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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario	**FECHA:** 14/01/2025	**HORA:** **INICIO** 02:00 PM **FINAL** 04:00 PM
ÁREA: Tallerista Cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandro Bejarano

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Musicoterapia

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar el bienestar emocional, social y físico de los miembros de la comunidad de vida, mediante la utilización de la música como herramienta terapéutica para promover la relajación, la expresión emocional, la comunicación y la cohesión social.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar la expresión emocional y la comunicación a través de la música.
- Reducción del estrés y la ansiedad.

METODOLOGÍA
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, encaminada en la línea de atención IV nombrada: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
Introducción y Conexión
1. Bienvenida y presentación: Dar la bienvenida a los participantes y presentar el taller.
2. Actividades de conexión: Realizar actividades para que los participantes se conecten entre sí y con la música.
3. Establecer expectativas para el taller.

Exploración y Expresión
1. Sesiones de musicoterapia: Realizar sesiones de musicoterapia individual y grupal.
2. Actividades de canto y música: Realizar actividades de canto y música en grupo.
3. Improvisación musical: Realizar actividades de improvisación musical y creativa.

Integración y Reflexión
1. Actividades de reflexión: Realizar actividades para que los participantes reflexionen sobre su experiencia y lo que han aprendido.
2. Compartir y cerrar: Compartir experiencias y cerrar el taller con una actividad final

Adecuación:
Se notifica a los y las participantes que el taller se realizara en quiosco de casa 1, para cual se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de cada una de las actividades.
Primer momento:
Se dará inicio al taller con la explicación los objetivos a alcanzar durante la ejecución de cada una de las actividades y la metodología a desarrollar; Se hará el llamado a los y las ciudadanas que deseen participar.
Segundo momento:
Se continuará con la explicación y retroalimentación del tema, se iniciará socializando con las y los ciudadanos de la importancia tiene para ellos la música, cada participante deberá escoger una canción que mas les guste y los motive con el fin de poderla reproducir y que ellos en sus propias palabras la puedan explicar y comentar porque esa canción los motiva, seguido se pondrá una canción de Yiruma - River Flows In You la cual es una canción instrumental donde se les solicitara a los participantes que sierren los ojos y se concentren en el sonido, expliquen en sus palabras que sensación o que emoción los hace sentir la canción donde se les explicara los alcances que puede tener la música para el diario vivir y en su vida personal transportándolos a diferentes lugares y diferentes situaciones, por el cual se les retroalimentara la importancia de saber escoger las canciones que escuchan normalmente con el fin de avanzar en su proceso.
Tercer momento reacondicionamiento del espacio
Para finalizar se realizara una actividad de meditación con música instrumental de fondo con el fin de hacer una introspección de lo aprendido durante el taller y lo que quiero dejar atrás con Técnicas de respiración que ayuden a los y las participantes a concentrarse para el regreso a la calma y se les motivara a escoger canciones que los motiven y les ayude en su proceso, se indagara frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su día.

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

TEMA
Qué es la Musicoterapia
Según la World Federation of Music Therapy (2011), **la musicoterapia es una disciplina terapéutica que utiliza la música y sus elementos (sonido, ritmo, melodía, silencio y armonía) para promover, mantener y restaurar la salud física, emocional y mental de las personas**. Esta práctica se fundamenta en la idea de que la música es un medio de expresión y comunicación para lograr objetivos no musicales. Los y las musicoterapeutas, son profesionales formados académicamente en este campo para realizar intervenciones musicales personalizadas teniendo en cuenta los intereses, las posibilidades y las necesidades de salud en individuos de todas las edades.
La musicoterapia, como fusión de la música y la terapia, es a la vez un **arte, una ciencia y un proceso interpersonal**. Es importante que esta disciplina sea concebida de modo que abarque esta multiplicidad y al mismo tiempo conserve su integridad. (Bruscia, 2007)
Si te interesa ahondar en cómo conducir terapias basadas en esta disciplina te invito a que consultes el Máster en Musicoterapia que tenemos disponible y que cada vez más alumnos quieren realizar. Puedes ver más información aquí.
Bases Científicas y Teorías que Sustentan la Musicoterapia
Numerosas investigaciones científicas han demostrado que **la música y la musicoterapia tienen efectos positivos en el ser humano** (Aguilar, 2006; Arias, 2007; Colegrove, et al., 2019; Custodio, et al., 2017, Davis, et al., 2000, Poch, 2011). La **neuroplasticidad**, la capacidad del cerebro para reorganizarse formando nuevas conexiones neuronales, también es clave en la musicoterapia (Jurado-Novoa, 2018). Estudios realizados confirman que la música y sus elementos (ritmo, armonía, melodía), tienen impacto a nivel cerebral estimulando –entre otros – los recuerdos, entrenando la memoria y una serie de aspectos cognitivos y emocionales que resultan beneficiosos para ralentizar la pérdida de determinadas funciones (Raglio, 2014; Vannay, 2022).
Otra teoría relevante es la que postula que **la música puede modular los niveles de arousal (estado de alerta)** de la persona, ya sea calmando o estimulando el sistema nervioso (Solsona, 2018). Además, la teoría de la comunicación no verbal sostiene que la música puede servir como un medio de expresión para aquellos que tienen dificultades para comunicarse verbalmente, facilitando la expresión de sentimientos y pensamientos profundos (Kim, 2016).
Beneficios Terapéuticos de la Musicoterapia
La mayoría de las personas reconocen los beneficios de la música para calmar y/o motivar. Muchas la habrán experimentado en primera persona a través de vivencias propias. En musicoterapia dichos beneficios son amplios y variados. Algunos de los más destacados incluyen:

- **Reducción del estrés y la ansiedad** en donde la música induce un estado de relajación, disminuyendo los niveles de cortisol, la hormona del estrés. (Wigram, 2011)
- **Mejora del estado de ánimo** a partir de la escucha y la participación en actividades musicales diseñadas en un programa de musicoterapia específico, pueden elevar los niveles de serotonina y dopamina, neurotransmisores asociados con el bienestar y la felicidad (Summer, 2010).
- **Estimulación cognitiva** mediante actividades musicales que pueden mejorar la memoria, la atención y otras funciones cognitivas, especialmente en personas mayores o en aquellos con enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer (Thaut, 2016).
- **Mejora de la comunicación con individuos con trastornos del habla y del lenguaje**, la musicoterapia puede facilitar la expresión y la comprensión verbal y no verbal (Vaillancourt, 2009).
- **Gestión del dolor** a partir de técnicas musicales y la adaptación del método Priestley en musicoterapia puede disminuir la percepción del dolor en mujeres con fibromialgia y mejorar su autoestima. Resignificando la sensación dolorosa y dotando de herramientas de estrategia ante la situación crónica (Vannay, et al, 2023).
- **Mejora de la motricidad** a través del ritmo y el movimiento. La musicoterapia ayuda en la rehabilitación física y en la mejora de la coordinación motora (Thaut, 2016).

Aplicaciones Clínicas de la Musicoterapia
En la práctica clínica es importante, tanto si se trabaja en salud, educación, servicios sociales o áreas más especializadas, tener definidos los criterios de derivación y las áreas de necesidades para las que la musicoterapia puede ser de ayuda y ofrecer una intervención potencialmente eficaz, y ser capaz de hacer recomendaciones concernientes a la duración de la intervención (Wigran et al., 2011 pp.161).
La musicoterapia se aplica en una amplia gama de contextos clínicos, tanto individual como grupal y/o familiares (Bruscia, 2007; Davis et al., 2012) incluyendo:

- **Centros de Salud Mental** con programas específicos para pacientes con trastornos de ansiedad, depresión, trastorno bipolar, esquizofrenia y otros problemas de salud mental.
- **Rehabilitación física con intervenciones musicoterapéuticas** dedicadas a ayudar a personas en recuperación de accidentes cerebrovasculares, lesiones traumáticas y otras condiciones que afectan la movilidad.
- **Hospitales, servicios de oncología y cuidados paliativos** con propuestas para el alivio del dolor y apoyo emocional a pacientes con enfermedades crónicas o terminales, entre otros.

- **Geriatría** a través de programas con el objetivo principal de mejorar la calidad de vida en el envejecimiento activo y también en aquellas personas con demencia o Alzheimer, mediante la estimulación cognitiva y emocional.
- **Educación especial** con sesiones de musicoterapia que benefician tanto a la infancia como la adultez con autismo, trastornos del aprendizaje y otras diversidades funcionales, promoviendo la comunicación y las habilidades socioemocionales.
- **Centros de rehabilitación de adicciones** a partir de intervenciones estratégicas y sistematizadas para ayudar a pacientes a manejar el estrés y las emociones durante el proceso de recuperación.

Estos son algunos de los contextos clínicos en donde se puede utilizar la musicoterapia con un musicoterapeuta profesional que realiza una valoración inicial, detecta los objetivos terapéuticos, diseña el tratamiento, selecciona la metodología y realiza la evaluación del proceso. Naturalmente, los objetivos y métodos varían de un escenario a otro, de un musicoterapeuta a otro (Bruscia, 2007).

LA IMPORTANCIA DE LOS USOS DE LA MÚSICA EN LA VIDA DIARIA

La **música** con su **ritmo**, **armonía** y **melodía** siempre ha acompañado a todas las sociedades a lo largo de la evolución. Y es que la música no deja de ser un **lenguaje universal** que causa siempre el conocido efecto de acción-reacción, siempre hay una sensación ante una melodía. Lo cierto es que es uno de los factores más influyentes, además de uno de los principales motores de sentimientos y reacciones, debido a la actividad cerebral que reproduce en las personas. Cualquier actividad con música se hace mucho más llevadera ya que su escucha proporciona una reducción constante del estrés y una sensación de tranquilidad que permite adquirir el confort y la comodidad necesarios para poder llevar a cabo las actividades. ¿A ti también te pasa?

Existen tantos tipos de música como gustos en el mundo. Y es que no para todos es relajante el mismo tipo de música. Está demostrado que la música tiene influencia directa sobre las emociones y los estados de humor de las personas. Por regla general, tras escuchar música disponemos de una actitud positiva frente a la vida. Pero **la música tiene multitud de beneficios para el día a día**. A continuación, te los contamos todos:

Usos y beneficios de la música para el día a día

- **Estimula la actividad cerebral**. La música, además de ser uno de los elementos que más placer genera, libera dopamina, la cual estimula el circuito cerebral subcortical encargado de **generar respuestas a nivel emocional**. Así, cuando los sonidos entran por el conducto auditivo llegan hasta las redes neuronales del cerebro donde se producen respuestas de control y de ejecución de movimientos.
- **Impulsa el aprendizaje**. Los recién nacidos responden antes a las melodías que a los estímulos de sus propios padres. Los dibujos animados suelen incluir canciones porque el manejo de los ritmos permite a los niños la memorización de la información y de los conceptos de una manera más rápida y sencilla. La práctica de la música permite el **desarrollo de la motricidad**, es decir, la **coordinación de los movimientos** y la **orientación en el espacio**.

También son destacables las numerosas ventajas para los músicos. Y es que aquellos que practican música desde edades tempranas tienen una mayor capacidad de memoria.

- **Aumenta la concentración**. Muchos ven incrementada su **capacidad de concentración** al escuchar música instrumental mientras estudian o realizan trabajos. La música es una técnica de estudio más a través de la cual las tareas se hacen más llevaderas. La música clásica también permite mejorar en un corto período de tiempo la memorización de las tareas ya que su ritmo pausado propicia un efecto calmante y una atmosfera de aprendizaje ideal.
- **Fomenta la positividad**. La conocida como **musicoterapia** es utilizada ya por muchos profesionales para tratar procesos y conductas emocionales. La musicoterapia permite por medio de la exploración de los propios sentimientos realizar cambios de ánimo, aumentar el control sobre las propias emociones, mejorar la sociabilización y aprender a poner en práctica las habilidades para resolver de manera autosuficiente los problemas. De esta forma se trata de mejorar trastornos, deficiencias o problemas psicológicos a través de la música. Ello se consigue gracias a que las melodías tienen una influencia directa sobre el estado de ánimo.
- **Elimina el estrés**. La música es un remedio eficaz para **eliminar los niveles de estrés**. A la música se la reconoce en muchas culturas como un tipo de medicina recuperativa en aspectos afectivos y mentales. Los especialistas han demostrado a través del estudio interno de sus beneficios que la escucha activa de música tiene una influencia positiva sobre el sistema nervioso. Hablamos de la reducción de los latidos del corazón, de una respiración más lenta y de una sensación de tranquilidad total.
- **Aumento de la motivación**. La música está directamente relacionada con la motivación. Una fiesta sin música no es entendida como fiesta, lo mismo ocurre con una clase de baile sin música. La música nos acompaña en nuestras vidas pero es sobre todo durante la **ejecución de actividades físicas** cuando alcanza su máximo nivel motivacional. Los ritmos fuertes, latinos, electrónicos y repetitivos son clave para la motivación general durante actividades como el running, la musculación, el baile o cualquier otro tipo de deporte.
- **Ayuda a conciliar el sueño**. La música, en su mayoría pausada, es utilizada por una parte de la población para llegar a **conciliar el sueño**. Muchos son los que no entienden una noche sin música una vez acostados en la cama. Esto se debe a que la música produce una serie de sustancias químicas en el cerebro que ayudan a alcanzar la relajación total y a eliminar tensiones, fomentando así una respiración más calmada y una sensación de bienestar que ayuda a conciliar el sueño de una manera más rápida.

La música continuará formando parte de nuestras vidas y de la sociedad en general como disciplina cultural. Pero, sobre todo, será la **transmisión de generación en generación** la que permitirá el mantenimiento de la música en el tiempo como un sello de identidad. Por tanto, la música se mantendrá como la fuerza creativa, comunicativa y emocional primordial del planeta

FUENTES

https://www.isep.es/actualidad/musicoterapia-respaldada-por-la-ciencia/
https://www.zasmusic.com/blog/la-importancia-de-los-usos-de-la-musica-en-la-vida-diaria-b746.html

RECURSOS

Recursos Humanos

- Tallerista, participantes

Recursos físicos

- Sillas, bafle, hojas, lápices.

RESULTADOS

Cualitativos:
Dando cumplimiento a los objetivos, en este taller se contó con una excelente participación por parte de las y los asistentes, donde se logro dar a conocer y entender la importancia que tiene la música y sus afectaciones tanto como positivas como negativas dependiendo del ritmo y letras que escuchen, también se logró evidenciar una gran aceptación con la meditación generando un espacio seguro generando bienestar emocional, social y físico.

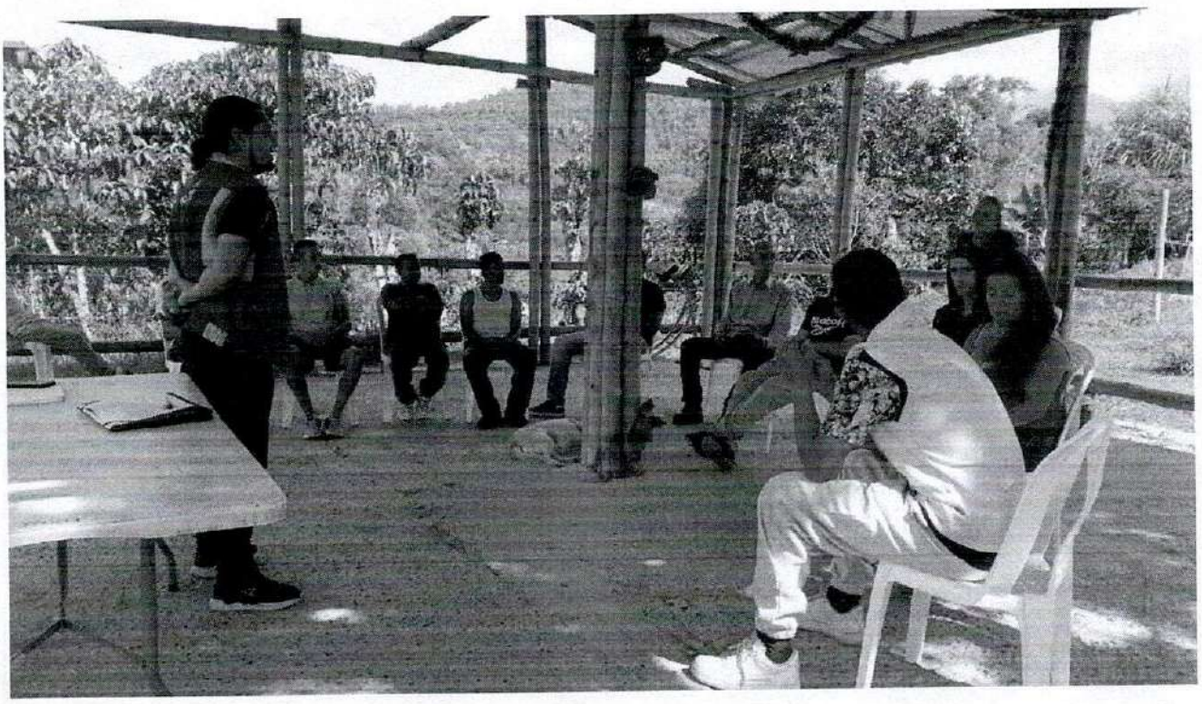
Cuantitativos:
Ingresan al taller catorce (14) participantes distribuidos de la siguiente manera, dos (2) mujeres, doce (12) hombres todos con buena disposición.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN IV: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.
ACTIVIDAD TRANSVERSAL
14/01/2025
MUSICOTERAPIA





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: musicoterapia

4. Fecha: 14/01/2025

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 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	79995804	Jair Cerro	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1026585172	Diego Armando Prieto	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80911369	LUIS PARRA	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1145784350	Alejandro	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	8726726	Jose Caballero	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79769127	Heiberth Guarín	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	TI	1026588211	Diego Rondón	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	9842739	Juan Ramon Pacheco	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1023944489	Juan Sebastian Calletas	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	45560160	milena Correa	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1030547452	ANA Buitrago	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79971358	Heim Sicica	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1013639057	NIAYERLI Gonzalez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1030594485	yoman Hernandez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro Bejarano

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Cultura

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 14/01/2025	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 04:00 pm
ÁREA: Trabajo social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sonia Rodríguez Hamón	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Autonomía en el proceso			

OBJETIVO GENERAL:

Promover el desarrollo de la autonomía en las y los ciudadanos mediante la provisión de herramientas, conocimientos y estrategias que les faciliten identificar y superar sus limitaciones, gestionar de manera responsable e independiente sus actividades diarias y resolver problemas cotidianos con eficacia.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar y superar sus propias barreras o limitaciones, lo que les da mayor control sobre su proceso individual.
- Proveer conocimientos y recursos que permitan a los participantes resolver problemas cotidianos relacionados situaciones cotidianas.
- Potenciar habilidades de autogestión a través de herramientas y técnicas que brinde responsabilidades diarias de manera independiente.
- Fomentar la autonomía permitiendo que las y los ciudadanos desarrollen habilidades prácticas para gestionar su vida cotidiana sin depender excesivamente de otros.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la Línea IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida se implementará la metodología teórico-práctica. La actividad se desarrollará en tres momentos clave. El primer momento estará enfocado en promover e identificar situaciones cotidianas, creando un espacio de diálogo seguro y confiable que facilite la toma de decisiones. Durante esta fase, se fortalecerán las habilidades básicas de los participantes. Además, se llevará a cabo una dinámica de integración o "rompehielos", diseñada para fomentar una interacción social adecuada, asertiva y enriquecedora entre los miembros del grupo.

- **Adecuación**: Se acondicionará el espacio destinado para la actividad, el cual se encontrará en el aula de Artes.

- **Primer momento:** Antes de dar inicio al taller y como estrategia de espera a la presencia del grupo completo se brinda un juego simple, el cual incentiva el conocimiento sobre cultura general de los participantes, con esta pequeña actividad se busca el interés y el dinamismo de las personas que se van acercando, cuando ya se cuenta con el grupo completo se da inicio con actividad rompe hielo realizando un acertijo, inicia la profesional diciendo "Ayer me fui de compras y vi unos zapatos rojos muy lindos me gustaron mucho y los (**hilos**) compre. ¿Qué compre?, esta actividad dispone de mucha atención, puesto que menciono el elemento que compro dentro de la oración. Adentrándonos en un espacio confiable y seguro, creamos las condiciones ideales para iniciar el trabajo sobre la autonomía.
- **Segundo Momento:** ¿Se realiza un breve abordaje sobre el concepto clave de tema y es la Autonomía, realizando preguntas como que es? Y como se expresa en el diario vivir, luego responder de forma grupal dichas cuestiones realizada por la profesional, se indica que a cada

persona presente se le entregará una tarjeta, allí encontrara una pregunta relacionada con el tema, la cual deberá responder, de acuerdo a las indicaciones que encuentre en dichas tarjetas. Las tarjetas contaran con las siguientes preguntas:

1. ¿Se nace con Autonomía? ¿Qué piensas?
2. ¿Cómo fortaleces tus redes de apoyo?
3. Pregúntale al grupo. "Cotidianamente tomas decisiones, pero ¿cuántas son autónomas y cuantas no lo son?"
4. Reafirmo y Ordeno. Al decir y actuar de forma autónoma se favorece el ejercicio de libertad el control de acciones y decisiones. ¿Qué opinas de esta afirmación?
5. La autonomía también da lugar al fortalecimiento de autoconocimiento basado en la valoración de los propios logros. ¿Qué opinas de esta afirmación?
6. La autonomía es la capacidad que tiene un individuo de sentir, pensar y tomar decisiones por sí mismo. Explica el concepto anterior.
7. Menciona ¿Cuáles son las características de una persona autónoma?
8. Reflexiona ¿Estas tomando las mejores decisiones que favorecen tu proceso?
9. Lee el siguiente enunciado. "Asumiendo el compromiso y la responsabilidad de actuar en función de lo que nos preocupa o nos interesa"
10. Falso / Verdadero. ¿La autonomía es uno de los bienes más preciados que puedes alcanzar?
11. Responde ¿Estoy siendo autónomo en mi proceso actual?
12. ¿Cuáles son las recomendaciones para fomentar la autonomía en comunidad?

Los participantes deben leer la tarjeta que les correspondió en voz alta y responder de igual manera, después de la explicación verbal se abre el espacio para el debate y llegar a reflexiones y conclusiones con el apoyo y orientación de la profesional.

- **Tercer momento:** Para el tercer momento la profesional pedirá al grupo que formen 6 subgrupos y les solicitará la atención plena de todos los participantes, indicando que van a escuchar una historia y luego fomentar un dialogo sobre ello.

¨Juan llevaba 6 meses en tratamiento, había logrado mantenerse alejado del alcohol, se sentía mejor consigo mismo. Había aprendido a manejar el estrés mediante el ejercicio y la meditación. y cada día sentia que está más cerca de retomar el control de su vida. Un viernes por la tarde mientras salía de su trabajo. Juan recibió un mensaje de su viejo amigo era Carlos, con quien había compartido muchos momentos antes de entrar al tratamiento. Carlos lo invito a una fiesta en su casa, asegurándole que sería una noche tranquila. Sólo nosotros, como en los viejos tiempos, decía el mensaje.

Juan se sintió tentado, no había visto a Carlos en mucho tiempo y la idea de revivir esos momentos de amistad lo hacía sentir nostálgico. Además, pensó que estaba lo suficientemente fuerte para manejar cualquier situación, pues había avanzado mucho en su tratamiento. Sin embargo, en el fondo de su mente, una pequeña voz le advertía que regresar a esos ambientes, podía ser riesgoso. Pero tras unos minutos de duda, decidió ir, ¨Sólo una vez más, no va a hacer daño¨, pensó él. Al llegar a la fiesta, las cosas parecían ir bien, al principio se encontró con viejos amigos, conversaron, rieron y se pusieron al día. Pero a medida que avanzaba la noche, empezaron a sacar bebidas alcohólicas alguien mencionó el consumo de marihuana. Aunque la fiesta inicialmente parecía tranquila, la presión aumentaba gradualmente. Juan se sintió incómodo, pero al ver que todos estaban relajados y nadie parecía preocuparse, se permitió un trago, luego otro y después alguien le ofreció una pequeña cantidad de marihuana. Sin pensarlo tanto. Aceptó. Al principio se sintió bien, pero rápidamente los recuerdos del pasado empezaron a invadirlo. Empezó a sentirse que había perdido el control y que todo lo que había logrado se desvanecía.

A la mañana siguiente, Juan se despertó con resaca y un fuerte sentimiento de culpa, sentía que había retrocedido en su proceso y que había fallado a sí mismo. Decidió llamar a su terapeuta para contarle lo sucedido, pero se sintió avergonzado y con miedo de ser juzgado¨.

Finalizada la historia a cada grupo se entrega una pregunta que deben analizar y responder.

1. ¿Qué decisiones crees que tomó Juan que lo llevaron a caer en este error?
2. ¿Qué pudo haber hecho diferente en cada uno de estos momentos?
3. ¿Cómo podría haber manejado mejor el momento en que comenzó a sentirse incómodo en la fiesta?
4. ¿Qué más podría haber hecho para evitar este tipo de situaciones?
5. ¿Qué crees que podría hacer Juan ahora para retomar su camino?
6. ¿Qué lecciones podemos aprender de la experiencia de Juan?

- **Cierre:** Se entregan orientaciones finales para juntos construir las conclusiones las cuales se expresan en el espacio y se recoge de cada participante su opinión sobre lo aprendido y calificar el espacio.

  Por último, se solicita amablemente dejar el lugar ordenado y limpio.

TEMAS

La autonomía es la capacidad de tomar decisiones y actuar de manera independiente, lo que tiene un impacto directo en nuestro bienestar y en el desarrollo personal. A continuación, te explico algunas razones por las cuales la autonomía es importante:

1. **Fomento de la confianza y autoestima**
   Cuando somos autónomos, nos damos el espacio para tomar decisiones y asumir la responsabilidad de nuestras acciones. Esto refuerza nuestra confianza en nuestras habilidades y nos ayuda a desarrollar una autoestima saludable. Cuanto más somos capaces de gestionar nuestras vidas, más crecemos en nuestra percepción de nosotros mismos como individuos competentes.
2. **Desarrollo de habilidades de toma de decisiones**
   La autonomía nos obliga a enfrentar decisiones, lo que nos ayuda a fortalecer nuestras habilidades para analizar situaciones, evaluar opciones y tomar decisiones informadas. Con el tiempo, estas habilidades mejoran y se vuelven más naturales, lo que permite gestionar mejor los retos y las incertidumbres de la vida.
3. **Responsabilidad y madurez**
   Ser autónomos implica asumir la responsabilidad de nuestras decisiones y sus consecuencias, tanto positivas como negativas. Esto es un aspecto esencial de la madurez. La autonomía nos enseña a ser responsables no solo de nuestras acciones, sino también de nuestra vida en general, lo cual es crucial para el desarrollo de una persona adulta y equilibrada.
4. **Mayor motivación y satisfacción**
   Cuando tomamos el control de nuestras decisiones, las actividades que realizamos suelen ser más significativas y satisfactorias. La autonomía permite que nuestras acciones estén alineadas con nuestros intereses y valores personales, lo que a su vez incrementa la motivación intrínseca. Esto se traduce en un mayor disfrute y en una sensación de logro más profunda en lo que hacemos.
5. **Mejora en la resolución de problemas**
   La autonomía desarrolla nuestra capacidad para resolver problemas de manera independiente. Cuando enfrentamos situaciones difíciles, nuestra capacidad para pensar de manera crítica y buscar soluciones por cuenta propia se ve reforzada. Esto no solo nos hace más resilientes, sino que también mejora nuestra capacidad para adaptarnos a nuevas circunstancias.
6. **Fomento de la libertad personal**
   La autonomía está íntimamente ligada a la libertad personal. Ser autónomo significa tener la capacidad de elegir el rumbo de nuestra vida, sin depender completamente de los juicios o decisiones de los demás. Esto es fundamental para la autenticidad, pues nos permite vivir de acuerdo a nuestras propias creencias, valores y aspiraciones.
7. **Relaciones más saludables**
   Una persona autónoma es capaz de establecer relaciones más equilibradas y saludables. Al ser capaz de gestionar su vida de forma independiente, es menos probable que se convierta en dependiente emocional de los demás. Esto fomenta relaciones basadas en el respeto mutuo y la igualdad, en lugar de dinámicas desbalanceadas.
8. **Capacidad para aprender de los errores**

La autonomía también implica cometer errores y aprender de ellos. Cuando tomamos decisiones por nosotros mismos, nos exponemos a la posibilidad de fallar, pero también tenemos la oportunidad de aprender de esas experiencias y crecer. Este aprendizaje autónomo es una parte crucial del proceso de maduración.

9 **Mejor adaptación a cambios**
Las personas autónomas suelen ser más flexibles y capaces de adaptarse a cambios, ya que están acostumbradas a tomar la iniciativa y a gestionar su entorno de acuerdo a sus necesidades. Este nivel de adaptabilidad es vital en un mundo cambiante y lleno de incertidumbres.

Fuentes:

- Andújar, J. A. (2021, 18 noviembre). Habilidades que necesitas para alcanzar el éxito como autónomo. Sage Advice España. https://www.sage.com/es-es/blog/10-habilidades-que-todo-autonomo-necesita/#:~:text=Resistencia%2C%20capacidad%20de%20decisi%C3%B3n%2C%20el,alcanzar%20tus%20objetivos%20como%20aut%C3%B3nomo.
- AUTONOMÍA y RESPONSABILIDAD. (s. f.). Educacion.Navarra. https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/51352/AUTONOMIA_Y_RESPONSABILIDAD.pdf/34e7af0a-341e-47eb-b7a6-5b44a2c56a4e

RECURSOS
Físicos:

- Sillas, computador, tablero, papel periódico, marcadores, hojas, lápices.

Humanos:

- Ciudadanos, profesional en el área de trabajo social

RESULTADOS:

Cualitativos.

Durante el espacio se logra captar el interés y la adecuada receptividad durante el espacio, el participante logra realizar sus aportes verbales a través del dialogo y la comunicación de forma respetuosa, expresando sus pensamientos y opiniones sobre el tema. En el primer momento con el juego de preguntas sobre cultura general y el acertijo se logró fortalecer en el razonamiento lógico, la concentración, la memoria y la creatividad. Dentro del segundo momento con el apoyo de las preguntas orientadoras, se logró abordar en los conceptos, aclarando las dudas y las inquietudes que se presentaban en el momento, dentro de este espacio se llevó a los participantes a reflexionar sobre la importancia de fortalecer la autonomía dentro de sus procesos y desarrollo individual, en el cumplimiento del diario vivir de forma autónoma, de generar estrategias para resolver problemas que se presentan en la cotidianidad, dentro de este espacio también se incentivó a la participación de toda la población presente, donde los compañeros se mostraron receptivos con los comentarios de los demás, se incentivó a la comprensión de la lectura. Y durante el último espacio con le lectura de la historia, se evidencio al grupo atento e interesado, cada uno de ellos brindo su opinión para la resolución del problema, generando hipotéticas situaciones de como afrontarían una situación similar, dentro de este espacio se habló sobre factores de riesgo, factores protectores, de resolución de conflictos y la importancia de identificar situaciones que afecten el proceso actual.

Cierre

Como cierre del espacio se realizan con el grupo conclusiones del tema trabajando, se establecen compromisos que aporten de sus procesos individuales, como el fortalecimiento de la autonomía para cumplir el diario vivir y se brindan estrategias para el cumplimiento de objetivos propios. Se solicita que expresen lo aprendido y evaluación al espacio donde refieren sus opiniones positivas. Se les recuerda la importancia de cumplir con los horarios.

Cuantitativos

Se contó con la participación de 18 ciudadanos y ciudadanas: de los cuales se contó con 15 hombres, 3 mujeres y 3 personas hacen parte de la comunidad LGBT.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Sonia J. Ramón

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

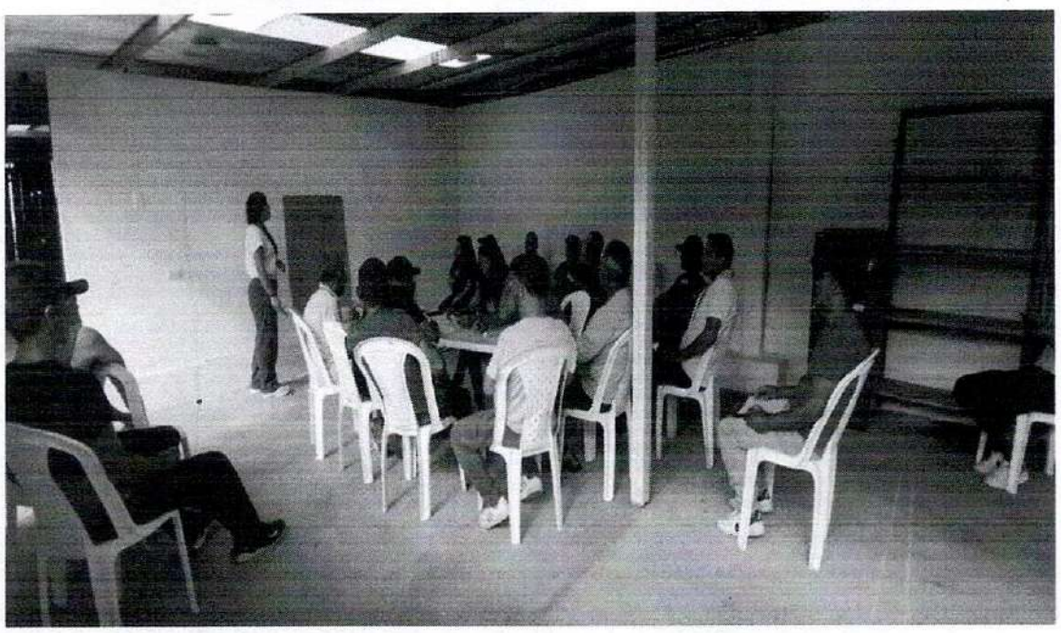
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Autonomía en el Proceso

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

Fecha: 14/01/2025

Tipo de actividad: Etapa II





Etapa 2

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Autonomía en el Proceso.
4. Fecha: 14/01/2025.
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	8003464	Oscar Javier Martinez	45	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
2	CC	79374180	JUAN MOTTA	59	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
3	CC	1128046663	JOHAN COGOLLO	39	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
4	CC	79939962	Fabio Bareño	59	No Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
5	CC	1088338875	David callo	33	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
6	CC	1019045113	Arley Arenas	35	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
7	CC	52379789	Cristina Salgado	47	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
8	CC	1014704140	Nelson [illegible]	29	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
9	CC	1016065558	Cristian Lopez	30	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
10	CC	1015431937	Daniel Castillo	32	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
11	CC	80704459	Michael Luis Valencia d.	37	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
12	CC	80748934	Anderson MUÑOZ	39	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
13	CC	80746891	Manuel Chaparro	46	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
14	CC	80504990	Leonardo Fabio Velasquez	54	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
15	CC	52908309	Claudia Acosta	43	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
16	CC	52875673	Lorena Guerrero	48	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
17	CC	1115068631	Manuel A B	36	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
18	CC	1883968	Jose Cozo	63	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
19																
20																

13. Nombre del responsable: Sonia Rodriguez Ramón
14. Cargo o rol del responsable: Trabajo Social
15. Firma del responsable de la actividad: Sonia Rodriguez Ramón.

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_v6_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:** 14/01/2025	**HORA:** Inicio: 2:00 pm Final: 04:00 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Sexualidad y afectividad		

OBJETIVO GENERAL:
Promover una reflexión sobre la sexualidad y la afectividad como aspectos esenciales para el autocuidado, la construcción de relaciones saludables y la resignificación de la relación consigo mismos, a través de un taller psicoeducativo que conlleve al reconocimiento de la sexualidad como una dimensión integral del ser humano, que abarca aspectos físicos, emocionales y sociales.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar conductas de cuidado personal y relaciones afectivas basadas en el respeto y la empatía.
- Resignificar la relación consigo mismos a partir de la autoaceptación y el autocuidado.
- Reconocer cada uno de los aspectos que abarca la sexualidad y la importancia de esta dimensión en la vida de los seres humanos

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 y la introspección como alternativas para el análisis y la transformación de imaginarios. Este espacio se llevará a cabo a partir de la línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida y se desarrollará con las y los ciudadanos de Etapa 3.

Adecuación
Se adecuará el espacio del aula múltiple, en donde se convocará previamente a las y los ciudadanos a participar de la actividad. 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 realizará el alistamiento de los materiales a utilizar como las ayudas audiovisuales.

Primer momento
Se iniciará el espacio brindando el saludo de bienvenida a las y los ciudadanos, posteriormente, se indicará el tema a abordar y el objetivo del taller, seguidamente se realizará una dinámica de apertura denominada: "Mi concepto de sexualidad y afectividad", con la cual se invitará a las y los participantes a compartir en una palabra o frase que significa para ellos la sexualidad y la afectividad; las respuestas dadas por los participantes se anotarán en un papel craft, para ser socializadas y compartidas con todo el grupo. Posteriormente, se procederá a explicar la sexualidad como un concepto amplio, que incluye el autocuidado, la comunicación, el respeto y el afecto hacia uno mismo y hacia los demás, además se indicará la relación con la afectividad, para ello se hará uso de una presentación en power point.

Segundo momento
Luego de aclarar los conceptos, se promoverá un espacio de diálogo y escucha activa, en el cual se reflexionará acerca de la sexualidad en cada una de las etapas del ciclo vital y se hará hincapié en la importancia del autocuidado. Posteriormente, se llevará a cabo la actividad: "Historias que nos enseñan", en la cual Se presentarán situaciones relacionadas con relaciones de pareja, amistades y autocuidado, las cuales deberán ser leídas en grupos pequeños, quienes deberán discutir cada situación y plantear posibles conductas de cuidado y respeto. Luego de que se realicen las discusiones en los grupos de trabajo, se solicitará a cada grupo compartir las reflexiones realizadas con el resto de participantes.

Luego de hacer claridad del concepto de sexualidad como una dimensión integral del ser humano que abarca aspectos físicos, emocionales y sociales se procederá a realizar la actividad "cuidarme para cuidar", la cual consiste en que a cada participante se le hará entrega de una hoja y un lapicero, para que de forma individual puedan escribir o dibujar tres formas en las que pueden cuidar de su cuerpo, sus emociones y sus relaciones, invitándolos a que pueda implementarlas en la cotidianidad, promoviendo la responsabilidad consigo mismos y su entorno.

Tercer momento
Como dinámica de cierre se realizará la actividad: "Construyendo relaciones sanas", en la cual de manera grupal las y los participantes crearán una frase colectiva que resuma lo que aprendieron sobre el cuidado personal y las relaciones interpersonales, Para finalizar, se proyectará un vídeo denominado, "reconociendo

y aclarando mitos sobre la sexualidad", con el cual se pretende hacer claridad frente a los diferentes mitos que se pueden presentar respecto a la sexualidad, así mismo, se mencionarán aspectos generales relacionados con la conducta sexual y con el uso de las sustancias psicoactivas, indicando que el autocuidado y los hábitos de vida saludable están directamente relacionados con la salud sexual. Se cerrará con un "circulo de compromiso, el cual tiene el objetivo de que cada participante deberá compartir una acción concreta que se compromete a realizar para cuidar de sí mismo o mejorar sus relaciones.

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

Sexualidad

Al hablar de sexualidad, no todas las personas nos referimos a lo mismo, ni tenemos las mismas expectativas. Es evidente que no hemos recibido la misma información ni formación. Por tanto, pretendo que hablemos de sexualidad y afectividad, con el objetivo de ofrecerte una visión más amplia y facilitarte algunos enlaces para que puedas profundizar en el tema, en función de tus necesidades e intereses.

El sexo, está presente en nuestra sociedad en forma de chistes, conversaciones, series y películas, etc. conformando una sociedad hipererotizada e hipersexualizada. Estamos, desde mi punto de vista, muy centrados en el placer individual, contaminado por los prejuicios e ideas erróneas de la sexualidad que nos lleva a tener en muchas ocasiones comportamientos nocivos. La sexualidad es un tema que sigue rodeado de mitos y prejuicios y envuelto de información poco fiable.

Por tanto, la diana a la que habríamos de apuntar, como modelo proactivo, es integrar la sexualidad y la afectividad en la sociedad, desde un enfoque ético como modelo, implementando "la educación en la sexualidad y la afectividad". Contemplar el respeto por los derechos humanos, disfrutando de una sexualidad positiva sin riesgos.

No es una estrategia que funcionará a corto plazo, pero es la mejor, puesto que a medio y largo plazo irá cambiando paulatinamente el comportamiento de las personas. De esta manera, se habrán incorporado valores que están restringidos a una parte de la población y podremos gozar de una buena salud sexual referida al bienestar físico, psicológico y social.

Sexo, género y sexualidad. Tres conceptos distintos

Para comprender la sexualidad es imprescindible clarificar antes dos conceptos bien diferenciados, sexo y género.

¿Qué es el sexo?

Cuando nos referimos al sexo de una persona, nos estamos refiriendo a "quién soy" en su vertiente biológica. El sexo son las características que definen a la persona como hombre o mujer. Tienden a diferenciar de manera dicotómica, pero no son mutuamente excluyentes, ya que hay individuos que poseen ambos. Es universal para todos los seres humanos y no se puede cambiar, excepto en el caso de una intervención quirúrgica. El sexo genital nos proporciona poder reproducirnos.

¿Qué es el género?

Más allá de lo biológico está el género, que es una construcción sociocultural. de lo que se considera masculino o femenino y, por tanto, adquirido. Hace referencia a ideas y expectativas de las características típicamente masculinas y femeninas, dando lugar a los estereotipos, es decir, prejuicios o criterios aceptados sobre una persona o un grupo.

Con relación a estas diferencias se presupone cómo nos hemos de comportar según el sexo asignado, dando lugar a los roles de género. Por ejemplo, se espera que las mujeres sean frágiles, dependientes... y los hombres, fuertes, dominantes..., etc.

Aprendemos desde muy pequeños a qué género pertenecemos mediante los agentes de socialización (familia, escuela...), de manera que hacia los 5-6 años ya se tienen interiorizadas las diferencias, atribuyéndose roles diferenciados por sexo, que al fin y al cabo es la puesta en escena de los estereotipos.

¿Qué es la sexualidad?

La sexualidad es una construcción personal. Es amplia, única y aprendida. Comprende el sexo, las identidades, los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción y respondería en parte a la pregunta de ¿Quién me atrae?, ¿cómo me siento?, ¿qué me gusta?...

Cada persona se va descubriendo o se va sintiendo sexual progresivamente. Somos mucho más que puro instinto, ya que le añadimos la dimensión del valor humano. Cada persona vivirá su sexualidad según el momento evolutivo y el contexto en el que se encuentre. También se expresará de múltiples formas según las diversidades e identidades de género y finalidades diferentes (placer, ternura, comunicación, reproducción). Por ejemplo, en la película "la chica danesa" se describe muy bien cómo va construyendo el protagonista su sexualidad.

Diversidad sexual

Las personas que no se ajustan al modelo tradicional, heterosexual, como las personas LGTBI: lesbianas, gay, bisexuales, transgénero, transexuales, travestis, intersexuales y gente "rara" o queer son más vulnerables por sufrir un acoso basado en su orientación sexual e identidad/expresión de género.

Influencia de los estereotipos de género en la sexualidad y afectividad

Vemos en general, que a pesar de los cambios que ha hecho la sociedad, la heterosexualidad es el orden natural que impera, así como el modelo de familia tradicional.

En el bestseller de John Gray "los hombres son de Marte y las mujeres de Venus", llevada al teatro interpretado por Jordi Díaz, se refleja este modelo binario con mucho humor con la finalidad de dar una explicación del porqué nos cuesta tanto entendernos. Sin embargo, sabemos que el cerebro es plástico y se desarrolla según

las experiencias que hemos vivido, sobre todo en la infancia, por tanto, estas diferencias de comportamiento se explican por la interiorización de los estereotipos y entonces actuamos en consecuencia.
Los investigadores e investigadoras que combaten el "neurosexismo", no niegan las diferencias biológicas entre hombres y mujeres ya que el sexo es un factor biológico, pero afirman que las diferencias responden a la educación recibida.

Amor romántico y Porno

La mujer, en el modelo tradicional, hace una asociación absoluta entre sexualidad y afectividad. El hombre en cambio, lo vive como experiencias disociadas en donde la sexualidad es el elemento central y la afectividad, el periférico.
Los estereotipos no son inocentes sino todo lo contrario, tienen sus repercusiones. No nos olvidemos que fuentes de información informales como la familia, internet, los amigos, etc. reproducen mayoritariamente estereotipos machistas. Estos han mutado hacía un sexismo distinto más "benévolo" con maneras muy sutiles y, por tanto, más difíciles de reconocer y que mantienen un trato desigual e injusto de género que se extiende a la forma de vivir la sexualidad.

