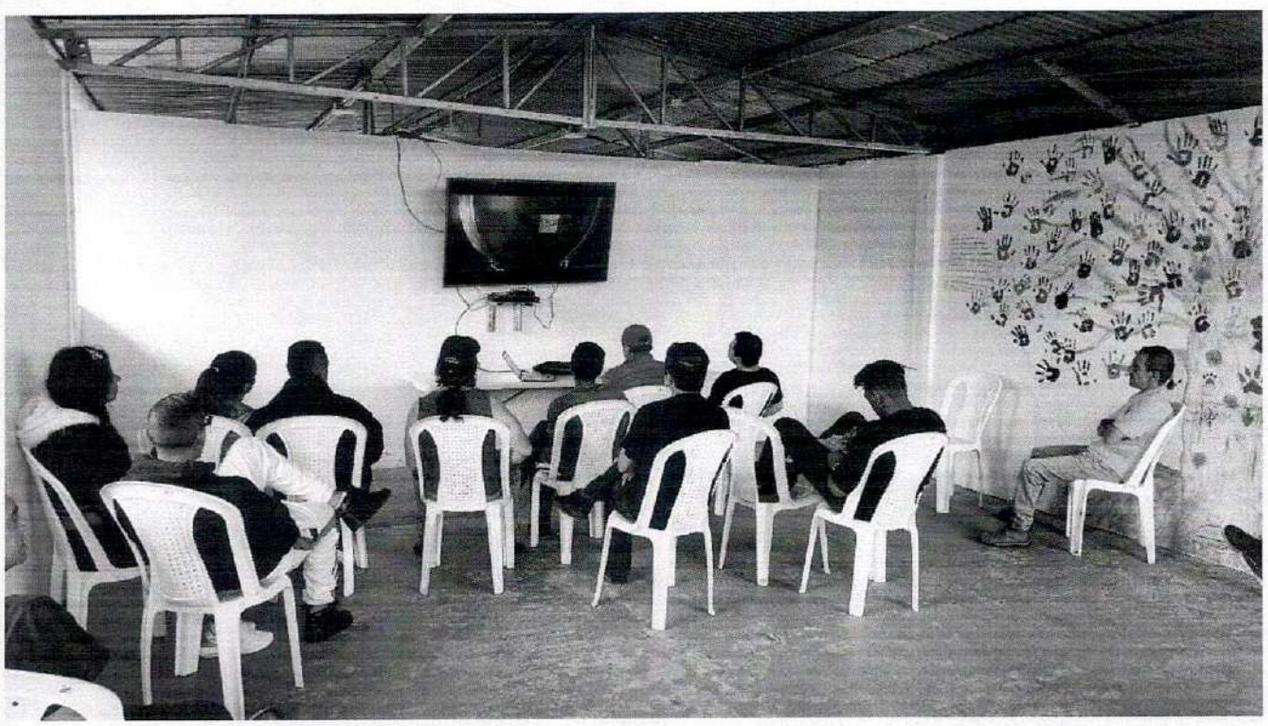
REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Cine Foro.

Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vid

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: Cine Foro

4. Fecha: 22/02/2025

5. Hora: 08:45 am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79893052	[illegible]	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1117519431	Jeison Abello	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79239602	Fabio bareño	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79722449	Alvaro Velasquez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1015184358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1026555515	Dreyo Prieto	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1136912721	David Navarro	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	94422338	Fredd Patiño	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1136606371	Mayel Moreno	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	95099764	Andres Castaño gil	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1020[illegible]	German Hernandez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80765552	Fernando Montaño	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1033405261	ALEXANDER LINARES	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	C.C	6814782	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1054901[illegible]	Andy Tamayo	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	C.C	72169362	Ricardo Cervantes	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	C.C	1[illegible]2144	EDWIN Godoy	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	C.C	7[illegible]4358	Henry Sierra	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	5824830	ALEXANDER ZULUA	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	10170438	MANUEL [illegible]	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Oiwan Palacios

14. Cargo o rol del responsable: Promotor

15. Firma del responsable de la actividad: Oiwan 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 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:** 24-25-26-27-28/02/2025	**HORA:** 8:45 am
ÁREA: Tallerista	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Andrés Figueredo peñuela

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: limpieza de áreas comunes.

OBJETIVO GENERAL:
Promover en las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle la corresponsabilidad de las áreas comunes y el embellecimiento de la comunidad en la cual están compartiendo sus procesos en pro de su desarrollo personal para inclusión a la vida social y comunitaria en ámbitos familiares o laborales en donde ejecutaran sus proyectos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Sensibilizar a las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle en la importancia de estar en áreas comunes libres de desechos o de basuras que pueden afectar el bienestar de todos los que la transiten o utilicen.
- Enseñar por medio de la actividad realizada en áreas comunes que esta acción tienen un impacto visual para las personas que habitan en el entorno, aportando un buen manejo del medio ambiente por la recolección de los desechos biodegradables que salen de las distintas labores el manejo para que sea abono orgánico .
- Fortalecer las formas de realizar las labores de mantenimiento en las áreas comunes ya que con ello empiezan a desarrollar habilidades en cada labor y en el manejo de las herramientas de las cuales también pueden aprender y aplicar en otras áreas.