Fuente de consulta

Psicología Morali (Sin fecha) *Hablemos de sexualidad y afectividad:* https://www.psicologiamorali.com/sexualidad-y-afectividad/

RECURSOS:

Recursos físicos

Video beam, reproductor de sonido, computador, hojas blancas, lápices, cinta, tablero acrílico, marcadores, listado de asistencia, lapicero.

Humanos:

Profesional en psicología, ciudadanos y ciudadanas.

RESULTADOS

Cualitativos:

Las y los ciudadanos se mostraron interesados al abordar el tema de sexualidad y afectividad, indicaron que es necesario e importante abordar este tipo de temáticas, teniendo en cuenta que en muchos casos no han recibido una formación o educación en este aspecto, lo que puede afectar la relación consigo mismos, su entorno y en sus relaciones interpersonales. Identificaron que tenían un concepto sesgado sobre la sexualidad, la cual relacionaban directamente con la conducta sexual o las relaciones intimas y que el hecho de poder entender la sexualidad como una dimensión integral del ser humano permite el autoconocimiento, el fortalecimiento del amor propio y el autocuidado. A partir de lo anterior se logró dar cumplimiento al objetivo de promover una reflexión sobre la sexualidad y la afectividad como aspectos esenciales para el autocuidado, la construcción de relaciones saludables y la resignificación de la relación consigo mismos, a través de un taller psicoeducativo que conlleve al reconocimiento de la sexualidad como una dimensión integral del ser humano, que abarca aspectos físicos, emocionales y sociales

Cuantitativos:

Se contó con la participación de 2 ciudadanas mujeres y 15 ciudadanos hombres. Para un total de 17 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Ornela García

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Hernel Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO
Nombre de la actividad: Sexualidad y Afectividad
Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Etapa 3
Fecha: 14/01/2025





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: Sexualidad y Afectividad

4. Fecha: 14/01/2025

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.	52766326	Sandra Mejia	45	No aplica	No aplica	No aplica			X					Sandra M.	
2	CC.	1010.5564	Carlos Buitrago	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1032437502	ALVARO PULECIO	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	PC	8190362	Francisco Ulloa	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	52876[illegible]	[illegible]	[illegible]	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80156655	JHON GOMEZ	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	5824.830	ALEXANDER VILLA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					ALEXANDER VILLA	
8	CC.	80117370	MANUEL BAUTISTA	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80729009	Jhon RAMIREZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					JHON JAIRO.	
10	CC	79631392	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1074742389	LUIS ALBERTO	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					LUIS	
12	CC	8027738[illegible]	[illegible]	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	79685313	ERICK NIETO	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	19482048	Edgar RIZO T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edgar Rizo.	
15	CC	80236[illegible]	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	10532108	Omar Pantoja	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	7496[illegible]	Efrain Aponte	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Daniela García Ramírez

14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga

15. Firma del responsable de la actividad: DANIEGAR

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** **14**/01/2025	**HORA:** inicio:2:00 pm Final: 4:00 pm
ÁREA: TERAPIA OCUPACIONAL	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Elena Figueroa Salamanca

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ELABORACION DE HOJA DE VIDA

OBJETIVO GENERAL:

- Generar una herramienta que le permita a los participantes reconocer cual es la documentación y la forma correcta de elaborar y presentar una hoja de vida, teniendo en cuenta su próxima inclusión social y/o laboral.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Dar a conocer cuál es el listado de documentos que deben ir dentro de la hoja de vida para postularse a cualquier cargo-
- Informar sobre el orden en el que deben ir los documentos dentro de la carpeta de hoja de vida de cada ciudadano.

METODOLOGÍA:

Se utilizará la metodología teórico - práctico; a través de la cual los ciudadanos adquirirán conocimiento, estrategias y herramientas que le permitirán una inclusión social y laboral exitosa. La línea de atención es la Iv :dinamización de la atención integral basada en comunidad, etapa cuatro

Adecuación

Para la realización del taller, se realizó una revisión bibliográfica de la temática para adecuarla y posterior transmitirla a los ciudadanos.

Primer momento:

Se trasladan los ciudadanos hacia el kiosco, donde se ubicarán en sillas a modo de teatro. Se pasará la lista de asistencia para que sea diligenciada.

Segundo Momento

Una vez están organizados, se explica la temática con los pasos y pautas a tener en cuenta.

Tercer momento

Se da respuesta a las inquietudes que manifieste los participantes. Se hacen las conclusiones pertinentes acerca de la temática expuesta y los beneficios que le genera conocerla.

Reacondicionamiento del espacio

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

TEMAS:

Cómo organizar una hoja de vida

Todos sabemos los diferentes estilos de vida que existen según cada personalizada, están las personas organizadas y las que no lo son tanto. En algunos contextos de la vida esto puede influir más o menos, pero en el ámbito laboral es muy importante. Ser una persona organizada demuestra la buena capacidad de mantener bajo control las cosas, porque al final siempre se toman un tiempo en tomar decisiones para ver cuál se adecua más a la situación. Como la temática del blog se trata sobre temas laborales, vamos a dedicarle un tiempo a saber **cómo organizar una hoja de vida**, ya sea en un mismo documento o con una carpeta.

Si deseas organizar una hoja de vida en una carpeta, tal vez lo mejor sería incluirla en un folio junto a los otros documentos y certificados que se te soliciten. Como por ejemplo una carta de presentación o motivación. La carpeta para la hoja de vida igualmente sigue siendo muy útil, si deseas utilizar una debes tener en cuenta el orden. Primero se ubica la hoja de vida, ya que es el documento más importante, luego la carta de presentación y finalmente los certificados de cursos o cualquier título académico. A continuación también veremos cómo organizar la hoja de vida dentro del mismo documento, para presentar la información de forma adecuada.

Cómo organizar una hoja de vida en un documento Word

La organización de la hoja de vida depende del diseño que se elija y de su estructura. En una situación normal, o sea para un empleo típico la información debe seguir el siguiente orden.

1. Datos personales y de contacto

2. Presentación personal breve
3. Experiencias de trabajo antiguas y actuales
4. Formación académica
5. Habilidades y aptitudes
6. Conocimientos
7. Idiomas
8. Manejo de informática
9. Referencias
10. Otros datos de interés general

Con nuestros ejemplos de hoja de vida podrás ver mejor reflejado como se organiza y ordena una hoja de vida, ya que tienen un formato en Word y vienen con datos de relleno. También puedes seguir cada uno de nuestros artículos en el blog del sitio, donde contamos con toda la info necesaria para armar una buena hoja de vida.

Cómo organizar una hoja de vida con poca información:

Es muy común encontrarse con hojas de vida con poca información debido a las pocas experiencias del profesional. Pero esto no es un impedimento a la hora de ordenar la hoja de vida. Como primer paso tendríamos que mantener el orden que ya hemos expuesto en el punto anterior pero con la diferencia que habría que quitar aquellos datos que no se tienen.

Luego, para que la hoja de vida no de la sensación de vacío o de que esté incompleta, se pueden extender otras secciones a las cuales uno desde un principio no le daría tanta prioridad. La idea es que la hoja de vida ocupe como mínimo una hoja de información útil, no vale poner cualquier cosa solo para llegar a ese punto.

Otros punto interesante para organizar una hoja de vida sin experiencia y con poca información que poner, es utilizar una plantilla linea, nada de dos o tres columnas. Una lineal hará ocupar más espacios en el currículum, y dará la impresión de que tiene más información que una de dos o más columnas.

Cómo organizar una hoja de vida muy larga

También tenemos el otro extremo, qué pasa con las hojas de vida muy largas ¿Son beneficiosas o no lo son? Por lo general son difíciles de organizar y muy estresante leerlas o interpretarlas. Si tienes una hoja de vida con mucha información lo ideal es que no te extiendas mucho por cada dato, solamente debes poner lo necesario. Incluso si puedes sacar información vieja o poco relevante para el puesto de trabajo al que quieras aplicar es la mejor idea. Recuerda no superar las dos hojas, porque seria abrumador para un reclutador leer una de cientos de datos, hasta podría llegar a la confusión y ser descartada.

En cuanto al orden de los datos, sigue siendo el mismo que en los puntos anteriores, siempre priorizando las experiencias de trabajo y la educación. Pero en un caso así lo mejor es compactar la hoja utilizando una de dos columnas para que por lo menos no se vea tan larga.

Documentación que debe anexarse en la hoja de vida:

La Hoja de Vida es tu mejor utilidad para causar una buena impresión al posible empleador y por lo tanto, su elaboración debe ser muy cuidadosa de manera que resaltes las cualidades y aptitudes que tienes para ocupar el puesto ofrecido.

Desde hace siglos se utilizan las Hojas de Vida o Curriculum Vitae –Carrera de la vida- para demostrar las habilidades y formación académica de quienes quieren acceder a un trabajo. Con el tiempo, estos documentos se han simplificado en su estructura y contenido de manera que se muestre sólo información relevante para quien está encargado de la selección de personal en las empresas.

Éstas son algunas consideraciones útiles para tener en cuenta cuando escribas tu Hoja de Vida:

Presentación:

- Hoja tamaño carta, de preferencia blanca.
- Fuente simple y legible -Times New Roman, Arial, Calibri-, tamaño promedio -12 -, interlineado 1.5 o máximo 2.0.
- La impresión debe ser clara, nítida y por ningún motivo la hoja debe estar arrugada o manchada.
- No abuses de la negrilla pues cuando se utiliza en exceso, pierde su cualidad de resaltar una frase.
- Una Hoja de Vida atractiva no deberá tener más de dos páginas. Incluir demasiada información no hará que sea más leída.
- No es necesario adjuntar los soportes académicos o laborales. Si el encargado de la selección los necesita, te lo hará saber.
- Tampoco se usa adjuntar una foto a menos que se indique expresamente. En ese caso, que sea a color y reciente.
-

Cuerpo del texto:

- Perfil. Contiene características importantes que te hacen un buen candidato para obtener el puesto. Por ejemplo: Cajero con 3 años de experiencia. Organizado y responsable.
- Datos personales, nombre completo, dirección de residencia, dirección electrónica, teléfonos fijo y celular.

- No es necesario añadir la edad, fecha y lugar de nacimiento, estado civil, tarjeta militar, pasado judicial o cédula, a menos que de forma explícita te los solicite la empresa.
- Como una forma de respeto y profesionalismo, tanto el correo electrónico como los teléfonos que suministres deben ser aquellos que puedan ser fácilmente contestados. Sobre el correo electrónico, elige uno que no incluya apodos, apelativos cariñosos o personales que resulten demasiado íntimos.
- En esta parte Inicia con el último grado obtenido y omite decir dónde cursaste la primaria y la secundaria. Se entiende que si pasaste por la universidad, debiste cumplir con estos requisitos. Sin embargo, si, por ejemplo, estás aspirando a un cargo de diseñador gráfico y cursaste un bachillerato técnico en dibujo, sí es importante mencionarlo en el currículum académico.
- Si estás cursando una carrera, debes mencionar los semestres hechos; asimismo, si estás recién graduado y tienes menciones de excelencia, puedes añadirlas pero si ya llevas 15 años de experiencia profesional, es irrelevante señalarlas.
- Experiencia laboral. Es quizás la parte más importante de la Hoja de Vida pues en ella vas a mostrar las habilidades y logros con los cuales esperas poder contribuir al desarrollo de la nueva empresa. Como en la formación académica, se inicia también con el último trabajo desempeñado e incluye para cada experiencia laboral, los siguientes elementos:
- Nombre del puesto o cargo desempeñado.
- Nombre de la empresa. Si ésta es muy conocida, quien hace la selección sabrá el tipo de trabajo al que se dedica pero si no lo es, resulta útil adjuntar la página web institucional para que se pueda verificar la información suministrada.
- Período laborado. No es necesario poner fecha exacta sino el mes y el año de ingreso y salida.
- Breve descripción de las funciones desempeñadas. Sólo las más destacadas para el puesto que quieres conseguir.
- Finalmente, escribes de manera concisa y con cifras si es posible, los logros conseguidos. Si has hecho carrera dentro de la empresa es muy importante no sólo mencionarlo, sino separar cada uno de los puestos desempeñados pues indica el crecimiento dentro de la compañía.
- Otras competencias. Finalmente, indica tus habilidades y conocimientos en términos de: idiomas que sabes y el grado de desempeño en ellos, mayor o menor habilidad en el manejo de software, competencias laborales como liderazgo, persuasión, trabajo en grupo.

Otras Recomendaciones generales:

- Es importante que la redacción sea concreta.
- No debes incluir el objetivo económico, ni el pasado salarial.
- Evita el uso excesivo de adjetivos, palabras técnicas y lenguaje coloquial.
- Indica sólo los seminarios y cursos más significativos que hayas hecho.
- Sobre todo, sé honesto a la hora de elaborar un currículum vitae.

FUENTES:
https://konpalabra.konradlorenz.edu.co/2016/05/qu%C3%A9-debe-tener-una-buena-hoja-de-vida.html

RECURSOS:

Físicos

- sillas
- mesas
- lápices
- hojas
- tablero
- computador
- video veb

Humanos

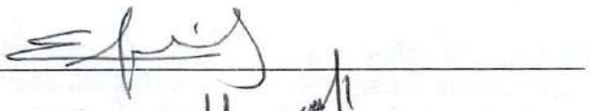
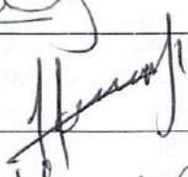
- Ciudadanos
- Terapeuta ocupacional

RESULTADOS

- Dar a conocer cuál es el listado de documentos que deben ir dentro de la hoja de vida para postularse a cualquier cargo-

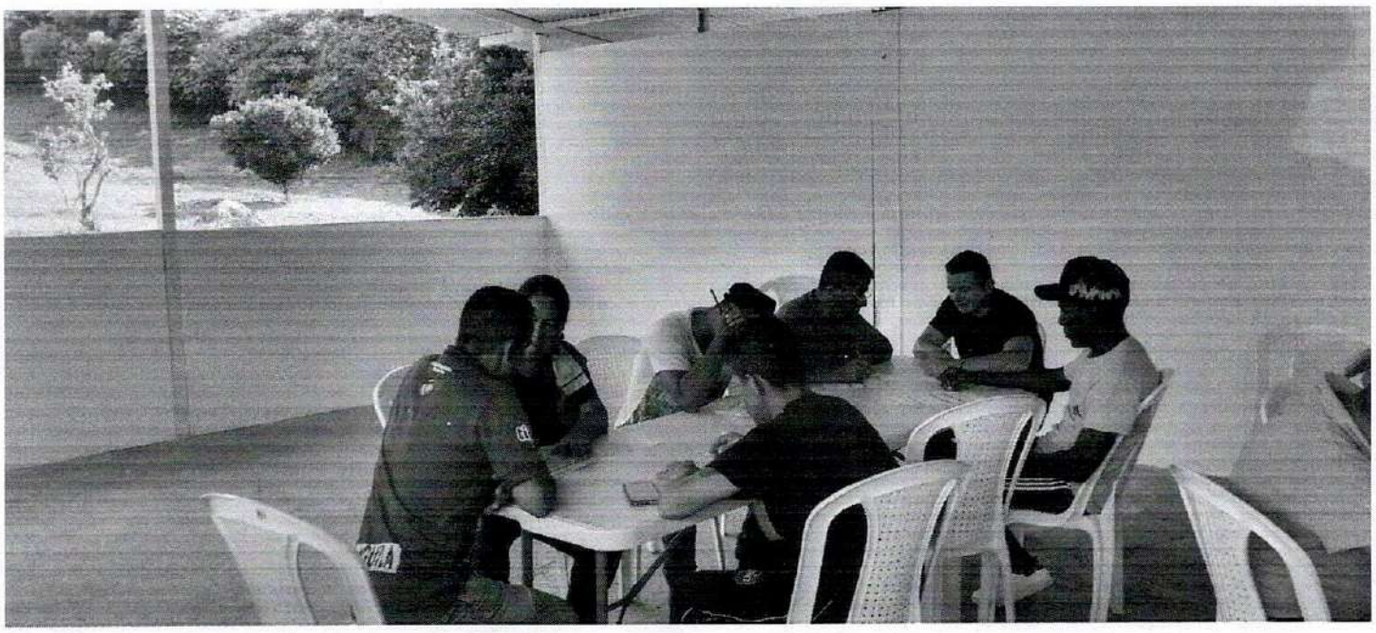
Informar sobre el orden en el que deben ir los documentos dentro de la carpeta de hoja de vida de cada ciudadano.

Cualitativos: se logra que los participantes al taller adquirieran conocimientos de como diligenciar una hoja de vida y elaborar su propio perfil ocupacional.
En algunos pocos se observaban desmotivados manifestando que nunca han trabajado y no cuentan con la experiencia para diligenciar estos datos solicitados,

Cuantitativos: con la participación de trece(13) participantes de los cuales todos son de genero masculino
FIRMA DEL RESPONSABLE:  **FIRMA COORDINADOR:**  **NOMBRE COORDINADOR:** Jose Henry Diaz G

ANEXO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DEL TALLER: ELABORACION HOJA DE VIDA
LINEA DE ATENCION LA LÍNEA DE ATENCIÓN ES LA IV DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD.
MOMENTO 4
14/01/2025





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: Habilidades ocupacionales -Elaboración de hoja de vida

4. Fecha: 14/01/2025

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	79588700	Juan Cardenas	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
2	CC	79835163	Edwin Barreto	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
3	CC	15888101	Alejandro - S.	60	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	CC	1074961928	wilber Saavedra o	33	no aplica	no aplica	no aplica			X						
5	CC	79581900	Luis Cardenas	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
6	CC	1073788697	Anyies Lozada	38	no aplica	no aplica	no aplica			X						
7	CC	1039778	Jesus Mago	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	CC	1017	SHIRLY	37	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9	CC	7144982	Elkin Perez	50	no aplica	no aplica	no aplica			X						
10	CC	1047447555	Ronald Rodriguez	32	no aplica	no aplica	no aplica			X						
11	CC	1024534763	Alvaro Perez	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
12	CC	1032	DASHANTAL Ramirez	33	no aplica	no aplica	no aplica			X						
13	CC	79512038	Giovanny Molaver	55	no aplica	no aplica	no aplica			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Elena 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_ln_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 14/01/2025	**HORA:** INICIO: 2:00 pm FINAL: 4:00 pm
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Héctor Oswaldo Pérez Pérez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Prevención del sedentarismo.

OBJETIVO GENERAL:
Sensibilizar a las y los ciudadanos de etapa 5, sobre la importancia de la actividad física, el ejercicio y el desgaste energético como coadyuvantes para disminuir el sedentarismo y aumentar su bienestar.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer los beneficios de realizar actividad física de manera regular para que las y los participantes mejoren en bienestar disminuyendo el sedentarismo dentro del servicio.
- Enseñar diferentes rutinas de entrenamiento y práctica de actividad física dentro del servicio de comunidad de vida para evitar el sedentarismo.
- Instruir a través de ayudas tecnológicas la forma de practicar acciones de índole físico como principal herramienta para combatir el sedentarismo.

METODOLOGÍA:

La actividad se llevará a cabo, a partir de la línea de atención número 4, dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que permitirá el aprendizaje de habilidades, destrezas y competencias, motivando a todos los ciudadanos de etapa 5 presentes para que disminuyan el sedentarismo y así mejorar la regulación de cargas emocionales y además su condición física y personal.

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

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

- **Segundo Momento:** Se formará el grupo en posición circular donde todos estén separados mínimo a dos metros uno del otro, para la charla previa a toda la actividad, donde describimos las condiciones, reglas y elementos necesarios para el desarrollo de este taller.
  - Teniendo en cuenta que se manejará con etapa 5, se llevará a cabo una retroalimentación con base hacia la adaptación de la actividad física reconociendo cada uno de los beneficios que conlleva la misma, se complementará por medio de ayudas tecnológicas y pedagógicas explicando el manejo, las prevenciones y los verdaderos beneficios para todo ser humano.
  - Con el fin de distensionar a las y los ciudadanos que asistan, se explicaran ejercicios básicos que se pueden realizar en un día de su cotidianidad dentro y fuera de la comunidad como lo son:
    - Movilidad articular, estiramientos, ejercicios cardiovasculares y ejercicios de vuelta a la calma; por medio de esto se pretende socializar la forma adecuada de realizar actividad física generando una adaptación al cuerpo.
- **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: Importancia de la actividad física.

La actividad física es entendida como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS, world Health Organization 2005).

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

ACTIVIDAD FÍSICA
Todas aquellas actividades que realizamos a lo largo del día en las cuales consumimos energía a través del movimiento corporal (andar, limpiar, bailar, jugar etc.)

EJERCICIO FISICO
Si la actividad física la realizamos de forma intencionada (planificada y organizada) y repetida con el objetivo de mantener o mejorar la forma física, la llamamos ejercicio físico. Según la R.A.E., podemos definirlo como "cualquier movimiento corporal repetido y destinado a conservar la salud o recobrarla".

DEPORTE
No es de extrañar que las opiniones acerca de la importancia del deporte para la salud sean tan contrapuestas. Afirmaciones tales como "¡El deporte es sano! "o "¡Práctica deporte para estar sano! ", por una parte, y "¡El deporte es la muerte!", y "¡Practica deporte o mantente sano!", por otra, solamente pueden encontrarse porque la palabra deporte tiene múltiples significados. Tanto en el lenguaje corriente como al realizar un análisis científico del deporte no existe una definición general única. El deporte se practica siempre con finalidades muy diversas.
Por un lado, existe el deporte de competición, donde el rendimiento tiene mucha importancia, organizado por las asociaciones deportivas y que podría clasificarse de la siguiente forma:
• deporte para aficionados
• deporte para rendimiento
• deporte de elite
• deporte profesional
Por otra parte, también existe el deporte para la salud, con el cual se pretende alcanzar un equilibrio, una recuperación o un buen estado físico, y que puede estar organizado de muy diversas formas, tanto como deporte popular, de ocio o lifetime.
También se distingue el deporte de determinadas instituciones, como el que se practica en el mundo de la empresa, universitario o militar, así como el deporte típico de determinados grupos de la población, como el deporte para mujeres, minusválidos, o tercera edad.
Está claro que esta gran variedad no puede ser valorada de igual forma bajo el criterio de su aportación a un buen estado de salud. Pensemos solamente en el deporte de alto rendimiento con su máxima tantas veces citada.
"ganar a cualquier precio ", donde no tiene cabida la idea de que es mejor practicar un deporte de una forma razonable y beneficiosa para la salud. Todo lo contrario, el deporte de alto rendimiento sobrepasa con frecuencia los límites de la capacidad de rendimiento y produce más perjuicios para la salud e incluso daños, demostrando que en ocasiones es cierto aquello que "el deporte es la muerte ".

Fuente de consulta:

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

https://revistas.um.es/cpd/article/view/113871; J Weineck - 2000 - books.google.com; MG Jiménez, P Martínez, E Miró... - International journal of ..., 2008 - redalyc.org
Carless, D. & Douglas, K. (2010). *Sport and physical activity for mental health*. West Sussex, United

RECURSOS:
Físicos:

- Cancha de voleibol, balones, sillas, ropa cómoda, listado, tabla, esfero.

Humanos:

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

RESULTADOS:
Cualitativos: Durante el desarrollo del taller de desarrollo personal se evidenció gran participación en los ciudadanos asistentes al mismo, cumpliendo el objetivo de sensibilizar a las y los ciudadanos de etapa 5, sobre la importancia de la actividad física, el ejercicio y el desgaste energético como coadyuvantes para disminuir el sedentarismo y aumentar su bienestar. Se les brindo diferentes herramientas por medio de la actividad física, el deporte, el ejercicio y el desgaste energético con el fin de motivarlos a disminuir el sedentarismo en el servicio de comunidad de vida, recordándoles también que es necesario tenerlos como principal instrumento para regular sus estados de ansiedad y emocionales; de igual manera, se generó un pequeño debate con ayudas tecnológicas sobre el tema abordado y se mostraron receptivos al momento de aclarar cada una de las dudas que presentaron sobre el sedentarismo, por tanto todos reconocieron la importancia de la actividad física y el aprendizaje de temas significativos para su proceso de desarrollo personal en comunidad de vida.
Cuantitativos: Para esta actividad se contó con la asistencia de 8 ciudadanos, todos de género masculino, 4 de ellos pertenecientes a enfoque diferencial.

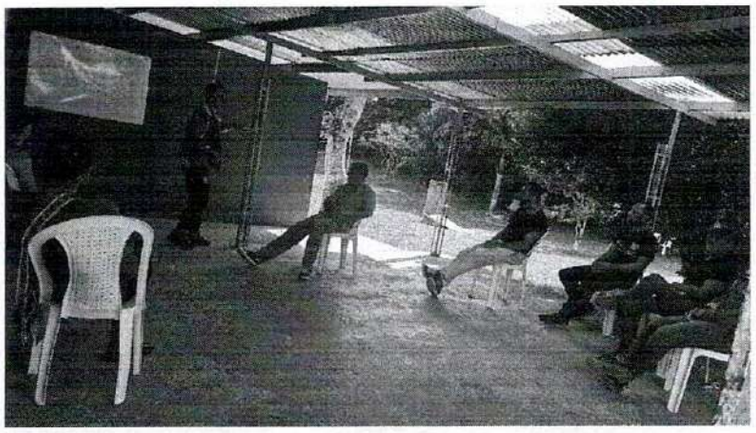
FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Diaz G

Registro Fotográfico
Prevención del sedentarismo.
Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
14/01/2025
Etapa 5







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: Prevención del Sedentarismo

4. Fecha: 14/01/2025

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	[illegible]	jonathan patiño	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	7'427671	Hector Gonzalez	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
3	CC	80.722.391	adolfo montaño	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	CC	9.680.459	Nicolas Quintero	61	no aplica	no aplica	no aplica			X						
5	CC	1.583.732	Diego A. Gil Calle	61	no aplica	no aplica	no aplica			X						
6	CC	80030633	Andres Rodriguez	43	No Aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79884692	Alejandro Villamiz	47	No Aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1136919721	DAVID NAVARRO	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					DAVID	
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Oswaldo Perez

14. Cargo o rol del responsable: Educador Físico

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/2020/politicas_publicas/20221111_lin_tr_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

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

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES 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:** 16/17/01/2025	**HORA:** 8:45 am 11:30 am
ÁREA: Tallerista	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Andrés Figueredo Peñuela	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: acondicionamiento de la parcela

OBJETIVO GENERAL:
Comprender que las acciones realizadas por parte de un grupo, dentro determinada área puede ser el acondicionamiento de una parcela, que presta un servicio importante para beneficio de toda una comunidad, resultado de un trabajo en equipo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Crear una conciencia en cada persona sobre lo importante que puede ser acondicionar el terreno en que se van a realizar trabajos diversos a posteridad para las labores que se diversifican en el agro.
- Mejorar el desempeño cognitivo de la población sobre los trabajos realizados en un acondicionamiento de tierra y la importancia de incluirse para lograr una determinada producción.
- Generar un conocimiento sobre la importancia de un espacio de trabajo que puede ser motivador para una buena integración y el desarrollo de labores que al final termine en una actividad gratificante

METODOLOGÍA:
Para la ejecución de este taller agrícola, acondicionamiento de la parcela se llevara a cabo la metodología formación por labor ejecutada dentro del método sicoeducativo por la experiencia de la ejecución, basados en la línea de atención 2 promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades con actividades transversales, en la cual, se proponen acciones de teoría y ejercicios práctica de acondicionamientos encaminados en las capacidades de los ciudadanos que les permitan fortalecer conocimientos y habilidades con las diferentes herramientas para la ejecución, azadones, rastrillos, carretilla, palas, machetes, donde aplican las técnicas para labores del área, motivándolos a que puedan hacer todos los trabajos de manera rotativa y encuentren versatilidad dentro de cada cambio que realicen y puedan compartir entre la población las experiencias.

Adecuación:
Se reunirá a los ciudadanos en un espacio establecido, que debe ser utilizado para socializar los objetivos del taller, y se les brinda asesoría para la ejecución de las actividades en el acondicionamiento de terrenos luego debe disponerse la herramienta precisa para entregar a cada persona y que este la verifique.

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

Etapa 2:
Se ejecutara supervisión y acompañamiento de las labores asignadas como, erradicación de malezas arranque de cepas y raíces, picada de tierra y encalada del terreno, labores que implican la adecuación de la parcela donde se utilizaran las diferentes herramientas como son, azadones, pala, rastrillo, machetes y carretilla, adquiriendo destrezas y habilidades en los trabajos ejecutados a partir del aprender dentro de la labor con la confianza de poder ejecutar cualquier oficio o acción bajo especificaciones técnicas.

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

dudas y dificultades en la ejecución del taller, seguido se hace retroalimentación del ejercicio y recomendaciones según el desempeño de cada ciudadano.

Reacondicionamiento:

Se le indica a la población dejar las zonas de trabajo libre de basura, 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:

Acondicionamiento de la parcela

Se realiza trabajo labores culturales las cuales consisten en limpieza y corte de malezas del terreno, limpiar para pasar luego a recoger y ver más despejada el área, las labores realizadas son importantes porque de esta forma se denomina fácil la superficie y se continua con el tratamiento de la tierra que debe ser picada y aireada para después sea tratada con la cal agrícola y seguido nivelada estas labores dan la forma y el aprovechamiento del espacio delineado con anterioridad.

Corte de malezas

Es una labor cultural que se ejecuta como control o eliminación de malezas del área de la parcela por que el método de cultivo que se trabaja en la parcela lo requiere dentro de los diferentes trabajos a realizar y empezamos a dar una solarización al terreno.

Erradicación de malezas

Dentro de nuestro sistema de siembra de la parcela se tiene que hacer una erradicación de toda la zona delineada para la parcela, y como labor principal es la erradicación de todo lo que se puede encontrar en la superficie como malezas en brotación y troncos de los cortes realizados en el trabajo anterior. Al hacer esta erradicación tenemos que ejecutar un barrido de todo el material que salió y queda sobre la superficie estas se acomodan en las orillas de la parcela y así esta da a otro punto de solarización sobre la capa vegetal del terreno.

Picado y espolvoreo de tierra

Para empezar este picado de tierra siempre se debe ubicar un punto de referencia y partida para que la parcela tenga un alineamiento de tierra o con la capa vegetal que sale esta labor consiste en remover la capa de suelo que tiene una materia vegetal aprovechable para el cultivo, seguido esta labor también se está ejecutando una acción paralela y es la del espolvoreo que consiste en dejar lo más suave posible el picado y no dejar tan grueso el volteo que se realiza con los azadones o con las palas aquí en la ejecución de esta acción vamos a dejar la tierra para aireada y desinfección solar.

Solarización del suelo en la parcela

Esta no es una labor es una acción alterna que se ejecuta por los trabajos realizado a lo largo del proceso, tenemos la primer participación del sol cuando se hace la poda o corte de las malezas luego con la erradicación de todo el material que tiene la capa vegetal y seguido a esto con la picada de tierra y espolvoreo y es aquí donde el sol hace su participación más significativa porque ayuda que la tierra se a optima y aprovechable al cultivo en cuanto a la participación de los microorganismos que ayudan a la descomposición y mineralización de elementos para el cultivo que estará ubicado en la parcela.

Aplicación de cal al terreno

Al continuar los trabajos del acondicionamiento de la parcela se realiza una aplicación directa de cal agrícola que resulta ser una parte importante durante el desarrollo del proceso de acondicionamiento de la parcela puesto que aquí se nivela el PH del suelo y se controla mucho insecto que puede afectar el cultivo en su germinación o al crecimiento y hace que la mineralización de algunos elementos en el suelo vegetal pueda ser asimilados por el cultivo.

Nivelación del terreno

A continuación, procedemos a nivelar el terreno, en esta parte se acomoda en forma de barrido la tierra y se va moviendo hacia donde se ve que puede a ver mas declive o desnivel para que a futuro no se hagan huecos cuando se surquen la parcela.

Fuente de consulta:

-https: //www.gordilloscaldemoron.com
-https://www.fao.org
-https://www.serviestacio.com
-https://www.alternativascc.org
-https://www.verdecora.es

RECURSOS:

Físicos:

4 machetes, 5 azadones, 2 palas, 2 carretilla,1 rastrillos plásticos, 1 rastrillo metálico 1 pica.

Humanos:

Talleristas agro y ciudadanos.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Los participantes comprenden la importancia en las actividades del taller agro y el contacto con la naturaleza, el desarrollo del acondicionamiento de la parcela y aplicando las técnicas de corte y poda de malezas, erradicación, y picada de la tierra para poder acondicionar un terreno.
- Los ciudadanos adquirieron conocimiento sobre la importancia de trabajo grupal para desarrollo de labores que al terminar brinden en bienestar ala comunidad y beneficie sus habilidades mediante el manejo de herramientas e interacción con la tierra directamente.
- El ciudadano aplica a las labores destrezas y habilidades en el arreglo de la parcela y se integra a las actividades cotidianas del área, y desarrolla responsabilidad para las labores reflejando un buen ambiente y trabajo en equipo en el entorno de la comunidad.

Cuantitativos:

- Jueves 16de enero participan 15 ciudadanos, se realiza poda de malezas al entorno de la parcela quedando listo para la recogida, se realiza recogida de material vegetal para ser llevados a las orillas de la parcela y se procede a la erradicación de todo la parte como tronco y raíces de las malezas podadas.
- Viernes 17 de enero participan 20 ciudadanos, se realiza picada de tierra y espolvoreo luego se procede a nivelar y encalar el terreno para dejar que termine el proceso de solarización

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

Registro fotográfico

Nombre de actividad: acondicionamiento de la parcela
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha: 16/01/2025
Tipo de actividad: Trasversal





Registro fotográfico

Nombre de actividad: acondicionamiento de la parcela

Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades

Fecha: 17/01/2025

Tipo de actividad: Trasversal





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Código: FOR-PSS-795
Versión: 0
Fecha: Memo I2024020298 - 25/07/2024
Página: 1 de 1

1. Servicio social:

2. Lugar / Localidad:

3. Tema / Actividad: Acondicionamiento de la parcela

4. Fecha: 16-01-2025

5. Hora: 8:45

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	80156685	JHON GOMEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1014262640	NELSON TAPIAS	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80373873	CESAR SANABRIA	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	19482028	Edgar Rizo	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80713495	Jesús Bernardo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	7851239	Giovanny Galvis	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80246821	Manuel Chaparro	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79631392	Luis Fonseca	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	8190362	Francisco Ulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	11511420	Luis mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1014247537	Rafael Melendez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80374801	Jorge Beltran	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1024514467	Alvaro Perez	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1010555641	Carlos Zuluaga	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80148436	Rafael Riaño	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Tecnico Agro

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_c_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: Acondicionamiento de la parcela

4. Fecha: 17-01-2025

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	79631890	Luis Fortecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis A F	
2	cc	8190362	Francisco Pulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	80374807	Jorge Beltran	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	cc	1076262690	Nelson David Topias	29	No aplica	No aplica	No aplica			X					Nelson Topias	
5	cc	80756655	Jhon gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	cc	79480448	Edgar Rico T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edgar Rico	
7	cc	80746827	Manuel chaparro	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	79096015	wilson Nieto	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	80857387	Cesar Soriano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	79577420	Luis Mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis Mendez	
11	cc	70105564	Carlos Zuluaga	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	79881900	Luis cardenas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	52379784	Cristina salgado	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					Callejas	
14	cc	1025944988	Sebastian Callejas	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	7775984358	Alexander	37	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jesus Echeverdo	
16	cc	80913495	Jesus Bernardo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	cc	80036464	Oscar Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	cc	79769729	Helber Guerin	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	cc	80729609	Jhon Romores	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jhon Romores	
20	cc	80248436	Rafael Rueto	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					RAFAEL	

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Fallerista Agro

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida El Rosario	**FECHA:** 16/01/2025	**HORA:** Inicio: 8:45 am Final: 10:00 am
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Mi rincón de lectura: "El coronel no tiene quien le escriba"		

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 inicio al libro "El coronel no tiene quien le escriba", del escritor Gabriel García Márquez.
- 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 IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida y se desarrollará como grupo de interés en el cual pueden participar las y los ciudadanos de las diferentes etapas.

Adecuación
Se adecuará un espacio al aire libre, el cual permita 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 el libro elegido para el mes de enero es "El coronel no tiene quien le escriba", 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 si conocen algo relacionado con el libro, sobre el autor y en caso de que alguien ya lo haya leído se solicitará que pueda compartir aspectos generales, que permitan una introducción a la lectura. 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 a los personajes, 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 (soledad, esperanza, resiliencia). Se realizarán preguntas orientadoras como:
¿Qué sienten que el coronel está esperando realmente?
¿Qué les transmite la relación del coronel con su esposa?
¿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 creativa: cada uno deberá escribir o dibujar cómo se imaginan al coronel y su mundo, incentivando el uso de su imaginación. Se incentivará para que las y los ciudadanos compartan los dibujos o escritos realizados. 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 al aire libre, sillas, listado de asistencia, lapicero y el libro de "el coronel no tiene quien le escriba"

Humanos:

Profesional en psicología, ciudadanos y ciudadanas.

RESULTADOS

Cualitativos:

Las y los ciudadanos lograron reconocer la importancia de la lectura como un hábito que les puede permitir fortalecer las habilidades y las capacidades, así mismo, mencionaron que estos espacios les permite tener interacciones a través del diálogo con sus pares lo que puede llevar a mejorar las relaciones interpersonales; así mismo, mencionaron que la creatividad y la imaginación tienen un papel fundamental porque logran visualizar imágenes a través de la lectura lo que favorece la concentración y la comprensión lectora, mostraron interés por el libro elegido y solicitaron que el espacio pueda tener una continuación que les permita culminar el libro, con el cual se logró avanzar hasta la página 28, lo anterior, permitió dar cumplimiento al objetivo general de:

Cuantitativos:

Se contó con la participación de 1 ciudadana que se reconoce como mujer transgénero y 7 ciudadanos hombres. Para un total de 8 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: DANIELA GARCIA

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

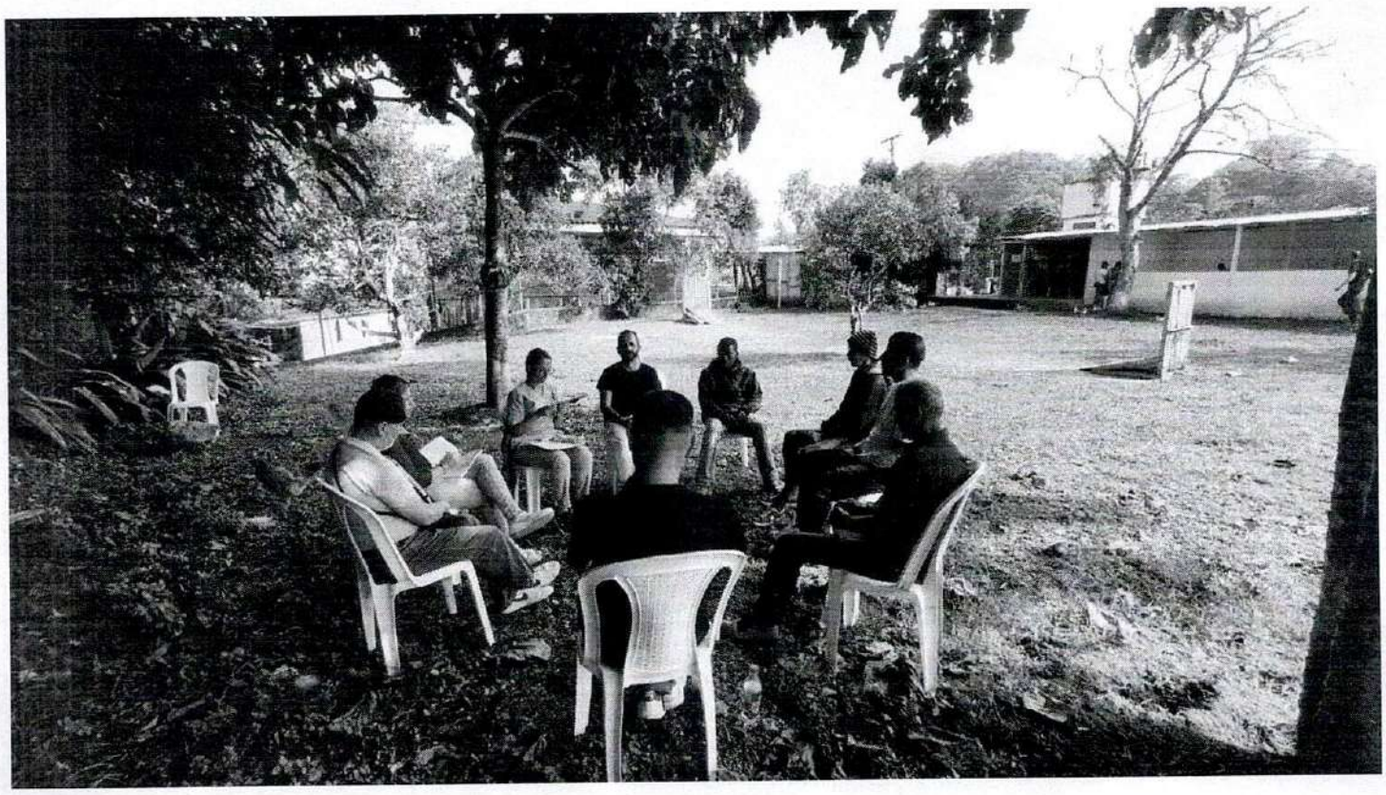
Nombre de la actividad: Mi rincón de lectura: "el coronel no tiene quien le escriba"

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

Grupo de interés

Fecha: 16/01/2025





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: "El coronel no tiene quien le escriba"

4. Fecha: 16/01/2025

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	79884697	Alejandro Villamizar	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	7444238?	LUIS ALBERTO	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					LUIS ALBERTO	
3	CC	1285582	DIEGO Armando	36	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego	
4	CC	79835163	Edwin Barreto	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					OMM	
5	CC	10532108	Omar Pantoja	70	No aplica	No aplica	No aplica			X					ALEXANDER VILLA	
6	CC	5.824.830	ALEXANDER VILLA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	8147782	JORGE GONZALES	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1.082.144.047	SHANTAL RAMIREZ	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Daniela García Ramírez

14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga

15. Firma del responsable de la actividad: DANIELA GARCÍA 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_sn_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:** 16/01/2025	**HORA:** Inicio:10:30am Final:12:00 pm
ÁREA: PROMOTORIA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	JEAN APONTE

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Hábitos de cuidado y desprendimiento.

OBJETIVO GENERAL: Promover la adopción de hábitos saludables que ayuden a mejorar la calidad de vida, el bienestar físico, mental y emocional de los y las participantes para poder desarrollar en los y las participantes mejor calidad de vida y llevarlos a un desprendimiento de sus rutinas de calle.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Lograr que los y las ciudadano adopte y mantengan nuevos hábitos que los ayuden a desarrollar su proceso en comunidad de una forma más sana
- Fomentar en los y las participantes la importancia de desprenderse de las rutinas de vida en calle y poder tener en comunidad hábitos de autocuidado personal que les ayude en su desarrollo personal.
- Incentivar a la práctica diaria de los hábitos saludables que se desarrollan durante el proceso que cada uno de los y las participantes desarrolla en comunidad de vida.
- Crear un espacio donde las y los participantes puedan expresar el por qué les cuesta desprenderse de las rutinas de calle y no se adquirir y practican los buenos hábitos que se les dan en comunidad.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. La actividad se llevará a cabo bajo la metodología de aprendizaje, la cual hace referencia a un conjunto de pasos que ayudan los ciudadanos aprender de forma activa, logrando así un aprendizaje significativo, con ello se busca que el sujeto se involucre con las herramientas básicas de autocuidado y el poder desprender de los y las ciudadanos las malas rutinas que formaron en la vida en calle esto con el objetivo que el ciudadano pueda identificar y fortalecer su conocimiento adquirido en el taller y busca que cada ciudadano logre el mayor grado de desarrollo personal posible, que los ayudara e impulsara en su proceso de inclusión social o laboral.

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

Primer momento: Se dará la bienvenida a los ciudadanos con la presentación de la actividad que se realizara luego de eso se les dará una explicación de cual serán los objetivos a llevar durante el taller, para abordar el tema de la actividad, se desarrollara una actividad de juegos de palabra lo cual consiste en que los y las participantes le den el orden adecuado a cada una de las palabras dadas, esto se realizara de manera individual buscando que cada uno de los participantes logre participar y aportar.

Segundo momento: para continuar la actividad se les proyectara un video con el fin de mostrarles y crearles conciencia de el por qué les cuesta tanto practicar los buenos hábitos ya que muchas veces en el transcurso de su procesos los practicar y luego ya los dejan a un lado, se les hará el abordaje de si se quiere tener resultados positivos en su proceso se tienen que realizar de una manera diaria, amando cada uno de ellos ya que los resultados de mantener los buenos hábitos no son notorios al comienzo sino se van viendo los resultados a lo largo del tiempo cuando se realizan de una manera constante.

Tercer momento: Se realizará el cierre de la actividad enfocando a los y las participantes en el por qué es necesario crear y mantener los buenos hábitos de vida saludable, para que cada uno de ellos creer conciencia y se enfoque en ellos dándole importancia al desprendimiento como uno de ellos ya que por su vivencia en calle mantienen esos hábitos de acumuladores y de ir guardando las cosas para luego venderlas o regarlas dejando de un lado lo importante que es mantener y cuidar su desarrollo personal.

Reacondicionamiento del espacio: Para finalizar la actividad se les realizara la retroalimentación a los y las participantes para que dejen el espacio en buen estado sin mugre y las cillas arregladas para así mismo poder realizar las demás actividades del día.

- **TEMAS: Hábitos de vida saludable**
-
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como "un estado de completo bienestar físico, mental y social", lo que supone que este concepto va más allá de la existencia o no de una u otra enfermedad. En consecuencia, más que de una vida sana hay que hablar de un estilo de vida saludable del que forman parte la alimentación, el ejercicio físico, la prevención de la salud, el trabajo, la relación con el medio ambiente y la actividad social.

- Desde esta perspectiva se puede determinar que los hábitos necesarios para llevar una vida saludable son los siguientes:

- Dieta equilibrada: una alimentación saludable se rige por incluir todos los alimentos contemplados en la pirámide nutricional, pero en las proporciones adecuadas y en la cantidad suficiente (no más) para mantener las necesidades nutricionales del organismo en función del consumo energético que éste realiza con la actividad diaria. El valor energético diario de la dieta debe ser de 30-40 kilocalorías por hilo de peso. Los hidratos de carbono deben ocupar un 50-55% de los nutrientes, con no más de un 10% de azúcares simples. Las grasas han de ser un 30% del valor energético total, repartiéndose del siguiente modo: un 15-20% de grasas monoinsaturadas, un 5% de poliinsaturadas y no más de un 7-8% de saturadas. Las proteínas consumidas no deben superar el 10% de la dieta. Finalmente, se debe aportar al organismo unos 20-25 gramos de fibra vegetal.

- Hábitos tóxicos: el tabaco, el alcohol y las drogas inciden de forma muy negativa sobre la salud. La única tolerancia se refiere exclusivamente al vino o la cerveza, de los que incluso se recomienda el consumo del equivalente a una copa diaria.

- Ejercicio físico: las recomendaciones generales determinan unos 30 minutos diarios de actividad física, siendo suficiente caminar a paso rápido durante este tiempo. Ello permite quemar las calorías sobrantes y fortalecer músculos y huesos, pero también ayuda a controlar la tensión arterial, el colesterol y los niveles de glucosa en sangre, además de contribuir a la eliminación del estrés y ayudar a dormir mejor, adquirir un estado de relajación y evitar cambios de humor, mejorar la autoestima y el estado de satisfacción personal. También puede ser un buen medio para desarrollar una saludable actividad social cuando el ejercicio se hace en compañía.

- Higiene: una higiene adecuada evita muchos problemas de salud: desde infecciones a problemas dentales o dermatológicos. El concepto de higiene no sólo se refiere al aseo y limpieza del cuerpo, sino que afecta también al ámbito doméstico.

- Equilibrio mental: no se refiere a la existencia de enfermedades mentales, sino al estado de bienestar emocional y psicológico, necesario para mantener y desarrollar las capacidades cognitivas, las relaciones sociales y el afrontamiento de los retos personales y profesionales de la vida diaria. El estrés, el cansancio, la irascibilidad, la ansiedad son, entre otros, algunos de los signos que indican que el estado mental no es del todo saludable.

- Actividad social: las relaciones sociales son un aspecto fundamental para la salud del ser humano y, en consecuencia, para un envejecimiento saludable. El aislamiento social puede llevar a un deterioro gradual e irreversible de las capacidades físicas y mentales, incluso a la incapacidad física y la demencia.
- Mantener un estilo de vida saludable integra un conjunto de buenos hábitos y conductas que modulan la vida diaria. Se trata de incorporar acciones que te ayuden a tener una buena salud física y emocional en un entorno social favorable. Esto te permitirá afrontar de una mejor manera las situaciones de estrés y ansiedad, para gozar de bienestar y vivir una vida más sana (Cecilia, et al., 2017).

- Según el Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales (NIDDK, 2019), adoptar hábitos de vida saludable puede protegerte de problemas de salud graves como la obesidad y la diabetes. Entre esos hábitos están una alimentación saludable y actividad física regular para ayudarte a controlar tu peso y a tener más energía. Incluso, después de un tiempo, estos cambios pueden convertirse en parte de tu rutina diaria.

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

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

- Consumir una dieta equilibrada.
- Tener una higiene personal (incluida la higiene bucal) adecuada.
- Tener un patrón y una calidad de sueño óptimo.
- Realizar actividad física.
- Evitar hábitos tóxicos: no fumar ni consumir drogas, no tomar alcohol en exceso y evitarlo por completo en caso de tener antecedentes de alcoholismo.
- Planificar el día.
- Mantener siempre una actitud positiva.
- Evitar el estrés innecesario.
- Aprender más cosas de la depresión.
- La persona con depresión pierde el interés por todo lo que lo rodea. Por ello, es muy importante que realice, poco a poco, actividades que sean placenteras. Al comienzo será muy difícil, ya que no tiene interés, pero con apoyo y compañía será más sencillo.

- Realizar actividad física, la que le guste. Está comprobado que el ejercicio físico libera endorfinas y estas mejoran el estado de ánimo.
- Cómo adquirir y mantener hábitos saludables

- Un hábito es una costumbre adquirida por frecuencia de repetición de un acto o, en otras palabras, es un comportamiento que se realiza de manera automática y sin esfuerzo. Por lo que un hábito saludable, son aquellas actividades que te ayudan a mejorar tu salud física, mental, emocional y social.

- Los hábitos son la mejor manera de alcanzar tus metas, sea cual sea la que te hayas propuesto y las claves para lograrlas son: la constancia, la perseverancia y la motivación. No obstante, hay ciertos hábitos que al practicarlos y adquirirlos reflejan cambios notorios en poco tiempo, entre ellos se encuentran:

- Dormir bien. Al mejorar tu higiene de sueño, notarás cambios físicos y mentales, y a pesar de que sabemos que en este periodo que estamos viviendo se puede ver afectado, tratar de regularizar lo mejor posible el sueño te traerá múltiples beneficios
- Hidratarte. Esto ayudará a que elimines toxinas de tu cuerpo y te sientas más activo
- Practicar algún ejercicio físico. Puede ser un ejercicio intenso o yoga, por ejemplo, mantenerte activo te ayudará a sentirte mejor y más relajado
- Aprender y mantener un hábito, puede resultar difícil si no ha sido incorporado en la rutina diaria. Hay ocasiones en las que te propones empezar un nuevo hábito, adquirieres todo lo necesario para lograrlo, pero, llegado el momento, aparecen algunos obstáculos que provocan que lo mantengas por poco tiempo o impiden que lo logres.

- Es importante que te plantees metas a corto, mediano y largo plazo, esto aumentará tu motivación y podrás ir haciendo seguimiento de tus resultados de manera más concreta, mejorando e identificando en el camino obstáculos que se pueden presentar.

- Incorporar hábitos saludables te convierten en una mejor persona, ya que no solo mejoran la relación que tienen contigo mismo, haciéndote sentir mejor, sino que también, te ayuda a mejorar tu relación las personas que te rodean. Por otra parte, adquirir hábitos te protegen de una serie de enfermedades, entre ellas las asociadas a enfermedades cardiovasculares.

- Lo más importante es tomar consciencia que si bien, al inicio puede resultar un poco difícil, no es imposible hacerlo, no hay que rendirse.

- Pasos para adquirir y mantener los hábitos saludables:

- Identificar el hábito saludable a conseguir. Has una lluvia de ideas y escoge un hábito que quieras incorporar o cambiar.
- Establecer metas específicas y alcanzables. Fíjate objetivos para lograr tus metas a corto mediano y largo plazo. Puedes usar el Método SMART para conseguir esto.

- Definir un plan de acción de prevención de recaídas. Crea un plan B con alternativas que puedes hacer, en caso de que sientas que no puedes empezar y mantener un nuevo hábito,
- Poner recordatorios y avisos. Coloca alarmas o notas para recordar el hábito escogido.
- Controlar y analizar el progreso. Puedes usar la técnica de calendarios diarios para monitorear tu progreso y ver como progresas en tus metas
- Premiar los logros. Cuando veas has conseguido integrar un hábito y/o mantener por un determinado periodo tiempo, puedes tener opciones de premio para recompensar todo el esfuerzo realizado.
- Recuerda siempre darte tiempo para que el hábito que quieres adquirir forme parte de ti. Todos tenemos distintos ritmos, por esto, incorpora de a poco nuevos hábitos que quieras tener, esto ayudará a que disminuya la sensación de frustración y ansiedad que podrías sentir. Fracasar no es fallar, sino que es una forma para poder mejorar, ve estos tropiezos como oportunidades de mejora para el futuro y aprende a conocerte más y saber que necesitas. ¡El cambio empieza por ti!

Bonus para mantener la motivación:

- Escribe una carta personal desde el futuro, en donde ya se haya conseguido mantener el hábito, especificando como es tu vida, que hiciste para lograr tus objetivos, cómo te sientes, qué obstáculos tuviste que afrontar si es que los hubo y otras cosas que desees agregar. De esta manera motivarás a tu "yo" del presente para seguir adelante.

REFERENCIAS : https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002393.htm

https://vidasaludable.udec.cl/node/239

RECURSOS:

Físicos:

- Mesas, sillas, televisor, bafle, listado de asistencia.

Humanos:

- participantes y promotor

RESULTADOS:

Cualitativos: Se logro el cumplimiento de los objetivos planteados en la realización del taller ya que los y las participantes lograron una participación muy positiva en o que se mostraron interesados en examinar cuales de sus rutinas diarias les a ayudado en su proceso de desarrollo personal y cuales no han podido dejar atrás. También expresaron que muchas veces les cuesta mantener sus hábitos saludables ya que no ven un cambio donde se les refuerza que esos cambios se van viendo día a día con el tiempo, que lo importante es cada día aportar 1 % para al futuro poder tener los resultados de ellos.

Cuantitativos: Se logró con la participación de 8 participantes de los cuales todos son hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Jean aPonte

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Hábitos de cuidado y desprendimiento.

Línea de Atención: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
FECHA: 16/01/2025





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: Habitos de cuidado y desprendimiento
4. Fecha: 16/01/2025
5. Hora: 10:30 a.m a 12:00 p

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	80373873	CESAR SONIA VA	54	No Aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	9097[illegible]	Fabio Barrero	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	7175810[illegible]	Jaime Alberto R	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79884692	Alejandro Villamizar	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	5076552	Fernando Montero	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1598732[illegible]	Diego A Gil Cille	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	7976027[illegible]	Fernando Acero	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	7966756	Juan C. Garcia	51	No aplica	No Aplica	No aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida El Rosario		**FECHA:** 16/01/2025	**HORA:** Inicio: 10:30 am Final: 12:00 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Salud mental			

OBJETIVO GENERAL:

Sensibilizar a las y los ciudadanos sobre la importancia de la salud mental, los factores asociados a su deterioro y las estrategias a implementar para su cuidado, a través de un espacio de reflexión, que promueva el bienestar individual.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Mencionar a las y los ciudadanos los aspectos relacionados con el deterioro de la salud mental
- Brindar herramientas que les permita a las y los ciudadanos afrontar las situaciones de la cotidianidad de manera adecuada
- Reflexionar sobre las cifras del suicidio en Colombia y el impacto de esta problemática a nivel social.

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 y la introspección como alternativas para el análisis y la transformación de imaginarios. Este espacio se llevará a cabo a partir de la línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida y se desarrollará de manera transversal con las y los ciudadanos interesados en participar del espacio.

Adecuación

Se adecuará el espacio de la sala de televisión de casa 2, en donde se convocará previamente a las y los ciudadanos a participar de la actividad. 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 realizará el alistamiento de los materiales a utilizar como las ayudas audiovisuales.

Primer momento

Se iniciará el espacio brindando el saludo de bienvenida a las y los ciudadanos, posteriormente, se indicará el tema a abordar y el objetivo del taller, seguidamente se realizará una lluvia de ideas en la cual se indagarán los conocimientos previos que tienen las y los participantes acerca de la salud mental, por lo tanto, se les solicitará que puedan definir este concepto. Las respuestas dadas por las y los ciudadanos se escribirán de manera visible para todo el grupo, de tal manera que se puedan socializar y debatir. Posteriormente a través de una presentación en power point se explicarán los aspectos relacionados con la salud mental, haciendo hincapié en tres aspectos fundamentales: Comprender y manejar las emociones de manera adecuada frente a las demandas de la vida diaria; Relacionarse positivamente con otras personas, estableciendo vínculos saludables y empáticos; Desarrollar habilidades y potencialidades para enfrentar los retos y cambios de la vida; y contribuir a su comunidad a través de acciones que promuevan el bienestar colectivo.

Segundo momento

Luego de aclarar el concepto y los aspectos relacionados con la salud mental, se procederá a mencionar la teoría del "iceberg", la cual indica que, como seres humanos, solo logramos evidenciar u observar las conductas o actitudes de las personas, pero no logramos ver más allá de eso, como lo son: las emociones, pensamientos o situaciones por las que pasan las personas, por lo tanto, se reflexionará respecto a la siguiente imagen:



Los mensajes claves relacionados con dicha imagen, se relacionarán con la dificultad que presentan algunas personas, sobre todo los hombres para expresar sus sentimientos, emociones y buscar ayuda de otras personas para afrontar de manera adecuada las situaciones o eventos dolorosos a los cuales se ven enfrentados, por lo que en muchas ocasiones se identifican personas con conductas agresivas, que no tienen relaciones interpersonales sanas y que no logran tener una estabilidad emocional. Por lo que se sensibilizará a la población que una de las estrategias fundamentales para el cuidado de la salud mental es aprender a hablar y expresar lo que se siente a fin de buscar ayuda o alternativas de solución.

Así mismo, durante este espacio del taller se promoverá el diálogo y la escucha activa de las y los participantes, fomentando la reflexión sobre las diferentes formas de cuidar la salud mental.

Tercer momento

En el tercer momento del taller se llevará a cabo una sensibilización sobre el suicidio, por lo cual se realizará lectura de una reflexión, la cual está orientada a que las y los participantes comprendan que el suicidio es una tragedia humana y social que refleja un profundo sufrimiento interno. Por lo tanto, más allá de ser un acto aislado, es el resultado de una acumulación de factores emocionales, sociales y psicológicos que desbordan la capacidad de la persona para encontrar esperanza o soluciones en momentos de crisis.

Además, se compartirán cifras sobre las tendencias generales en Colombia y se hará un análisis de la siguiente cifra: "En 2022, de los 2.952 suicidios registrados, 2.354 correspondieron a hombres y 598 a mujeres, indicando una relación de 4:1". Se incentivará a las y los participantes a que realicen un análisis de los factores que consideran pueden estar relacionados con dicha cifra y sobre la necesidad de fortalecer la capacidad de búsqueda de apoyo en los hombres a fin de prevenir situaciones como el suicidio.

Para finalizar, se brindarán indicaciones para el cuidado de la salud mental, tales como expresar los sentimientos, emociones, buscar apoyo cuando sea necesario, fortalecer la dimensión espiritual, evitar el consumo de sustancias psicoactivas, realizar actividades que generen bienestar emocional e implementar prácticas de autocuidado

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

Salud mental

Se define como un estado de bienestar en el cual una persona es capaz de: Comprender y manejar sus emociones de manera adecuada frente a las demandas de la vida diaria. Relacionarse positivamente con otras personas, estableciendo vínculos saludables y empáticos. Desarrollar habilidades y potencialidades para enfrentar los retos y cambios de la vida. Contribuir a su comunidad a través de acciones que promuevan el bienestar colectivo.

La salud mental no solo implica la ausencia de trastornos o enfermedades, sino también la capacidad de disfrutar la vida, manejar el estrés de forma efectiva y mantener un equilibrio entre las diferentes áreas de la vida: emocional, social y laboral. Es un componente esencial del bienestar general, reconocido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un derecho humano fundamental y una prioridad para el desarrollo integral de las personas.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) nos han recordado constantemente la necesidad de cuidar nuestra salud mental, especialmente en el Día Mundial de la Salud Mental. Pero, ¿qué implica realmente la salud mental? ¿Por qué es tan relevante? La salud mental es un aspecto crucial de nuestras vidas que merece la misma atención y cuidado que la salud física. Entender qué es la salud mental, cómo afectan las enfermedades mentales y qué factores influyen en ella nos permite tomar medidas para fortalecerla.

La salud mental engloba el estado de equilibrio y bienestar de nuestro ser emocional, psicológico y social, moldeando nuestra percepción, emociones y conducta en la confrontación de los desafíos de la vida. Además, ejerce una influencia significativa en nuestra capacidad para gestionar el estrés, nuestras interacciones con otros individuos y las decisiones que tomamos a lo largo de todas las etapas de la vida, desde la niñez y adolescencia hasta la adultez y vejez.

La salud mental también se refleja en nuestra resiliencia y capacidad para adaptarnos a situaciones cambiantes, así como en nuestra habilidad para mantener relaciones interpersonales saludables y satisfactorias. A lo largo de la vida, la salud mental es un recurso invaluable que nos permite afrontar las complejidades emocionales y psicológicas, disfrutar de una calidad de vida plena y contribuir de manera positiva a la sociedad en su conjunto.

¿Qué son las enfermedades mentales?

Las enfermedades mentales, por otro lado, son trastornos que afectan el pensamiento, el estado de ánimo y el comportamiento de una persona. Estas condiciones pueden variar desde la depresión y la ansiedad hasta trastornos más graves, como la esquizofrenia.

Es esencial comprender que las enfermedades mentales son problemas de salud legítimos y no signos de debilidad o falta de carácter. La APA (Asociación Americana de Psiquiatría) y el Manual de Diagnóstico Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) proporcionan criterios para el diagnóstico de estos trastornos.

¿Por qué es importante la salud mental?

La salud mental es tan vital como la salud física, y ambas están interconectadas. Un buen estado de salud mental mejora la calidad de vida, permite a las personas enfrentar el estrés y las adversidades con mayor resiliencia, fortalece las relaciones personales y promueve la productividad. Aquí se detallan algunas razones clave por las cuales la salud mental es fundamental:

Bienestar individual: La salud mental contribuye al bienestar y la calidad de vida de cada individuo. Estar emocionalmente equilibrado permite experimentar emociones positivas, disfrutar de las relaciones interpersonales y mantener un sentido de propósito en la vida. Una buena salud mental es esencial para sentirse realizado y satisfecho en la vida cotidiana.
Productividad y éxito: La salud mental sólida es un factor esencial para el éxito en diversas áreas de la vida, como el trabajo, los estudios y la carrera profesional. Las personas con buena salud mental tienden a ser más eficaces, creativas y capaces de enfrentar desafíos laborales con resiliencia. Esto tiene un impacto directo en la productividad y el rendimiento en el trabajo.
Relaciones interpersonales: Mantener relaciones personales saludables es un componente clave de la salud mental. Las personas con buena salud mental pueden establecer conexiones más significativas, comunicarse de manera efectiva y resolver conflictos de manera constructiva. Esto, a su vez, fomenta la cohesión social y contribuye a la armonía en las comunidades.
Prevención de trastornos mentales: Una buena salud mental no solo se trata de la ausencia de trastornos, sino también de la capacidad de afrontar el estrés y las dificultades de manera eficaz. La promoción de la salud mental puede ayudar a prevenir el desarrollo de trastornos mentales más graves, como la depresión o la ansiedad, al proporcionar herramientas para gestionar el estrés y las emociones.
Reducción de costos de atención médica: Los trastornos mentales representan una carga significativa para los sistemas de atención médica. Al promover la salud mental y prevenir trastornos, se pueden reducir los costos asociados con el tratamiento y la atención de enfermedades mentales.
Impacto en la sociedad: La salud mental no solo afecta a nivel individual, sino que también tiene un impacto en la sociedad en su conjunto. La falta de salud mental puede contribuir a problemas sociales como el abuso de sustancias, la violencia doméstica y la criminalidad. Fomentar la salud mental contribuye a la construcción de comunidades más seguras y saludables.
Resiliencia: La salud mental sólida promueve la resiliencia, la capacidad de enfrentar desafíos y adversidades con fortaleza. Las personas con una buena salud mental son más capaces de recuperarse de situaciones difíciles y seguir adelante, lo que les permite adaptarse a las circunstancias cambiantes de la vida.
Cuando las personas gozan de buena salud mental, la comunidad se beneficia de una mayor cohesión social y una disminución de los problemas relacionados con la salud, como el abuso de sustancias y la violencia.

Factores que afectan la salud mental

Los factores determinantes de la salud mental son influencias que tienen un impacto significativo en el bienestar psicológico de una persona. Estos factores pueden ser múltiples y variados, y su comprensión es esencial para promover y mantener una buena salud mental. Aquí profundizaremos en algunos de los factores determinantes más relevantes:
Factores biológicos: Genética, desequilibrios químicos en el cerebro y lesiones cerebrales pueden desempeñar un papel en el desarrollo de trastornos mentales.
Factores ambientales: Experiencias traumáticas, abuso, violencia doméstica y situaciones de estrés prolongado pueden tener un impacto negativo en la salud mental.
Factores sociales: La calidad de las relaciones interpersonales, el apoyo social y el aislamiento social son determinantes importantes de la salud mental.
Factores económicos: Las circunstancias económicas, como la pobreza y la inseguridad financiera, pueden generar estrés crónico, lo que a su vez afecta la salud mental. La falta de acceso a recursos y servicios de atención médica mental también puede ser un factor determinante.
Factores culturales: Las normas culturales y las expectativas sociales pueden influir en la percepción y la expresión de la salud mental. En algunas culturas, el estigma asociado a los trastornos mentales puede dificultar la búsqueda de ayuda. Es importante abordar estas influencias culturales para garantizar un apoyo adecuado.
Factores de estilo de vida: El estilo de vida desempeña un papel importante en la salud mental. Hábitos como una dieta equilibrada, el ejercicio regular, el sueño adecuado y la gestión del estrés son fundamentales para mantener una buena salud mental.
Acceso a servicios de salud mental: La disponibilidad y accesibilidad de servicios de salud mental de calidad son factores críticos. La falta de acceso a atención psicológica o psiquiátrica puede resultar en una falta de tratamiento o en retrasos en la obtención de ayuda.
Comprender y abordar estos factores determinantes es esencial para promover la salud mental. Enfoques de prevención, intervención y apoyo deben considerar estos elementos para abordar de manera efectiva los desafíos de la salud mental y brindar a las personas las herramientas y recursos necesarios para mantener un bienestar psicológico óptimo.

Síntomas de que puedo tener mala salud mental

-Reconocer los síntomas de una mala salud mental es esencial para tomar medidas a tiempo. Algunos signos de alerta pueden incluir:
-Cambios significativos en el estado de ánimo, como tristeza persistente, irritabilidad o apatía.
-Dificultades para concentrarse o tomar decisiones.
-Cambios en los hábitos de sueño y alimentación.
-Aislamiento social y pérdida de interés en actividades que antes resultaban placenteras.
-Pensamientos suicidas o autolesiones.
Es importante recordar que estos síntomas pueden variar según el individuo y el trastorno específico. No obstante, si experimentas varios de estos signos, es esencial buscar ayuda profesional.

¿Qué acciones fortalecen la salud mental?

Existen numerosas acciones que uno puede emprender para fortalecer su salud mental y promover el bienestar. Algunas de estas incluyen:
-Mantener un estilo de vida saludable: La alimentación equilibrada, el ejercicio regular y el sueño adecuado son pilares fundamentales de la salud mental.
-Gestionar el estrés: Aprender técnicas de manejo del estrés, como la meditación y la relajación, puede ayudar a reducir la ansiedad.
-Fomentar las relaciones sociales: Mantener conexiones significativas con amigos y familiares es esencial para el apoyo emocional.
-Buscar apoyo profesional: No hay vergüenza en buscar ayuda de un terapeuta o psiquiatra si sientes que tu salud mental está en peligro.

Fuente de consulta

Terapify (2023) *Salud mental, qué es y su importancia:* https://www.terapify.com/blog/salud-mental-que-es-prevencion-importancia/

RECURSOS:

Recursos físicos

Video beam, reproductor de sonido, computador, tablero acrílico, marcadores, listado de asistencia, lapicero.

Humanos:

Profesional en psicología, ciudadanos y ciudadanas.

RESULTADOS

Cualitativos:

Las y los ciudadanos reconocieron la importancia de hablar acerca de la salud mental, indicaron que este tipo de temáticas deben implementarse o abordarse con mayor frecuencia dado que permitirá prevenir enfermedades o trastornos, así mismo, mencionaron que es fundamental fomentar en las y los ciudadanos la capacidad de diálogo y la expresión de sentimientos y emociones de tal manera que puedan encontrar alternativas de solución ante eventos o situaciones de la cotidianidad que pudiesen afectarlos. Por otro lado, indicaron que las cifras sobre suicidio que se retomaron en el taller generan alto impacto, reconociendo que los hombres deben mejorar las alternativas para hacer frente a los problemas y para controlar la impulsividad, siendo este uno de los factores que asociaron con las altas tazas de suicidios en hombres. A partir de lo anterior fue posible dar cumplimiento al objetivo general de: sensibilizar a las y los ciudadanos sobre la importancia de la salud mental, los factores asociados a su deterioro y las estrategias a implementar para su cuidado, a través de un espacio de reflexión, que promueva el bienestar individual.

Cuantitativos:

Se contó con la participación de 1 ciudadana mujer, quien se reconoce como parte de la comunidad LGBTI y 14 ciudadanos hombres. Para un total de 15 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Ariela García

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
Nombre de la actividad: Salud mental
Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Actividad transversal
Fecha: 16/01/2025





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: Salud Mental
4. Fecha: 16/01/2025
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	80504990	Leonardo Fabio Velasquez	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79239602	Fabio Bareño	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	5824.830	ALEXANDER VILLA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79877700	Juan Cardenas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	10532108	Omar Bentoja	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	08/4782	Jorge Gonzales	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1216 5588	Diego Vasco	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1032	Shantal Ramirez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1019045113	Arley Arenas	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79764127	Helberth	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1016555781	Diego Armando Prieto	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	8726746	Jose Caballero	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	6883968	Jose Cerro	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	80901369	Luis PADILLA	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	79881900	Luis Cardenas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16										/						
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Daniela García Ramírez
14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga
15. Firma del responsable de la actividad: DANIELA GARCÍA

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_tr_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES 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:** 16/01/2025	**HORA:** Inicio: 10:30 am Fina: 12:00 pm
ÁREA: Pedagogia	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hermes Vaca

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Habilidades digitales

OBJETIVO GENERAL:

- Realiar ejercicios practicos creativas para la consolidación de proyecto audiovisual "Bienvenidos a nuestra comunidad" planteado como acciones del grupo de interes Habilidades digitales

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Seleccionar material audiovisual para enrriqueser el video .
- Identificar aplicaciones para la edición y re estrucuturacion de un video .
- Promover la participación y toma de desiciones en las y los ciudadanos.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de la actividad, en el marco de la línea de atención VI (**Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida**), se implementará la metodología socio educativa y lúdica terapéutica; basada en el juego, la cultura. En donde las y los ciudadanos desarrollaran actividades durante el espacio de talle, basadas en el trabajo en equipo, compañerismo, la creatividad y la curiosidad . Disfrutaran de una variedad técnicas que les fortalecerá habilidades digitales.
Adecuación: Para la actividad se contará con el espacio de aula multiple el cual cuenta con tv donde se uede proyectar a mayor escala la recoleccion de material de dias anteriores. Para las dinamicas del taller es necesario contar u¿on un espacio no muy grande y bajo de iluminación lo que permitira a las y los ciudadanos estar mas dispuestos al detalle del material que se les presenta, ademas de contar con un parlante para amenizar las actividades.

Primer Momento
Se dara inicio a la actividad con una bienvenida a los ciudadanos asisitentes al teller, es importante reconocer y dar el valor de la participación a este tipo de espacios, adicionalemte se les informa de algunas modificaciones que tendra el PAI PARA EL 2025 y como este equipo va contribuir en apoyo a las dinamicas de comunidad, lego de ello, se solicitara ubicarse acorde al espacio y con plena visibilidad de el tv.

Segundo Momento
Posteriormente pasamos a ver las fotos que fueron tomadas en sesiones anteriores y que algunos compañeros ya han hecho una preseleccion de lo que se debe incluir en el video. Para este punto se les indica a los ciudadanos, que aspectos debe tener una foto para que se puea catalogar como muy buena, buena, regular y mala. Es en este punto donde se habla de la foto grafia como una expresion artisitca, desde el enfoque, el angulo y la iluminación. Este ejercicio permite a los ciudadanos afianzar tematicas teoricas por medio de una retroalimentacion de las imagenes capturadas.

Tercer momento
Ahora bien, posterior a la seleccion de fotos, se da por abierto el espacio de edición en el cual se comparte con los ciudanos algunas aplicaciones que ayudan a editar las fotos y hacer los videos, teniendo en cuenta y haciendo la salvedad de que, algunas son gratuitas pero otra tienen un costo y como existen diferentes tipos de aplicaciones dependiendo la necesdidad de cada uno. Finalmente, cerramos con la seleccion de catcup como la app seleccionada para la edicion del video

Reacondicionamiento del espacio
Una vez realizado este ejercicio, se reoganiza el espacio del aula multile para pasar posteriormente a la hora de almuerzo, se desconecta el computador y se deja conectado de nuevo el tv a la antena de tv, se solicita a los ciudadanos recoger las sillass y no dejar basura.

TEMA:
Medios audiovisuales como apoyo de alfabetizacion y pensamiento critico
En las últimas décadas hemos sido testigos del surgimiento de nuevas modalidades de experiencia estética y creación artística, caracterizadas por el uso de medios y tecnologías de la información y la comunicación

(TIC). La inmensa variedad de dispositivos electrónicos, provistos de herramientas y aplicaciones cada vez más versátiles y fáciles de utilizar, han propiciado una democratización del arte, en el sentido más amplio del término. Además de acceder a una oferta inconmensurable de producciones artísticas del pasado y del presente, las tecnologías digitales han posibilitado que sean cada vez más las personas que pueden realizar sus propias creaciones, incluso sin contar con conocimientos especíicos. Si nos remontamos en la historia, comprobamos que la tecnología siempre ha estado presente en el arte. La pintura al óleo fue posible porque en la época se manejaban las técnicas necesarias para fabricar el óleo, los pinceles y la tela. Hoy, el arte digital es posible porque existen las medios necesarios para su producción. Sin embargo, las nuevas tecnologías, como es el caso de los ordenadores, las cámaras digitales, los secuenciadores, los editores de audio y vídeo o internet, merecen una atención especial en la medida en que se convierten en un instrumento para pensar el arte y posibilitan nuevas modalidades de participación y creación artística que forman parte de la cultura de no escolarizad de los estudiantes, lo que permite salvar la brecha entre el arte que se enseña en las aulas y el que existe en el mundo real. La integración de recursos tecnológicos en la educación artística contribuye, además, al desarrollo de una serie de competencias básicas e imprescindibles que se consideran transversales en cualquier plan y programa educativo. Probablemente, uno de los trabajos más signiicativos a la hora de identiicar el papel que desempeñan las artes en el desarrollo de dichas habilidades, destrezas y competencias sea el Mapa de las Competencias del siglo xxi para las Artes, publicado recientemente por he Partnership for 21st. Century Skills (2010). A través de una serie de ejemplos, el documento permite observar la manera en que la educación artística puede favorecer el desarrollo de trece competencias (pensamiento crítico y resolución de problemas, comunicación, colaboración, creatividad, innovación, alfabetización informacional, alfabetización mediática, alfabetización digital, lexibilidad y adaptabilidad, iniciativa y autonomía personal, habilidades sociales e interculturales, productividad, responsabilidad y liderazgo.

Tipos de programas para edición

Programas para edición de video (Creativa, 2019) Existen programas básicos y profesionales del cual una persona puede utilizar y manejar la aplicación, los cuales cinco se mencionará continuación desde principiante a profesional, los cuales tenemos los siguientes: □ Movavi: Es un programa básico para principiante y es muy sencillo de utilizar ya que su función principal es cortar y pegar, aunque también tiene opciones 14 básicas como elegir un título, efectos, etc., y lo que lo hace interesante esta aplicación es el croma o pantalla verde el cual la imagen queda impecable y con este programa se puede empezar para aprender como editar. □ Filmora: Es un programa básico pero un poco más avanzado al anterior, este permite hacer diversas funciones en una misma aplicación, es decir, tiene la misma función de Movavi, pero más actualizada y complementada; tales como: tiene varios efectos, ajustes preestablecidos, permite cortar y pegar de una manera increíble, se puede grabar y poner la canción que uno quPrograma para edición de video (Creativa, 2019) Existen programas básicos y profesionales del cual una persona puede utilizar y manejar la aplicación, los cuales cinco se mencionará continuación desde principiante a profesional, los cuales tenemos los siguientes: □ Movavi: Es un programa básico para principiante y es muy sencillo de utilizar ya que su función principal es cortar y pegar, aunque también tiene opciones 14 básicas como elegir un título, efectos, etc., y lo que lo hace interesante esta aplicación es el croma o pantalla verde el cual la imagen queda impecable y con este programa se puede empezar para aprender como editar. □ Filmora: Es un programa básico pero un poco más avanzado al anterior, este permite hacer diversas funciones en una misma aplicación, es decir, tiene la misma función de Movavi, pero más actualizada y complementada; tales como: tiene varios efectos, ajustes preestablecidos, permite cortar y pegar de una manera increíble, se puede grabar y poner la canción que uno quiere, etc. □ Vegas Pro: O Sony Vegas, es un programa intermedio, y que utilizan los profesionales, tiene un interfaz más avanzado que las anteriores, y esta aplicación es de pago; permite editar un video en tiempo real en múltiples pistas, para los que no utilizan este programa sería más complicado debido a que su nivel de edición va más allá de lo que uno sabe y para eso se debe tener mucha paciencia y ganas de aprender para conocer bien esta aplicación. □ Final Cut: Es un programa profesional, el cual está desarrollado por Macromedia y por Apple, esta aplicación funciona con computadoras personales que cuenten con un sistema operativo Mac Os X, el cual permite al usuario transferir los videos en un disco duro ya sea interno o externo y a su vez puede ser editado, procesado y finalmente publicado a una gran variedad de formatos. □ Premiere Pro: Es un programa profesional, el cual cuenta con un interfaz avanzado y personalizado, funciona a la perfección con otras aplicaciones y servicios, es decir que es compatible con varios formatos de videos entre ellos: MP4, MPEG, MPE, MPG, MOV, FLV, AVI, etc. (Creativa, 2019)iere, etc. □ Vegas Pro: O Sony Vegas, es un programa intermedio, y que utilizan los profesionales, tiene un interfaz más avanzado que las anteriores, y esta aplicación es de pago; permite editar un video en tiempo real en múltiples pistas, para los que no utilizan este programa sería más complicado debido a que su nivel de edición va más allá de lo que uno sabe y para eso se debe tener mucha paciencia y ganas de aprender para conocer bien esta aplicación. □ Final Cut: Es un programa profesional, el cual está desarrollado por Macromedia y por Apple, esta aplicación funciona con computadoras personales que cuenten con un sistema operativo Mac Os X, el cual permite al usuario transferir los videos en un disco duro ya sea interno o externo y a su vez puede ser editado, procesado y finalmente publicado a una gran variedad de formatos. □ Premiere Pro: Es un programa profesional, el cual cuenta con un interfaz avanzado y personalizado, funciona a la perfección con otras aplicaciones y servicios, es decir que es compatible con varios formatos de videos entre ellos: MP4, MPEG, MPE, MPG, MOV, FLV, AVI, etc. (Creativa, 2019)

FUENTES:

- - Peralta Hidalgo, Ginger Pilar.Examen-Comunicación Social http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/8857
- Giraldo,A. Educación artistica, cultura y ciudadania. Metas educativas.(2021) https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/47917943/LibroEdArt_Delateoria-prov-libre.

RECURSOS:

Físicos: Parlante, Computador, TV

RESULTADOS

Cualitativos: Se conto con una participacion aciva por parte de los ciudadano, evidenciadno interes por este tipo de actividades, esto al momento de formular preguntas, capacidad de prestar atencion a las indicaciones y posteriormente en la reflexion final se conto con un porcentaje alto de conocimientos en proceso de memoria de trabajo

Cuantitativos: Se conto con la participación de 11 ciudadanos, de los cuales 1 pertenecen a población de la tercera edad.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

Registro fotográfico
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Habilidades Digitales
Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
16/01/2025





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: Habilidades Digitales

4. Fecha: 16/01/2025

5. Hora: 10:30am

No	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80236364	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	8003464	Oscar Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79957.638	Julio Cruz	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	75079764	Carlos Castro Gil	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1016065558	Cristian Lopez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	C.C	1072046015	Nelson Nieto	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80236364	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79510039	Giovanny Palacios	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1030547038	ANA Buitrago	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1150606331	Manuel Mo	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	10105544	Carlos	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Hermes Vaca

14. Cargo o rol del responsable: Pedagogo

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA: 16/01/2025**	**HORA:** 2:00 PM 4:00 PM
ÁREA: Primeros auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Karin Cepeda

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Automedicación

OBJETIVO GENERAL:
Capacitar a las y los ciudadanos de comunidad de vida asistentes sobre la automedicación, signos y síntomas, y formas de prevención, de una manera psicoeducativa con el fin de sensibilizar a la población acerca del riesgo y complicaciones que los conllevaría a realizar ellos mismos una automedicación.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Proporcionar herramientas y conocimientos para realizar sensibilizar a la comunidad de la irresponsabilidad y consecuencias que puede conllevar a realizar una automedicación.
- Reducir riesgos de consecuencias de una automedicación, dando a conocer los diferentes síntomas que conllevaría esta y sensibilizando a la población a cerca de la importancia de cuidar su salud frente a una buena administración de medicamentos.
- Incentivar a la población a adoptar hábitos de vida saludable y de protección con el fin de evitar realizar automedicación por ellos mismo o personas externas a la salud, así mejorando su calidad de vida mediante la educación.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades con ciudadanos de Etapa 2, se utilizará la metodología psicoeducativa generando interés y adaptación al contenido de una forma práctica ya que se busca promover los métodos y la educación que permiten que los ciudadanos y las ciudadanas conozcan y se informen acerca de la automedicación.

- **Adecuación:** Se utilizará el espacio de sala de renacer, adecuándola con sillas con el fin de garantizar la comodidad de los ciudadanos, se utilizará como herramienta, un computador portátil, una mesa para estos elementos y un listado de asistencia el cual evidencia la participación de los ciudadanos que estuvieron presentes en el espacio.
- **Primer momento:** Se dará la bienvenida a los ciudadanos participantes del taller con la presentación de la actividad que gira en torno a la automedicación, iniciando con una lluvia de ideas, donde cada ciudadano dará opiniones y conocimientos propios acerca del tema.
- **Segundo Momento:** Se realizará el desarrollo del tema en general, proyectando una presentación de un video sobre que es la automedicación y que consecuencia traería para nuestras vidas, interactuando con cada ciudadano acerca de algunos riesgos y causas que les podrían conllevar a causar a cada uno dependiendo de su patología de base y antecedentes.
- **Tercer momento:** Se realizará una reflexión y autorreconocimiento acerca de la importancia de prevenir la automedicación. Se finalizará el taller resolviendo dudas de parte de los ciudadanos asistentes.
- **Reacondicionamiento del espacio:** Una vez terminado el taller, se invitará a los ciudadanos a organizar el espacio en las condiciones en las que lo encontraron, como parte del proceso de corresponsabilidad en comunidad de vida, quienes acatan cumpliendo la petición del profesional.

TEMA: AUTOMEDICACION

¿Qué es la automedicación?

Con gran frecuencia, muchas personas consumen o sugieren medicamentos sin tener conocimientos médicos, tomando responsabilidad sobre su propia salud o la de sus allegados y sin considerar las consecuencias que esto puede implicar.La automedicación es el uso de medicamentos por iniciativa propia, sin la intervención médica tanto en el diagnóstico, como en la prescripción y en la supervisión del tratamiento. Es un hábito muy frecuente y extendido en la sociedad.

Medicamentos de venta libre y automedicación responsable



Los medicamentos de venta libre, por tener esa cualidad no se convierten en inofensivos e inocuos.Ahora bien, la automedicación podría considerarse responsable cuando consiste en administrarse por los propios medios un determinado fármaco con el único objetivo de tratar síntomas menores como la fiebre, pero únicamente por un tiempo muy limitado.

La automedicación puede tener como riesgos:

- Agravamiento de la enfermedad.
- Efectos adversos o indeseados.
- Intoxicación.
- Ocultamiento de otro problema de salud más grave.
- Desarrollo de resistencia a un antibiótico.

No debemos automedicarnos pese a:

- Presentar síntomas similares a determinada enfermedad.
- El consejo de un tercero acerca de la toma de un medicamento.
- Que haya tomado un medicamento con anterioridad y haya tenido efecto.
- Que en publicidades se ofrezca el medicamento como garante de alivio automático.
- Tengas síntomas similares a los de cierta enfermedad
- Te hayan aconsejado tomar un medicamento para esa dolencia
- En el pasado te hizo efecto
- En los medios de comunicación digan que es la cura mágica.

Antes de tomar cualquier medicamento, es importante la consulta con un médico.

Existe una amplia oferta de medicamentos, que van desde los más simples como analgésicos y antiinflamatorios, a los más complejos como antibióticos y psicotrópicos. Pese a que la lista es larga, muchos se consumen sin supervisión médica adecuada, en base a recomendaciones de terceros, a antiguas prescripciones por síntomas similares o porque se dispone de ellos en la casa.

El Dr. Carlos Rivera, jefe de la Unidad de Urgencia de Clínica Universidad de los Andes, explica que es muy importante estar bien informados con respecto a los riesgos que puede ocasionar una automedicación propia o a otras personas, especialmente cuando se trata de niños, personas mayores o que ya usan otros medicamentos en forma habitual.

Agrega que *"existe un alto número de consultas por el uso inadecuado de fármacos, entre los que destacan los antibióticos, psicotrópicos, antiespasmódicos, antinflamatorios y laxantes. En general existe una falsa sensación de seguridad y desconocimiento de los riesgos asociados que pueden ser incluso mortales. Además, muchos pacientes no consideran los efectos secundarios, que no siempre se especifican adecuadamente en los envases o simplemente omiten esa lectura".*

Entre los principales riesgos están:

- Intoxicaciones.
- Náuseas.
- Diarrea.
- Gastritis.
- Falta de efectividad.
- Dependencia.
- Adicción.

- Interacción con otros medicamentos.

No todas las personas reaccionan igual, no siempre los síntomas similares significan enfermedades similares, y un error en el diagnóstico basado solo en presunciones, comentarios o búsquedas en algún sitio inapropiado, pueden ocasionar serios problemas. Por eso, el especialista señala que es un error pensar que, si un medicamento le sirvió a un familiar o un amigo, también le sirve a uno. Otro mito es creer que los fármacos que se venden sin receta son inocuos. Por eso es vital que el consumo de medicamentos sea recomendado por un médico.

La intolerancia o interacciones entre medicamentos no son infrecuentes en los casos de automedicación. Eso significa que algunos fármacos pueden inactivar o aumentar los efectos de otros, lo que puede ser muy peligroso y condicionar intolerancias, intoxicaciones, no respuesta o nuevos riesgos para la salud. Es obligación siempre revisar la historia del paciente, las enfermedades o comorbilidades que tenga, la dieta, las actividades que realiza y, sobre todo, los fármacos que consume en forma habitual. Todos ellos pueden provocar problemas al momento de auto prescribirse y una omisión significar exacerbación de síntomas, molestias o nuevos problemas.

El Dr. Rivera asegura que, para un buen uso de la mayoría de los fármacos, como es el caso de los antibióticos, es imprescindible ser evaluado por un médico y es adecuado exigir la receta médica.

La automedicación de este tipo de fármacos genera resistencia bacteriana que afectan no solo al paciente, sino que constituyen un riesgo para la población pues algunos gérmenes se hacen resistentes a los fármacos de uso habitual y requieren luego escalar en terapias más costosas, complejas, de uso exclusivo de hospitales e incluso algunos ya no tienen terapias que funcionen.

Un error importante que cometen muchas personas es que cuando sienten síntomas parecidos a los que han tenido en otras oportunidades, comienzan a tomar el mismo medicamento. Otro mal hábito es que, si olvidaron una dosis, se toman las dos juntas. Eso es un comportamiento inadecuado que puede generar un efecto tóxico en el organismo.