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo del taller agrícola en áreas comunes, se llevara a cabo la metodología psico educativa, basados en la Inclusión socio ocupacional para el agencia miento de capacidades y oportunidades con actividades transversales, para las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle, en la cual, se proponen actividades de teoría y ejercicios prácticos de podas del césped y jardinería, mantenimiento enfocados en las capacidades de los ciudadanos que les permitan fortalecer conocimientos y habilidades con las diferentes herramientas para jardinería, podas y embellecimiento de una área común para uso de todos sus pares utilizando herramientas como son guadaña, tijeras, azadones, trinches, rastrillos, carretilla, donde aplican las técnicas para labores del área, motivándolos a que puedan desarrollar dichas actividades para ser transmisores con sus compañeros y/o redes de apoyo y en escenarios de inclusiones laborales y familiares.

Adecuación:
Se reunirán a las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle, en el espacio establecido, se les socializa los objetivos del taller, se les brinda asesoría para la ejecución de las actividades en áreas comunes y mantenimientos de árboles frutales, plantas ornamentales y de jardinería de la comunidad de vida.
Se dispondrá desde el cuarto de herramientas la entrega adecuada y en condiciones para las diferentes labores como jardinería, podas de prados en zonas comunes, cerca viva, recolección de basuras, limpieza de arbustos y recolección de residuos.

Etapa 1:
Posterior al encuentro de la palabra se asignan labores para la jornada de arreglo y embellecimiento de áreas comunes, se firma formato de asistencia al taller del día, se hará entrega de herramientas e insumos según las actividades a desarrollar; se brinda inducción y acompañamiento constante frente a las actividades a ejecutar por parte del tallerista agro.

Etapa 2:
Se realizara supervisión y acompañamiento de las labores asignadas como, podas de césped y plantas ornamentales, cerca viva, plateo, aporque, pinzamiento de árboles frutales, y abonado de plantas de

jardinería donde se utilizaran las diferentes herramientas como son, guadaña, tijeras de poda, azadones, pala de aporque, escobilla y carretilla, adquiriendo destrezas y habilidades en las labores ejecutadas a partir del aprender haciendo, cumpliendo con las especificaciones técnicas de jardinería, arreglo, embellecimiento y limpieza de áreas comunes.

Etapa 3:

Terminada la jornada se realizará una ronda por el área verificando el cumplimento de las actividades asignadas, verificando que se hayan cumplido y dejando los espacios en completo orden y aseo, recogiendo y entregando herramientas limpias en el sitio adecuado, se le pregunta a los participantes dudas y dificultades en la ejecución del taller del taller, seguido se hace retroalimentación del ejercicio y recomendaciones según parámetros técnicos.

Reacondicionamiento:

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

TEMAS:

Áreas comunes

En el embellecimiento de áreas comunes es la acción en la que mejoramos la estética de los espacios abiertos y cerrados para que sean más agradables a todos los que lo utilizan y lo comparten brindando también un espacio seguro dando un sentido de pertenencia y orgullo por las acciones realizadas halla.

Plateo

El plateo sirve para mantener limpio el pie de la cepa del árbol de cítrico o frutales, evitando la competencia de malezas y facilitar las revisiones periódicas de plagas y enfermedades. En los primeros años se debe realizar de forma manual favoreciendo el suelo y evitando uso de herbicidas.

Poda de formación

Esta se trabaja en la planta desde su crecimiento y se empieza a dar la forma que la planta necesite ´para su desarrollo en los primeros años y de ahí en adelante serán las ramas que lleven los frutos yy la parte productiva de los árboles que podrán mantenerse durante muchos años.

Pinzamientos

Los pinzamientos son los cortes de ramas tiernas que se efectúan para ubicar las entradas de luz a la planta y la forma de mover la mayor cantidad de clorofila por todas las ramas, en las que se formara la mayor cantidad de flor y de ahí para los frutos.

En los ornamentales se realizan para encontrar la mayor cantidad de brotación y realizar una forma determinada o ubicar mayor cantidad de flores y se realizan de acuerdo a la necesidad que la plantación presente.

Poda de saneamiento

La poda de saneamiento consiste en eliminar las ramas secas y rotas de los árboles. La retirada de estas ramas dañadas es necesaria ya que con el tiempo la presencia de las ramas secas y rotas puede resultar un peligro pues presentan un alto potencial de caída y, por tanto, pueden provocar daños materiales y personales.