FUENTE: https://www.clinicauandes.cl/noticia/riesgos-de-la-automedicacion

RECURSOS:
Físicos: Sillas, 1 computador, mesa.
Humanos: Ciudadanos, Auxiliar de primeros auxilios

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Los ciudadanos de comunidad de vida asistentes mostraron buen interés acerca del tema en general, puesto que según refieren es muy importante tener conocimiento a la hora de uno realizar algún medicamento para su diario vivir.
- Los ciudadanos asistentes se lograron sensibilizar acerca de las diferentes causas e importancias de la automedicación, sus signos y síntomas, así como sus signos de alarma.
- Los ciudadanos mostraron buena participación acerca del tema tratado, refiriendo es muy importante la información dada, ya que refieren la importancia ser conscientes de una automedicación, animados a adoptar métodos de administración de medicamentos segura para sus vidas

Cuantitativos:
Se logro la convocatoria de 10 ciudadanos de comunidad de vida de etapa II en donde se identifica que la población capacitada se distribuyó de la siguiente manera:

Mujeres:0
Hombres:10
Lgtbi: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

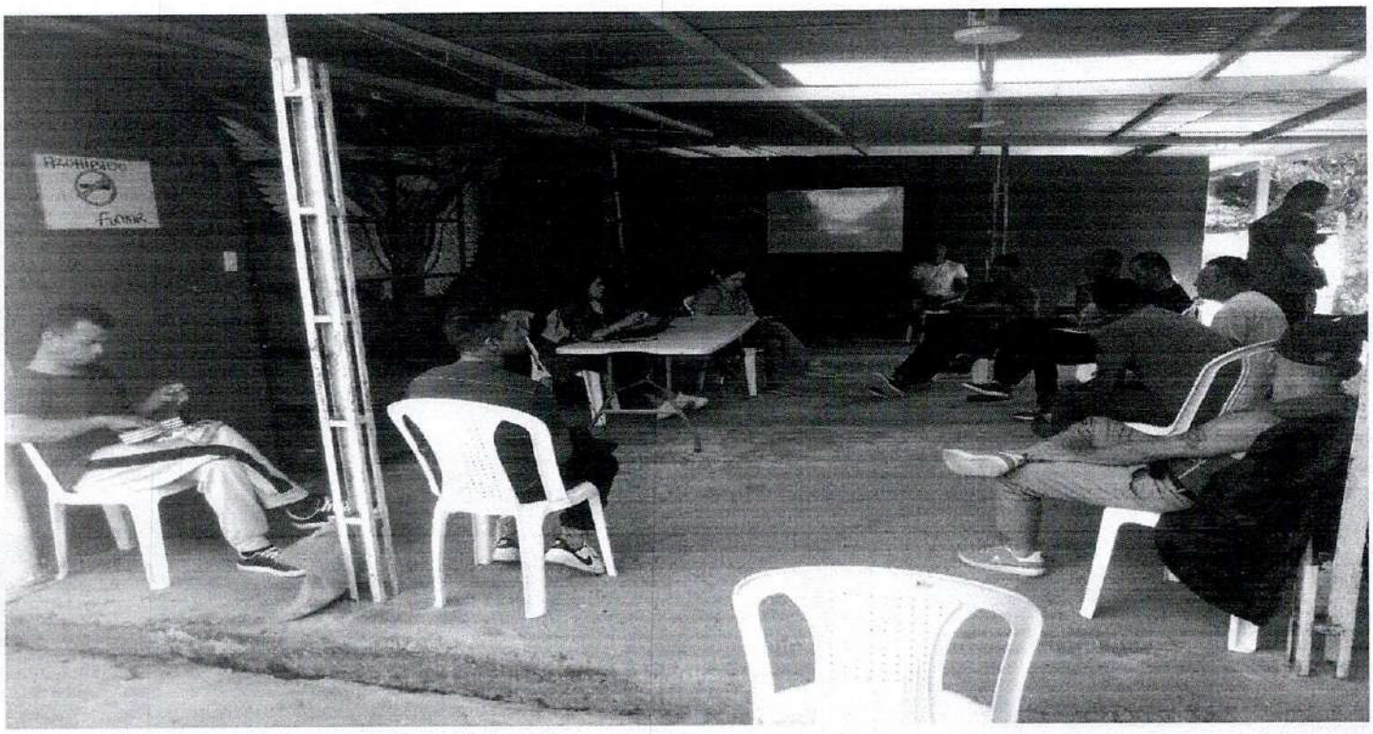
REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Automedicación

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

FECHA: 16/01/2025

Etapa II





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Automedicación

4. Fecha: 16/01/2025

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	1175[illegible]05	Jaime Alberto	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jaime	
2	CC	80030633	Andres Rodriguez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79884678	Alejandro Villamizar	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1023899784	Wilmer Nieto	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Wilmer Nieto	
5	CC	6853964	Jose Cozzo	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1023944489	Juan Sebastian Callejas	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Juan Callejas	
7	CC	1136915729	David Novoa	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					David	
8	CC	80973495	JESUS Bernardo	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jesús Bernardo	
9	CC	1014168644	Nelson David Torres Hurtado	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Nelson Apaza	
10	CC	80[illegible]65	JHON GOMEZ	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Harm Yoileny Cepeda Lozano

14. Cargo o rol del responsable: Auxiliar de enfermeria

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se 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:** 16/01/2025	**HORA:** 02:00 PM 04:00 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andrea González Molina.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Fortaleciendo mi autonomía.

OBJETIVO GENERAL:
Sensibilizar a los ciudadanos y ciudadanas desde el reconocimiento de herramientas adquiridas dentro de su proceso personal, como la autonomía e independencia, facilitando la adaptabilidad a nuevos contextos, y con ello no aferrarse a aquellos entornos que en algún momento contribuyeron a su desarrollo como sujeto de derechos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Diferenciar conceptos como la autonomía e independencia, como primera acción liberadora frente a miedos infundados respecto a procesos de desprendimiento; esto le permite desarrollar de forma adecuada una inclusión y sostenimiento personal.
- Comprender los entornos en los que proyecta su inclusión, desde la consolidación y adaptación de entornos, desde la capacidad de autonomía construida.
- Desarrollar la independencia como herramienta que le permita no generar dependencia institucional y logre desarrollar acciones por sí mismo sin depender de las entidades.

METODOLOGÍA:

Se desarrollará el taller de desarrollo personal en el marco de la línea de Atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, con etapa IV, desde el enfoque lúdico pedagógico que permite sensibilizar y generar el reconocimiento de los logros en el aprendizaje durante su proceso de desprendimiento, mediante el aprendizaje de la autonomía e independencia, este enfoque permite fomentar el aprendizaje motivación y atención de la ciudadanía participante en el taller.

Adecuación:

Se organizará el área polifuncional según actividad proyectada, seguido a esto se convoca a los y las participantes al espacio asignado, donde se realizará la actividad, sumado a ello, el profesional de Trabajo Social realiza el alistamiento de los materiales necesarios para el adecuado desarrollo del taller.

Primer momento:

Se realizara una actividad de acercamiento denominada "Sueño ¿Cómo respondo ante mis sueños?" inicialmente se solicita a los participantes que realicen un círculo, seguido de ello, se les dará una bomba a cada uno, elegirán uno de sus mayores sueños y estiran el globo materializando su sueño, posteriormente, inician a inflar el globo imaginando que están desarrollando acciones para cumplir ese sueño, después deberán voltear la silla donde están y continuar en el círculo, van a iniciar a jugar con el globo lanzándolo lo más alto que pueda, sin embargo, no lo pueden dejarlo caer ni dejar salir de su espacio, aquel globo que se salga o se caiga se romperá. Al finalizar la actividad se evidenciarán los pocos globos que quedaron.

Segundo Momento:
Se da inicio hablando como diferenciar términos necesarios en el día a día de cada ser humano como lo son la autonomía e independencia, ya al realizar la diferenciación se continua con una serie de preguntas abiertas que lleven a la ciudadanía a generar acciones transformadoras en cuanto a los miedos infundados que se dan al ir culminado su proceso en comunidad de vida esto le permite desarrollar de forma adecuada una inclusión y sostenimiento personal.

Tercer momento:
Se realiza una reflexión y autorreconocimiento que lleve a comprender que los entornos en los que proyecta su inclusión no solo se limitan a un espacio físico sino también todas aquellas dinámicas sociales que pueden ser protectoras o de riesgo, esto les permitirá la consolidación y adaptación al cambio, desde la capacidad de autonomía construida; el ultimo espacio del taller busca también que la ciudadanía se lleve

la independencia como herramienta esencial que no les lleve a la dependencia institucional y logre desarrollar acciones por sí mismo sin depender de las entidades.

Reacondicionamiento del espacio:

Una vez terminado el taller, se invita a cada participante a organizar el espacio en las condiciones en las que lo encontraron, como parte del proceso de corresponsabilidad en comunidad de vida, quienes acatan cumpliendo la petición del profesional.

TEMAS:

Toma conciencia del desapego.

El primer paso siempre es ACEPTAR que debemos y queremos desapegarnos de alguien o de algo. No confundas aceptar con resignación ni conformismo; tomar consciencia y aceptar es darte cuenta y es hacerte responsable de que ya no te hace falta ni tampoco te hace feliz. Al hacer esto darás el primer paso hacia el cambio.

La diferencia entre autonomía e independencia

Según Edgard Deci, un reconocido investigador de la motivación humana, la independencia significa "hacer las cosas por ti mismo sin depender de los demás". En cambio, autonomía es "la capacidad de actuar libremente y de elegir nuestras opciones".

En el caso de Enrique, es claro que no depende de nadie. Es independiente. Pero también es un esclavo de su pasado y su gran motivador es mostrarle a los demás que es una persona capaz.

Perdemos nuestra autonomía cuando nos dejamos controlar por eventos externos. Por ejemplo, hay quienes van "obligados" a reuniones sociales como el festejo de un cumpleaños porque quieren "quedar bien" y no por el cariño que puedan tener por el festejado. Una persona verdaderamente autónoma es aquella que hace lo que se siente intrínsecamente motivado a hacer, y no actúa por estímulos externos, como el alumno aplicado que estudia para sacarse la mejor nota de la clase (motivación extrínseca) y no porque desea aprender (motivación intrínseca).

Algunos pensarán que no importa si la persona se motiva extrínsecamente, si al final estudia o hace las cosas. Pero la motivación extrínseca tiene ciertas desventajas. En una investigación dividieron en dos a un grupo de alumnos. A unos se les advirtió que debían estudiar pues serían evaluados. Al otro grupo simplemente se le inspiró a aprender el material. Luego de un mes de realizada la evaluación del primer grupo, se midió cuánto recordaban del material estudiado. Los alumnos que estudiaron sin ser evaluados recordaban significativamente más que el grupo que estudió para que lo evaluaran.

Edgard Deci también demostró que los bonos, premios o incentivos terminan reduciendo la motivación intrínseca y aumentando la extrínseca. Eso significa que los ejecutivos terminan perdiendo su autonomía y haciendo las cosas por el "caramelo" de los incentivos en lugar de por el placer y realización de un trabajo bien hecho.

¿Qué es la autonomía?

En la autonomía se goza de cierto grado de independencia y potestad en las acciones y la toma de decisiones.

Autonomía se puede dar a un ente administrativo, bien sea de un municipio, estado, provincia o región, para que este pueda regirse por un conjunto de normas, órganos o instituciones propias.

De autonomía también puede disfrutar un profesional, un equipo de trabajo o un departamento de una empresa que, en determinadas cosas, no depende de nadie ni tiene que rendir cuentas. Por ejemplo: "Como editor, tengo autonomía para decidir qué sacar y qué meter en un libro".

¿Qué es la independencia?

La independencia, en este sentido, implica un grado de libertad total en relación con la libertad restringida de la autonomía.

En la independencia, como la palabra lo dice, no se depende, se rinde cuentas ni se es tributario de nadie.

La independencia, comparativamente con la autonomía, se traduce en libertad para actuar, decir y decidir. Alguien o algo independiente no tiene por qué subordinarse a nada ni nadie; no tiene por qué acatar órdenes ni aceptar mandatos.

Independencia es también un concepto político aplicado a la soberanía de un Estado para gobernarse, tomar decisiones y aplicar de políticas.

Fuente de consulta:

- https://www.diferenciador.com/diferencia-entre-autonomia-e-independencia/
- https://effectusfischman.com/sin-categoria/la-diferencia-entre-autonomia-e-independencia/#:~:text=Seg%C3%BAn%20Edgard%20Deci%2C%20un%20reconocido,y%20de%20elegir%20nuestras%20opciones%E2%80%9D.
- https://info.betten.cl/como-fomentar-la-autonom%C3%ADa-en-adultos-mayores

RECURSOS:

Físicos:

- Planilla de asistencia, Esfero, Hojas Blancas, Tablero, Computador, Marcadores y Sillas.

Humanos:

- Ciudadanos, y profesional de Trabajador Social

RESULTADOS:

Cualitativos:

Se realiza un dialogo activo con las personas involucradas en el espacio en donde se generaron distintas reflexiones sobre la importancia en su proceso como es necesario seguir afuera de la modalidad el desarrollo de la independencia desde esas acciones en su diario vivir en comunidad se concluye que el realizar las cosas por sí mismo sin depender de los demás es un resultado de un proceso consciente y personal, adicional a ello poder fortalecer en cada espacio personal la capacidad de autonomía como es actuar libremente pero con un propósito real para la vida y de elegir de manera asertiva las opciones como lo es evitar ser depender de una entidad o institución pública o privada.

Por otro lado, se evidencio receptividad, comprensión y se logro aclarar dudas y preguntas entorno al tema abordar, fomentando las capacidades, destrezas y habilidades propias de los ciudadanos y ciudadanos.

Cuantitativos:

Se logro la convocatoria de catorce (14) participantes pertenecientes a momento IV, quienes se distribuyeron de la siguiente manera:

Ciudadanos o Ciudadanas LGBTI: 1

Ciudadanos o ciudadanas TRANSGENERO: 0

Ciudadanos o ciudadanas CISGÉNERO: 13

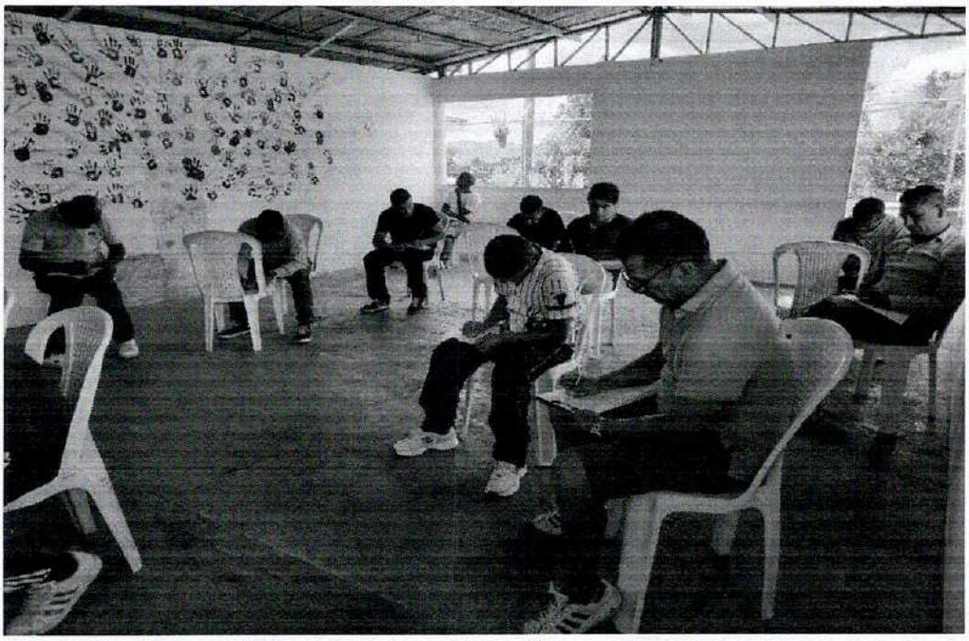
FIRMA DEL RESPONSABLE: Andrea Gonzalez

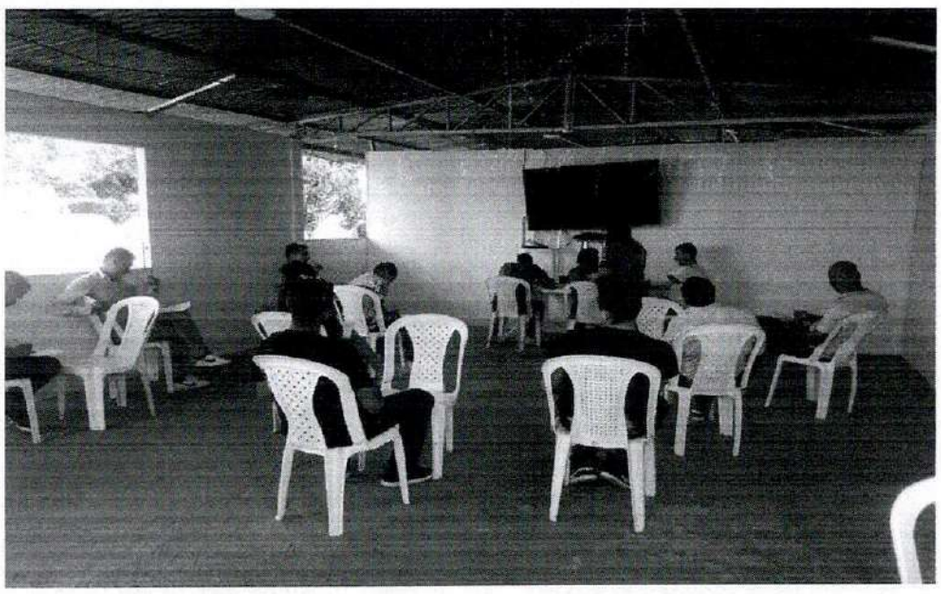
FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

ANEXO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Fortaleciendo mi autonomía.
Etapa IV: Dinamización de la atención integral basada en la comunidad de vida
FECHA: 16/01/2025







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: Fortaleciendo Mi autonomia

4. Fecha: 16/01/2025

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	1585810	Alejandro . S.	60	no aplica	no aplica	no aplica			X						
2	cc	1033	ALEX PINARES	36	no aplica	no aplica	no aplica			X						
3	cc	7881900	Luis Cárdenas	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	cc	7208	[illegible]	57	no aplica	no aplica	no aplica			X						
5	cc	1047	SHONNY ESPITIA	37	no aplica	no aplica	no aplica			X						
6	cc	1023	Alvaro paredes	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
7	cc	1032	Chantal Ramirez	33	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	cc	1072	Wilber Saavedra	33	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9	cc	8037	CESAR SOTANO	54	no aplica	no aplica	no aplica			X						
10	CC	1039775	Jesus Mugo	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
11	CC	79835163	Edwin Barreto	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
12	cc	7987	Ivan Cardenas	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
13	CC	7918641	[illegible]	44	no aplica	no aplica	no aplica			X						
14	CC	1156686	Manuel A R	36	no aplica	no aplica	no aplica			X					Manuel B.	
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: ANDREA GONZALEZ

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social

15. Firma del responsable de la actividad: ANDREA Gonzalez

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:** 16/01/2025	**HORA:** Inicio: 2:00 Pm Final: :4:00 pm

ÁREA: Terapia ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Elena Figueroa Salamanca

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividades para la Vida Diaria -taller práctico

OBJETIVO GENERAL: Dar a conocer el tema sobre actividades de la vida diaria a los ciudadanos(nas) pertenecientes a la comunidad de vida del rosario con el fin mejorar calidad de vida.
Objetivos específicos
Socializar a los ciudadanos la clasificación de las actividades de la vida diaria y la importancia para su salud física y mental.
Sensibilizar al ciudadano sobre las herramientas a tener en cuenta para una sana convivencia en los temas de actividades de la vida diaria.

METODOLOGÍA:

Momento 1: alistamiento espacio del kiosko. Se trabaja con ciudadanos etapa1 de la línea de atención línea IV Dinamización de la atención integral basada en comunidad, se traerá a este espacio mobiliario completo de cama, un loke y una mesa, inicialmente la terapeuta ocupacional brindará instrucciones practicas de la forma correcta como se debe organizar estos espacios.

Momento 2. Cada uno de los participantes realizara este ejercicio

Momento 3. Se les enseñara como doblar y organizar el loker, ejercicio que realizara cada uno de los participantes.

Momento 4: Retroalimentación y cierre

Se le indica al grupo si tienen preguntas y se aclaran si fuese necesario, además se les indaga que aprendieron con lo anterior se finaliza actividad.

Temas

ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA (AVD) Actividades que están orientadas al cuidado del propio cuerpo (adaptado de Rogers y Holm, 1994, págs. 181-202). AVD También se refiere a las actividades básicas de la vida diaria (ABVD) y las actividades personales de la vida (APVD). "Estas actividades son fundamentales para vivir en un mundo social, que permitan la supervivencia y el bienestar" (Christiansen y Hammecker, 2001, p. 156).

Tender la cama es un hábito muy importante que todos deberíamos realizar al despertar. Es una medida de higiene básica que previene enfermedades, mantiene aireada tu habitación y tiene beneficios para tu salud mental.

Hacer tu cama te hace sentir que has cumplido con la primera tarea del día; así, te estimula a seguir alcanzando metas y a ser más productiva. ¿Cómo puedes sacarle provecho a este pequeño gran hábito? Sigue leyendo.

Técnicas y consejos para **tender la cama**

No existe una sola forma de **tender la cama**. Puedes hacerle un doblez a la sábana en la parte superior, como en los hoteles, o desplegarla por debajo de la almohada. También puedes colocar un cubrecama o dejar las sábanas a la vista. No obstante, aquí tienes unos *tips* para hacerlo de la mejor forma posible.

Airear la cama unos minutos

Cuando vayas a **tender la cama**, abre las ventanas de par en par. Deja que se renueve el aire de tu habitación por unos minutos. Posteriormente, abre bien la cama para que las sábanas también se aireen. Es importante que entre la luz natural del sol en tu cuarto, ya que esta ayuda a:

- Mantener las paredes libres de humedad.

- Eliminar virus del ambiente.

Sacudir las sábanas

Toma las sábanas por los bordes superiores y sacúdelas con fuerza varias veces. A continuación, estíralas hacia los lados y hacia la parte superior del colchón. De esta forma te quedarán sin arrugas y bien aireadas.

Lo más práctico es tener dos juegos para colocar uno limpio mientras lavas el otro. Es recomendable lavar las sábanas una vez por semana. Hazlo de forma similar al lavado de ropa, con un programa en frío y un ciclo corto. Después del lavado, tiéndelas al sol para eliminar bacterias y olores.

También debemos aprender cómo doblar las sábanas correctamente, así como aprendemos cómo doblar camisas o cualquier otra prenda. Una vez secas, ve doblándolas a la mitad sobre sí mismas hasta formar un rectángulo. Es importante que hagas coincidir los bordes para que se vea prolijo.

Esponjar la almohada

Nadie quiere apoyar la cabeza en una almohada toda aplastada ¿cierto? Espónjala cuando haga

> Nadie quiere apoyar la cabeza en una almohada toda aplastada ¿cierto? Espónjala cuando hagas tu cama para mantener su forma original y que te sea cómoda. Haz lo mismo con los almohadones que uses de apoyo en la espalda o incluso si los usas como decoración sobre la cama.

Rotar el colchón

Rota y da vuelta a tu colchón al menos una vez por semana. Esto evita que se deforme o que se haga un hueco donde apoyas tu cuerpo. De esta forma, te durará más tiempo.

¿Cada cuánto deberías cambiar el colchón? Si te duele la espalda cuando te levantas o el colchón se hunde en el medio, es hora de comprar uno nuevo. Los que son de buena calidad, pueden durar 10 años o más.

Ventajas de este hábito para tu día a día

Tender la cama te lleva solo unos minutos, pero sus beneficios se hacen sentir durante todo el día. ¿Cuáles son las ventajas de mantener este hábito?

Te ayuda a estar enfocada

Es una pequeña costumbre que genera un efecto de "bola de nieve" para lograr tus metas. Si cumples con la primera tarea del día, sentirás el estímulo de ir por la siguiente. Además, tener la casa organizada y ordenada te permite pensar con claridad.

Mantiene el orden

Cada rincón de tu hogar necesita su rutina de orden y limpieza. Una cama sin tender hace que todo el dormitorio se vea desprolijo. Por eso, además de ventilar, barrer y recoger la ropa sucia, debes **tender la cama** a diario.

Previene enfermedades

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) recomienda la ventilación natural en espacios cerrados para eliminar virus, bacterias y moho. Cuando sacudes las sábanas y aireas la habitación, estás previniendo enfermedades. En especial, las respiratorias.

Evita malos olores

Cuando duermes, pasas alrededor de 8 horas respirando el mismo aire de una habitación. Eso hace que se vicie y se vuelva pesado. Por eso es tan importante ventilar y limpiar por la mañana.

Hace que duermas bien

Llega la hora de acostarse: nada mejor que hacerlo en una cama que se vea limpia, ordenada y que huela bien. Todo eso ayuda a que disfrutes de un descanso reparador.

Tender la cama te ayuda a disfrutar de un estilo de vida saludable. No solo por la higiene, sino también por la sensación de orden y armonía que aporta. Vale la pena invertir unos minutos por día en este hábito. Y con unos pocos tips, lo harás mucho mejor. ¡Anímate!

Fuente: https://aratiendas.com/blog/hogar/tender-la-cama-como-hacerlo-bien-y-sus-ventajas/

RECURSOS:

Físicos: aula no 3

Humano: Terapeuta ocupacional y ciudadanos

Materiales: una cama con sus tablas, colchón, sabanas,colcha,2 meses y un loker

RESULTADOS:

Asistieron al taller los participantes que se encuentran en la etapa uno; lográndose identificar que presentan adecuado trabajo en equipo

Se logro que e los participantes de forma práctica lograran el correcto tendido de una cama, se observaron motivados durante toda la actividad.

Cuantitativos:

Participaron un total de once (11) ciudadanos de los cuales uno (1) era de género femenino y 10 de genero masculino

FIRMA DE RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G.

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Actividades para la Vida Diaria -taller práctico

Línea de Atención IV Dinamización de la atención integral basada en comunidad

Fecha: 16/01/2025





RECURSOS:

Físicos: aula no 3

Humano: Terapeuta ocupacional y ciudadanos

Materiales: una cama con sus tablas, colchón, sabanas,colcha,2 meses y un loker

RESULTADOS:

Asistieron al taller los participantes que se encuentran en la etapa uno; lográndose identificar que presentan adecuado trabajo en equipo

Se logro que e los participantes de forma práctica lograran el correcto tendido de una cama, se observaron motivados durante toda la actividad.

Cuantitativos:

Participaron un total de once (11) ciudadanos de los cuales uno (1) era de género femenino y 10 de genero masculino

FIRMA DE RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G.

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Actividades para la Vida Diaria -taller práctico

Línea de Atención IV Dinamización de la atención integral basada en comunidad

Fecha: 16/01/2025





Responsabilidad con nuestros compromisos: ser puntual, cumplir con la palabra dada, hacer lo que nos corresponde, dar el mejor esfuerzo.
Responsabilidad ciudadana: informarse bien, votar, reparar los daños causados a otros, pagar los impuestos, denunciar crímenes y delitos, participar en actividades solidarias, cuidar el ambiente.
Tipos de responsabilidad

Responsabilidad civil

En derecho, la responsabilidad civil es la obligación de reparar el daño que una persona ha causado a otra. La responsabilidad civil puede adquirirse por contrato (contractual) o estar estipulada por ley (extracontractual).
Cuando la persona que responde por los daños es una persona diferente al autor, se llama responsabilidad por hechos ajenos o responsabilidad civil subsidiaria.

Responsabilidad social

Responsabilidad social es la carga, compromiso u obligación que los miembros de una sociedad tienen entre sí y con la propia sociedad.
La responsabilidad social puede ser positiva, en el sentido de obligarse a ejecutar determinadas acciones, o negativa, en referencia a abstenerse de acometer determinadas acciones.
Se habla de tres tipos de responsabilidad social:
Responsabilidad social empresarial o corporativa
Es el compromiso y contribución voluntaria y activa de una empresa para mejorar la sociedad, es decir, su compromiso con el desarrollo humano y sostenible.
Abarca aspectos como brindar óptimas condiciones laborales a sus empleados; ayudar a la comunidad local; dar aportes a las causas humanitarias; contribuir con el cuidado del medioambiente y ofrecer productos y servicios para el bien común.

Responsabilidad social gubernamental o pública

Es el compromiso de los gobiernos y entes del Estado para dictar y regular leyes que procuren la justicia, el bienestar de los ciudadanos y el cuidado del ambiente.

Responsabilidad social individual

Se refiere a las buenas prácticas ciudadanas que procuran el bien común. Por ejemplo, colaboración en causas humanitarias; participación en las elecciones; observancia de la ley; cuidado del medioambiente, etc.

Responsabilidad fiscal

Se llama responsabilidad fiscal a las acciones que toman los diferentes organismos de un Estado en materia tributaria. Establecer quiénes y en qué grado han causado daños a la hacienda pública, y establecer las sanciones correspondientes.

Responsabilidad solidaria

La responsabilidad solidaria es la obligación o compromiso de una empresa de responder ante sus trabajadores, en caso de que existan deudas del contratista o subcontratista.
Este tipo de responsabilidad, por lo tanto, se aplica a varias personas que responden ante una obligación contraída sin que sea necesaria una declaración de insolvencia del agente principal. De este modo, el acreedor puede reclamar la deuda contra una o todas las partes a la vez.

Responsabilidad limitada

Una sociedad de responsabilidad limitada (S.R.L.), o simplemente sociedad limitada (S.L.), es un tipo de sociedad mercantil en la que la responsabilidad se limita al capital aportado.
Por lo tanto, si existiesen deudas, los socios de este tipo de organización no deben responder con su patrimonio personal. En este sentido, las participaciones sociales no se corresponden con las acciones de las sociedades anónimas (S.A.).

¿Qué es la corresponsabilidad?

Dos términos muy relacionados, que son unos de los pilares más importantes de los planes de igualdad de las empresas, son conciliación de la vida personal, familiar y laboral y corresponsabilidad. Sobre conciliación ya hablamos en anteriores publicaciones y hace referencia a las posibilidades que tiene una persona de desarrollar de forma simultánea los diferentes ámbitos de su vida. Para poder conciliar es necesario disponer de tiempo y de recursos, por lo que es necesario unas políticas activas (también en las empresas) para garantizar el acceso de mujeres y hombres a este derecho.
Hoy vamos un pasito más allá y nos centraremos en entender por qué es necesario avanzar hacia una corresponsabilidad. Y es que la situación ha cambiado mucho en los últimos años, la incorporación de las mujeres al mundo laboral ha servido para empezar a modificar los roles tradicionales de género, que asignaban las labores de reproducción y sustento de la vida exclusivamente a las mujeres y las tareas productivas a los hombres (conocida como división sexual del trabajo). Sin embargo, siguen siendo las mujeres las que se encargan del espacio doméstico y del cuidado de las personas que pertenecen a él.

Corresponsabilidad:

Corresponsabilidad es un término que hace referencia a la distribución equilibrada, equitativa y funcional de la planificación, organización y realización de las labores domésticas, del cuidado de menores y de personas dependientes, de los espacios de educación y del trabajo remunerado.
Un primer punto que se deduce de esta definición es que será necesaria una negociación entre todas las personas que forman parte de los hogares para determinar quién o quiénes harán las tareas domésticas y los cuidados. Este reparto tiene que ser equitativo en todos los aspectos, no sólo los más visibles. Por ejemplo, no se trata solamente de hacer una comida de cumpleaños sino de planificar el menú, hacer la compra, estar

pendiente de posibles intolerancias alimentarias, conocer el horario de todas las personas que asisten, pensar el regalo, comprar el regalo...

Dificultades para la corresponsabilidad

El Centro de Información y Recursos para las Mujeres del Ayuntamiento de Barcelona, en su proyecto pedagógico sobre masculinidades identifica cinco barreras que persisten a día de hoy para alcanzar la corresponsabilidad:

Educación sexista: desde pequeños, los hombres aprenden que los cuidados no son una tarea suya. En cambio, las mujeres son educadas y preparadas para el cuidado de otras personas. Por lo tanto, ellas también tienen que delegar esta responsabilidad para poder facilitar la corresponsabilidad.

Percepción de poder y privilegio: fruto de esta socialización y del patriarcado como estructura social, muchos hombres tienen la percepción de tener derecho a ciertos privilegios como, por ejemplo, el uso y la disponibilidad del tiempo personal y de ocio, o el derecho a ser cuidado y servido.

Demandas contradictorias: actualmente los hombres reciben mensajes contradictorios. Por un lado se promueve que sean corresponsables en el hogar pero, a su vez, socialmente se penaliza no mantener un modelo de masculinidad más tradicional. Además, no existen referentes corresponsables conocidos.

Tareas invisibilizadas y no valoradas: hoy en día las tareas domésticas y los cuidados siguen siendo poco valorados y se siguen asignando a las mujeres. Este hecho dificulta que los hombres se incorporen a unas tareas que no tienen reconocimiento social y que están invisibilizadas. En comparación con el trabajo productivo y en el ámbito público, las tareas domésticas y los cuidados son tareas más rutinarias, continuas, sin horarios ni condiciones laborales, sin sueldo y sin vacaciones, no se valoran en ningún currículum y no facilitan posibilidades de crecer profesionalmente.

Poco apoyo social y del mundo laboral: desde las instituciones públicas no se ofrece el apoyo necesario para facilitar la corresponsabilidad de las personas. Igualmente, el modelo productivo actual pone muchas barreras para poder conciliar la vida laboral con la vida familiar y personal.

Fuente de consulta

Vicente Eva (Sin Fecha) Responsabilidad: https://www.significados.com/responsabilidad/

Igualdad Laboral (Sin Fecha) ¿Corresponsabilidad? https://aigualdadelaboral.gal/que-es-la-corresponsabilidad/

RECURSOS:

Recursos físicos

Video beam, reproductor de sonido, computador, tablero acrílico, marcadores, listado de asistencia, lapicero.

Humanos:

Profesional en psicología, ciudadanos y ciudadanas.

RESULTADOS

Cualitativos:

Teniendo en cuenta que el taller fue dirigido a las y los ciudadanos de etapa 5, identificaron que es fundamental para el proceso de preparación para el egreso fomentar y fortalecer la responsabilidad, teniendo en cuenta que este valor les permitirá cumplir sus objetivos personales y recuperar la confianza en ellos mismos y lograr que otras personas también confíen en ellos. Así mismo, reconocieron que parte fundamental de la responsabilidad es hacerse cargo de ellos mismos y sin importar lo que hubiese ocurrido en el pasado, asumir las consecuencias de las acciones o decisiones tomadas.

Los participantes reflexionaron sobre las estrategias que pueden implementar en el día a día para mejorar la responsabilidad y así mismo ser corresponsables con su entorno. A partir de lo anterior, fue posible dar cumplimiento al objetivo planteado de fomentar en las y los ciudadanos la comprensión y práctica de la responsabilidad individual y la corresponsabilidad en contextos personales, sociales y comunitarios, como eje fundamental para el cumplimiento de objetivos y metas, a través de un taller psico-educativo, que contribuya a la consolidación del proyecto de vida.

Cuantitativos:

Se contó con la participación de 11 ciudadanos hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: JANETH GARCÍA

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Responsabilidad y Corresponsabilidad

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

Etapa 5

Fecha: 16/01/2025





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: Responsabilidad y Corresponsabilidad

4. Fecha: 16/1/2025

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	79666462	Alejandro Villamiz.	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	11511420	Luis Mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis Mendez	
3	CC	9610459	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80721391	adolfo Montaño	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					adolfo	
5	CC	1012378691	Andres Lozada	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	15887738	Diego Agudelo	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80030633	Andres Rodriguez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79766077	Fernando Acero	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	71747681	Hector Gonzalez	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					Hector Gonzalez	
10	CC	1136912791	David Navarro	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					David	
11	CC	7175805	Jaime Alberto P	50	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jaime	
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Daniela García Ramírez

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_sn_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

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

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES** **FORMATO FICHA ACTIVIDAD EXTRAMURAL**	Código: FOR-PSS-167 Versión: 0 Fecha: Memo INT. 26754 - 18/05/2018 Página: 1 de 5

OBJETIVO
Matricular a los estudiantes inscritos a la estrategia educativa de Círculos Preparatorios Integrales de Aprendizaje (CIPRIEA), en aras, de aportar a la mitigación de los factores de riesgo que acentúan las formas extremas de exclusión en el marco del fenómeno de habitabilidad en calle; mediante, el desarrollo de acciones transversales, en el marco de los ejes: ampliación de capacidades y generación de oportunidades, inclusión productiva, y movilización social y comunitaria.

Unidad Operativa:	COMUNIDAD DE VIDA EL ROSARIO
Fecha:	17/01/2025
Lugar:	Matriculas CIPREIA Comunidad de vida la Victoria
Horario:	08:00 a.m. - 04:00 p.m.

METODOLOGÍA

La actividad "Matriculas CIPREIA" en el municipio de Sasaima se llevará a cabo en la Comunidad de vida la Victoria, mediante la resignificación del Fenómeno de la Habitabilidad en Calle, por medio de la implementación de acciones estratégicas integrales, diferenciales, territoriales y transectoriales, orientadas al mejoramiento de la convivencia ciudadana y la dignificación de los Ciudadanos y Ciudadanas Habitantes de Calle, en el marco de la promoción, protección, restablecimiento y realización de sus derechos, que contribuyan a su inclusión social, económica, política y cultural, así como a la protección integral de las poblaciones en riesgo de habitar la calle. Así pues, la estrategia Círculos Preparatorios Integrales de Aprendizaje (CIPRIEA) ofrece oportunidades académicas a las ciudadanas y ciudadanos habitantes y ex habitantes de calle para que puedan cumplir sus sueños de terminar sus estudios primarios y de bachillerato.
Por lo tanto, 45 ciudadanas y ciudadanos habitantes y ex habitantes de calle se logran matricular para estudiar con CIPREIA durante este semestre.

Teniendo en cuenta la participación de 45 participantes:

1. Alexander Villa
2. Arley Zamorano Salazar
3. Jose del Carmen Corzo
4. Elkin Perez
5. Francisco Pulido Quintero
6. Jhon Jairo Perdomo
7. Luis Alejandro Sarmiento Tuta
8. Edgar Rizo Torres
9. Sandra Milena Correa

10. Maria Cristina Salgado
11. Socorro Mayerly Sánchez Ossa
12. Claudia Alexandra Acosta Ladino
13. Monica Lorena Guerreo Madroñero
14. Wilson Nieto Gaviria
15. Juan Carlos García Hernández
16. Luis Alberto Fontecha
17. Helberth Guarin Martinez
18. Edwin Arley Barreto Camargo
19. Alejandro Velasco Cruz
20. Jhon Freddy Gómez Zapata
21. Cesar Orlando Soriano Martinez
22. Leonardo Fabio Velasquez Rios
23. Jhon Jairo Ramírez Salazar
24. Anderson Ferney Muñoz Moreno
25. Luis Fernando Padilla
26. Alejandro Moreno
27. Mayerli Yurani Gonzalez Ramirez
28. Nelson David Tapias Nivia
29. Cristian Leonardo Lopez Clavijo
30. Juan Sebastian Callejas Castañeda
31. Alvaro Paredes
32. Diego Prieto
33. Ana Maricela Buitrago Arias
34. Alvaro Alexander Pulido Castelvi
35. (Shantal) Alejandro Ramirez Tangarife
36. Ronald Melendez Altamiranda
37. Wilber Saavedra Orellan
38. Luis Alberto Martinez Cordoba
39. Manuel Alejandro Romero Martinez (Andy)
40. David Navarro Vera
41. Diego Armando Romero
42. Jorge Lozada
43. Oscar Martinez
44. Jhon Alexander Ramirez
45. Andrés Castaño

Por lo que, se gestiona la ruta para realizar dos trayectos con la finalidad de trasladar a la totalidad de los estudiantes hasta la Comunidad de vida de la Victoria
El primer trayecto, se desplaza con 26 participantes y el segundo, con 19.

Con la finalidad de acompañar el ejerció de matrículas se dispone de la siguiente distribución de responsabilidades:

1) A las 7:00 a.m. se solicita al área de cocina adelantar la preparación de la merienda de media mañana para los participantes que asistirán a la salida, así como tener listo el almuerzo en la comunidad de vida de la Victoria.
2) Se indica al equipo de promotoria las listas de los participantes que asistirán a la salida.
3) El acompañamiento de la actividad se encuentra a cargo de los profesionales Jhon Vaca y Angie Nieto, y del promotor social Jeisson Peñuela.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	
HORA	**ACTIVIDAD**
07:00 a.m.	Llamado a la población que asistirá a las matriculas de CIPREIA.
08:00 a.m. a 08:30 a.m.	Toma de merienda de media mañana.
09:00 a.m.	Llegada de la ruta a la comunidad de vida el Rosario – primer trayecto
09:10 a.m.	Salida de la ruta de la comunidad de vida el Rosario con 26 participantes.
10:10 a.m.	Llegada a la comunidad de vida la Victoria.
10:20 a.m.	Salida de la ruta de la comunidad de vida la victoria hacia el Rosario
11:00 a.m.	Llegada de la ruta a la comunidad de vida el Rosario – segundo trayecto
11:10 a.m.	Salida de la ruta de la comunidad de vida el Rosario con 19 participantes.
12:10 p.m.	Llegada a la comunidad de vida la Victoria.
12:20 p.m. a 01:20 p.m.	Almuerzo de la totalidad de los participante en la comunidad de vida la Victoria
01:20 p.m. a 02:40	Matriculas de estudiantes de CIPREIA
02:40 p.m.	Salida de la ruta a la comunidad de vida la Victoria con 26 participantes.
03:30 p.m.	Retorno de la ruta a la comunidad de vida la Victoria.
03:40 p.m.	Salida de la ruta a la comunidad de vida la Victoria con 19 participantes.
04:40 p.m.	Llegada a la comunidad de vida el Rosario.

INSTITUCIONES A CONTACTAR EN CASO DE EMERGENCIA.

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

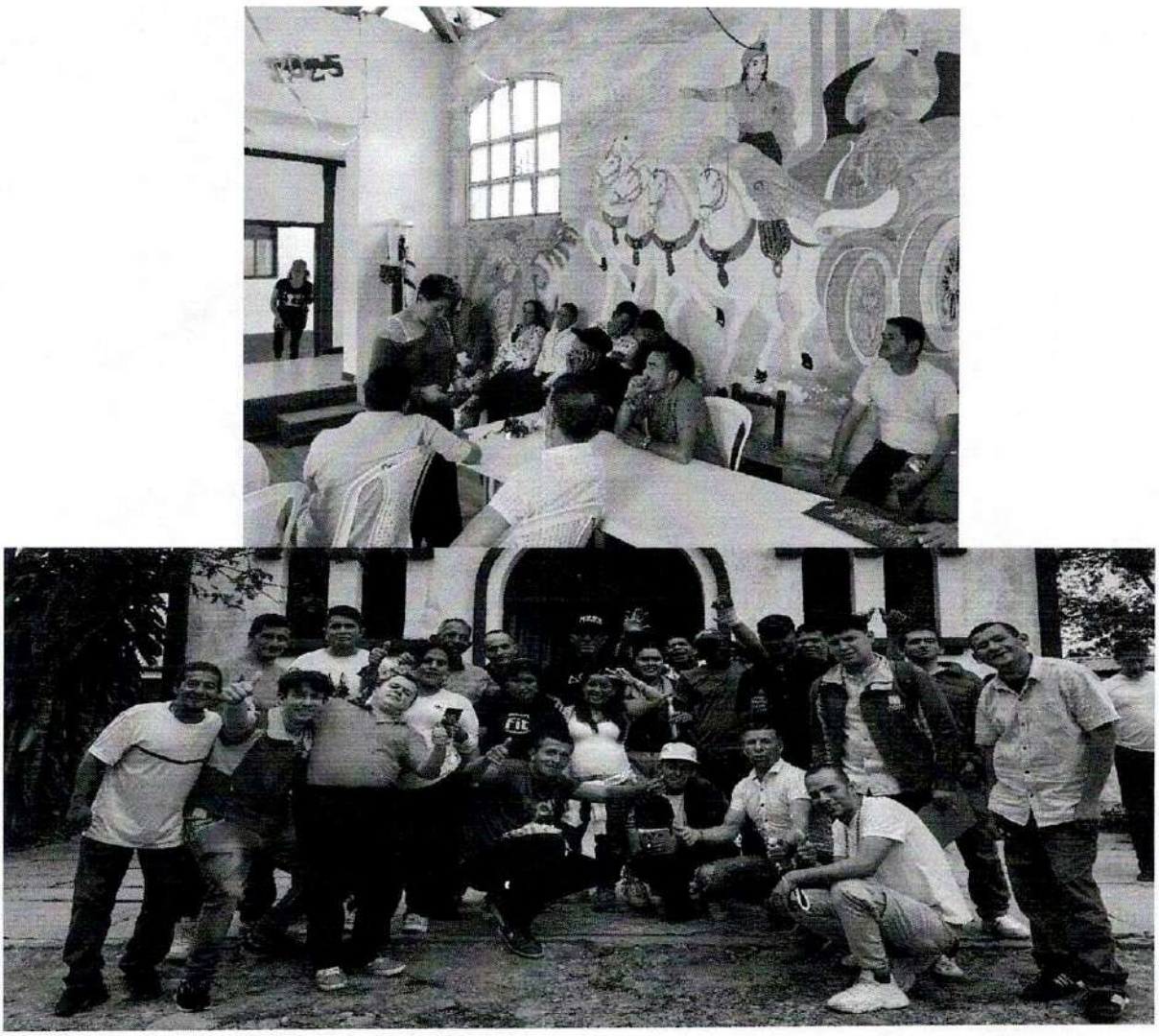
OBSERVACIONES (Este ítem se diligencia posterior a la salida)

Durante el recorrido 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. Se retorna a comunidad sin novedades.

Nombre de los Profesionales responsable de la salida:
Jhon Vaca y Angie Nieto Pedagogos Re educativos

ANEXO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Matriculas CIPREIA Comunidad de vida la Victoria
Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
Fecha: 17/01/2025
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: Cipreia

4. Fecha: 17/01/2025

5. Hora: 8:00 am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1026552512	Diego Amando Prieto	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	45526060	Sandra Correa	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Sandra C	
3	CC	1014602640	Nelson [illegible]	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1072946328	wilber Saavedra Orella	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					wilber Saavedra	
5	CC	74764127	Helberth Guarin	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	9144485	Elkin perez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	7696015	wilson Nieto	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	80504484	Leonardo Fabio [illegible]	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1083547763	Alvaro [illegible]	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	80729009	Jhon Ariza	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jhon Ariza	
11	CC	79631792	Luis Fontecha	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Luis F	
12	CC	1121237267	Jhon Sair Pedraza	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	80981369	LUIS PADILLA	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	52379788	Cristina Salgado	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1144548358	Alejandro	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1075 [illegible]	Diego [illegible]	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Diego N	
17	CC	75079764	Andres Castro	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80803164	Oscar Montiel	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	1013328690	Andres Lozada	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	5.824830	ALEXANDER VILLA	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					ALEXANDER VILLA.	

13. Nombre del responsable: Hermes Vaca

14. Cargo o rol del responsable: pedagogia

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se 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: CIPREIA

4. Fecha: 17/01/2025

5. Hora: 8:00am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
21	CC	7991864	Alejandro Velasco C.	44	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	80748939	Anderson Muñoz	39	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	80009304	Oscar Martinez	45	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	1023944488	Juan Sebastian Gallego	29	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	15886101	Alejandro S.	60	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
26	CC	1074961588	Wilber Saavedra Orellán	33	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	79835163	Edwin Barreto	46	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	1030547452	ANA Buitrago	38	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
29	CC	1030547452	ALVARO RUEDO	34	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	59875623	Lorena Guerrero	44	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	52902809	Claudia Acosta	43	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
32	CC	1014744755	Renata Melo	32	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
33	CC	6883968	Jose Corzo	63	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
34	CC	6514014	Arley Zamorano	40	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
35	CC	1047643	Mayerlis Ramirez	33	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
36	CC	52[illegible]	[illegible] Sanchez	44	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
37	CC	1032[illegible]	Shantal Ramirez	33	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
38	CC	1.5287732	Diego A Gil C	61	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
39	CC	79766607	Fernando Acero	42	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						
40	CC	79974358	Henry Sierra	46	No aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hermes Vaca

14. Cargo o rol del responsable: pedagogia

15. Firma del responsable de la actividad:

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

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, qué 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: CIPREIA

4. Fecha: 17/01/2025

5. Hora: 8:00 am

No	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79.957.635	Julio Civa	47	No aplica	No aplica	No aplica			X	X					
2	CC	79374180	JUAN MOTTA	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80003?6	Oscar Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79[illegible]	Edwin Aponte	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1026550?2	Diego Armando Prieto	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14			0													
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Hermes Vaca

14. Cargo o rol del responsable: pedagogia

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se 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:** 17/01/2025	**HORA:** Inicio: 10:30 am Final: 12:00 am
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, que genere un ámbito de análisis, reflexión y una mirada crítica hacia relatos de nuestro pasado para que los participantes 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.
- 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.
- Brindar a las y los ciudadanos un espacio de relajación para reducir la ansiedad y el estrés.

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:

Cine dramático: historia y características del género del drama:

El cine dramático es junto a la Comedia, los principales géneros del cine y quizás de los más antiguos. El drama en el cine presenta historias serias, en las que prevalece el dialogo y la acción orientada a generar

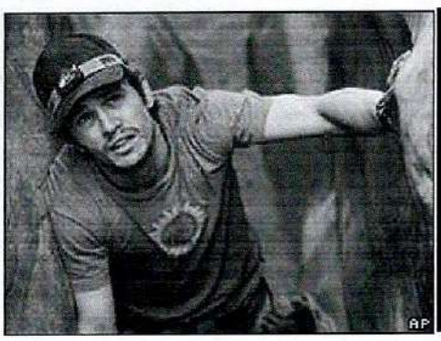
tensión y presentar pasiones conflictivas más que generar humor. Se tratan temas trascendentes sin tener siempre que llevar a la muerte de sus protagonistas.

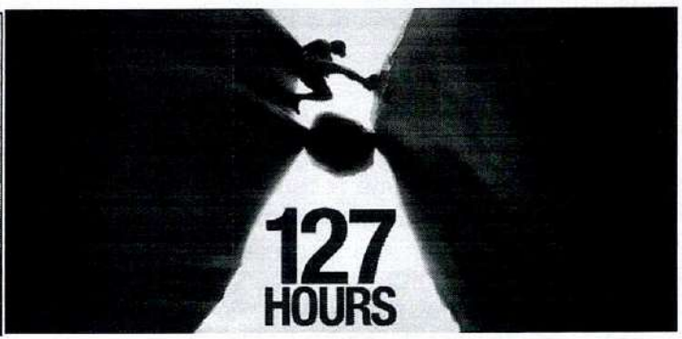
El género cinematográfico de drama ha estado presente en el cine desde el principio, y ha tenido un gran incremento en formas y estilos, generando subgéneros como el Melodrama, Docudrama o el Drama policiaco. En este artículo presentaremos las características del género de drama en cine, la evolución del cine dramático a lo largo del tiempo y los distintos subgéneros del drama en el cine.

'El lado bueno de las cosas' Tras pasar ocho meses en una institución mental por agredir al amante de su mujer, Pat (Bradley Cooper) vuelve con lo puesto a vivir en casa de sus padres (Robert De Niro y Jacki Weaver). Determinado a tener una actitud positiva y recuperar a su ex-mujer, el mundo de Pat se pone del revés cuando conoce a Tiffany (Jennifer Lawrence), una chica con ciertos problemas y no muy buena fama en el barrio. A pesar de su mutua desconfianza inicial, entre ellos pronto se desarrollará un vínculo muy especial que les ayudará a encontrar en sus vidas el lado bueno de las cosas.

La vida no siempre marcha según lo previsto.

Pat Solatano (Bradley Cooper) lo ha perdido todo: su casa, su trabajo y a su mujer. Ahora se encuentra viviendo nuevamente con su madre (Jacki Weaver) y su padre (Robert De Niro), después de pasar ocho meses en una institución mental tras llegar a un acuerdo con la fiscalía. Pat está decidido a rehacer su vida, mantener una actitud positiva y reconciliarse con su mujer, pese a las particulares circunstancias de su separación. Lo único que quieren los padres de Pat es que su hijo levante cabeza y comparta con el resto de su familia su obsesión por su equipo de fútbol americano favorito de Filadelfia. Cuando Pat conoce Tiffany (Jennifer Lawrence), una misteriosa chica con un cúmulo de problemas propios, la situación se complica. Tiffany se ofrece a ayudar a Pat a recuperar a su mujer, pero únicamente si él hace a cambio algo que a ella le resulta muy importante. A medida que van cumpliendo sus respectivas partes del trato, empieza a formarse un inesperado vínculo entre ellos y van poco a poco descubriendo el lado positivo de sus vidas.





127 horas de Aron Ralston

Aron Ralston, un experimentado excursionista de veintisiete años, emprende un solitario paseo por un remoto y estrecho cañón de Utah, cuando una roca de más de trescientos cincuenta kilos se desprende y le aplasta la mano y la muñeca derecha contra la pared del cañón. Además del dolor terrible al que se ve sometido, Aron se da cuenta de que ha quedado completamente atrapado.

Nadie sabe dónde está; nadie vendrá a rescatarlo. Le queda agua y comida para pocas horas más. Su única herramienta es una navaja de bolsillo.

Sus opciones se agotan una a una. En la quinta noche, presa del delirio y de escalofríos incontrolables, Aron grava su propio epitafio en la pared de roca, convencido de que ya no volverá a ver la luz del día.

Sin embargo, al día siguiente tiene una idea terrible y salvadora: si pudiera usar la roca para partir los huesos de su brazo, también podría amputárselo usando la navaja como un bisturí.

Convertida en una exitosa película dirigida por el oscarizado Danny Boyle y protagonizada por James Franco, 127 horas es la historia real y estremecedora de una asombrosa hazaña de supervivencia, narrada con el pulso de un thriller psicológico, así como un testimonio de primera mano de los extremos a los que un hombre puede llegar para salvar su propia vida.

REFERENCIAS:

- https://historiadelcine.es/generos-cinematograficos/cine-dramatico-drama/
- https://www.lahiguera.net/cinemania/pelicula/5673/sinopsis.php
- https://www.lecturalia.com/libro/61410/127-horas#google_vignette

RECURSOS:
Físicos:

- Mesas, sillas, video vean, Pc portátil y listado de asistencia.

Humanos:

- Promotores y ciudadanos.

RESULTADOS:
Cualitativos:

- 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.
- 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.
- 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, (20) veinte hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Duvan P

FIRMA COORDINADOR:

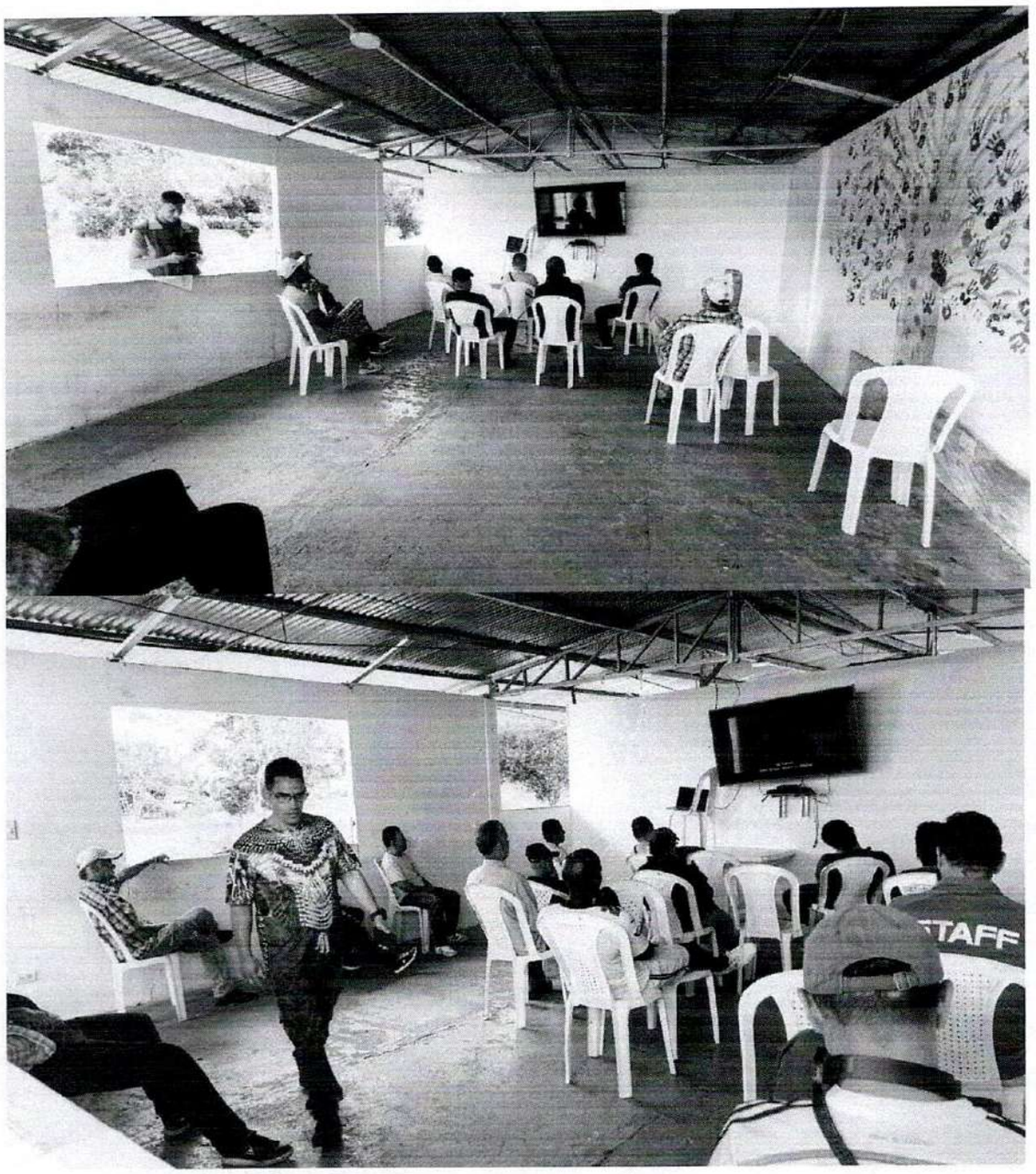
NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Cine Foro.

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

Fecha: 17/01/2025



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: 17/01/2025
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	1010164[illegible]	Jose Eliecer	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	9600 1159	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80804980	Leonardo Fabio Velasquez	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	77769127	Helbeith Guarín	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1047[illegible]	JHONY ESTIVEN	37	No aplica	No aplica	No aplica			X					JHONY	
6	CC	6814782	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1145764358	Alejandro	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79881900	Luis Cárdenas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	16827732	Diego [illegible]	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80901369	Luis Pinilla	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1075944489	Juan Sebastian Callejas	29	No aplica	No aplica	No aplica			X					Juan Callejas	
12	CC	80248436	RAFAEL RIAÑO	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					RAFAEL	
13	CC	1026[illegible]	Yorman Hernandez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79879700	Ivan Cardenas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80030633	Andres Rodriguez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1012318[illegible]	Andres Lozada	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80741[illegible]	Manuel [illegible]	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1033[illegible]	David Calvo	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	7927[illegible]	Fabio [illegible]	59	No aplica	No aplica	No aplica			X					Fabio	
20	CC	79884892	Alejandro Villamizar	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						

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

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/imagesf_docs/2022/políticas_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:** 17/12/2025	**HORA:** INICIO: 10:30 am FINAL: 12:00 m
ÁREA: Tallerista Cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	ALEJANDRO BEJARANO	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Selección el Rosario (Artes marciales), "Plan de atención institucional".

OBJETIVO GENERAL:
Reducir el estrés, la ansiedad y el desgaste energético en los miembros de la comunidad de vida a través de la práctica de artes marciales, promoviendo la relajación, el bienestar emocional y la regulación del estrés.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Medir los niveles de estrés y ansiedad antes y después de la práctica de artes marciales.
- Incorporar técnicas de relajación y meditación en la práctica de artes marciales.
- Fortalecer la salud física y emocional a través del desgaste energético.

METODOLOGÍA:
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, encaminada en la línea de atención II nombrada; fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, dando inicio al fortalecimiento de la autonomía a través de las artes marciales fomentando la disciplina y la autoconfianza en los practicantes con la toma de decisiones:

- **Entrenamiento Autogestionado**: Permitir que los y las participantes elijan las técnicas o ejercicios que quieren fortalecer en clase.
- **Objetivos Personales**: Animar a los y las participantes a establecer metas individuales y a desarrollar planes para alcanzarlas.

Fomentar la regulación de emociones a través de:

- **Juegos y Simulaciones:** Usar ejercicios que requieran autocontrol, como sparring controlado, donde los y las participantes deben pensar antes de actuar.
- **Técnicas de Enfriamiento:** Enseñar a los y las participantes a reconocer cuando están sobrecargados emocionalmente y cómo tomar un momento para calmarse.
- **Ejercicios de Respiración:** Técnicas de respiración que ayuden a los y las participantes a concentrarse y a la vuelta a la calma, especialmente antes y después del entrenamiento o después de situaciones intensas.
- **Meditación:** Incorporar breves sesiones de meditación para fomentar la conciencia y la atención plena que ayuden a los y las participantes a concentrarse en su cuerpo y su entorno.

- **Adecuación**: Se realizará la invitación a los ciudadanos que participarán de la actividad y se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de cada una de las actividades.
- **Primer momento:** Se explicarán los objetivos a alcanzar durante la ejecución de cada una de las actividades y la metodología a desarrollar; Se hará el llamado a los y las ciudadanas que deseen participar, se formaran y se realizará el saludo marcial seguido se iniciara el entrenamiento con 10 minutos de meditación fomentando la conciencia y la atención plena que ayuden a los y las participantes a concentrarse en su cuerpo, su entorno y proporcionando espacios seguros de apoyo emocional.
- **Segundo Momento:** Seguido se realizarán ejercicios de movimiento articular con el fin de predisponer al cuerpo y evitar lesiones, activación y fase central que consiste en los movimientos básicos del taekwondo desarrollando el estado físico, la capacidad motriz gruesa y el desgaste energético como estrategia para la regulación de emociones de cada participante.
    1. Movilidad articular general
    2. Tren inferior
    3. Tren superior
    4. Activación entrada en calor y desgaste energético con ejercicios de skiping alto, medio y bajo
    5. Trabajo de lateralidad con el fin de trabajar la capacidad temporo-espacial
    6. Ejercicios de elasticidad y flexibilidad, Split y Spagat
    7. 1 patada básica, patada frente (ap chagui) a la paleta o foco de precisión
    8. 2 patada básica, patada filo (yop chagui) a la paleta o foco de precisión
    9. 3 patada básica, patada semicircular (dolio chagui) a la paleta o foco de precisión

10. 4 patada básica, patada abanico hacia afuera (bakat tari chagui a la paleta o foco de precisión
11. 5 patada básica, patada abanico hacia adentro (an tari chagui) a la paleta o foco de precisión

La acción repetitiva de dichos movimientos mejorar su acerbo motor y generara desgaste energético con el fin de fomentar la regulación emocional en las y los ciudadanos

Seguido se establecerán objetivos personales con los y las participantes Animándolos a establecer metas individuales y a desarrollar planes para alcanzarlas, dejando tareas de entrenamiento autogestionado.

- **Tercer momento:** Se llevará a cabo el cierre de la actividad, 10 minutos de meditación con Técnicas de respiración que ayuden a los y las participantes a concentrarse para el regreso a la calma haciendo una auto evaluación de las técnicas aprendidas y de las mejoras que deben realizar para la siguiente clase, se indagara frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su día.
- **Reacondicionamiento del espacio**: Se invitará a los ciudadanos a reacomodar el espacio dejándolo en óptimas condiciones.

TEMAS:

El Taekwondo es un antiguo Arte Marcial de origen Coreano, actualmente un moderno deporte olímpico con una sólida organización a nivel mundial y Nacional, con una gran aceptación dentro de personas de diferentes edades y sexo. Como ejercicio físico, el Taekwondo tiene un gran efecto sobre el crecimiento, desarrollo, salud y la condición física de los jóvenes y adultos. El sistema técnico y la forma del Taekwondo están concebidos para desarrollar el control de todas las partes del cuerpo, expresar equilibrio y permitir flexibilidad en todas las articulaciones del mismo. Ayuda también a aliviar la fatiga y el estrés, incrementados por la civilización moderna. Como deporte contemporáneo, el Taekwondo ha desarrollado técnicas, reglas y prendas de protección adecuadas, minimizando las lesiones y promoviendo el juego justo. Como una herramienta educacional, el Taekwondo declara que la meta de la práctica es hacer del practicante un verdadero ser humano junto con la condición y mejoramiento físico de cada uno. Está orientado al mejoramiento de la mente y el espíritu del ser humano. El rol educacional del Taekwondo es dirigir al practicante para que se entrene en el arte de la perfección. Para alcanzar esto, los practicantes deben entender los principios técnicos orientados a alcanzar la adaptación a una vida humana más amplia, a través de una disciplina constante. El Espíritu del Taekwondo es la búsqueda de la virtud humana.

El Taekwondo no sólo es una disciplina marcial y deporte olímpico, si no también es una forma de educar atreves del deporte, el cual entrega "principios y valores" que van de la mano con la formación del ser humano, el Taekwondo es sinónimo de:

- Responsabilidad
- Honestidad
- Comprensión
- Respeto
- Tolerancia
- Confianza
- Compromiso
- Puntualidad
- Solidaridad
- Justicia
- Cooperación

Kyu Hyung Lee, "realizó un estudio sobre la relación existente la práctica de Taekwondo y el desarrollo de la personalidad en las personas en Seúl. De acuerdo de los resultados de este estudio, las personas que practicaron Taekwondo mostraron un mejor control de impulsos, menos ansiedad. Además de esto se mostraron más respetuosos, con buenos modales y con un desarrollo de habilidades como líderes positivos, sumado a un aumento en su autoestima. Otro dato importante es que el desarrollo de estas características se acrecentaba en la medida que las personas aumentaban el tiempo de práctica, vale decir, aumentaba a lo largo del tiempo y que, por otro lado, mientras mayor fuera la persona que entrena, mayor se mostró su aumento en estas características".

"Otro estudio realizado sobre los efectos positivos de la práctica del Taekwondo en las personas, lo hace David R. Law, quien hace referencia a que el Taekwondo, así como cualquier arte marcial, puede tener beneficios para la salud mental. Por otro lado, destaca que los niveles de agresividad de una persona que practica artes marciales tienden a disminuir conforme aumenta su tiempo de práctica"

"La autoridad es respetada admirada y el practicante es acompañado por el maestro y va construyendo su camino aprendiendo saberes técnicos que son más visuales por decirles de algún modo, junto con otros saberes".

"Con el entrenamiento del Taekwondo, se inculca el respeto y la cortesía, lo que hace que las personas sean más comprensivos con los demás. Se vuelven más seguros y con mayor confianza, lo que los ayudará en situaciones difíciles en su vida cotidiana. El practicante de Tae Kwon Do se vuelve más seguro de sus

capacidades, ya que en cada sesión se dan cuenta que son capaces de dominar su cuerpo y esto les eleva su autoestima".
Beneficios que ofrece el taekwondo en aspectos como:
A nivel físico: Sobre todo la flexibilidad (trabajo práctico de miembros inferiores), trabajo dinámico por medio de la puesta en práctica de las técnicas de pierna. Coordinación (viso-pédica y viso-manual), ya que durante la puesta en marcha de las diferentes técnicas se fundamenta un correcto equilibrio para una buena y adecuada ejecución (debido a que una clara base de sustentación es fundamental para la ejecución de las técnicas).
A nivel cognitivo: Trabajo memorístico (repaso de las variadas técnicas y su ejecución). Trabajo en la percepción por medio de los estímulos (anticipación y percepción espaciotemporal).
A nivel afectivo-social: Las actividades individuales y en grupos, contribuyen a reforzar los lazos entre estudiantes, la comunicación, el refuerzo y mejoramiento de su control corporal y a su vez la autoestima.

ACTIVIDAD FÍSICA
La actividad física es entendida como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS, world Health Organization 2005).
El término actividad física también se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de "ejercicio" físico.
Ejercicio físico, es un término más específico que implica una actividad física planificada, estructurada y repetitiva realizada con una meta, con frecuencia con el objetivo de mejorar o mantener la condición física de la persona.
Condición física, es un estado fisiológico de bienestar que proporciona la base para las tareas de la vida cotidiana, un nivel de protección frente a las enfermedades crónicas y el fundamento para el desarrollo de actividades deportivas. Esencialmente, el término condición física describe un conjunto de atributos relativos al rendimiento de la persona en materia de actividad física.
También se le llama "Fitness".
Salud, es un reflejo del bienestar global físico, mental y social de la persona. Este término es mucho más amplio que la mera ausencia de enfermedad. La salud, como todos sabemos, es una característica que no se mantiene estable a lo largo del tiempo y que puede variar a lo largo de un desarrollo continuo desde situaciones próximas a la muerte (mala salud) hasta un funcionamiento fisiológico óptimo (alto nivel de bienestar).
La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que la inactividad física causa en conjunto 1,9 millones de defunciones a nivel mundial y que causa en torno a un 10% a 16% de los casos de cáncer de mama, cáncer colorrectal y diabetes mellitus, y aproximadamente un 22% de los casos de cardiopatía isquémica.
Comenzar a incluir la actividad física en el día a día generalmente resulta difícil, tanto de iniciar como de mantener, sin embargo, existen diferentes estrategias para facilitarlo, como la inclusión familiar, el prescribirla con una receta formal y comprensible, medir el progreso y fomentar la retroalimentación Bidireccional, trabajar basándose en motivaciones, metas y gustos personales
para promover el apego, generar dependencia y gusto por la actividad, y lo más importante, predicar con el ejemplo que además le otorga un voto de confianza al profesional de la salud por parte de la familia que busca su consejo. Por encima de todo lo anterior que permite su unificación se encuentra el individualizar cada una de las prescripciones y recomendaciones que ofrecemos a nuestra población.

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:
- Salón de artes marciales, colchonetas

Humanos:
- Ciudadanos de la comunidad de vida, tallerista.

RESULTADOS:

Cualitativos:
Durante el desarrollo del taller se dio cumplimiento al objetivo establecido ya que se trabajó: la meditación proporcionando espacios seguros y de apoyo emocional, calentamiento dinámico, 5 patadas básicas y las bases para las primeras 4 caídas básicas del Hapkido dando una mejora de la salud física, mental y emocional de los participantes en el proceso de desarrollo personal generando un desgaste energético como estrategia de canalizar emociones. Los participantes manifiestan que el entrenamiento les ha servido para poder descargar energía negativa acumulada, siguen aprendiendo algo nuevo y poder meditar controlando sus emociones, mejorando su salud mental y su estado físico con los ejercicios realizados, comprometiéndose a realizar entrenamientos autogestionados y avanzando en su disciplina.

Cuantitativos:
Durante el taller asistieron un total de seis (6) ciudadanos, los cuales todos son de género masculino diferentes equipos de referencia y diferentes etapas, todos con buena disposición.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

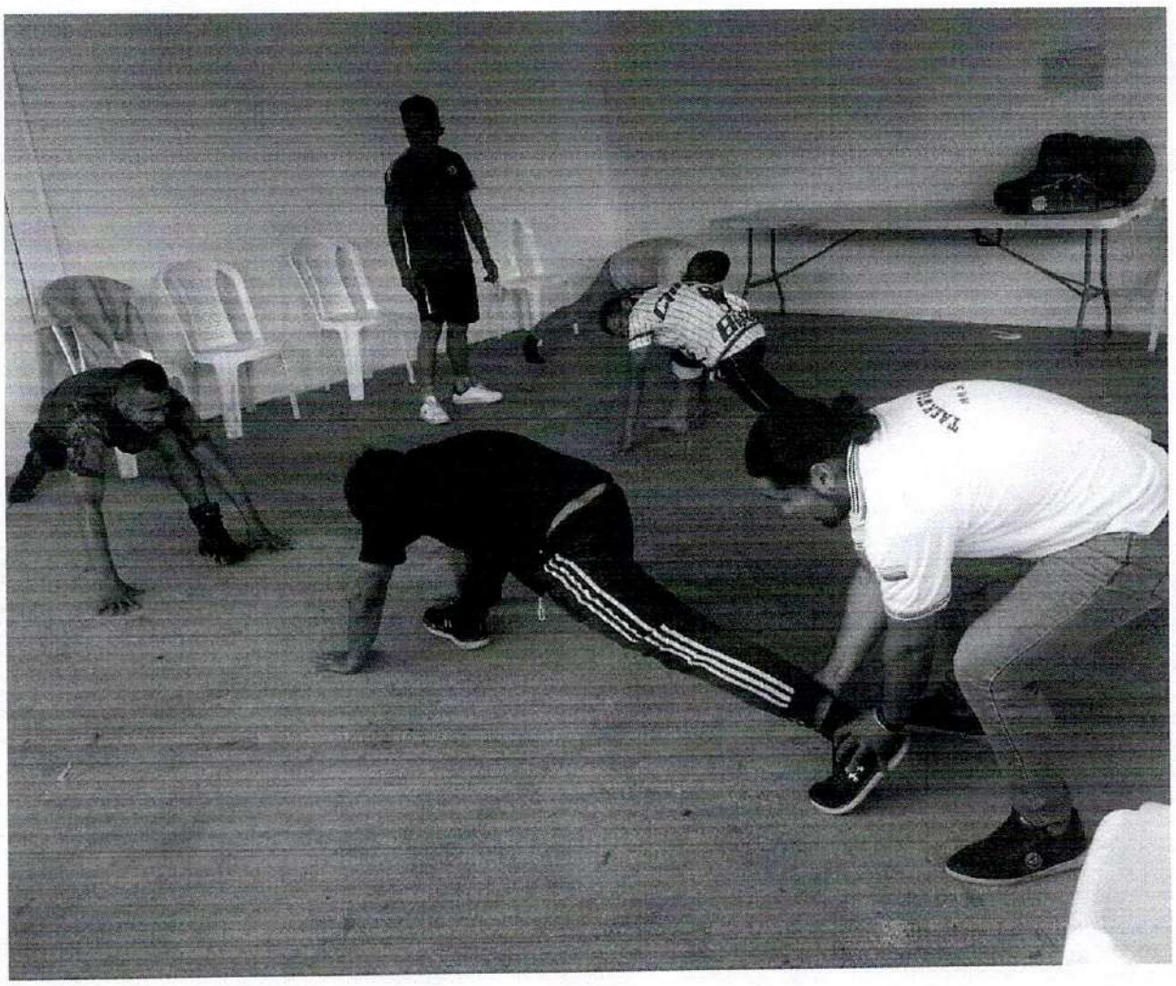
FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Hernes Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

SELECCIÓN EL ROSARIO (ARTES MARCIALES), "PLAN DE ATENCIÓN INSTITUCIONAL". LÍNEA DE ATENCIÓN IV NOMBRADA; FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO, LA GESTIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES
FECHA: 17/01/2025.





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: Seleccion el Rosario (Artes marciales) plan de atencion institucional
4. Fecha: 17/01/2025
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	1122326	Jhon Jairo Perdo	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1020540263	[illegible]	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	7187700	Jhon Cardenas	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1014616640	[illegible]	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC.	1026555[illegible]	Orgo Armando	37	No Aplica	No aplica	No Aplica			X						
6	CC	1026[illegible]	Yorman [illegible]	31	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: Alejandro Becerano
14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Cultural
15. Firma del responsable de la actividad:

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

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES 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:** 17/01/2025	**HORA:** 2:00 pm 4:00 Pm
ÁREA: PROMOTORIA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angela bravo

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cine foro

OBJETIVO GENERAL: Promover un espacio de participación dinámico, en el cual los participantes tienen la oportunidad de dialogar acerca de la película proyectada, generando un debate sobre el derecho a la vida y cómo impacta en su pensamiento.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Aportar a la formación de pensamiento crítico, mediante el debate y el conocimiento profundo de los procesos sociales y como este impacta en su proyecto de vida
- Utilizar las temáticas y contenidos de las películas para fomentar en los participantes valores, actitudes y habilidades sociales para el acercamiento a las competencias ciudadanas en los participantes
- Favorecer en los participantes el gusto por el cine como forma positiva de utilización del tiempo libre, desarrollando además sus posibilidades como fuente de información y enriquecimiento cultural.

METODOLOGÍA: Este taller se desarrollará bajo la línea de línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida través de la metodología pedagógica en la cual se implementará la expresión creativa de pensamientos y emociones, donde permitirá exteriorizar conflictos internos y minimizar los negativas. Se busca a partir de esta metodología propiciar el desarrollo integral del ciudadano en las diferentes dimensiones emocionales, sociales intelectuales. El taller se desarrollará mediante el uso de diversas herramientas que permitan que los ciudadanos expresen de una forma creativa sus ideas, sentimientos y experimenten emociones, deseos, sufrimientos, fantasías mediante la creación de representaciones visuales.

Adecuación: Este taller se desarrollará en la sala de tv de casa dos donde con la ayuda de los compañeros promotores se realizará el llamado a los y las participantes que deseen ingresar a el taller de interés el cual será enfocado en las redes sociales y el cómo ellas nos pueden llegar afectar en nuestro día a día.

Primer momento:

Se dará la bienvenida a los ciudadanos con la presentación de la actividad que se realizara explicando en que consiste y cuál es la finalidad que tiene el taller, se realizara una pequeña dinámica rompe hielo en la cual a través de una serie de imágenes se buscara en esta actividad de estimulación, que ayuden a mantener en el nivel apropiado los procesos cognitivos de concentración, atención y memoria en los participantes. 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 atento y pueda ir generando sus propias ideas. Luego de ello se proyecta la película.

Segundo Momento:

Se dará indicaciones a los participantes para que se organicen en grupos y sigan las indicaciones del promotor. Posteriormente se entregarán materiales para responder una serie de preguntas en donde los ciudadanos expresan sus inquietudes, se visualizará el efecto que crean las redes sociales en el ser humano, buscado en ellos una menor participación en el uso de los dispositivos móviles, una vez realizada la proyección se les indagara sobre que sintieron en el momento de ver el documental.

- **Tercer momento:**
  A continuación, se iniciará con el foro en donde los participantes se organizarán en grupos de trabajo y compartirán con sus compañeros lo que cada grupo escribió, he intercambiarán ideas que favorecerán el desarrollo de su sentido crítico.
- **Reacondicionamiento del espacio:** Una vez terminado el taller se solicita a los asistentes organizar el espacio en el cual se realizara la actividad, para que este espacio quede en buenas condiciones, el grupo promotor se encargara de que esto se realice.

TEMAS:

Cine foro

Cuando un espectador se sienta frente a una película o programa de televisión, está recibiendo mensajes que no siempre son tan claros y directos como se podría suponer; en ocasiones se requiere de un ejercicio analítico en donde el espectador devele eso que le fue dicho, lo clarifique y lo lleve a un plano consciente, para allí relacionarlo con su propia vivencia y propiciar de su parte una interacción con la obra. Un producto audiovisual propone por lo general una acción dramática definida; sin embargo, la trama desarrolla conflictos paralelos, que, sin querer ser el eje de la misma, se plantean como subtextos que aportan elementos narrativos a la historia central y enriquecen la película.

Para propiciar esta lectura aguda y crítica existen varias herramientas de las que el Docente o el Guía puede hacer uso; una de las más ricas en posibilidades es el cine foro.

El cine foro es una herramienta metodológica que facilita y enriquece el diálogo entre el espectador y la obra audiovisual. La orientación del foro puede responder a una diversidad de temáticas, que deberán ser propuestas por quien lo conduzca o a partir de las expectativas propias del público. Es muy importante que quien conduzca el cine foro esté receptivo frente a lo que los espectadores generen, ya que un tema planteado inicialmente puede propiciar otros y esto debe ser capitalizado, recogido y puesto en el ejercicio, para lograr un espacio efectivo de encuentro y reflexión.

¿Cómo implementarlo?

El punto de partida de un cine foro debe ser el público al que va dirigida la proyección (ver capitulo IV) y el tipo de inquietudes que este público tenga o que el Docente o Guía quiera establecer. Una vez definido el público objetivo se debe programar la película o el ciclo; esta programación se debe hacer con base en:

Niveles de comprensión o lectura del público objetivo: esto supone tener en cuenta si son espectadores habituales, o si por el contrario son espectadores eventuales, así como si las obras que están acostumbrados a ver son de carácter comercial o independiente. En este punto es conveniente proceder paso a paso, empezando por obras audiovisuales de fácil asimilación hasta permitirse llegar, en la medida en que el público lo vaya exigiendo, a obras de lectura más compleja.

La edad de la población: como se desarrolló en el capítulo anterior, no hay que suponerun público homogéneo; se debe partir de la diferencia para así lograr acertar con la programación, porque cada público tiene unos intereses y dinámicas particulares.

El idioma: es fundamental determinar en qué idioma se puede proyectar de acuerdo al público objetivo. La mayoría de obras audiovisuales a las que se tiene acceso están en idiomas distintos al español y subtituladas. Se debe contemplar si el público receptor está en capacidad de leer estos subtítulos, y de lo contrario se deben programar obras de habla hispana o dobladas.

La actividad laboral o escolar principal: cuando trabajamos con comunidades, es importante tener en cuenta su actividad principal; esto puede arrojar pistas sobre los intereses de la misma y facilitar la selección de temas para desarrollar el cine foro.

La temática que se quiera desarrollar con la comunidad: si determinado tema se utiliza como parte de un proceso con la comunidad, el Docente o Guía debe estar atento a lo que le interesa comunicar con la película o el audiovisual que eligió, para utilizar esto como punto de partida del cine foro.

Es recomendable comunicar antes de la proyección el tema principal en el que se enfocará el cine foro, para que durante la misma el público esté atento y pueda ir generando un concepto propio y desarrollando su planteamiento. Al finalizar la proyección se abre el espacio para la socialización de ideas y el debate de las mismas.

Actividades de un cine foro

La introducción: Al inicio de cada proyección se debe hacer una introducción, en donde se socialice el nombre del director, el país de origen de la obra y el por qué se eligió. Esto puede corresponder a distintas razones; lo fundamental es que ese motivo sea resaltado en la introducción para darle pistas al espectador acerca del curso que va a tener el cine foro.

Por ejemplo, si para una clase de literatura estamos trabajando la literatura fantástica y elegimos mostrar El señor de los anillos, debemos contextualizar al público, para que durante la proyección haga énfasis en esa característica de la película. Es muy importante que quien conduzca el foro, investigue y se prepare sobre el tema a desarrollar.

La proyección: ésta debe suceder en las mejores condiciones técnicas posibles; es fundamental para el buen disfrute de una obra audiovisual que la calidad de la proyección y del sonido sean óptimas; así se hace más amable la experiencia del espectador y su disposición para repetirla y convertirla en hábito.

El foro: Al finalizar la proyección ya se han delimitado unos temas, de tal manera que el grupo se puede entregar a la exploración de los mismos a través del intercambio de ideas y opiniones. Para la implementación del foro y de acuerdo con los intereses del público o del Docente o Guía se puede hacer uso de distintos elementos que aporten y dinamicen el espacio: la lectura de un texto relacionado con la discusión principal, bien sea un texto publicado o inédito, el uso de fotografías, la participación de un invitado especial que tenga una relación directa con el tema a desarrollar, etc.

Si los foros hacen parte de un ciclo temático, se debe tener en cuenta que cada uno en sí mismo debe funcionar, pero que en una mirada panorámica haya un hilo conductor entre uno y otro. Esto para que los asistentes regulares tengan la posibilidad de ampliar la información y enriquecerla.

Fuente de consulta:

https://www.mincultura.gov.co/areas/cinematografia/noticias/Paginas/2006-03-01_7417.aspx#:~:text=El%20cine%20foro%20es%20una,las%20expectativas%20propias%20del%20p%C3%BAblico.

RECURSOS:

Físicos:

- Planilla de asistencia, documental, hojas en blanco, computador, televisor, sillas

Humanos:

- Ciudadanos, **promotores**

RESULTADOS:

Cualitativos: Los ciudadanos participaron de forma activa en el foro dando su punto de vista sobre la manera en la que los dispositivos móviles absorben más el tiempo, los asistentes manifiestan que no se habían percatado que en muchas ocasiones el hecho de estar pendiente de las redes sociales han entorpecido su proceso llegando al punto de egresar de algunos servicios, se logra con la actividad que los asistentes reconozcan que debe estar más atentos a las herramientas que le brinda la comunidad para ayudar a su problemática.

Cuantitativos: En esta actividad se contó con la participación de 13 participantes de los cuales todos son hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Angela Bravo

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

ANEXOS FOTOGRAFICOS

Nombre de la actividad: Cine foro

línea de línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de

fecha: 17\01\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: 17/01/2025

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	1053745586	Jhon Mora Beltran	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	cc	1076065558	Cristian Lopez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	1032434502	Alvaro Rivero	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	cc	1015428437	Daniel Castillo	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	9600 459	Nicolas Quintero	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	cc	8574879	Anderson Muñoz	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	52[illegible]	MARELY SANCHEZ	[illegible]	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	30236394	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	79879700	Ivan Cardenas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	79617546	Juan C. Garcia	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	cc	1077427382	LUISALBERTO	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	8190362	Francisco Pulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	1016164646	Jorge Eliecer	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angela Bravo

14. Cargo o rol del responsable: promotor

15. Firma del responsable de la actividad: Angela Bravo

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en: https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_tr_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se 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:** 18/01/2025	**HORA:** Inicio:10:30am Final:12:00pm
ÁREA: PSICOLOGIA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	PATRICIA OSORIO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Juegos tradicionales		

OBJETIVO GENERAL:
Promover una mejor calidad de vida para las y los ciudadanos de nuestra comunidad a través de actividades que rescaten los juegos tradicionales. Estas actividades fomentarán el ejercicio físico, fortalecerán los lazos sociales e impulsarán la convivencia entre pares, contribuyendo al bienestar integral de cada participante y al enriquecimiento de nuestra identidad cultural.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reducir los niveles de estrés y ansiedad en las y los participantes.
- Mejorar la autoestima y confianza en las y los participantes.
- Aumentar el bienestar emocional en las y los participantes

METODOLOGÍA:

La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, encaminada en la línea de atención IV nombrada; dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, dando inicio al fortalecimiento de la autonomía a través de los juegos tradicionales a y la autoconfianza en los practicantes con la toma de decisiones la cual se llevará a cabo en la cancha de baloncesto y cancha de voleibol:

- **Adecuación: Entrenamiento Autogestionado**: Permitir que los y las participantes elijan las técnicas o ejercicios que quieren fortalecer en clase.
- **Objetivos Personales**: Animar a los y las participantes a establecer metas individuales y a desarrollar planes para alcanzarlas.
- **Bienvenida y Calentamiento:** Comenzar cada sesión con una breve introducción y un calentamiento para preparar el cuerpo y la mente.
- **Estructura de la Clase:** Asegurar una estructura dinámica que combine movimientos de Zumba con momentos de interacción social (por ejemplo, pequeños descansos para que los participantes conversen entre sí).
- **Incorporación de Técnicas de Relajación:** Finalizar con ejercicios de respiración profunda o estiramientos para reducir el estrés y promover la relajación después del ejercicio.

Fomentar la regulación de emociones a través de:

- **Técnicas de Enfriamiento:** Enseñar a los y las participantes a reconocer cuando están sobrecargados emocionalmente y cómo tomar un momento para calmarse.
- **Ejercicios de Respiración:** Técnicas de respiración que ayuden a los y las participantes a concentrarse y a la vuelta a la calma, especialmente antes y después del entrenamiento o después de situaciones intensas.

Adecuación: Se llevó a cabo una invitación abierta a todas y todos los ciudadanos interesados en participar en las actividades programadas, promoviendo su involucramiento de manera inclusiva y entusiasta. Asimismo, se realizará la adecuación del espacio destinado para el evento, garantizando que cuente con los materiales necesarios para el correcto desarrollo de cada actividad. Este proceso incluirá la organización del entorno para asegurar la comodidad, seguridad y accesibilidad de los participantes, permitiendo así un ambiente propicio para la interacción y el disfrute colectivo.

Primer momento: El evento dará inicio con una convocatoria formal a los participantes, invitándolos a integrarse activamente en las diversas actividades planificadas. Estas actividades estarán organizadas estratégicamente para brindar una experiencia dinámica y enriquecedora, incluyendo opciones como vóleibol, ajedrez, tejo y fútbol. Cada una de estas disciplinas estará debidamente distribuida en espacios asignados, equipados con los materiales necesarios, y contará con el acompañamiento de facilitadores

para garantizar un desarrollo fluido y seguro. El objetivo principal es promover la participación inclusiva, fomentando tanto la actividad física como la interacción social y el espíritu de comunidad.

Segundo Momento: Se realizara acompañamiento por parte del trabajo social en área de voleibol, la profesional Patricia Osorio en el área de tejo y los promotores de turno en el área de futbol y de ajedrez, donde se velara por la integración de los y las participantes y se promueva la sana competencia, en cada uno de los espacios se deberá realizar un estiramiento previo a la realización de la actividad con la finalidad de evitar lesiones y preparar el cuerpo para los juegos a realizar donde se enfocara en el la parte del cuerpo a trabajar como: voleibol todo el cuerpo enfocado en el tren superior, futbol todo el cuerpo enfocado en el tren inferior, tejo todo el cuerpo enfocado en el tren superior y ajedrez tren superior.
La actividad iniciara a las 9:00 am, a las 10:00 am pasaran a merienda y de 10:30 am a 12:00 pm se continuará con los juegos.