Y dentro de estas podas se trabaja también un tipo de control que ayuda para que la planta sigua con el crecimiento y no sufra de enfermedades que pueden atacar una producción o en términos lamentables propagaciones y muertes de las plantas en los cultivos extensos.

Poda de fructificación

Se realiza a los árboles frutales y consiste en realizar una poda, dependiendo de la especie de árbol frutal a podar, con el objetivo de equilibrar el número de yemas de flor con el número de yemas de madera, partiendo del principio de una pieza de fruta requiere cuarenta hojas maduras para desarrollar un tamaño adecuado y de calidad. Adecuando este principio a cada especie de árbol frutal, habrá que realizar la poda acorde para la obtención de frutas de tamaño y calidades óptimas.

Corte de Prados

Un prado es una tierra llana o de relieve suave, húmeda o de regadío, en la cual crece la hierba con el fin de generar pasto para el ganado y forraje para conservar, cuando hay producción sobrante. Por lo general los prados mesolíticos crecen en regiones húmedas y no muy frías, en las que apenas existe sequía, bajo el dominio de los bosques caducifolios. Los prados forman ecosistemas creados como consecuencia de la actividad humana consistente en una economía rural basada en la ganadería, manteniendo la vegetación en un estado gracias a la alternancia de siega y pastoreo; estas actuaciones alternantes se complementan frecuentemente con otros cuidados como enmiendas calizas, o fertilización orgánica o mineral.

Plantas ornamentales

Una planta ornamental es aquella que se cultiva y se comercializa con propósitos decorativos por sus características estéticas, como las flores, hojas, perfume, la peculiaridad de su follaje, frutos o tallos en jardines y diseños paisajísticos, como planta de interior o para flor cortada. Su cultivo,

llamado floricultura, forma una parte fundamental de la horticultura. Su importancia se ha incrementado con el desarrollo económico de la sociedad, el incremento de las áreas ajardinadas en las ciudades y el uso de plantas de interior en hogares y edificios públicos.
Las plantas ornamentales normalmente se cultivan al aire libre en viveros, con una protección ligera bajo plásticos o en un invernadero con temperatura controlada. Estas plantas se suelen vender con o sin maceta para ser trasplantadas al jardín o simplemente ubicadas como planta de interior.

Guadaña

La guadaña, dalle o dalla manual es una herramienta agrícola compuesta de una cuchilla curva ensartada en un palo, usada para segar hierba, forraje para el ganado o cereales. La Guadaña mecánica o moto guadaña es una herramienta de corte motorizada, el corte lo realiza con un hilo de nylon o cuchillas afiladas que funcionan a gran velocidad, es accionada por gasolina o electricidad. El motor conduce una lámina dentada que resbala hacia adelante y hacia atrás horizontalmente a través de los dientes inmóviles para producir una acción del siso. Hay manijas para permitir que la máquina sea controlada por un operador que camina detrás de ella.

Fuente de consulta:

-https: //www.fao.org
-https://www.asohofrucol.com.co
-https://www.trichodex.com/metodos-y-tecnicas-de-control-fitosanitario-para-los-cultivos.

RECURSOS:

Físicos:

4 machetes, 5 azadones, 1 palines, 2 palas, 1 guadaña, 60kilos de compost, 1 segueta, 1 carretilla, 2 rastrillos plásticos, 1 rastrillo metálico.

Humanos:

Tallerista agro y ciudadanos.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Las ciudadanas y los ciudadanos habitantes de calle entienden sobre áreas comunes como áreas para el sano esparcimiento y espacios dende se puede cambiar la rutina de diario vivir y realizar actividades que los puedan integrar con otros para recrearse o para distraerse.
- Los participantes aprenden que al desarrollar la corresponsabilidad del mantenimiento de las áreas comunes aporta para que su comunidad pueda estar en mejor presentación y libre de desechos biodegradables que son tratados en el compost.
- Cada ciudadana y ciudadano habitante de calle entiende que al realizar los trabajos de limpiezas y mantenimientos de las zonas regula sus estados de animo y maneja su ansiedad para poder integrarse a la comunidad y entender que pueden crear habilidades con herramientas para la jardinería, mantenimiento de árboles frutales y fertilizaciones para cada área frutales y ornamentales con los abonos orgánicos que salen del compost.

Cuantitativos:

- Lunes 24 de enero participan 14 hombres, 1 mujer, se realiza poda de césped al entorno de la comunidad quedando listo para la recogida del césped.
- Martes 25 de enero participan 14 hombres 1 mujer, se realiza recolección de residuos de podas de césped para ser llevados al área de descomposición.
- Miércoles 26 de enero participan 14 hombres 1 mujer, se realiza plateo de los árboles frutales.
- Jueves 27 de enero participan 14 hombres 1 mujer abonado de árboles frutales y plantas
- Viernes 28 de febrero participan 14 hombres 1 mujer podas y deshojes de jardines y ornamentales.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Orozco

Registro fotográfico

Nombre de actividad: limpieza de áreas comunes.
Línea de atención 2: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 24-25/02/2025
Tipo de actividad: Taller





Registro fotográfico

Nombre de actividad: limpieza de áreas comunes.
Línea de atención 2: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 26-27/02/2025
Tipo de actividad: Taller





Registro fotográfico

Nombre de actividad: limpieza de áreas comunes.
Línea de atención 2: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 28/02/2025
Tipo de actividad: Taller





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: 24-02-2025

5. Hora: 8:45 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	76190474	KELSON WILCHES	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80816988	MIGUEL CRUZ	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						MIGUEL CRUZ
3	CC	79722489	alvaro antonio Velasquez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						alvaro velasquez
4	CC	1145784358	ALEJANDRO MORENO	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79895075	HUGO MOLINA	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80926773	JOSE ORTIZ SIERRA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						JOSE
7	CC	79769122	HELBERTH CUARÁN	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	72182749	EDWAL BIDOY	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						EDWAL
9	CC	1072412586	DIEGO ESPITIA FLORES	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	7963192	LUIS FONTECHA	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80156655	JHON GOMEZ	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	19482048	Edgar RIZO T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						Edgar Rizo
13	CC	39565631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	9050488	leonardo Fabio V.R	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	8190362	Francisco Pulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Figueroa Posada

14. Cargo o rol del responsable: tallerista Apoyo

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_v2_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

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: 25-02-2025

5. Hora: 8:45 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1019014447	Nelson Gilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	91081696	Miguel Cruz	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					MIGUEL CRUZ	
3	CC	79922443	Alvaro antonio Velasquez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					alvaro UH.	
4	CC	1115189358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79893057	Jhon Medina	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80926713	Jose Ortiz Sierra	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOSE	
7	CC	79769127	Hulbert Guarin	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	72182147	Edwar Godoy	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					EDWAR	
9	CC	1014472586	Diego Espitia Ramos	32	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Espitia	
10	CC	79631592	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X					LUIS A F	
11	CC	80156655	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	19487048	Edgar Rico T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edgar Rico	
13	CC	39565637	Sonia Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X					Sandra R	
14	CC	80504980	Leonardo Fabio T.R	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	8190362	Francisco Pulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Fajardo Parada

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Apoyo

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_t_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

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: 26-02-2025

5. Hora: 8:45 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1019014761	Nelson wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80816966	Miguel Cruz	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79722443	Alvaro Antonio Velasquez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1118784358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79895057	Jhon Molina	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80926713	Jose Ortiz Sierra	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79769727	Hebert Guarin	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1121821474	Edwar Godoy	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1012477586	Diego Espitia Torres	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	7463392	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80156655	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	79487048	Edgar Rizo T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	39565631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	80504980	Leonardo Febo T.R	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	8470362	Francisco Pulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Figueroa Peñuela

14. Cargo o rol del responsable: Talento Apoyo

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_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 area comunes

4. Fecha: 27-02-2025

5. Hora: 8:45 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	cc	7019014	Nelson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	cc	88816966	Miguel cruz	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	79722443	Alvaro Antonio Delaguila	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	cc	1075784358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	79895057	Jhon Molina	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	cc	80926773	Jose ortiz sierra	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	79769727	Wilbert Guerin	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	1018214776	Edwar Godoy	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	1012492586	Diego Espitia Torres	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	79637392	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	cc	80156655	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	79482048	Edgar Rizo J	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	39565637	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	cc	80504980	Leonardo Fabra T.R.	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	8190362	Francisco Polido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Esparza Portela

14. Cargo o rol del responsable: Auxiliar Apoyo

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_h_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectaran mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Compra de Area Comunes
4. Fecha: 28-02-2025
5. Hora: 8:45 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1079026747	Nelson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80816966	Miguel cruz	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					MIGUEL CRUZ	
3	CC	7972243	Alvaro Antonio Velasquez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					alvaro a. UH.	
4	CC	1115786358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	74895057	Jhon Martinez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80926773	Jose Ortiz Sierra	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOZE	
7	CC	79769727	Helbert Guarin	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1216214776	Edwar Godoy	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					EDWAR	
9	CC	1072647586	Diego Esparza Torres	32	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Esparza	
10	CC	79631392	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X					luis A F	
11	CC	80166655	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	79682048	Edgar Rizo T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edgar Rizo	
13	CC	34565631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X					Sandra R	
14	CC	80504980	Leonardo Fabio T.R.	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	8190362	Francisco Policio	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Figueroa Parra
14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Apoyo
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