Tercer momento: Se llevará a cabo el cierre de la actividad, con ejercicios de estiramiento dinámico muscular y técnicas de respiración que ayuden a las y los ciudadanos a concentrarse para el regreso a la calma haciendo una auto evaluación de los movimientos aprendidos y de las mejoras que deben realizar, se indagara frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su día.

Reacondicionamiento del espacio:

- Se invitará a los ciudadanos a reacomodar el espacio dejándolo en óptimas condiciones dándole finalidad a la actividad.

TEMAS:
El papel del deporte en el bienestar social

El deporte tiene un enorme impacto en la sociedad tanto como herramienta de educación como de integración social. Es capaz de transmitir valores y unir a las personas hacia un objetivo común. Además de aportar múltiples beneficios físicos y psicológicos, el deporte es una potente herramienta de transformación social y una actividad formadora. El deporte desempeña un papel importante como promotor de la integración social y el desarrollo económico en diferentes contextos geográficos, culturales y políticos. Es una herramienta poderosa para fortalecer los lazos y relaciones sociales, y para promover los ideales de paz, fraternidad, solidaridad, tolerancia y justicia.
Sin embargo, estas capacidades han ido perdiendo fuerza debido a la actual obsesión de los clubes y algunos deportistas de únicamente lograr resultados positivos. Incluso cuando ello los motiva a cometer infracciones y engaños; se tiene, por ejemplo, el caso del dopaje. Esto ha llevado a la desvalorización del desarrollo de la práctica deportiva.
Ante esta situación, las organizaciones en el sector y la industria deportiva deben trabajar por la meta de recuperar el valor social del deporte. Para ello, deben establecer medidas que hagan énfasis en los efectos que puede ocasionar esta actividad en las formas de vida humana, así como en su impacto cultural y en su papel como instrumento de educación.
Por ejemplo, desde un punto de vista social, el deporte facilita las relaciones sociales, canaliza la necesidad de confrontación y la agresividad, y estimula la sensibilidad y creatividad. Además, ofrece una contribución al mejoramiento del clima social y fomenta la participación social, rompiendo con las barreras de clase. Por otro lado, el deporte también funciona como herramienta de integración social. Por ejemplo, permite que personas con discapacidad física y sensorial puedan participar en competencias de alto nivel, como los Juegos Paralímpicos.
Otro aspecto que debería contar con mayor apoyo por parte de la industria deportiva es el carácter formativo del deporte. El aprendizaje de la derrota, la búsqueda del perfeccionamiento, la disciplina del equipo, la perseverancia o el rigor de los entrenamientos son factores estrictamente educativos que se hallan en el deporte y que pueden ser transferidos a la sociedad.
Además de ser un fenómeno popular a nivel mundial, el deporte es una actividad que influye en los procesos de socialización y expresa distintos valores. Tiene el poder de unir a las personas cualquiera sea su edad, etnicidad, origen social y clase económica. Por este motivo, la industria deportiva debería reflexionar acerca del uso que le da a esta actividad y aprovechar sus ventajas para el desarrollo y bienestar de la sociedad.

Los ejercicios isométricos: son un tipo de ejercicios a los que normalmente no se suele prestar mucha atención, pero que si trabajan con regularidad pueden ayudar a mejorar nuestro nivel físico, y pueden suponer un tipo de entrenamiento alternativo a la hora de variar el sistema y los ejercicios de nuestra rutina.
¿Qué son los ejercicios isométricos?
Son ejercicios en los cuales sometemos el músculo a tensión pero sin realizar movimiento, esto es aplicable a cualquier ejercicio que podamos realizar con pesas o sin ellas, ya que existe una amplísima

variedad de ejercicios en los que no necesitaremos más que nuestro propio cuerpo, y además se pueden combinar con la ejecución dinámica tradicional de un ejercicio de pesas realizando una parada en el recorrido durante unos pocos segundos.
Gracias a la variedad que existe de ejercicios en los que utilizamos únicamente nuestro cuerpo, podremos realizarlos en casa o en cualquier otro lugar.
Este tipo de ejercicios son muy utilizados en rehabilitación, ya que fortalecen el músculo y no son lesivos para las articulaciones.
Tipos de ejercicios isométricos
Encontramos dos tipos diferentes de ejercicios isométricos, los activos y los pasivos:

- Activos: Aquellos ejercicios en los que nosotros ejercemos fuerza sobre algo y no nos limitamos a resistir una carga o mantener una posición fija, por ejemplo, empujar una pared o tirar de algún elemento anclado al suelo. En general, los isométricos activos serán más adecuados para aquellas personas cuyo objetivo sea la ganancia de masa muscular.
- Pasivos: Aquellos ejercicios en los que únicamente resistimos un peso o mantenemos una posición, como por ejemplo realizar una dominada, pero manteniendo la posición sin realizar movimiento en la mitad del recorrido hasta llegar al agotamiento de los músculos. Dependiendo de qué ejercicio se trate, podremos convertir un ejercicio pasivo en activo ejerciendo fuerza sobre el suelo o sobre el elemento que nos estemos apoyando.

Con estos ejercicios podemos centrarnos en diversos objetivos, uno de ellos es el fortalecimiento de los tendones y ligamentos, elementos que suelen dar bastantes problemas en forma de molestia, al realizar cualquier actividad física, o de lesión.
Los tendones tienen un aporte de sangre menor que el que tienen los músculos, y ello es uno de los motivos debido al cual tienen un mayor tiempo de recuperación.
Con el ejercicio isométrico desarrollamos la fuerza de estos tejidos, y al no efectuar movimiento no resultan lesivos para ellos.
Tampoco es necesario esperar a que aparezca una lesión para animarnos a realizar este tipo de ejercicios, ya que su ejecución con regularidad fortalecerá nuestros tendones ayudando mucho a prevenir las lesiones.
Ventajas del entrenamiento isométrico

1. En primer lugar, se trabaja con **ausencia de maquinaria**, lo que implica trabajar con tu propio cuerpo.
2. En segundo lugar, produce **aumento de la fuerza muscular**, se trata de hacer varias repeticiones, en poco tiempo.
3. En tercer lugar, **se acortan los tiempos** de entrenamiento, lo que supone mayor esfuerzo en el tiempo.
4. En cuarto lugar, tienes la posibilidad de **trabajar de forma local** cada parte de tu cuerpo y no genérica como otro tipo de entrenamiento más común.
5. Por último, otra de las ventajas, es que puedes utilizarlo para prevenir lesiones o como rehabilitación después de una intervención quirúrgica.

Fuente de consulta:

https://www.esan.edu.pe/conexion-esan/el-papel-del-deporte-en-el-bienestar-social

https://www.efadeporte.com/blog/deporte-y-salud/zumba-fitness-que-es-y-beneficios

REFERENCIAS

El artículo titulado "El papel del deporte en el bienestar social", publicado el 6 de diciembre de 2018 en el portal Conexión ESAN, no especifica un autor individual; en su lugar, está firmado por el equipo editorial de Conexión ESAN.

por su parte, el artículo "Zumba fitness: qué es y beneficios", publicado el 28 de abril de 2021 en el blog de EFAD Deportes, está firmado por Carmen Benítez

RECURSOS:
Físicos:

- Cancha de voleibol, cancha de futbol, cancha de tejo, juegos de ajedrez, balones.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, psicología y promotora

RESULTADOS:
Cualitativos: Durante el desarrollo del taller se dio cumplimiento al objetivo establecido ya que se pudo evidenciar que los ciudadanos fueron receptivos con los ejercicio y las indicaciones dadas por el tallerista, también se logró evidenciar una reducir en los niveles de estrés y ansiedad aumentando su autoestima y confianza ya que se trabajó técnicas de respiración proporcionando espacios seguros y de apoyo emocional, dando una mejora de la salud física, mental y emocional de los participantes en el proceso de desarrollo personal generando un desgaste energético como estrategia de canalizar emociones. Las y los participantes se comprometen a realizar entrenamientos auto gestionados y así avanzar en su disciplina.

Cuantitativos: Ingresan al taller once (11) participantes distribuidos de la siguiente manera, (10) hombres y una (1) mujer de diferentes equipos de referencia y diferentes momentos todos con buena disposición.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Juegos tradicionales

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

Fecha: 18/01/2025





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: Juegos Tradicionales | 4. Fecha: 18/01/2025 | 5. Hora: 10:30 am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificacion del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	cc	80236354	Juan Carlos Castro	44	no aplica	NO aplica	no aplica			x						
2	cc	10.305.4432	ANA Buitrago	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x					Maricela B	
3	CC	79.957.635	Julio Cieva	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x						
4	cc	80741391	adolfo montaño	46	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x					adolfo	
5	cc	80933145	Jesus Reynoso	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x					Jesus	
6	cc	80003464	Oscar Martinez	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x						
7	cc	1014062640	Nelson Tejeiro	30	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x						
8	cc	79374180	JUAN MARIA	59	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x						
9	CC	5140362	Francisco Julio	68	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x						
10	cc	10105564	Carl D. Lozada	64	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x						
11	cc	7984780	J.A.F Cardenas	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x						
12	cc	80504980	Leonardo Fabio Velasquez	54	NO aplica	NO aplica	NO aplica			x						
13					NO											
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Patricia OSOrio | 14. Cargo o rol del responsable: Psicologia | 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me/nos 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_y_lineas/20221111_Anexo_01_Lineamiento_protaccion_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 y cuyo uso indebido puede generar discriminación
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales mencionados anteriormente en el 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:** 18/01/2025	**HORA:** 2:00 Pm a 4:00 pm
ÁREA: Pedagogia	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hermes Vaca

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Conociendo La caricatura

OBJETIVO GENERAL:

- Presentar alternativas artísticas a las y los ciudadanos que articule sus intereses con sus capacidades y habilidades.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Analizar la historia de las caricaturas y el dibujo en la actualidad.
- Reconocer técnica de dibujo a mano alzada.
- Fortalecer la creativas como mecanismo de reflexión.
- Generar un espacio de interés por el arte y el dibujo.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de la actividad, en el marco de la línea de atención VI (**Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida**), se implementará la metodología socio educativa y lúdica terapéutica; basada en el juego, la cultura y el cine como elemento de comunicación. En donde las y los ciudadanos desarrollaran actividades durante toda la jornada basadas en el trabajo en equipo, compañerismo, la creatividad y la motricidad fina. Disfrutaran de una variedad técnicas que les fortalecerá habilidades motrices.

Adecuación: Para la actividad se contará con el espacio de biblioteca, el cual permite la practicidad del ejercicio de dibujo articulándolo con los avances de adecuación que se adelantan en ese espacio. Previamente se realizará la selección del material necesario para actividad y los implementos de cuidado

Primer Momento

Se iniciará la actividad con una presentación de la temática a trabajar y como esta se articula con su proyecto de vida y su proceso en comunidad, adicionalmente se les dialoga de la proyección que se tiene con la bibliotecas de la comunidad y como el trabajo que aquí se plasme pasara como un aporte de los ciudadanos a la comunidad y los demás participantes.

Segundo Momento

Pasamos al ejercicio teórico en el cual se abordarán estilos de puntura para mural, contemplando los instrumentos que se necesitas, los diferentes tipos de pinceles, la formad ehacer5 las escalas de un dibujo entre otro. Posteriormente se inicia por la acción practica de pintura en la pared de la biblioteca, donde dependiendo de las habilidades de cada participante, este podrá poner en marcha acciones sobre el mural, es decir, si cuenta con pulso, se encarga de los delineados.

Tercer momento

Posteriormente se dará un espacio de hidratación y por último, para llevar a cabo el cierre de la actividad del día se realiza por medio de un círculo de opiniones la expresión de sensaciones al momento de realizar la actividad, además de realizar una coevaluación, auto evaluación de la actividad.

Reacondicionamiento del espacio

Una vez se realice el cierre del cine en casa, se solicitará el apoyo de dos ciudadanos, para organizar el espacio

TEMA:

La caricatura como expresión artística

la caricatura de prensa como fuente de información educativa La caricatura, es el medio de expresión idóneo de muchos acontecimientos que la gente no puede o no quiere decir a viva voz; ya sea porque el sistema no lo permite o bien porque piensan que el dibujo se presta para hacerlo de una manera más directa y duradera al resaltar, precisamente, la quintaesencia de una situación, un hecho 179 Claudio A. Briceño M. La prensa y la caricatura como...: Revista de Teoría y Didáctica de las Ciencias Sociales. Mérida-Venezuela. ISSN 1316-9505. Enero-Diciembre. Nº 10 (2005): 175-183. o una tesis. Así, la caricatura viene a ser hoy en día parte fundamental del periodismo moderno, pues, su carácter gráfico capta poderosamente la atención mundialmente y tiende a superar, en muchos casos, el campo de los papeles impresos. Según Enrique Agramonte, artista gráfico y caricaturista, la caricatura es "...una línea o serie de líneas que en conjunto forman la expresión de una idea. Esta idea debe ser expresada con

elementos básicos, para demostrar clara y concretamente lo que deseamos" (1999: 118). La caricatura es un arte en el que, por escasas reglas y medios muy elementales, se expresa la vida, las costumbres y el pensamiento de una época o de un pueblo. Su más alto valor reside en descubrir cualidades ocultas pero decisivas de una persona o situación, provocando la sonrisa o la franca carcajada, como también creando reacciones de reflexión y análisis. Para Manuel Pérez Vila la caricatura en Venezuela "...es esencialmente una de las formas de la sátira, es decir, una manera de desenmascarar, criticar o atacar a una persona, una familia, un partido, una clase social, una institución, un gobierno, una situación, una nación, una etnia, destacando por lo común sus aspectos ridículos o negativos." (1979: 5) En la caricatura podríamos decir que el medio es el mensaje. La efectividad del mensaje depende en alto grado de un buen canal para transmitirlo y en este caso, el humorismo es un excelente vehículo para trasladar el mensaje del comunicador al receptor y producir en él la reacción que completa el ciclo de la comunicación. La caricatura puede encerrar en unos trazos ideas más concretas y complejas que las contenidas en un extenso discurso, por cuanto es capaz de descubrir y sintetizar el lado positivo y negativo de las estructuras sociales; por ello, llega a mayor número de personas e, incluso, se puede hacer comprensible a los diferentes estratos de la sociedad. Es, asimismo, un recurso pedagógico para disponer al lector menor –niño o adolescente– a la futura comprensión de temas complejos.

Las fronteras del humor

Los límites de la teoría del humor La discusión acerca del chiste y de la risa dentro de la dialéctica sociocultural nos ha llevado a ensayar una teoría del humor –gráfico–, la cual agrupa no sólo la caricatura y la historieta, sino todo artefacto destinado a desarrollar una cultura de la risa y del humor, en medio de un proceso social y cultural en donde se configuran orden y poder simbólicos. Por lo tanto, el humor, aun cuando no dispone de una síntesis de alta concentración teórica, puede resistir un análisis exhaustivo, siempre y cuando se vincule con elementos como el chiste, la comicidad, la caricatura o, por otro lado, la risa, el poder y la conciencia, con los cuales establece una relación lógica y una comprensión profunda de su espíritu social. La propuesta de Bourdieu y García Canclini agrega, además de los procesos de producción de humor referidos, dos fases secuenciales e igualmente importantes: la circulación y el consumo. Y aunque la risa facilita una forma de movilidad social, la circulación posee una configuración más compleja. Su dinámica se abre desde múltiples formas, pero lo esencial es que la circulación se organiza inequívocamente bajo un orden asimétrico, de arriba hacia abajo, de los humoristas a los consumidores. Así circulan las formas de arbitrariedad cultural.

FUENTES:

- Briceño Monzón, Claudio Alberto La prensa y la caricatura como fuente de información en el proceso educativo Revista de Teoría y Didáctica de las Ciencias Sociales, núm. 10, enero-diciembre, 2005, pp. 175-183 Universidad de los Andes Mérida, Venezuela.
- Poder, tensión y caricatura. Una aproximación a la teoría del humor. (2016). *Dialogía. Revista De lingüística, Literatura Y Cultura*, *3*, 245-271. https://journals.uio.no/Dialogia/article/view/4064

RECURSOS:

Físicos: Pintura, pinceles, hojas de blog, lija, sillas.

RESULTADOS

Cualitativos: Se conto con una participación activa de los ciudadanos, quienes se identifican desde grupos de interés como apasionados del arte, adicionalmente se sienten con la posibilidad de retribuir a la comunidad un poco de arte y cultura para todos.

Cuantitativos: Se conto con la participación de 10 ciudadanos, de los cuales 2 pertenecen a población de la tercera edad y una mujer.

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: jose Henry Diaz G

Registro fotográfico
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Conociendo la caricatura
Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
18/01/2025





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: Conociendo el mundo de la Caricatura

4. Fecha: 18/01/2025

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	79512659	Giovanny Molaver	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			✓					Giovanny Molaver	
2	CC	80236714	Juan Carlos Castro	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
3	CC	1030547492	ANA Buitrago	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
4	CC	79617546	JUAN C. Garcia	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
5	CC	80803484	Oscar Martinez	45	No Aplica	No Aplica	No aplica			x						
6	CC	79374180	JUAN MOZA	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
7	CC	79957635	Julio Cieva	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
8	CC	75079764	Andres Castiblanco	48	No Aplica	No Aplica	No aplica			x						
9	CC	5.824.530	ALEXANDER DIAZ	43	No Aplica	No Aplica	No aplica			x					ALEXANDER DIAZ	
10	CC	1072961588	Wilber Saavedra	33	No Aplica	No Aplica	No aplica			x					wilber saavedra	
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Hermes Cboca

14. Cargo o rol del responsable: Pedagogo

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** 19/01/2025	**HORA:** Inicio: 10:00 am Final: 12:00 pm
ÁREA:	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	María Ramírez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividad recreativa

OBJETIVO GENERAL:
Brindar un espacio de esparcimiento y diversión para las y los ciudadanos de la comunidad, a través de actividades recreativas que promuevan la interacción social, el desarrollo de habilidades y el fortalecimiento de los lazos comunitarios.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Implementar actividades lúdicas para el desarrollo de habilidades artísticas, deportivas y culturales que fortalezcan el aprendizaje y la creatividad.
- Desarrollar habilidades recreativas y motrices a través de dinámicas lúdicas que estimulen la creatividad, el trabajo en equipo y la coordinación.
- Incentivar la creatividad y la expresión personal mediante actividades artísticas, culturales o deportivas que permitan a los participantes explorar sus talentos.

METODOLOGÍA:

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

Adecuación:

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

Primer momento:
Se realizará llamado a las y los ciudadanos para desarrollar el taller en la cacha de futbol, donde previamente se alistaron todas las estaciones por las cuales van a pasar los participantes, seguido de la división del grupo en dos equipos, los cuales van a pasar por cada una de las estaciones asignadas, las cuales son:

- Estación 1: tiro al blanco: en esta estación se le dará a cada equipo la cantidad de 6 aros los cuales deben intentar encajar en el palo de guadua el primer equipo que meta dos palos será el ganador.
- Estación 2: splash time: en esta estación se encontrará un plástico largo donde abran puestos adentro y afuera arcos de colores, cada equipo se pondrá al extremo de un color de arco, la idea es que los ciudadanos corran a través de los arcos y al final se encuentre con el otro, luego de encontrarse se realizaran preguntas aleatorias el ciudadano que responda bien podrá avanzar.
- Estación 3: Bomba acuática:

Segundo Momento:
Para continuar se dará inicio a la participación de las y los ciudadanos en cada estación, donde se iniciara el juego con base en las orientaciones brindadas anteriormente, los ciudadanos ya divididos en dos equipos iniciaran con la primera estación (tiro al blanco) y así sucesivamente hasta obtener un ganador.

Tercer momento:

Como cierre se realizara una reflexión sobre lo que es la competencia sana en la comunidad y se premiara al equipo ganador

Reacondicionamiento del espacio:
Se les solicitara a las y los ciudadanos organizar el espacio como se encontró.

TEMAS:

¿Qué es la recreación?

La recreación es el tiempo de ocio y distracción con el cual se reponen las energías luego del trabajo y las obligaciones diarias. Se trata de una palabra de raíces latinas: *re* ("hacia atrás") y *creare* ("crear"), lo cual significa que se trata de una actividad que vuelve a reponer las energías, o sea, que vuelve a crear la energía gastada.

Existe un tiempo de recreación en prácticamente todos los ámbitos de la vida, como el trabajo y el estudio, por ejemplo, ya que sin estos lapsos de distracción y descanso sería imposible garantizar la continuidad de las actividades cotidianas. De modo que la recreación tiene lugar durante el tiempo libre o tiempo de ocio, y puede consistir en muy distintas actividades de esparcimiento, juego, socialización, deporte o espiritualidad. Estas actividades son denominadas actividades recreativas.

La recreación es indispensable para la salud mental y física de las personas, y también para permitir el aprendizaje y el desarrollo humano. Esto último explica que sea tan importante en las etapas formativas de la vida, como la niñez o la adolescencia. En la recreación, al igual que en otros tipos de actividades, se ponen en juego distintos valores, se transmiten enseñanzas y se construyen vínculos sociales y culturales de importancia.

Además, existe una industria de la recreación, que abarca el conjunto de labores económicas que se sostienen en la recreación de terceros, tales como el deporte profesional, el sector turístico y viajero, o la industria de los videojuegos, entre muchas otras. De modo que la recreación es también un sector económico de gran importancia.

El término "recreación", por otro lado, puede ser empleado en un sentido más literal, para referirse a la restauración o a una nueva versión de alguna obra o algún objeto valioso. Por ejemplo, la recreación de una obra de teatro es una nueva escenificación del relato que cuenta, especialmente si se trata de uno muy antiguo; mientras que la recreación de una batalla patria es su puesta en escena como una forma de mantener viva la memoria histórica de las naciones.

Otro ejemplo es la misa católica, en la que se reparte la hostia sagrada a la feligresía, que constituye una recreación de la última cena de Jesús de Nazaret antes de su crucifixión.

Ver además: Entretenimiento

Ejemplos de actividades recreativas

Algunos ejemplos de actividades recreativas son:

- La práctica deportiva, ya se trate de deportes en grupo (fútbol, básquetbol, voleibol), individuales (golf, tenis, bowling), de mesa (ping-pong, ajedrez) o de contacto (boxeo, judo).
- Los juegos, ya sean de envite y azar (póker, dominó, ruleta), de mesa (monopolio, parchís, Risk), físicos (la mancha, policías y ladrones, pulseadas) o videojuegos.
- El consumo cultural, ya sea la lectura (novelas, cuentos, poemas), los espectáculos (cine, teatro, ópera, ballet) o la visita a museos.
- El turismo y los viajes, tanto local como internacional.
- Los hobbies (el coleccionismo, la filatelia, pintar miniaturas).
- Las actividades sociales (ir a bailar, visitar a los amigos, salir a tomar un café).

Como recreación se denomina la actividad destinada al aprovechamiento del tiempo libre para el esparcimiento físico y mental. Asimismo, la palabra recreación puede referirse a la acción de revivir o reproducir una obra o un acontecimiento histórico.

El concepto de recreación, entendido como actividad de distracción, implica la participación activa, tanto a nivel físico como mental, del individuo.

En este sentido, la recreación se opone al ocio, que es más bien una forma pasiva de distracción, más relacionada con la distensión y la relajación del cuerpo y la mente.

La recreación es fundamental para la salud física y mental. Por esta razón, es aconsejable practicar actividades recreativas de vez en cuando que nos proporcionen la posibilidad de despejar la mente y dedicar nuestro tiempo libre a cosas que disfrutemos realmente. En este sentido, la recreación sirve para romper con la rutina y las obligaciones cotidianas, y así aliviar el estrés acumulado.

Las actividades de recreación que practiquemos pueden estar relacionadas con deportes o *hobbies*. Como tal, la práctica frecuente actividades recreativas nos brinda momentos gratos y sentimientos de bienestar y satisfacción.

Por otro lado, la recreación también puede estar relacionada con la acción de recrear o reproducir cosas. Por ejemplo, podemos hacer la recreación de una batalla histórica para recordar más vivamente la significación de ese acontecimiento.

Una recreación también puede aludir a la adaptación de obras fílmicas o televisivas del pasado, lo cual, en el lenguaje audiovisual, también se denomina *remake*.

Asimismo, la recreación física de un espacio, de un evento o fenómeno puede realizarse empleando programas de simulación que permiten recrear realidades con el uso de animación virtual.

La palabra, como tal, proviene del latín *recreatĭo*, *recreatiōnis*, que significa 'acción y efecto de recrear o recrearse'.

Recreación en Educación Física

La recreación en educación física es la participación en actividades lúdicas y deportivas con el objetivo de disfrutar, relajarse y promover un estilo de vida activo y saludable.

La recreación en este contexto busca proporcionar experiencias físicas y sociales positivas, fomentando el bienestar integral de las personas.

Las actividades recreativas pueden mejorar la coordinación, el equilibrio, la agilidad y otras habilidades motoras, así como fomentar el trabajo en equipo y la interacción social. Además de mantener una buena salud, reducir el estrés y mejorar el estado de ánimo.

La disciplina de la Educación física, impartida durante la etapa escolar, enseña a niños y jóvenes a disfrutar su tiempo libre de forma saludable.

En este sentido, los enseña a ejercitarse y a practicar actividades recreativas, como los deportes, donde es imprescindible el movimiento corporal.

Todo ello, favorece la adquisición de conocimientos sobre el juego limpio, la cooperación, la estrategia y otros aspectos relevantes. Y permite que personas de diferentes habilidades y niveles de condición física participen y se diviertan juntas.

REFERENCIAS

Fuente: https://concepto.de/recreacion/#ixzz8yBrwb4Jw

RECURSOS:

Físicos:

- Bombas
- Aros de colores
- Plástico
- Esferos
- Hojas de firma
- Jabón

- agua

Humanos:

- Ciudadanos
- Talleristas

RESULTADOS:

Cualitativos:

En esta actividad se logro que las y los ciudadanos participantes pudieran integrarse con sus compañeros, logrando así una participación sana, donde pudieron reconocer sus habilidades para trabajar en equipo y poder llegar a acuerdos sanos que les permitieron dar cumplimiento al objetivo establecido para el taller, el cual buscaba que los participantes a través del juego pudieran generar compañerismo para con sus pares.

Cuantitativos:

Para esta actividad se conto con un total de 19 ciudadanos todos hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Horney Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad recreativa

III: Fortalecimiento de las rede de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades

Fecha: 19/01/2025





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:

2. Lugar / Localidad:

3. Tema / Actividad: Actividad Recreativa

4. Fecha: 19/01/2025

5. Hora: 10:00 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1014262640	NELSON DAVID TAMAYO NIETO	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1033733515	David Calvo	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1014742382	LUIS ALBERTO	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1033173788	Alvaro Bolaños	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79685913	ERICK NIETO	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	19482048	Edgar Rizo T	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79617546	Juan C. Garcia	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	80802432	Efrain Aponte	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	5886209	MAYERLY SANCHEZ		No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	80236394	Juan Carlos Castro	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	79585368	Freddy Velasquez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	3.824.830	ALEXANDER VILLA.	43	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
13	CC	52.766.328	Sandra Mejia	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	59835623	Lorena Guerrero	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	52902309	Claudia Acosta	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	6983968	Jose Cano	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1128046663	JOHAN CORTES	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	8140362	Francisco Ortiz	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	80729054	Jhon Ramirez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20																

13. Nombre del responsable: Maria Ramirez

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Cultural

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** 19/01/2025	**HORA:** Inicio: 2:00 p.m. Final:4:00 p.m.
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andrés Felipe Suárez Méndez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cine foro

OBJETIVO GENERAL: Promover un espacio de participación dinámica donde los ciudadanos y ciudadanas tengan la oportunidad de dialogar sobre temas sociales, culturales y religiosos a través dela proyección de la película presentada.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fortalecer la importancia de la fe y la perseverancia
- Ver la relación entre lo Humano y lo divino
- Mostrar como una persona puede ser cambiada cuando encamina su vida siguiendo su fe

METODOLOGÍA: La modalidad propuesta para la participación del cine foro de este tipo es mediante el diálogo activo participativo, siendo la película ficción o documental, la que da los lineamientos generales de la discusión entre lo observado, para lo cual debió verse un trabajo previamente cinematográfico en cuestión preguntas generadoras. Dependiendo del tiempo de duración de la película, el cine foro se llevó a cabo en una duración de dos horas y media. Dando cumplimiento a la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación: Se organizará el espacio del área de televisión en casa 1 de manera adecuada para que esté dispuesto para la actividad y generar un espacio ameno para el desarrollo del taller de cine foro la película será subtitulada para facilitar y ayudar a las personas que tengan problemas auditivos y mejorar la comprensión de la película.

Primer momento: Se iniciará la actividad dando la bienvenida a los ciudadanos presentes y se darán los temas y objetivos del taller dando inicio a la proyección de la película y el objetivo de esta

Segundo Momento: Posteriormente se realizará un espacio de dialogo donde está enfocado al significado la importancia que esta tiene dentro del ámbito social cultural y el reconocimiento de la diversidad.

Tercer momento: Se finaliza la actividad donde se le da la oportunidad a los ciudadanos de opinar y debatir sus ideas respecto a los temas ofrecidos en la película presentada

Reacondicionamiento del espacio:

1. **TEMAS:** CINE FORO; Cuando un espectador se sienta frente a una película o programa de televisión, está recibiendo mensajes que no siempre son tan claros y directos como se podría suponer; en ocasiones se requiere de un ejercicio analítico en donde el espectador develе eso que le fue dicho, lo clarifique y lo lleve a un plano consciente, para allí relacionarlo con su propia vivencia y propiciar de su parte una interacción con la obra. Un producto audiovisual propone por lo general una acción dramática definida; sin embargo, la trama desarrolla conflictos paralelos, que, sin querer ser el eje de la misma, se plantean como subtextos que aportan elementos narrativos a la historia central y enriquecen la película. Para propiciar esta lectura aguda y crítica existen varias herramientas de las que el Docente o el Guía puede hacer uso; una de las más ricas en posibilidades es el cine foro. El cine foro es una herramienta metodológica que facilita y enriquece el diálogo entre el espectador y la obra audiovisual. La orientación del foro puede responder a una diversidad de temáticas, que deberán ser propuestas por quien lo conduzca o a partir de las expectativas propias del público. Es muy importante que quien conduzca el cine foro esté receptivo frente a lo que los espectadores generen, ya que un tema planteado inicialmente

puede propiciar otros y esto debe ser capitalizado, recogido y puesto en el ejercicio, para lograr un espacio efectivo de encuentro y reflexión. 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. Cunado un espectador se sienta, frente a una película o programa de televisión, está recibiendo mensajes que no siempre son tan claros y directos como se podría suponer; en ocasiones se requiere de un ejercicio analítico en donde el espectador devele eso que le fue dicho, lo clarifique y lo lleve a un plano consciente, para allí relacionarlo con su propia vivencia y propiciar de su parte una interacción con la obra. Un producto audiovisual propone por lo general una acción dramática definida; sin embargo, la trama desarrolla conflictos paralelos, que, sin querer ser el eje de la misma, se plantean como subtextos que aportan elementos narrativos a la historia central y enriquecen la película

¿Cómo implementarlo? El punto de partida de un cine foro debe ser el público al que va dirigida la proyección y el tipo de inquietudes que este público tenga o que el Docente o Guía quiera establecer. Una vez definido el público objetivo se debe programar la película o el ciclo; esta programación se debe hacer con base en: • Niveles de comprensión o lectura del público objetivo: esto supone tener en cuenta si son espectadores habituales, o si por el contrario son espectadores eventuales, así como si las obras que están acostumbrados a ver son de carácter comercial o independiente. En este punto es conveniente proceder paso a paso, empezando por obras audiovisuales de fácil asimilación hasta permitirse llegar, en la medida en que el público lo vaya exigiendo, a obras de lectura más compleja.

2. Para propiciar esta lectura aguda y crítica existen varias herramientas de las que el Docente o el Guía puede hacer uso; una de las más ricas en posibilidades es el cine foro.

3. El cine foro es una herramienta metodológica que facilita y enriquece el diálogo entre el espectador y la obra audiovisual. La orientación del foro puede responder a una diversidad de temáticas, que deberán ser propuestas por quien lo conduzca o a partir de las expectativas propias del público. Es muy importante que quien conduzca el cine foro esté receptivo frente a lo que los espectadores generen, ya que un tema planteado inicialmente puede propiciar otros y esto debe ser capitalizado, recogido y puesto en el ejercicio, para lograr un espacio efectivo de encuentro y reflexión.
4. El punto de partida de un cine foro debe ser el público al que va dirigida la proyección (ver capitulo IV) y el tipo de inquietudes que este público tenga o que el Docente o Guía quiera establecer. Una vez definido el público objetivo se debe programar la película o el ciclo; esta programación se debe hacer con base en:

5. Niveles de comprensión o lectura del público objetivo: esto supone tener en cuenta si son espectadores habituales, o si por el contrario son espectadores eventuales, así como si las obras que están acostumbrados a ver son de carácter comercial o independiente. En este punto es conveniente proceder paso a paso, empezando por obras audiovisuales de fácil asimilación hasta permitirse llegar, en la medida en que el público lo vaya exigiendo, a obras de lectura más compleja.
6. La edad de la población: como se desarrolló en el capítulo anterior, no hay que suponer un público homogéneo; se debe partir de la diferencia para así lograr acertar con la programación, porque cada público tiene unos intereses y dinámicas particulares.
7. El idioma: es fundamental determinar en qué idioma se puede proyectar de acuerdo al público objetivo. La mayoría de obras audiovisuales a las que se tiene acceso están en idiomas distintos al español y subtituladas. Se debe contemplar si el público receptor está en capacidad de leer estos subtítulos, y de lo contrario se deben programar obras de habla hispana o dobladas.
8. La actividad laboral o escolar principal: cuando trabajamos con comunidades, es importante tener en cuenta su actividad principal; esto puede arrojar pistas sobre los intereses de la misma y facilitar la selección de temas para desarrollar el cine foro.
9. La temática que se quiera desarrollar con la comunidad: si determinado tema se utiliza como parte de un proceso con la comunidad, el Docente o Guía debe estar atento a lo que le interesa comunicar con la película o el audiovisual que eligió, para utilizar esto como punto de partida del cine foro.
10. Es recomendable comunicar antes de la proyección el tema principal en el que se enfocará el cine foro, para que durante la misma el público esté atento y pueda ir generando un concepto propio y desarrollando su planteamiento. Al finalizar la proyección se abre el espacio para la socialización de ideas y el debate de las mismas.
11. **Actividades de un cine foro**

12. La introducción: Al inicio de cada proyección se debe hacer una introducción, en donde se socialice el nombre del director, el país de origen de la obra y el por qué se eligió. Esto puede corresponder a distintas razones; lo fundamental es que ese motivo sea resaltado en la introducción para darle pistas al espectador acerca del curso que va a tener el cine foro. Por ejemplo elegimos mostrar Éxodo, dioses y reyes, debemos contextualizar al público, para que

durante la proyección haga énfasis en esa característica de la película. Es muy importante que quien conduzca el foro, investigue y se prepare sobre el tema a desarrollar.

13. La proyección: ésta debe suceder en las mejores condiciones técnicas posibles; es fundamental para el buen disfrute de una obra audiovisual que la calidad de la proyección y del sonido sean óptimas; así se hace más amable la experiencia del espectador y su disposición para repetirla y convertirla en hábito.
14. El foro: Al finalizar la proyección ya se han delimitado unos temas, de tal manera que el grupo se puede entregar a la exploración de los mismos a través del intercambio de ideas y opiniones. Para la implementación del foro y de acuerdo con los intereses del público o del Docente o Guía se puede hacer uso de distintos elementos que aporten y dinamicen el espacio: la lectura de un texto relacionado con la discusión principal, bien sea un texto publicado o inédito, el uso de fotografías, la participación de un invitado especial que tenga una relación directa con el tema a desarrollar, etc.
15. Si los foros hacen parte de un ciclo temático, se debe tener en cuenta que cada uno en sí mismo debe funcionar, pero que en una mirada panorámica haya un hilo conductor entre uno y otro. Esto para que los asistentes regulares tengan la posibilidad de ampliar la información y enriquecerla.

REFERENCIAS: https://www.mincultura.gov.co/areas/cinematografia

RECURSOS:
Físicos:

- Televisor, DVD, planilla de asistencia.

Humanos:

- 1 promotor, 3 ciudadanos

RESULTADOS:
Cualitativos: Durante el espacio las y los ciudadanos se mostraron ser receptivos durante la actividad y se logró reforzar el poder de la libertad, la lucha de la libertad, la relación entre lo humano y lo divino, el costo de las decisiones difíciles, la lucha contra la opresión, la importancia de la fe y la perseverancia

Cuantitativos: Se logró la participación de 13 ciudadanos hombres y 1 L.G.T.B.I

FIRMA DEL RESPONSABLE: Andres Suarez

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

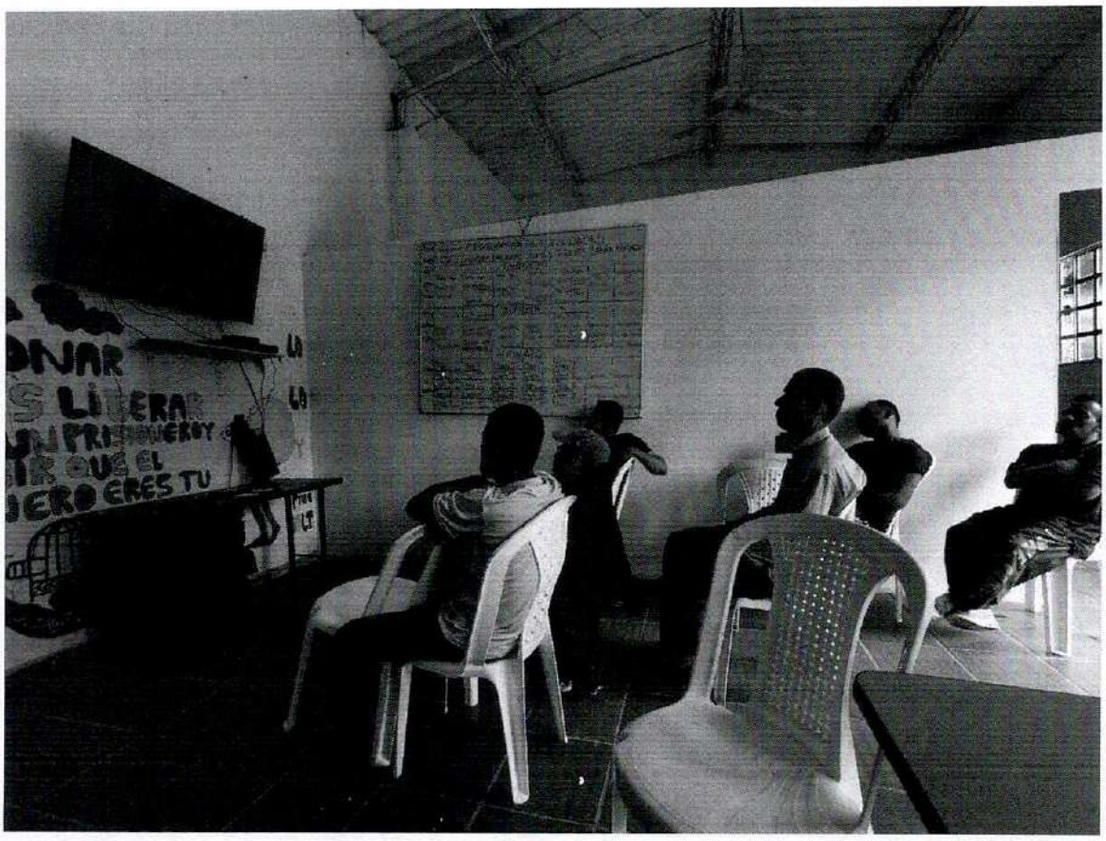
REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad

Cine foro ¨fortalecimiento espiritual¨-Éxodo, dioses y reyes

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

Fecha: 19/01/2025



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: 19/01/25

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	90304980	Leonardo Fabio V.R	54	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
2	CC	79259602	Fabio Bonilla	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	75.079464	Fodier Cabrera	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80913445	JESUS Quintero	43	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
5	CC	1022772697	Jhon Jairo Perdomo	45	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
6	CC	10397735	Juan Mora	45	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
7	CC	80030633	Andres Rodriguez	43	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
8	CC	1014797170	JHONNY	36	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
9	CC	8726226	Jose Caballero	62	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
10	CC	79631392	Luis Fontecha	59	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
11	CC	1075284358	Alejandro	36	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
12	CC	1130666521	Marcel A Tovar	36	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
13	CC	80'117376	MANUEL BAUTISTA	42	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
14	CC	1010161416	Jorge Enrique	64	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Andres Suarez

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad: Andres Suarez

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:** 19/01/2025	**HORA:** Inicio: 2:00pm Final: 4:00pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Patricia Osorio
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Preparación para el egreso/ Rutas en salud.		

OBJETIVO GENERAL: Desarrollar y consolidar en las y los ciudadanos que se encuentran en proceso de preparación para el egreso, un conjunto integral de habilidades, capacidades y estrategias prácticas que les faciliten enfrentar con éxito los retos y situaciones de la vida cotidiana. Estas competencias estarán orientadas a promover la toma de decisiones informadas, la gestión emocional y la resiliencia frente a eventos que podrían representar factores de riesgo para una posible reincidencia o recaída en el consumo de sustancias psicoactivas (SPA). Asimismo, se busca fomentar su autonomía y fortalecimiento personal, contribuyendo a una reintegración efectiva y sostenible en la sociedad

- **OBJETIVOS ESPECIFICOS:**
  Facilitar la identificación y fortalecimiento de los factores protectores que poseen las y los ciudadanos, promoviendo su capacidad de prevención frente a recaídas mediante un enfoque de autoconocimiento y empoderamiento personal.
- Analizar y reconocer los factores desencadenantes del deseo de consumo, habilitando a las y los ciudadanos para implementar estrategias de afrontamiento basadas en la asertividad, el control emocional y la toma de decisiones conscientes ante situaciones de riesgo.
- Proveer un entorno seguro de diálogo y escucha activa, donde las y los ciudadanos puedan expresar libremente sus inquietudes, reflexionar sobre sus experiencias y adquirir herramientas prácticas para fortalecer su proceso de prevención de recaídas

METODOLOGÍA: Se empleará un enfoque psicoeducativo como metodología principal, diseñado para potenciar las capacidades y competencias de las personas participantes. Este enfoque busca reducir significativamente el riesgo de recaídas, tanto durante su permanencia en la comunidad de vida como después de su egreso. Desarrollo bajo la línea de atención **IV**. dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida Este trabajo se dirigió específicamente a ciudadanos y ciudadanas que se encuentren en las etapas 4 y 5 del proceso, garantizando una intervención adaptada a sus necesidades y objetivos.

Adecuación: Se invitó a los participantes que se encuentran en las etapas cuatro y cinco de su proceso de preparación para el egreso a participar en un espacio de aprendizaje y diálogo, el cual se desarrollará en una de las aulas poli funcionales. Para fomentar una interacción equitativa y dinámica, se ubicaron sillas en mesa redonda. Este diseño busco crear un ambiente propicio para el intercambio de ideas, la reflexión colectiva y el fortalecimiento de habilidades comunicativas, promoviendo el diálogo abierto, la escucha activa y la construcción de acuerdos entre todos los asistentes.

Primer momento: Para iniciar el espacio se brindará un saludo de bienvenida y se mencionará el objetivo del grupo focal, así mismo se solicitará a cada participante que indiqué su estado de ánimo, el momento en el que se encuentra, los avances más significativos obtenidos en el proceso de crecimiento y desarrollo personal y los temores que se pueden generar al pensar o asumir el egreso de comunidad de vida

Segundo Momento: Posterior a generar el espacio de escucha a cada participante se procederá a brindar una orientación por medio de los "12 pasos de los narcóticos anónimos" NA, siendo una red de apoyo institucional posterior al egreso, en el cual se socializarán todos os pasos, analizando cada uno de ellos. posterior a la lectura de este paso, se hará una reflexión asociada que para prevenir una recaída es fundamental mantener la autonomía, el dominio propio y aprender a tomar mejores decisiones que favorezcan el bienestar individual.

Tercer momento: Tercer momento

Luego de haber generado el espacio de escucha se procederá a que las y los ciudadanos puedan compartir con sus compañeros cuáles son esas estrategias que utilizarán para prevenir o afrontar una posible recaída por consumo de spa. Al finalizar se realizarán recomendaciones generales, tales como la importancia de hacer un uso adecuado del tiempo libre, mantener una comunicación asertiva con la red de apoyo, realizar actividades que generen sensaciones de bienestar, fortalecer la dimensión espiritual y aprender a pedir ayuda cuando sea necesario, a fin de gestionar las emociones de una manera asertiva.

Reacondicionamiento del espacio: Se solicitará a las y los ciudadanos organizar el espacio y los elementos utilizados

TEMAS: El consumo de sustancias psicoactivas es una preocupación global. Durante las últimas décadas, países de todo el mundo han experimentado un aumento importante en este aspecto ya que cada vez hay mayor disponibilidad y variedad de sustancias y se inicia su uso a edades más tempranas. En Colombia, dicho incremento progresivo es considerado como un asunto de salud pública y bienestar de la familia, la comunidad y los individuos (ley 1566 de 2012). Teniendo en cuenta este panorama, se hace evidente la necesidad de atender integralmente la problemática. Una de las alternativas de abordaje son los programas de prevención, un conjunto de procesos que fomentan el desarrollo integral de las personas, las familias y la comunidad, trabajando en el fortalecimiento de los factores protectores y la disminución de los factores de riesgo (Consejo Nacional para el Control de Estupefacientes y CEPAL, 2001). Quienes hacen prevención, o buscan diseñar programas preventivos del consumo de sustancias psicoactivas, suelen preguntarse cómo planearlos y ponerlos en marcha adecuadamente. Para dar respuesta a este interrogante es importante considerar que no hay una única manera de intervenir, y que al momento de elaborar cualquier tipo de estrategia se tendrán que considerar algunos aspectos clave, entre estos el contexto y la evidencia. Dado que la enriquecedora labor preventiva requiere comprender elementos como los mencionados anteriormente, resulta fundamental contar con conocimientos y competencias específicas frente al tema. Como respuesta a esta necesidad, se presenta el Manual de estrategias de prevención del uso de sustancias psicoactivas. Bogotá, Distrito Capital, a través del cual se entenderá cómo hacer prevención, qué aspectos temáticos se deben considerar y qué estrategias pueden utilizarse teniendo en cuenta las principales consideraciones de la evidencia disponible. De esta manera, los profesionales encargados de intervenir en la problemática en Bogotá podrán robustecer sus conocimientos, orientar sus prácticas y contar con una visión unificada sobre el quehacer en prevención. La finalidad principal del Manual es brindarles herramientas de trabajo útil a los profesionales interesados en el diseño de programas de prevención del consumo de sustancias psicoactivas, proporcionándoles las bases técnicas y prácticas acordes a las necesidades, los entornos y las personas.

Factores relacionados El consumo de sustancias es un fenómeno multifactorial, por lo que es imposible identificar una única causa. Los momentos del curso de vida, los factores de riesgo, los factores protectores y las particularidades de los entornos cotidianos son algunas de las variables que, al interrelacionarse, ayudan a entender la problemática desde una perspectiva centrada en la persona. A continuación, se revisan brevemente las contribuciones de estos elementos. En contexto 15 FACTORES DE RIESGO Y PROTECCIÓN Son características individuales, situacionales o del contexto que incrementan la probabilidad del uso o abuso de drogas (inicio) o una transición en el nivel de implicación con las mismas (véase Módulo 2) El concepto La edad de inicio del consumo de sustancias en Colombia es cada vez menor, lo cual tiene implicaciones muy importantes (ODC, MJD, MEN y MSPS, 2016). Diversos estudios han mostrado que si una persona se vincula tempranamente con las sustancias psicoactivas tiene una mayor probabilidad de que se transforme en un consumo problemático en momentos posteriores de la vida. Más específicamente, se conoce que el inicio temprano en el alcohol se asocia con el uso posterior de sustancias ilícitas (Pérez, Scoppetta y Flórez, 2011; UNODC, 2018). Teniendo en cuenta lo anterior, la evidencia indica que los jóvenes pueden tener una mayor vulnerabilidad frente al consumo de drogas; ¿por qué razón? Se reconoce que se trata de un período crítico de desarrollo, caracterizado por múltiples cambios, involucramiento con diversos entornos, procesos de maduración cerebral, entre otros aspectos. Adicionalmente, la presencia de algunos factores (disponibilidad de las drogas, contacto con contextos de riesgo, falta de supervisión parental, por mencionar algunos) entran a jugar un importante papel, dado que influyen en los comportamientos, la toma de decisiones y la adopción de hábitos (UNODC, 2018). Ahora bien, aun cuando se conoce esta tendencia —que en la adolescencia y juventud se inicia el consumo—, el uso de sustancias psicoactivas no puede considerarse como un tema de preocupación exclusivamente de este período de desarrollo; ya que los factores que hacen a una persona vulnerable al consumo están presentes en todos los momentos de la vida. Por esta razón, es necesario conocer las particularidades de cada período para así orientar acciones de intervención más Figura 1. Elementos útiles para la comprensión del fenómeno del consumo de sustancias psicoactivas Factores de riesgo Factores de protección Entornos Momentos del curso de vida Manual de estrategias de prevención del uso de sustancias psicoactivas. Bogotá, Distrito Capital 16 acordes. Por ejemplo, si en la primera infancia se construyen vínculos débiles, es probable que se desarrolle cierta vulnerabilidad, por lo que va a resultar necesario fortalecer las aptitudes parentales y las interacciones entre padres e hijos. Por su parte, dado que los niños durante la infancia pasan más tiempo fuera del contexto familiar y se vinculan con la escuela, sería provechoso trabajar las habilidades sociales para así fortalecer sus aptitudes con adultos y compañeros de su misma edad. En la edad adulta, el consumo recreativo de alcohol y la relación de este hábito con la dependencia son aspectos que se vinculan ampliamente con las exigencias del mundo laboral; trabajar en el autocontrol podría ser una herramienta útil para contrarrestarlo (NIDA, 2004; UNODC, 2018). Como puede observarse, conocer las

características de los entornos también permite comprender por qué las personas usan sustancias psicoactivas. Respecto al entorno familiar, se conoce la importancia del involucramiento parental y su relación con la disminución del consumo desde edades tempranas. Por su parte, en el entorno educativo (escolar, universitario) el consumo de sustancias está frecuentemente vinculado con factores como la búsqueda de sensaciones, el bajo rendimiento académico, la presión social y las actitudes favorables hacia las drogas. Situación similar al entorno laboral, en donde las exigencias ocupacionales, el estrés, entre otros factores, influyen en cierta medida en el uso de sustancias (UNODC, 2009; ODC, ODC, MJD, MEN y MSPS, 2016; MJD, MSPS, UNODC y Pontificia Universidad Javeriana, 2017; Ministerio de la Protección Social, 2007).

12 Pasoso de la NA

Admitimos que éramos impotentes ante el adicto, y que nuestra vida se había vuelto ingobernable.

2 – Llegamos a creer que un Poder Superior a nosotros podía devolvernos el sano juicio.

3 – Decidimos poner nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de Dios, tal como lo concebimos.

4 – Sin miedo, hicimos un detallado inventario moral de nosotros mismos.

5 – Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestras faltas.

6 – Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios eliminase todos estos defectos de carácter.

7 – Humildemente le pedimos que nos quitase nuestros defectos.

8 – Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos hecho daño y estuvimos dispuestos a enmendarlo

9 – Enmendamos directamente el daño causado a aquellas personas siempre que nos fuera posible, excepto cuando el hacerlo perjudicaría a ellos o a otros.

10 – Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos rápidamente.

11 – Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, tal como lo concebimos, pidiéndole solamente conocer su voluntad para con nosotros y la fortaleza para cumplirla.

12 – Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos Pasos, tratamos de llevar este mensaje a otras personas, y de practicar estos principios en todos los aspectos de nuestra vida.

REFERENCIAS Secretaría Distrital de Salud. (n.d.). *Manual SDS*. Recuperado de https://www.saludcapital.gov.co/Documents/9.%20MANUALSDS-JUL31%20FINAL.pdf

- **RECURSOS:**
  Físicos: Sillas, computador, televisor, marcadores, hojas.

Humanos: Profesional en psicología, ciudadanos y ciudadanas.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante la actividad las y los ciudadanos se mostraron receptivos y colaboradores, sus argumentos fueron asertivos y lograron realizar los ejercicios de reflexión y diálogo propuestos, se logró dar cumplimiento al objetivo propuesto de fortalecer en las y los ciudadanos que se encuentran en proceso de preparación para el egreso, habilidades, capacidades y estrategias que les permita el afrontamiento de situaciones o eventos de la cotidianidad que podrían llegar a ser factores asociados a una reincidencia o recaída por consumo de SPA, aunado a ello apropiaron instancias institucionales para recurrir en situaciones de riesgo o identificar conductas que no aportan a la consolidación del proyecto de vida, entre ellas el grupo de narcóticos anónimos, reconociendo su filosofía. A través de la actividad fue posible identificar que los participantes cuentan con estrategias y herramientas para afrontar situaciones de riesgo, no obstante, es necesario continuar generando espacios en los cuales las y los ciudadanos logren realizar el fortalecimiento de sus estrategias y habilidades

Cuantitativos: Se contó con la participación de 12 personas, de ellos 12 se identifican como hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Patricia Ojeda

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Preparación para el egreso/ Rutas en salud.

Línea de Atención dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Fecha: 19/01/2024





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Preparación para el Egreso / Rutas en salud

4. Fecha: 19/01/2025

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	79510038	Giovanny Malaver	55	NO Aplica	NO Aplica				X						
2	CC	15888810	Alejandro . S.	60	NO Aplica	NO Aplica				X						
3	CC	1033765184	ALEX TINAES	36	NO Aplica	NO Aplica				X						
4	CC	79881700	Jhon Cardenas	46	NO Aplica	NO Aplica				X						
5	CC	80837387	CESAR SOLANO	54	NO Aplica	NO Aplica				X						
6	CC	3742671	Hector Gonzalez	46	NO Aplica	NO Aplica				X						
7	CC	3507734	Rodolfo Beltran	40	NO Aplica	NO Aplica				X						
8	CC	80086695	JHON GOMEZ	45	NO Aplica	NO Aplica				X						
9	CC	1039475	Jesus Mogo	45	NO Aplica	NO Aplica				X						
10	CC	79881890	Luis Cardenas	45	NO Aplica	NO Aplica				X						
11	CC	1067999171	SHONNY ESTIVIA	36	NO Aplica	NO Aplica				X						
12	CC	72064013	Cristian Nieto	37	NO Aplica	NO Aplica				X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Patricia Osorio

14. Cargo o rol del responsable: Psicologia

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_b_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

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

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES 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, 21, 22, 23, 24/ 01/2025	**HORA:** 8:45 am 11:30 am
ÁREA: Tallerista	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hosmar Escobar Ramírez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Embellecimiento y mantenimiento de áreas comunes.

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar en las y los ciudadanos el embellecimiento y mantenimiento de las zonas comunes y demás plantaciones, realizando jornadas de limpieza y rutinas en cada uno de los espacios, para lograr una buena cosecha en los diferentes frutales y sostener la comunidad con excelente presentación.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Motivar a las y los participantes sobre el mantenimiento, embellecimiento y corresponsabilidad creando estrategias sostenibles, realizando las actividades de limpieza de árboles y plantas ornamentales en las áreas comunes, manteniendo la buena presentación de la comunidad.
- Fomentar en los ciudadanos una conciencia de recolección de los desechos aprovechables y no aprovechables en la comunidad con la finalidad de promover economía sostenible y buena presentación de los diferentes espacios.
- Fortalecer las técnicas de jardinería, limpieza, plateo, abonado, poda de césped, pinzamiento de árboles frutales, utilizando las herramientas adecuadas y en buen estado para reforzar destrezas y habilidades en los participantes recalcando la importancia de mantener las áreas comunes bien presentadas.

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo del taller agrícola en áreas comunes, se llevara a cabo la metodología psico educativa, basados en la línea de atención dos promoción de la Inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades con actividades transversales, en la cual, se proponen talleres de teoría y acciones prácticas en cada uno de los espacios, ejecutando las diferentes actividades donde fortalecen conocimientos y habilidades con las herramientas aplicando las técnicas para labores del área.

Adecuación:
Se reunirán a los participantes en los espacios establecidos, se les socializara los objetivos del taller, se les brindará 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 colocan a disposición las herramientas y la entrega adecuada en buenas condiciones para las diferentes labores de jardinería, podas de prados en zonas comunes, cerca viva, recolección de basuras, limpieza de arbustos y recolección de residuos.

Etapa uno
Posterior al encuentro de la palabra se asignan labores en los diferentes espacios haciendo embellecimiento y mantenimiento de áreas comunes, se firmara formato de asistencia al taller del día, se hará entrega de herramientas e insumos según las actividades a desarrollar por cada uno de los participantes; se brinda inducción y acompañamiento frente a las actividades a ejecutar por parte de los talleristas agro.

Etapa dos
Se realizara supervisión y acompañamiento de las labores asignadas a los ciudadanos participantes del taller en podas de césped, barrido y recogidos de los residuos, plantas ornamentales, cerca viva, plateo, aporque, plateo, aporque y abonado de plantas de jardinería donde se utilizaran las diferentes herramientas como son, guadaña, rastrillos, tijeras de poda, azadones, pala de aporque, recogedores 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 tres

Culminada la jornada del día se realizara una ronda por los diferentes espacios donde se ejecutó el taller verificando el cumplimento de las actividades asignadas y revisando que hayan quedado bien, sensibilizando a los ciudadanos la importancia del orden y el aseo en cada espacio de labores , seguido se deben entregar herramientas limpias en el área adecuada, se realiza retroalimentación preguntando a los participantes dudas y dificultades en la ejecución del taller, se les brinda 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 ubicaran en el área dispuesta de cada una de las mismas.

TEMAS:

Áreas comunes

Se realiza trabajo con los ciudadanos ejerciendo labores culturales las cuales consisten en limpieza del terreno y una adecuación de un espacio deportivo y cultural donde se puedan recibir visitas esta labor de remover partes de la planta (tronco, ramas, hojas, flores y frutos) con el fin de incrementar la producción y formación de la planta y frutos, incrementar la vida útil de las plantas.

Plateo

El plateo sirve para mantener limpio el árbol de cítrico de la competencia de malezas y facilitar las revisiones periódicas de plagas y enfermedades. En los primeros años se debe realizar de forma manual y si se van a utilizar herbicidas debe hacerse con una persona experimentada y con equipos adecuados.

Poda de formación

Es la poda que efectuamos tanto a árboles como a arbustos en sus estados más jóvenes con el fin de crear una forma o estructura concreta. Previamente debemos establecer cuál es la forma correcta que daremos al árbol o arbusto y se irán eliminando las ramas no deseadas. En caso de querer formar estructuras complejas nos serviros de guías tanto metálicas como de madera donde iremos fijando las ramas seleccionadas.

Pinzamientos

Los pinzamientos son los cortes de ramas tiernas que se efectúan rebajando los brotes entre cinco y diez centímetros, con el fin de rebajar el volumen de la planta y provocar el desarrollo de nuevas ramas laterales que aportarán densidad y opacidad al arbusto o árbol. El número de pinzamientos que requerirá un arbusto o árbol estará directamente relacionado con el vigor de la planta a podar. En caso de ser muy vigorosas requerirán gran número de pinzamientos al año, y a las poco vigorosas de crecimiento lenta será suficiente realizarles un único pinzamiento anual.

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.

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.

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.

El mantenimiento de plantas ornamentales

Es esencial para mantenerlas saludables y hermosas.

Luz

La luz es vital para la fotosíntesis cada planta tiene necesidades de luz diferentes si las hojas se ponen amarillas o se caen, puede ser falta o exceso de luz.

Riego

Evita el exceso y la falta de agua, el suelo debe estar húmedo pero no encharcado, depende del tipo de planta y el clima asegúrate que la maceta tenga buen drenaje.

Temperatura

Cada planta tiene un rango de temperatura ideal evita cambios bruscos de temperatura coloca las plantas en lugares protegidos de corrientes de aire.

Humedad

Algunas plantas necesitan mayor humedad ambiental, puedes usar humidificadores o colocar las macetas sobre guijarros con agua.

Abono

Proporciona nutrientes adicionales para un crecimiento saludable sigue las indicaciones del producto evita el exceso de abono, puede quemar las raíces, es recomendable utilizar abonó orgánicos como compost, gallinaza, humus.

Poda

Hojas secas, flores marchitas y ramas dañadas se deben quitar esto nos ayuda a mantener la forma de las plantas, la mejor época para podar depende de cada variedad de planta.

Plagas y enfermedades

Revisa regularmente las plantas en busca de plagas o enfermedades trata las infestaciones lo antes posible con insecticidas y fungicidas orgánicos.

Trasplante

Cuando la maceta se quede pequeña trasplántala a una maceta más grande la primavera es una buena época para trasplantar.

Consejos adicionales

Limpia las hojas con un paño húmedo para eliminar el polvo rota las macetas para que todas las partes de la planta reciban luz el cuidado de plantas requiere paciencia y observación.

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.

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 scissor. 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:

3 machetes, 4 azadones, 3 palines, 3 palas, 1 media luna, 1 tijeras de poda,1 guadaña, 30 kilos de compost, 1 flexometro, 1 segueta, 2 carretilla, 4 limas para afilar, 3 rastrillos plásticos, 1 rastrillo metálico.

Humanos:

Talleristas agro y ciudadanos.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Los ciudadanos lograron la regulación de sus estados de ánimo y ansiedad a partir del contacto con las plantas y la tierra, observando la motivación y el compromiso de las actividades de embellecimiento y jardinería, siguiendo instrucciones en la aplicación de los métodos y técnicas para cada una de las plantas.
- Los ciudadanos adquirieron concientización de corresponsabilidad en el arreglo y embellecimiento de la comunidad, partiendo de la recolección y recuperación de desechos aprovechables y no

aprovechables, mejorando la buena presentación y creando espacios agradables para el diario vivir.

- Los ciudadanos desarrollaron destrezas y habilidades en el arreglo y mantenimiento de plantas ornamentales y de jardinería al igual que en árboles frutales, realizando actividades cotidianas del área, se destaca el compromiso y responsabilidad que adquieren para dichas labores reflejando un buen ambiente y trabajo en equipo en el entorno de la comunidad.

Cuantitativos:

- Lunes 20 de enero participan 19 hombres, 1 mujer se hace limpieza de los espacios de áreas comunes realizando recogida de piedras y demás objetos que puedan ocasionar alguna lesión contusión al guadañar.
- Martes 21 de enero participan 19 hombres, 1 mujer se da inicio al corte de césped o guadañada dejando listo para el recogido.
- Miércoles 22 de enero participan 19 hombres, 1 mujer se realiza la rastrillada de los residuos del césped y se recogen y se llevan al sitio estipulado para la descomposición natural.
- Jueves 23 de enero participan 19 hombres, 1 mujer se hace limpieza de cunetas y poda de plantas ornamentales
- Viernes 24 de enero participan 19 hombres, 1 mujer se realiza plateo, poda y control fitosanitario de árboles cítricos y jardinería.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz B

Registro fotográfico
Nombre de actividad: Embellecimiento y mantenimiento de áreas comunes.
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha 20/01/2025
Tipo de actividad Transversal





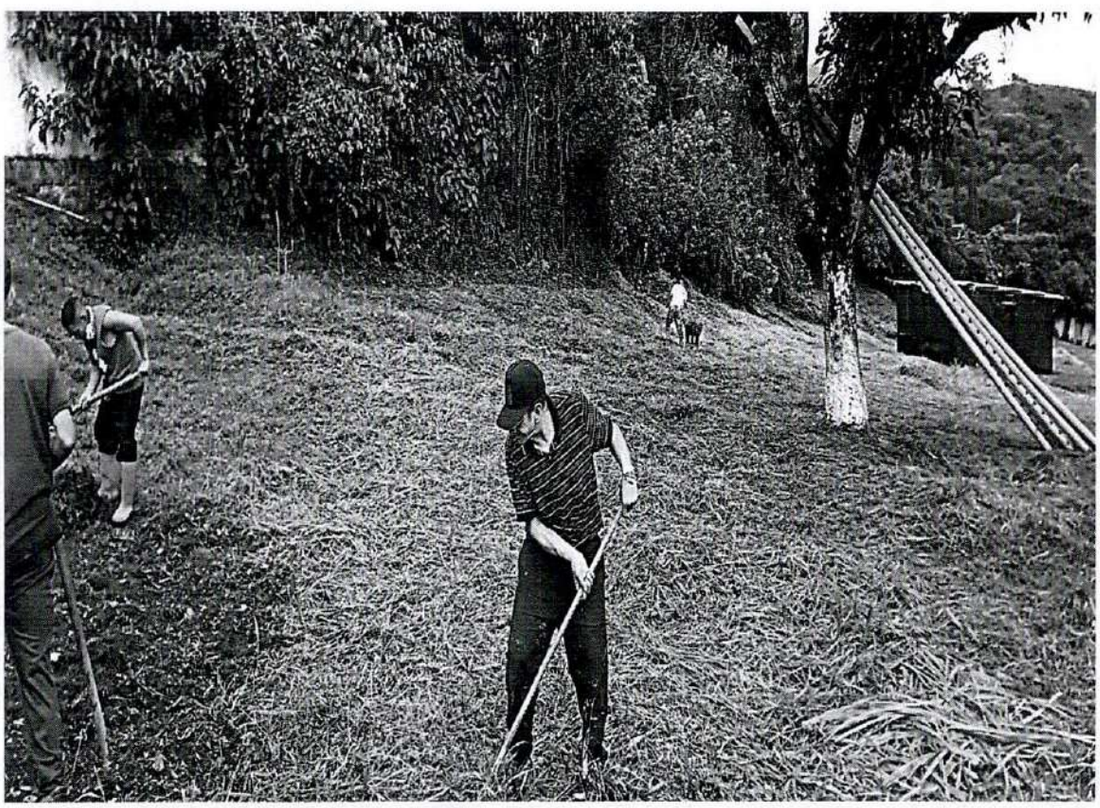
Registro fotográfico
Nombre de actividad: Embellecimiento y mantenimiento de áreas comunes.
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha 21/01/2025
Tipo de actividad Transversal



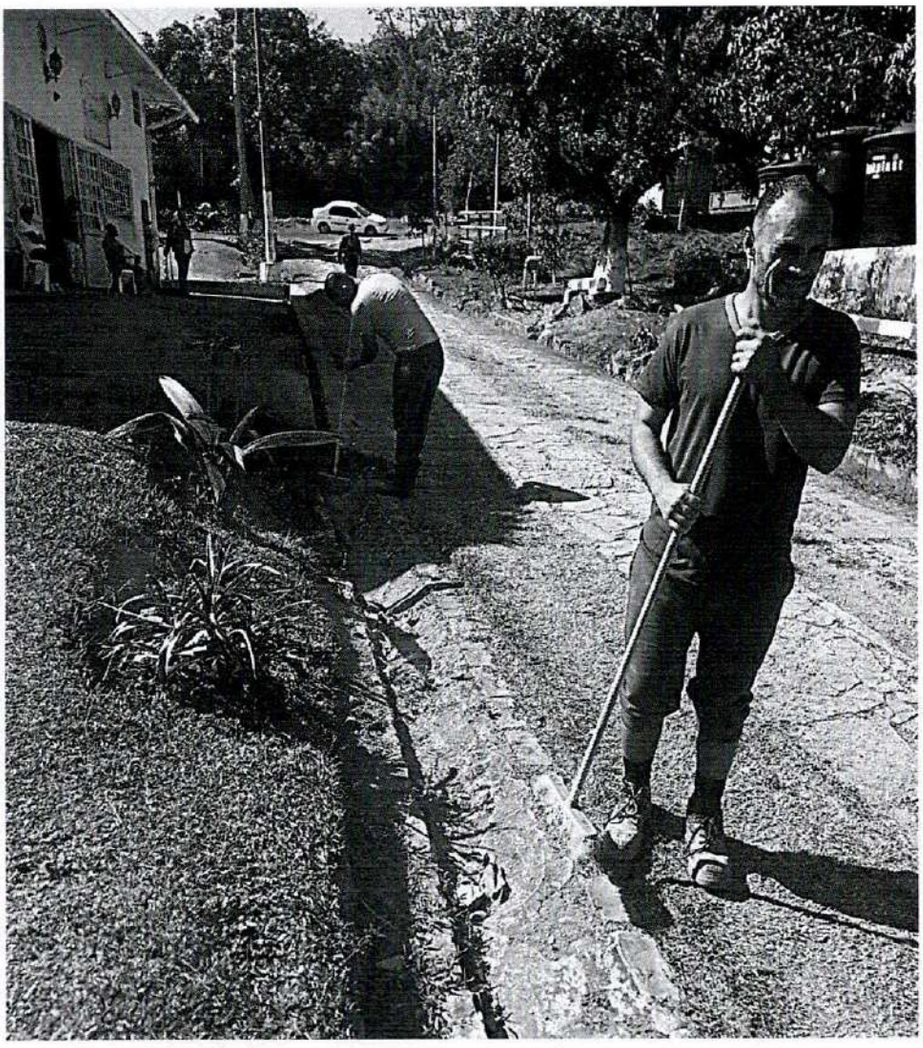


Registro fotográfico
Nombre de actividad: Embellecimiento y mantenimiento de áreas comunes.
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha 22/01/2025
Tipo de actividad Transversal





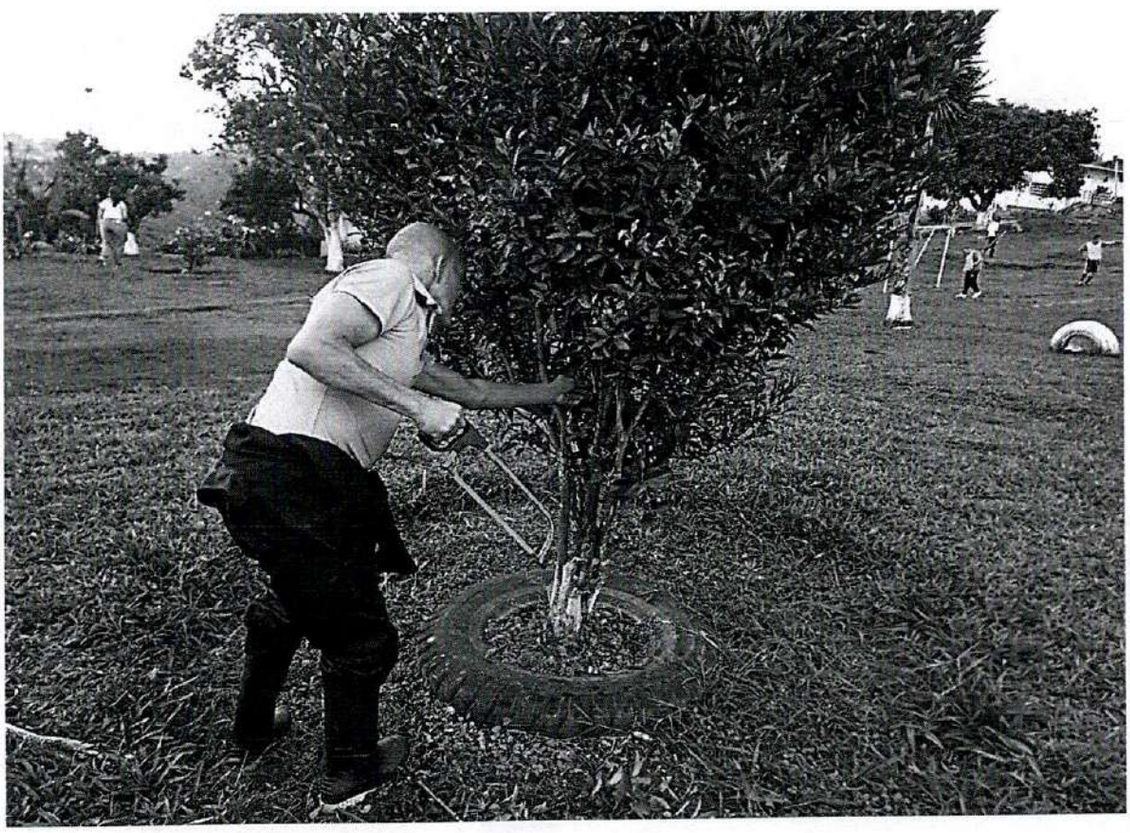
Registro fotográfico
Nombre de actividad: Embellecimiento y mantenimiento de áreas comunes.
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha 23/01/2025
Tipo de actividad Transversal





Registro fotográfico
Nombre de actividad: Embellecimiento y mantenimiento de áreas comunes.
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha 24/01/2025
Tipo de actividad Transversal





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Embellecimiento y mantenimiento de areas comunes

4. Fecha: 20-01-2025

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	79637392	Luis Fontecha	69	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	87903762	Francisco Ardila	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80374801	Jorge beltran	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1021426290	Nelson tapias	29	No aplica	No aplica	No aplica			X					Nelson Tapias	
5	CC	80756655	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	74820248	Edgar Rico	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edgar Rico	
7	CC	80746821	Manuel chaparro	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	72096075	Wilson Nieto	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80373887	Cesar serrano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	77572420	Luis Mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis mendez	
11	CC	1071055564	Carlos Zuluaga	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	79867900	Luis Cardenas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	52374789	Cristina Salgado	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					Cristina Salgado	
14	CC	1025964189	Sebastian Gallegos	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1015984358	Alejandro	37	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jesus Bernardo	
16	CC	80973495	Jesus Bernardo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80036464	Oscar Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	79769729	Helber Guerra	48	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jhon Ramirez	
19	CC	80729009	Jhon Ramirez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					RAFAEL	
20	CC	80248436	Rafael Riaño	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Nelmar Escobar

14. Cargo o rol del responsable: Talentos Agro

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Embellesimiento y mantenimiento de areas comunes

4. Fecha: 21-01-2025

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	8190862	Francisco Polido	68	no aplica	No aplica	No aplica			X						
2	cc	79692392	Luis Fonseca	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	80374801	Jorge Beltran	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	cc	1019262690	Nelson David Lopez	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	80756555	Shon gomez	45	No apla	No aplica	No aplica			X						
6	cc	79482048	Edgar Rico	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	80746821	Manuel chaparro	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	7696615	wilson Neito	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	80373787	Cesar sorena	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	7157420	Luis Mendez	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	cc	70705564	Carlos Zuluaga	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	79887900	Luis cardenas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	52379789	Cristina Salgado	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	cc	1075946989	Sebastian Castellanos	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	1075984358	Alejandro	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	cc	80973495	Jesus Bernardo	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	cc	80063464	Oscar Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	cc	79769729	Helber Guarin	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	cc	80729009	Shon Ramirez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	cc	80248436	Rafael Riaño	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Holmar Escobar

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agro

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_lin_5_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se 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: Embellecimiento y mantenimiento de areas comunes

4. Fecha: 22-07-2025

5. Hora: 8:45

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	7763134	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	8140362	Francisco Pulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80374801	JORGE BETRAN	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1014262190	Alison Yuvis Tapias Nieto	29	No aplica	No aplica	No aplica			X					Alison Tapias	
5	CC	8015[illegible]	JHON GOMEZ	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	19482048	Edgar Rico T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80746821	Manuel Chacon	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	7208615	Wilson Nieto	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	[illegible]	Cesar Soriano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	7751420	Luis Mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis Mendez	
11	CC	10105564	Carlos Zuluaga	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	79881900	Luis Cardenas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	52778789	Cristina Salgado	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1023414488	Juan Sebastian calle	29	No aplica	No aplica	No aplica			X					Calle J	
15	CC	7754814358	ALEJANDRO	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	80970475	JESUS BERNARDO	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					JESUS BERNARDO	
17	CC	8003464	Oscar Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	79769127	Heiberth García	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	80729009	Jhon RAMIREZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jhon JAIME	
20	CC	80248486	RAFAEL RIAÑO	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					RAFAEL	

13. Nombre del responsable: _____

14. Cargo o rol del responsable: _____

15. Firma del responsable de la actividad: _____

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

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se 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: Embellecimiento y mantenimiento de areas comunes | 4. Fecha: 23-01-2025 | 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	8190362	Francisco Polido	68	No aplica	No Aplica	No aplica			X						
2	cc	79631392	Luis Fontecha	59	No aplica	No Aplica	No aplica			X						
3	cc	80374801	Jorge Beltran	53	No aplica	No Aplica	No aplica			X						
4	cc	1014268980	Nelson Lopez	29	No aplica	No Aplica	No aplica			X						
5	cc	80366555	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	cc	79482068	Edgar Rizo T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	80746821	Manuel chaparro	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	7609607	Wilson Nieto	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	80037387	Cesar saiano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	7757420	Luis Mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	cc	70705166	Carlos Zuluaga	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	79887900	Luis Cardenas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	52379789	Cristina salgado	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	cc	1025964998	Juan Sebastian Calleros	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	1075988358	Alejandro	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	cc	80973495	Jesus Bernardo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	cc	80033464	Oscar Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	cc	79769129	Helber Garcia	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	cc	80268436	Rafael Riaño	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	cc	80729009	Jhon Ramirez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hosmar Escobar | 14. Cargo o rol del responsable: Fullerista Agro | 15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Embellesimiento y Mantenimiento de areas Comunes

4. Fecha: 26-01-2025

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	79631392	Luis Fontecha	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	cc	8190362	Francisco Polido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	80374801	Jorge Beltran	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	cc	1014262690	Nelson David Tapias	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	80156655	Shon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	cc	79480048	Edgar Rico T	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	80746824	Manuel Chaparro	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	7209601S	Leibon Acosta	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	80374387	Cesar Serrano	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	71577420	Luis Mendez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	cc	10108864	Carlos Talvera	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	79881900	Luis cardenas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	52374769	Cristina Salgado	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	cc	1023944989	juan Sebastian Colleyas	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	1125984389	Alejandro	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	cc	80973495	Sesos Bernardo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	cc	80034 64	Oscar Martinez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	cc	79769179	Helber Guerin	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	cc	80729009	Jhon Ramirez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	cc	80248436	Rafael Riaño	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hosmer Escobar

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agro

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 20/01/2025 22/01/2025	**HORA:** **INICIO** 08:45 AM **FINAL** 10:00 AM
ÁREA: Tallerista Cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandro Bejarano	
NOMBRE DE ACTIVIDAD: Taller del maestro – Macetas colgantes			

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

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

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

METODOLOGÍA
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, encaminada en la línea de atención I nombrada; desarrollo personal para la inclusión social

Fase 1: Planificación y Diseño

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

Fase 2: Preparación de Materiales

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

Fase 3: Elaboración de la Maceta Colgante

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

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

Primer momento 20/01/2025
Se explicarán los objetivos a alcanzar durante la ejecución de cada una de las actividades y la metodología a desarrollar; Se hará el llamado a los y las ciudadanas que deseen participar, se procederá a dar inicio con la capacitación del uso de la guadua.

Segundo momento:
Se dará inicio con el taller donde se explicará la teoría del proceso que debe tener la guadua para su buen Uso y que sea duradera, se explicará a las y los participantes que:

- Como primer paso se debe seleccionar las guaduas según su diámetro y longitud
- Seguido se deberá corta en temporada menguante para que la guadua pueda perdurar
- Se debe cortar a las 4:00 de la madrugada para que no contenga agua en su interior

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

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

Primer momento 22/01/2025
Se explicarán los objetivos a alcanzar durante la ejecución de cada una de las actividades y la metodología a desarrollar; Se hará el llamado a los y las ciudadanas que deseen participar, se procederá a dar inicio con la capacitación del uso de la guadua.

Segundo momento:

- Se procederá a escoger la guadua según su diámetro que debe ser entre los 20 a 25 cm aproximadamente, se deberá cortar cada canuto a delante del nudo para poder aprovechar el centro y usar el entrenudo, cada participante deberá corta su canuto y poder trabajar en el mismo, seguido deberán cortar el canuto de extremo a extremo por la mitad de forma horizontal y así poder tener dos partes ya que la maceta colgante tendrá dos niveles.

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

- Espacio para hablar del siguiente taller y el paso a seguir y reflexiones sobre el taller.
- Hablar sobre la importancia del buen proceso de la guadua para que el producto final sea de buena calidad

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

TEMA
La guadua
Las guaduas, guausdas, cañazas, carrizo, cañaa brava, ipas o tacuaras (Guadua spp.) son un género de plantas de la subfamilia del bambú, de la familia de las poáceas.
En el año de 1806 fue descrita por Alexander von Humboldt y Amadeo Bonpland quienes vieron esta planta en Venezuela y la llamaron Bambusa guadua, luego en 1822 fue clasificada por Carl Sigismund Kunth como Guadua angustifolia. Se considera como una de las plantas nativas más representativas de los bosques andinos.
Este recurso se utilizaba ya desde épocas remotas por parte de los primitivos pobladores de los Andes, y actualmente sigue siendo usada, especialmente en la región centro-occidental de Colombia.
No se sabe a ciencia cierta el origen de la palabra guadua, aunque ciertos especialistas creen que podría ser venezolano. Estas versiones emergen de las variantes "guadúas", "guafa" con las cuales se conoce esta planta en este país. También se suele emplar el término "guasdua" como nos recuerda la ciudad de Guasdualito, en Venezuela.
El aprovechamiento es una práctica silvicultural de mantenimiento y mejoramiento del guadual. Puede definirse como una práctica silvicultural que procura crear condiciones favorables en el guadual, lo que implica el mejoramiento de la regeneración natural y de la composición estructural, que aseguran el máximo rendimiento sostenible. El aprovechamiento no solo pretende obtener los máximos ingresos posibles del recurso.
En los bosques de guadua, el proceso de sucesión se puede considerar como progresivo cuando su manejo muestra el guadual en equilibrio biológico, contrario cuando se produce alguna alteración o deterioro en su estructura, producto de una intervención natural o artificial caso en el cual se considera que el guadual comienza a presentar una sucesión regresiva, lo cual puede ocasionar su completa desaparición.
Para evitar lo anterior es necesario conocer y diferenciar todos y cada uno de los elementos que conforman el guadual. Su conocimiento permite aprovechamientos técnicos, además de conocer su dinámica dentro del proceso de productividad del guadual.
Entre las causas que ocasionan la llamada sucesión regresiva del guadual está el no manejo, ya que si los guaduales no se aprovechan tienden a degradarse por exceso de individuos en determinado momento y/o por disminución de la actividad biológica o dinámica del guadual.
Por lo expuesto anteriormente los guaduales deben intervenirse periódicamente para regular el espacio vital de sus individuos y para favorecer una mayor aparición de rebrotes o renuevos. En Colombia, se han realizado investigaciones sobre aprovechamientos técnicos debido a que la gran mayoría de bosques se encuentran muy densos por falta de manejo, o muy intervenidos por una explotación antitécnica.

Es necesario determinar para cada sitio, el ciclo de corte o periodo de corte a transcurrir entre un aprovechamiento y otro, y la intensidad de corte, o sea la cantidad y clase de individuos a extraer en cada ocasión, siendo esto lo que constituye propiamente el Plan de manejo técnico de un guadual.
Con el aprovechamiento técnico se busca obtener un equilibrio en el bosque, en el ambiente y que a través de él, se obtengan ingresos según el manejo sostenible del recurso.
Los planes de manejo se basan casi exclusivamente en el número de guaduas adultas o "hechas" que reporte el inventario de existencia, es decir, la importancia del rodal se limita al número de guaduas aprovechables.
Los aprovechamientos comerciales se basan principalmente en el sistema de entresaca determinando la cantidad de tallos en porcentajes de acuerdo con el estado de cada guadual y la edad de corte, planteándose como la ideal, cuando la guadua cambia de color, pues se pasa de verde a amarillo, siendo invadida por líquenes que le dan la tonalidad ceniza, blancuzca o "rucia", produciéndose esta coloración aproximadamente a los 5 o 6 años de edad del tallo.
Para conocer el aprovechamiento, es necesario conocer una serie de conceptos técnicos que ayudaran a hacer aprovechamientos más racionales.

Las plantas suculentas (del latín succulentus, que significa: "jugoso" "sustancioso") o crasas son aquellas en las que algún órgano está especializado en el almacenamiento de agua en cantidades mayores que las plantas sin esta adaptación. Estos órganos de reserva tienen una alta proporción de tejido parenquimático. El almacenamiento de agua en los órganos de algunas suculentas es de su adaptación les permite mantener reservas de agua durante períodos prolongados, y sobreviven a los largos períodos de sequía en climas áridos. Uno de los ejemplos más conocidos de suculencia es el de los tallos de los cactus del Nuevo Mundo, similar al de varias euforbiáceas y apocináceas africanas. Ejemplos de hojas suculentas se encuentran en Aloe, Agave, y en las crasuláceas.
De acuerdo con el Feng Shui, las suculentas o crasas aportan armonía y protección en casa, además de ayudar a purificar la energía negativa y transformarla en energía positiva, es decir, el Ying Yang, a través del proceso de la fotosíntesis.
Además, este tipo de plantas junto con los cactus, son un elemento decorativo que ayuda a mantener la frescura y humedad de cualquier espacio.
¿En dónde se colocan las suculentas en casa según el Feng Shui?
Para aprovechar los beneficios de las suculentas, el Feng Shui recomienda colocar las suculentas en espacios con luz, ya sea en la ventana, en el balcón o la terraza.
También, estas se pueden colocar en diagonal a la puerta principal, al lado de la cama, o cerca de aparatos electrónicos como microondas, radio, tele, etc., para que estas absorban las energías negativas.
¿Qué tipos de suculentas no pueden faltar en casa?
Aunque existe una gran variedad de suculentas y cactus, algunas de las más populares según el Feng Shui son:
Crassula Portulacaria Afra: Atrae la abundancia y el dinero, la alegría y la buena suerte, ya sea en casa o en el trabajo. Por ello, se debe colocar en espacios con luz indirecta.
Crasulla Ovata: También conocida como jade, esta planta atrae la prosperidad, riqueza y abundancia, es longeva y generalmente se coloca en espacios con semi sombra, ya sea en interiores o exteriores.
Echeveria: Esta plata de hojas carnosas es un símbolo de protección en el hogar, además de atraer la armonía. Por ello, se puede colocar tanto en interiores como exteriores.
Sábila: También conocida como aloe, esta planta ayuda a alejar las malas vibras y a proteger la casa, por lo que suele colocarse en el exterior o en la entrada de visitas.
Cactus: Los cactus en general son considerados amuleto de fuerza y protección, ya que sus espinas ahuyentan las energías negativas. Por ello, se colocan en lugares abiertos, ventanas, balcones y terrazas.

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

RECURSOS

Recursos Humanos

- Tallerista, participantes

Recursos físicos

- Sillas, planilla de asistencia

RESULTADOS

Cualitativos 20/01/2025:
Dando cumplimiento a los objetivos, en este taller se contó con una excelente participación por parte de los y las asistentes, donde se pudo lograr evidenciar el interés de los ciudadanos por la realización de las macetas colgantes, los participantes son receptivos con la explicación de los pasos y los tiempo se que se deben tener para el buen tratamiento de la guadua donde se les socializa que se debe esperar a que llegue la temporada menguante para poder continuar con los talleres, se les cometa que una ves llegue dicha temporada se les comunicara para poder cortar la guadua a la madrugada, los participantes manifiestan que esperaran los tiempos para poder realizar su ejecución como es debido

Cuantitativos:
Ingresan al taller trece (13) participantes distribuidos de la siguiente manera, una (1) mujer, un (1) lgtbiq+, once (11) hombres de diferentes equipos de referencia y diferentes momentos todos con buena disposición.

Cualitativos 22/01/2025:
Se logro evidenciar entusiasmo por parte de los asistentes ya que pudo iniciar a trabajar con la guadua y se pudo explicar el alcance del taller dando cumplimiento al objetivo dispuesto en el presente documento, los participantes expresan que desean continuar con el taller para poder logra realizar la maceta y poder aprender cada vez mas de su proceso y formas de utilización

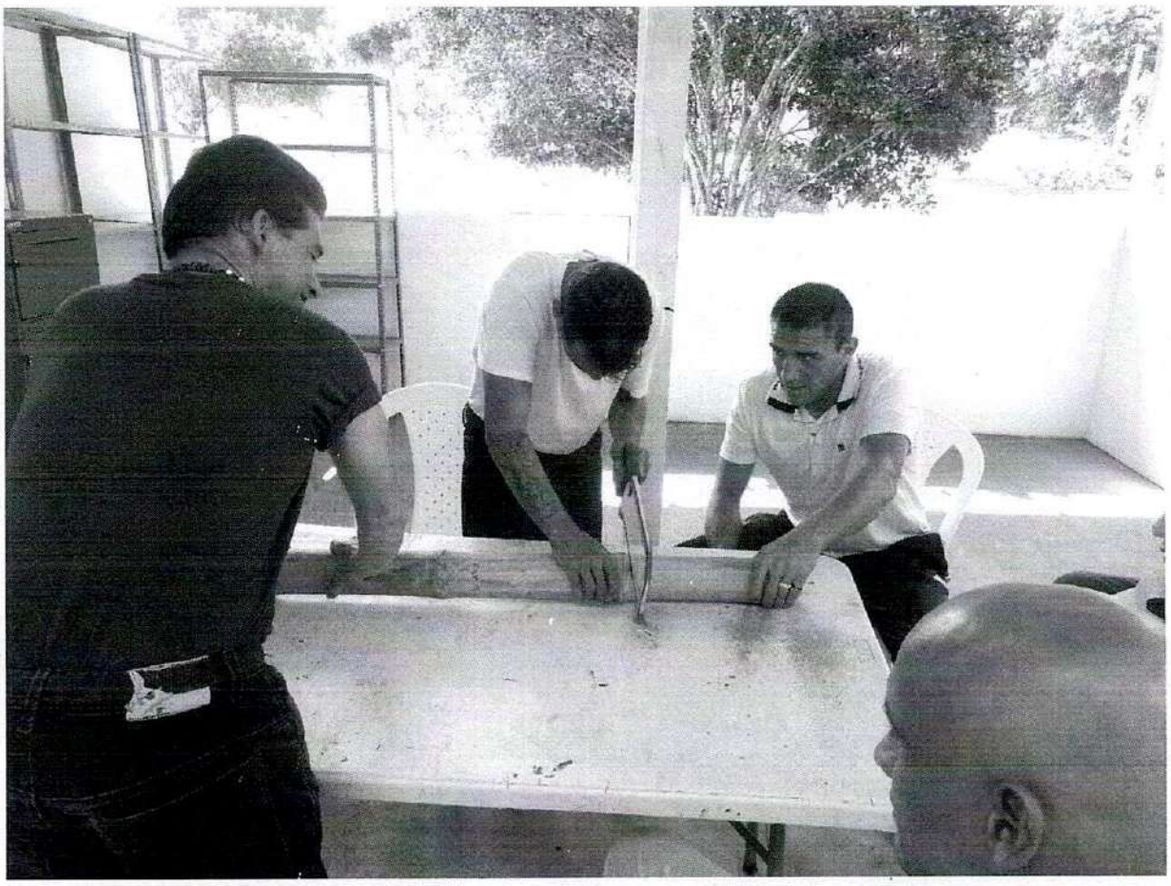
Cuantitativos:
Ingresan al taller cuatro (4) participantes todos hombres de diferentes equipos de referencia y diferentes momentos todos con buena disposición.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

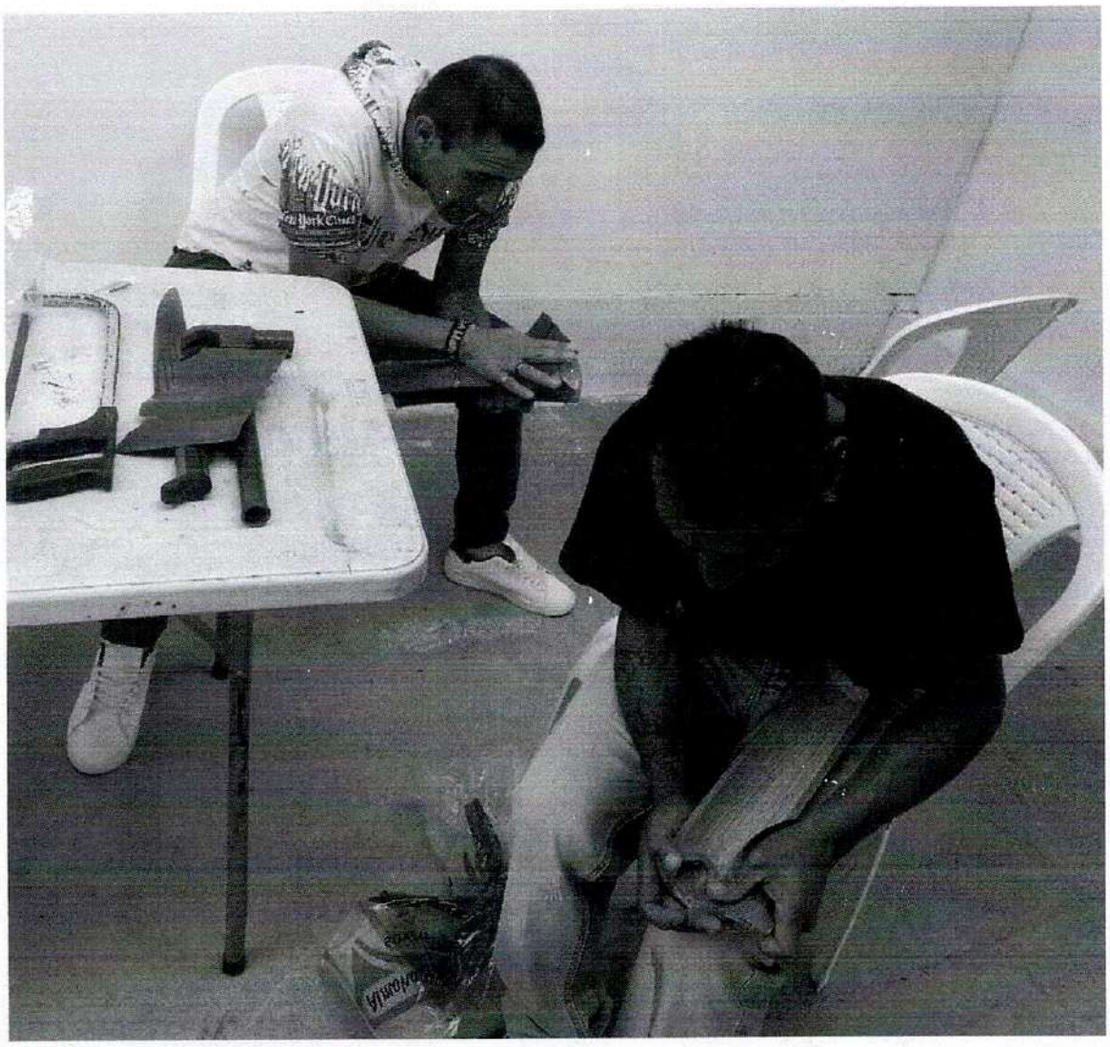
NOMBRE COORDINADOR: Jose Horney Diaz

REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN I: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL.
ACTIVIDAD TRANSVERSAL
20/01/2025
TALLER DEL MAESTRO – MACETAS COLGANTES





REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN I: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL.
ACTIVIDAD TRANSVERSAL
22/01/2025
TALLER DEL MAESTRO – MACETAS COLGANTES





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

3. Tema / Actividad: Taller del maestro - macetas Colgantes
4. Fecha: 22/01/2025
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	1019045113	Arley Arenas	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	cc	1143269	Jhon Jairo Piedrahita	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	cc	79879200	Jhon Cardenas	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	cc	79674546	Juan C. Garcia	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro Bejarano
14. Cargo o rol del responsable: Tallerista
15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Taller del macetico - Macetos Colgantes

4. Fecha: 20/01/2025

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	52374789	CRISTINA SALGADO	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1128046663	JOHAN COGOLLO	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	75079964	Andres Carrizosa	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1126912728	DAVID NAVARRO	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	3286[illegible]	[illegible] SANCHEZ	[illegible]	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1122262[illegible]	jhon jairo perdomo	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1023899784	Wilmer Nieto	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1039775	Jesus Mago	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1032[illegible]	Shantal Ramirez	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1019045113	Ayde y Arenas	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	8726226	Jose Caballero	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	80748934	Anderson Muñoz	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1069[illegible]	Jhon Cardenas	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro Bejarano

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_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:** 20/01/2025	**HORA:** Inicio: 10:00 am Final: 12:00 pm
ÁREA:	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	María Ramírez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Arteterapia

OBJETIVO GENERAL:
Brindar un espacio de expresión y bienestar emocional a la comunidad a través de la arteterapia, utilizando actividades artísticas como herramienta para fomentar el autoconocimiento, la creatividad, la comunicación y el fortalecimiento de la salud mental y emocional de los participantes.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Implementar actividades lúdicas para el desarrollo de habilidades artísticas, deportivas y culturales que fortalezcan el aprendizaje y la creatividad.
- Desarrollar habilidades recreativas y motrices a través de dinámicas lúdicas que estimulen la creatividad, el trabajo en equipo y la coordinación.
- Incentivar la creatividad y la expresión personal mediante actividades artísticas, culturales o deportivas que permitan a los participantes explorar sus talentos.

METODOLOGÍA:

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

Adecuación:

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

Primer momento:
Se convocará a las y los ciudadanos a participar del taller, que se llevará a cabo en el salón de artes, se dará inicio al taller con una actividad rompe hielo, la cual se llama fruta mix donde las y los ciudadanos deberán decir una fruta sin olvidar la anterior o repetir hasta llegar al último, seguido de una breve explicación sobre que es la arteterapia y como ayuda a manejar las emociones.

Segundo Momento:
Continuando con la entrega de materiales, donde se les darán palos de paleta de colores, Colbon y hojas de papel de colores, se procederá a dar las indicaciones para crear el cofre, donde se iniciara con 4 palos de paleta pegados en cuadrado y luego rellenar y así sucesivamente hasta conseguir la altura del cofre deseada.

Tercer momento:

Como cierre se realizarán notas donde se podrán las cualidades que cada uno ve de su personalidad, esto con el fin de que las y los ciudadanos puedan reconocer todo lo bueno que pueden trasmitir, por ultimo se realizara la tapa del cofre y se decorara según la creatividad de cada asistente.

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

TEMAS:

Manualidades

Las manualidades, en términos generales, son trabajos efectuados con las manos, con o sin ayuda de herramientas. Por extensión, el resultado de dicha labor también es conocido como manualidad.

Generalmente, se denomina así a algunas labores didácticas en las cuales se busca como objetivo un avance personal, desarrollo de la creatividad, y son una forma de distracción. La capacidad para realizar manualidades está asociada al desarrollo motriz de quienes las elaboran —motricidad fina o gruesa—, por lo que se recurre a ello durante las etapas tempranas del educando. Tanto como terapia ocupacional en los adultos.

El concepto "Hágalo usted mismo" a partir de las actividades manuales ha dado lugar a una corriente de personas creativas que practican "Do it Yourself", que va desde la restauración y trabajos manuales domésticos, hasta la creación de productos a partir de materias primas.

Manualidades en la escuela

Manualidad escolar para aprender figuras geométricas
Las manualidades o trabajos manuales son actividades estéticas y físicas, que realizan los niños en la escuela o liceos .Estas contribuyen al desarrollo integral de los niños y niñas en su educación, ya que las combinaciones de formas y colores contribuyen a desarrollar su propia imaginación y creatividad. La creatividad nos ayuda a resolver los problemas con los que nos enfrentamos día a día, además de permitirnos nuevas oportunidades y posibilidades, abrir nuevos caminos en nuestra vida, recrearnos e inventar propuestas. El desarrollo físico, también llamado desarrollo motor, se mejora gracias a la coordinación entre mente, mano y vista que brinda el trabajar con manualidades, así como la psicomotricidad fina. El desarrollo social mejora la aptitud de los niños y niñas en los trabajos en grupo, también ayudan a que los estudiantes expresen sus sentimientos y mejoren su desarrollo emocional.

Los niños, ayudados de determinadas herramientas o utensilios, realizan las manualidades. Algunos de estos trabajos consisten en trenzar, tejer, recortar, pegar, iluminar, picar y bordar tiras, cuadrados de papel entre otros materiales(cartón, cintas, telas, badana, paja, etc.). El dibujo y el modelado es otra materia que los escolares hacen como manualidades. Reproducen cuerpos geométricos, pequeños monumentos arquitectónicos, figuras, frutas, etc.

Manualidades en el mundo empresarial
Los artesanos que realizan manualidades aprovechan su creatividad para convertirla en negocio y montar su propia empresa. Un estudio concluyó que la creatividad empresarial está relacionada con la ventaja competitiva, lo que significa que los empresarios creativos tienen más posibilidades de lograr el éxito al trabajar con ideas innovadoras y únicas.

El empresario creativo es importante para la generación de nuevos empleos, puesto que permite que otros artesanos desarrollen sus pequeños negocios y ayuden al desarrollo económico de su comunidad. Cuando estamos hablando de empresario creativo nos referimos a la manera de pensar de los artesanos para resolver sus problemas y estrategias competitivas para mercadear sus productos. Este concepto de creatividad le permite a los artesanos colaborar entre ellos mismos y desarrollar redes de trabajo, compartir ideas y mejorar sus industrias. Además pueden recibir colaboración de artistas, educadores, el propio gobierno y empresarios de su comunidad.

Una persona con creatividad empresarial es capaz de maximizar sus opciones y sus ganancias, es un buen planificador, optimiza el uso del tiempo, es innovador, se preocupa por la calidad y toma ideas de otros negocios exitosos.1

Tipos
Se pueden realizar manualidades con un sinfín de materiales como: papel, cartón, cartulina, tela, fieltro, arcilla, plástico, lana, vidrio, envases reciclados, ceras de colores, pintura, hilo, madera, alambre, etc. Obteniendo grandes cosas e incluso la reutilización de objetos que ya no sirven, convirtiéndolos en nuevas cosas innovadoras (llamadas manualidades con materiales reutilizables). Actualmente existen una infinidad de sitios web que presentan tutoriales para desarrollar diferentes manualidades, incluso con temáticas de la temporada. La diferencia entre las manualidades: hay muchas formas de manualidades como de las escuelas hay para ir a la Universidad etc.

Flores de papel con círculos

Empezaremos con el DIY más fácil: cómo hacer flores de papel con círculos. Al ser muy sencillas de realizar, te servirá para poder entrar en confianza.

La base para crear estas pequeñas flores de papel hechas a mano, es una perforadora de papel en forma circular y una cartulina como base.

Materiales para hacer flores de papel con círculos

Antes de comenzar, debes reunir las siguientes herramientas y materiales:

Cartulina u hojas de papel rosa, naranja y verde

Plantilla o una perforadora de papel circular

Goma o cola para pegar

Tijera

¿Cómo hacer una flor de papel con círculos?

Ahora bien, una vez que tengas todo reunido, sigamos con el paso a paso:

Corta cinco círculos de hojas de papel rosa, uno de color naranja y el último de color verde.

Luego, utiliza el círculo verde para hacer las hojas de la flor de papel.

Empieza haciendo la flor utilizando el pegamentc alrededor del círculo naranja.

Después, cubre el pegamento con los cinco círculos rosas.

Pega las hojas por la parte trasera.

Finalmente, dale la vuelta y verás el resultado de tu bella flor de papel circular.

¡Listo! Ya sabes cómo hacer una flor de papel con círculos. Puedes utilizar este diseño para decorar cualquier superficie que desees.

flores de papel en circuloImagen: myblueprint

Flor de papel fácil y bonita

Este tutorial es súper práctico y podrás aprender, en menos de 10 minutos, cómo hacer una flor de papel fácil y bonita. Todo el procedimiento parte de un círculo de papel, el cual puedes hacer con un vaso, para crear esta rosa en pocos pasos, y algunas herramientas más.

Presta atención a las siguientes líneas para enterarte de todos los detalles.

Materiales para hacer una flor de papel fácil y bonita

En primer lugar, estos son los materiales que utilizarás para hacer esta manualidad:

Una hoja rosada y una hoja verde

Un vaso para hacer el molde redondo

Goma o cola para pegar

Tijera

¿Cómo hacer una flor de papel pequeña, fácil y bonita?

Entonces, si ya tienes todos los materiales listos, es momento de revisar el procedimiento para hacer bonitas flores de papel:

Dibuja un círculo en la hoja rosada con la ayuda del vaso.

Utiliza otro objeto de un menor diámetro para hacer la circunferencia en la hoja verde.

Recorta las dos figuras redondas.

Corta en forma espiral la hoja rosa.

Enrolla la espiral desde el interior hacia afuera para crear una flor de papel pequeña.

Utiliza el pegamento para pegar el espiral.

Usa el círculo verde para crear dos hojas.

Para terminar, pega en la parte trasera de la flor de papel.

¡Eso es todo! Has aprendido cómo hacer una flor de papel fácil y bonita que lucirá bien en donde la coloques.

tutorial de flores de papelImagen: elmundo.es

3. Flores grandes de papel

Ahora, si los modelos anteriores te han parecido muy pequeños, seguramente te estás preguntando cómo hacer flores grandes de papel. Por el contrario de lo que muchos creen, para hacer este diseño, no necesitarás ninguna plantilla. Lo mejor de todo es que este procedimiento es muy fácil y rápido de lograr.

Estas flores grandes de papel, le darán un toque divertido a las paredes de una habitación, aunque también podrían funcionar muy bien como parte de la decoración de un baby shower, de una boda o de un cumpleaños. A decir verdad, las posibilidades para utilizar estas bonitas flores de papel son infinitas, todo depende de tu creatividad.

REFERENCIAS

Fuente: https://concepto.de/recreacion/#ixzz8yBrwb4Jw

RECURSOS:

Físicos

- Sillas
- Esfero
- Lista de asistencia
- Palos de paleta de colores
- Palos de pincho
- Tijeras
- Colbon

Humanos

- Ciudadanos
- Tallerista cultural

RESULTADOS:

Cualitativos:

En este taller se pudo evidenciar una excelente participación por parte de los asistentes, los cuales desarrollaron habilidades motrices que les permitieron poder aprender la creación del cofre de manera correcta, aunque al inicio del taller se pudo evidenciar en algunos participantes sintieron frustración al momento de desempeñar la actividad establecida, mediante se iban dando las pautas necesarias para la elaboración del cofre los participantes pudieron manejar sus emociones y lograr el objetivo estipulado para el taller, el cual era crear el cofre con base a la creatividad de cada uno de los asistentes, por lo cual los participantes expresaron que las clases de artesanías les han parecido muy innovadoras e interesantes ya que estas actividades no solo les permiten crecer de manera personal sino que también les da a conocer nuevas maneras para lograr el manejo de sus emociones de manera correcta.

Cuantitativos:

Para esta actividad se conto con un total de 8 ciudadanos todos hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

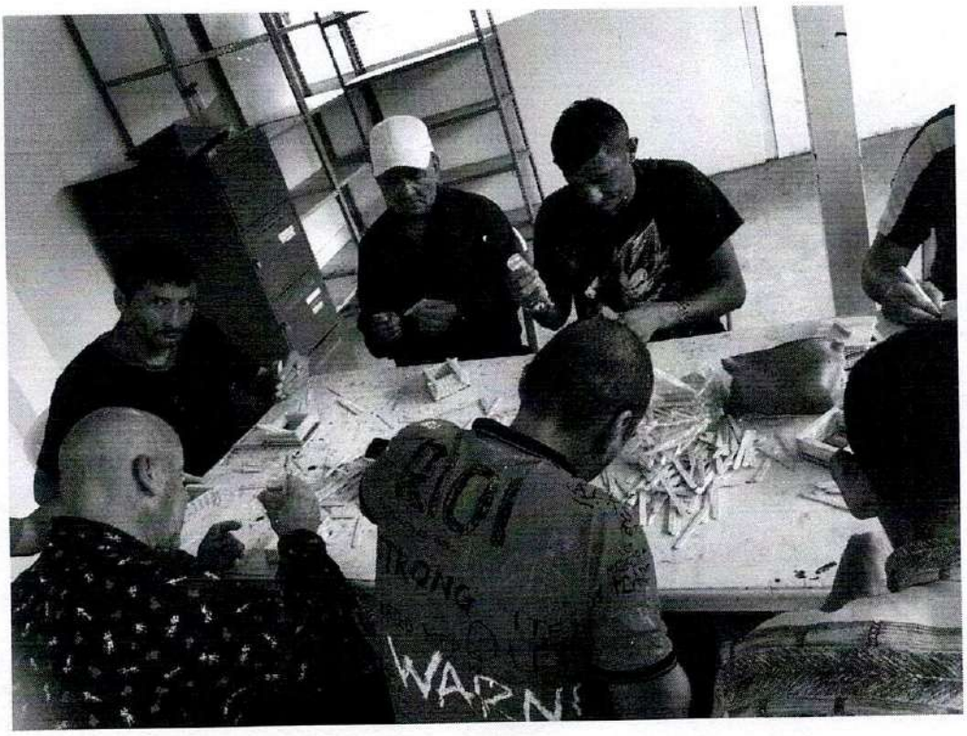
REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: arteterapia

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

Fecha: 20/01/2025





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: Arteteropia | 4. Fecha: 30/07/2025 | 5. Hora: 10:00 am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	5507754	Rodolfo Betancur	40	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	11577420	Luis Mendez	40	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Luis Mendez	
3	CC	9800 459	Nicolas Quintero	61	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	1012378892	Andres Lorcady	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	15887232	Diego Arcalle	61	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	71258108	Jaime Alberto	50	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Jaime	
7	CC	1136912721	David Navarro	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					David	
8	CC	80721391	Adolfo Montaño	46	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Adolfo	
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Maria Fernanda Ramirez | 14. Cargo o rol del responsable: Tallerista cultural | 15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** **20/01/2025**	**HORA:** Inicio: 10:30 am Final: 12:00 pm
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Nubia Rojas Motta

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PATCHWORK – ELABORACION DE ESTUCHE PARA GAFAS I

OBJETIVO GENERAL:
Elaborar estuche para gafas con la técnica de patchwork, como medio de ocupación de su tiempo libre y expresión de la creatividad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Iniciar a elaborar los estuches para gafas teniendo en cuenta el paso a paso establecido con la técnica patchwork
- Realizar control de calidad a cada estructura elaborada
- Propiciar la expresión creativa a través de la elaboración del estuche para gafas con la técnica patchwork.

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 grupo focal, las generalidades para iniciar la elaboración del estuche para gafas 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 estuche para gafas 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 el salón Gabriel García Márquez; se entregará a cada uno el material necesario para que inicien la elaboración de los estuches para gafas, 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 estuche para gafas. 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 ciudadano, 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:

La magia de la costura creativa: combina telas, patrones y técnicas
Una de las cosas más maravillosas del patchwork es la posibilidad de combinar distintas telas para crear una funda realmente única. ¿Tienes retales que te sobraron de otros proyectos? ¡Úsalos! ¿Te gustan los patrones geométricos o prefieres un diseño más floral? ¡Todo vale! La costura creativa no tiene límites y te permite experimentar con diferentes estilos, colores y texturas para crear piezas llenas de personalidad. Además, la confección de fundas para gafas con cremallera te da la oportunidad de utilizar técnicas como el acolchado con guata termoadhesiva, que no solo proporciona una apariencia más profesional a la funda, sino que también añade protección extra a las gafas. Incluso puedes incluir detalles como marcadores de tiza blanca para definir los patrones, o el uso de hilos de hilvanar para darle un toque más delicado y cuidado a cada costura.

Lista de materiales para hacer una funda de gafas
Antes de empezar, asegúrate de tener todos los materiales necesarios para que el proceso sea fluido y sin interrupciones (haz clic en cada título para verlo en la tienda online):

- Telas: Puedes combinar varias o utilizar una sola, según el diseño que prefieras.
- Guata termoadhesiva: Para darle cuerpo y estructura a la funda.
- Heat and Bond: Para unir telas fácilmente sin necesidad de coser.

- Base de planchado: Un accesorio esencial para asentar las costuras y conseguir un acabado profesional.
- Marcador de tela: Para definir patrones y líneas de costura.
- Marcador de tiza blanco: Para definir patrones y líneas de costura.
- Tijera Patchwork y tijera zigzag: Cada una cumple una función específica y te ayudarán a conseguir cortes precisos.
- Regla de patchwork: Perfecta para obtener medidas exactas y cortes rectos.
- Hilo de hilvanar: Para sujetar las piezas temporalmente antes de coser.
- Pinzas para tela: Útiles para mantener las capas de tela en su lugar.

Dale un toque personal a tu funda de gafas

Lo mejor de hacer tus propias fundas de gafas con cremallera es la posibilidad de personalizar cada detalle. Desde la elección de la cremallera hasta el acolchado, cada decisión depende de ti. Puedes optar por telas llamativas, estampados florales, colores neutros o incluso agregar bordados decorativos. Con este tutorial, sabrás cómo hacer fundas para gafas que reflejen tu estilo y personalidad.

Con esta pieza no solo tendrás una funda funcional, sino también un accesorio que refleje tu estilo y personalidad. ¡Déjate llevar por tu creatividad y convierte un simple proyecto de costura en una obra de arte!

REFERENCIAS

https://marydorypatchwork.com/como-hacer-fundas-para-gafas-con-cremallera-patron-incluido/
https://www.quilt-ys.com/tutorial-funda-para-gafas/

RECURSOS:

Físicos:

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

Humanos:

- Ciudadanas y ciudadanos

RESULTADOS:

Cualitativos:

Participaron las y los ciudadanos que han venido siendo parte del taller patchwork; sin embargo, ingreso una participante nueva, a quien se les socializo el objetivo del taller, como también las normas establecidas para participar en este grupo de interés. Durante este espacio, de igual forma, se colocaron condiciones para que funcione como grupo de interés, como es la asistencia al mismo, la elaboración del proyecto y el adecuado comportamiento dentro del mismo. Se les recordó el cuidado del material de este taller. Se conformo el grupo dejando el responsable de la custodia del material, quien también entregara el mismo llevando un registro de lo entregado y a quien. Se dejo el encargado de elaborar los moldes y el de cortar la tela.

Cuantitativos:

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

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: PATCHWORK – ELABORACION DE ESTUCHE PARA GAFAS I

Línea de Atención 1: desarrollo personal para la inclusión social

Fecha: 20/01/2025







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 estuche para gafas

4. Fecha: 20/01/2025

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	52766328	Sandra Yulieth Mejia	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Sandra Y.	
2	CC	1128046663	JOHAN COGOLLO	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80724004	Jhon Ramirez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jhon Jaramillo	
4	CC	59835623	Lorena Guerrero	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79835163	Edwin Barreto C.	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1026307107	YURANY	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					YURANY	
7	CC	1038051681	ALEX LINARES	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Nubia Rojas Motta

14. Cargo o rol del responsable: Terapia Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/imagesr/ 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:	20/01/2025
Lugar:	Jornada de distensión.
Horario:	10:30 am – 12:00 pm.

OBJETIVO
Dar lección sobre los aspectos básicos de una jornada de distensión física a través de un deporte no convencional manteniendo buenos hábitos de vida saludable por medio del deporte, desarrollando habilidades, aptitudes y destrezas para mejorar la condición física y cognitiva.

METODOLOGÍA
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que favorece el fortalecimiento de competencias para motivar a realizar actividad física en los participantes, esta jornada será encaminada bajo la línea de atención 1, desarrollo personal para la inclusión social, y será una actividad transversal por ende actividad de interés. Por parte del equipo profesional y promotoría se realizará el llamado a las 10:00 am a las y los ciudadanos, para que todos los que quieran ser partícipes de la actividad se dispongan a estar listos a las 10:20 am en la zona cercana a casa 1, antes de disponer a las y los participantes para salir se indicará a la población cada una de las restricciones, protocolo y normas para tener en cuenta durante el recorrido por los senderos de la vereda de san bernardo y en la cancha múltiple de las mercedes. Al llegar a la cancha se realizarán algunos estiramientos y ejercicios de regulación para aquellos que estén con retracciones musculares y muy agitados, para disminuir posibles lesiones o problemas respiratorios. Luego de todo lo anterior se dispondrá al grupo para que juegue un deporte convencional (microfútbol) y así distensionar cargas y regular emociones, para las personas que no les guste jugar este deporte se les recomienda realizar caminatas cortas por las zonas verdes cercanas a la cancha de fútbol. Para culminar la jornada de distensión, a las 11:40 am se reunirá a la población para que se dispongan a caminar hacia la comunidad de vida y así llegar a la hora del almuerzo.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	
HORA	**ACTIVIDAD**
10:00 am	Llamado a la población.
10:00 am	Merienda
10:30 am	Salida de comunidad de vida.
10:50 am	Llegada a la cancha múltiple de las mercedes.
10:55 am 11:40 am	Jornada de distensión en deporte convencional (microfútbol)
12:00pm	Retorno a comunidad de vida.

INSTITUCIONES A CONTACTAR EN CASO DE EMERGENCIA.

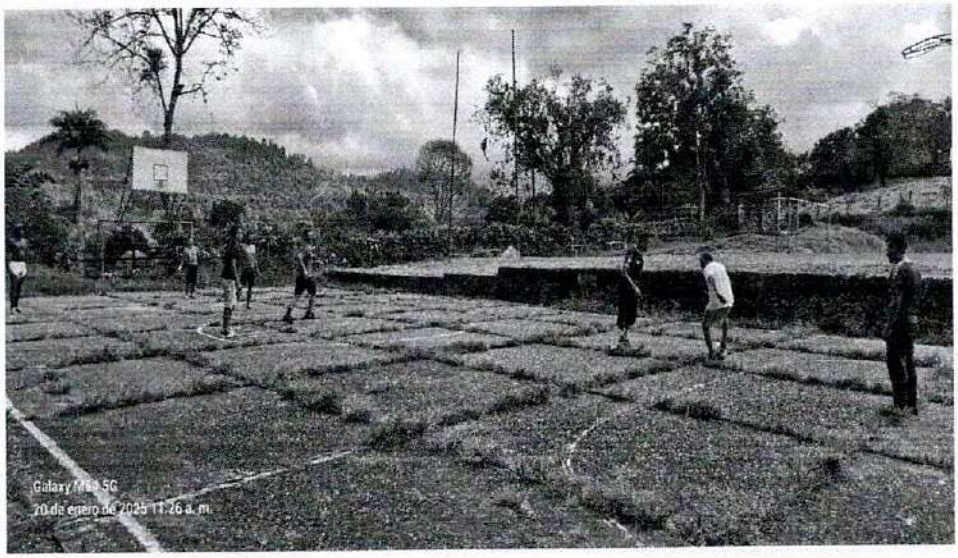
BOMBEROS, Sasaima. ANA LUISA CASTILLO, 3108846399.
ESTACION DE POLICIA, SUB INTENDENTE ARCINIEGAS, 3102516091.
HOSPITAL HILARIO LUGO, URGENCIAS, 3174271880.

OBSERVACIONES (Este ítem se diligencia posterior a la salida)

Para el desarrollo de la jornada de distensión se contó con 19 participantes, además se explicó y recordó a cada uno de los y las ciudadanas presentes, lo que significa una jornada de distensión física a través de una caminata y un deporte convencional, lo que genera además de ser una actividad física, también es un gran desgaste energético, ayudando a cada uno de los presentes a segregar dopamina, serotonina, endorfinas y neurotransmisores que ayudan a mejorar estados de ansiedad y emocionales, que permite fortalecer sus procesos de desarrollo personal y los motiva. Todos los presentes en la jornada manifestaron que estos talleres son bastante motivantes para darle un mejor uso al tiempo libre, además de ayudarlos a tener una mejor condición física y así seguir haciendo acciones de índole físico en deportes convencionales y seguir mejorando su acondicionamiento físico y bienestar dentro del servicio.

Nombre del Profesional responsable de la salida:
Oswaldo Pérez.





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Jornada de distension
4. Fecha: 20/01/2025
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	30765552	Fernando Montaño	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1017378692	Andres Lora Ord	28	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1072961580	Wilber Saavedra	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1072944489	Juan Sebastian Calle	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1115068671	Manuel Alejandro	26	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1076552515	Diego Armando Prieto	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	94442738	Yhon Pavon Ruiz	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	92601068	[illegible]	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80748939	Anderson Muñoz	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1032[illegible]	Shavirol Ramirez	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1017797730	Yhonny Espitia	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1019095107	Arley Arevalo	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79879700	Johan Cardenas	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	52[illegible]	Yorman [illegible]	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1018065558	Cristian Lopez	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	94482048	Edgar R120 T	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	10532[illegible]	Omar Tenjo	70	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	8000 3494	Oscar Ramirez	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19																
20																

13. Nombre del responsable: Oswaldo Perez
14. Cargo o rol del responsable: educador Fisico
15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario	**FECHA:** 20/01/2025	**HORA:** Inicio: 10:30 am Final: 12:00 m
ÁREA: Trabajo social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andrea González Molina

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Importancia del documento de identidad.

OBJETIVO GENERAL:

Fomentar en los ciudadanos y ciudadanas la participación ciudadana la importancia de obtener y mantener el documento de identidad mediante un proceso de reflexión y autoanálisis, donde se establecen consensos sobre valores, normas y acuerdos que guiarán el vivir juntos en una sociedad mejor.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Motivar a los ciudadanos y ciudadanas a ejercer el rol de ciudadanía dinámica y cotidiana donde participen en la construcción de una convivencia que favorezca al crecimiento personal y social.
- Concientizar sobre el reconocimiento de la importancia de ser partícipes en la identificación de normas sociales para potenciar los diversos ámbitos.
- Generar en los ciudadanos y ciudadanas estrategias para trabajar el autorreconocimiento del ser y del saber.

METODOLOGÍA:

En esta acción formativa será necesaria utilizar la metodología psicoeducativa, de la línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social, grupo de interés. donde se ayudará a los ciudadanos y ciudadanas a concientizarse de que la transformación depende del reconocimiento integral de los problemas, necesidades o cuestionamientos que sufre la localidad, el barrio y la nación, y que la transformación solo se puede lograr por medio de las reflexiones, las planeaciones, los conocimientos, las habilidades y las acciones individuales y colectivas.

Adecuación:

Se reunirá al equipo de trabajo para organizar el espacio dispuesto para la actividad de manera adecuada y se generará un espacio ameno para el desarrollo del taller.

Primer momento:

Se iniciará la actividad formativa con el saludo, la bienvenida y presentación, se dará apertura con la explicación del título del taller y el objetivo; después se desarrollará una actividad rompe hielo llamada "los saludos" donde los ciudadanos y ciudadanas deberán de manera organizada realizar una breve presentación, enfocada en el nombre, edad y motivación para continuar el proceso

Segundo momento:

Posteriormente, se generará un espacio de dialogo enfocado en el significado de convivencia ciudadana y la importancia que tiene esta dentro del ámbito familiar, social y cultural. Seguido de ello se proyectará un video documental "¿por qué es Colombia tiene una nueva cedula de ciudadanía y porque es digital? con el fin de generar conciencia en las y los ciudadanos frente al actuar diario dentro, fuera de comunidad y la importancia de obtener y mantener el documento de identidad, buscando así generar un espacio de sensibilización en pro de la participación ciudadana y la importancia de obtener y mantener el documento de identidad.

Tercer momento:

Se finalizará con un debate educativo donde las y los participantes tendrán la oportunidad de expresar lo aprendido y relacionarlo con la vida que ha transcurrido poco productiva para la sociedad.

Reacondicionamiento:

Los participantes organizan y dejan en orden el espacio utilizado y zonas aledañas.

TEMAS:

¿Qué es la ciudadanía y convivencia?

Etimológicamente la palabra ciudadano proviene del latín civis-civitas. La ciudadanía es la condición que tienen las personas como ciudadanos de un país. Gracias a esta condición, el ciudadano obtiene una serie de derechos civiles (libertades individuales), políticos (participación en la vida pública) y sociales (vivienda, salud, educación) pero también una serie de deberes hacia la sociedad en la que vive (respetar los bienes públicos, pagar impuestos, proteger el medio ambiente y el patrimonio...) que nos convierten en iguales dentro de una comunidad.
Si entendemos la ciudadanía como una actividad, el término ciudadanía hace referencia a un tipo ideal de "buen ciudadano" y a las competencias cívicas que éste debería tener. Ejerce la ciudadanía el ciudadano que participa activa y responsablemente dentro de su sociedad. En este contexto llamamos cívica a la persona que es buena ciudadana, que se muestra respetuosa con las normas de convivencia.

A pesar de que el término ciudadanía funciona desde la Grecia clásica, no es hasta bien entrado el siglo XX cuando se trata de conceptualizar de forma sistemática. El responsable fue T.H. Marshall (1950), que trata de superar su equivalente romano (cives), al no ser ya viable desde la época de las revoluciones.
La condición de ciudadanía abarcaría una serie de derechos, concretamente de tres tipos: los derechos civiles (concedidos en el siglo XVIII), los derechos políticos (siglo XIX) y los derechos sociales y económicos (siglo XX), que los individuos han obtenido al ser reconocidos por el Estado, ente que ha regulado legalmente estos derechos. Es por ello que la ciudadanía consiste básicamente en la forma de pertenencia de los individuos a una determinada comunidad política. Esta forma de ciudadanía es, al mismo tiempo, igualitaria y universalista. Marshall sostiene que en la ciudadanía se regulan las relaciones entre los individuos con el Estado, aunque éste último ostenta la posición fuerte, ya que es el que otorga los derechos a los individuos. En suma, el Estado es una fuente de reconocimiento.

Documento de ciudadanía colombiana
La Registraduría Nacional del Estado Civil, mediante la Circular Externa No. 011 del 05 de febrero de 2021 presentó oficialmente la Cedula Digital.

La nueva cédula digital se implementó porque los colombianos requieren de mecanismos de identificación que les permitan acceder a servicios de manera rápida, ágil y confiable y les garanticen la seguridad de sus datos; todo esto, aprovechando las tecnologías de la información y las comunicaciones y evitando trámites innecesarios.

La cédula digital será la llave de acceso que permitirá habilitar el acceso a los servicios ciudadanos digitales del Estado y a las demás entidades que prestan sus servicios a través de internet y será uno de los medios para la autenticación digital.

La cédula digital permite dar cumplimiento a los planes de desarrollo y las políticas públicas que buscan hacer más eficientes y accesibles los servicios a cargo del Estado.

Beneficios de la cedula digital
Colombia requiere de una identificación que permita habilitar el acceso a los servicios ciudadanos digitales a cargo del Estado colombiano y a las demás entidades que ya prestan servicios a través de internet.

Los principales beneficios que surgen de la expedición de la cédula de ciudadanía digital son:

- Mayor seguridad.
- Imposibilidad de falsificación o adulteración.
- Identificación y autenticación biométrica.
- Identificación no presencial en trámites, a través de la WEB.
- Evita la suplantación o usurpación de identidad.
- Garantiza la protección de datos personales.
- Genera confianza en los trámites y servicios de las entidades públicas y privadas.
- Permite la verificación de identidad de forma segura por parte de las autoridades.
- Servicio que proporciona pruebas de la integridad y origen de los datos (no repudio).
- Solución por excelencia para el acceso a trámites y servicios ciudadanos digitales.
- Cumple con los más altos estándares a nivel mundial en materia de identificación de personas.
- Colombia será pionera en el mundo en la expedición de identificación digital.

¿Como es el proceso de transición para el documento digital?

La Registraduría Nacional del Estado Civil ha iniciado un proceso de masificación de la cédula digital y en forma progresiva irá disminuyendo la producción de las cédulas en su formato "amarilla con hologramas". Inicialmente este proceso aplica para cédulas de primera vez y duplicados.

A partir del 1 de septiembre del 2022 en los 448 municipios del país habilitados para tramitar cédula digital, los ciudadanos que cumplan la mayoría de edad y soliciten la cedula por primera vez obtendrán su documento en este nuevo formato, sin la necesidad de agendamiento de cita. Ver registradurías donde aplica.

Así mismo, en las 726 registradurías restantes, las cuales aún no cuentan con la tecnología digital, cuando el ciudadano tramite la cédula por primera vez recibirá el documento en formato amarillo con hologramas.

- **Fuente de consulta:** https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/centros-de-convivencia-ciudadana/Paginas/definiciones.aspx#:~:text=Es%20la%20cualidad%20que%20posee,se%20desenvuelven%20de%20manera%20constructiva.

- https://wapp.registraduria.gov.co/identificacion/cedula-digital/#inicio.

RECURSOS:

Físicos

- Lista de asistencia, Sillas, Computador y Lista de asistencia.

Humanos:

- Ciudadanos, ciudadanas y Profesional en Trabajo Social.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante el desarrollo del taller de interés se fomentó en los ciudadanos y ciudadanas la participación ciudadana la importancia de obtener y mantener el documento de identidad mediante un proceso de reflexión y autoanálisis, donde se establecieron consensos sobre valores, normas y acuerdos que guiarán el vivir juntos en una sociedad mejor.

Por otro lado, los ciudadanos y ciudadanas indicaron la motivación en continuar asistiendo a los talleres del tema abordado ya que en muchas ocasiones no observan la importancia de obtener y mantener el documento de identidad como parte de su proceso de sujetos de derecho.

Cuantitativos:

Se logró la participación de trece (13) participantes, donde se identifica que la población capacitada se distribuyó de la siguiente manera:

Mujeres: 0

Hombres: 13

Ciudadanos o Ciudadanas LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE: ANDREA González

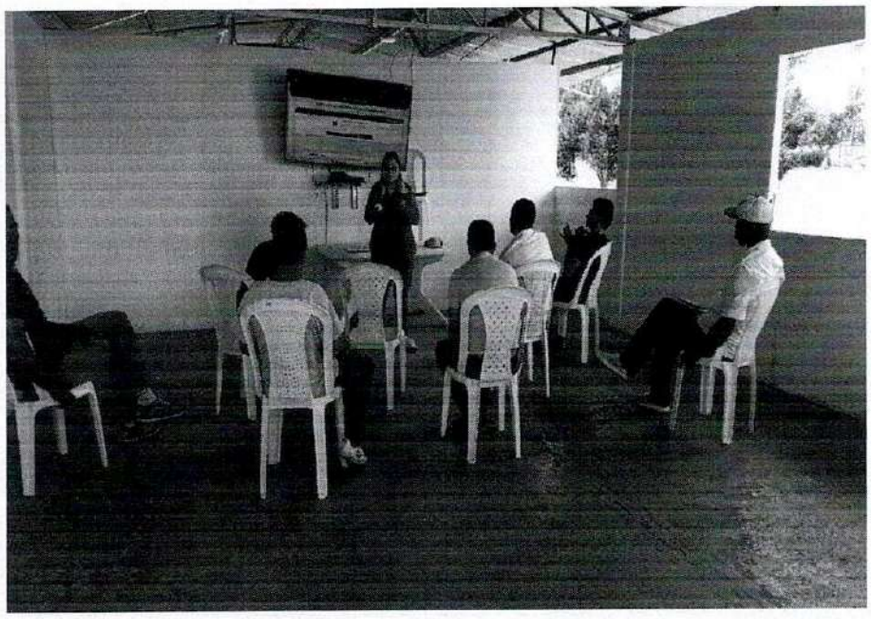
FIRMA COORDINADOR:

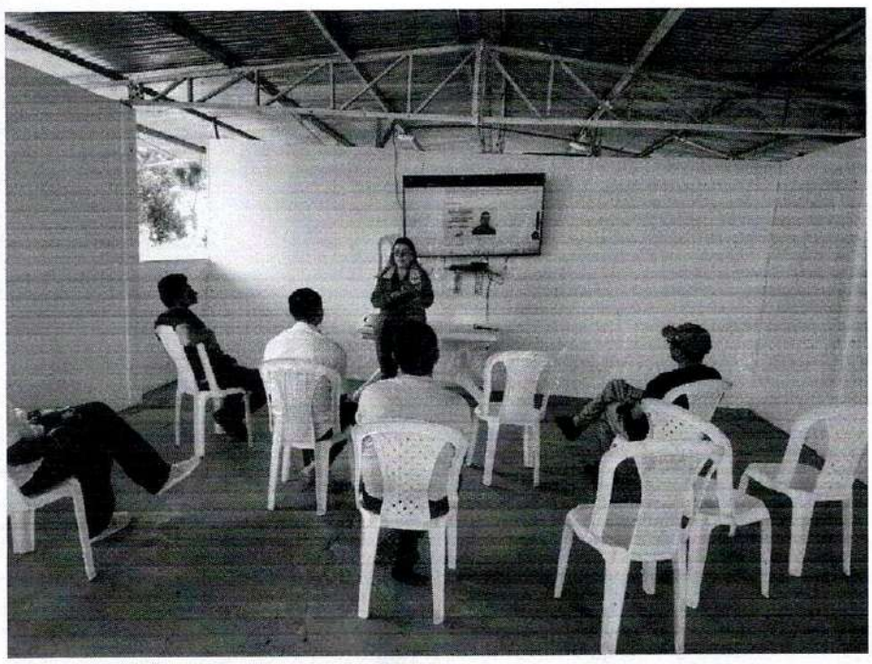
NOMBRE COORDINADOR: jose Herney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: IMPORTANCIA DEL DOCUMENTO DE IDENTIDAD.
LÍNEA DE ATENCIÓN I: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
FECHA: 20/01/2025
TIPO DE ACTIVIDAD: GRUPO DE INTERÉS.







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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: IMPORTANCIA del documento de identidad

4. Fecha: 20/01/2025

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	1073944489	Juan Sebastian Calleja	29	no aplica	no aplica	no aplica			X					Juan Calleja	
2	CC	5.821.830	ALEXANDER VILLA	43	no aplica	no aplica	no aplica			X					ALEXANDER VILLA	
3	CC	75089964	Andres Castaño arias	48	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	CC	79631392	luis Fontecha	59	no aplica	no aplica	no aplica			X					Luis A F	
5	CC	10532108	Omar Pantoja	70	no aplica	no aplica	no aplica			X					O M	
6	CC	80.721391	adolfo Montaño	46	no aplica	no aplica	no aplica			X					Adolfo	
7	CC	79769157	Helberth Garcia	47	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	CC	79.867429	Efrain Apont	51	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9	CC	79884692	Alejandro Villamizar	47	no aplica	no aplica	no aplica			X						
10	CC	1136919721	David Navarro	43	no aplica	no aplica	no aplica			X					David	
11	CC	79512039	Giovanny Malaver	55	no aplica	no aplica	no aplica			X					Giovanny Malaver	
12	CC	80080633	Andres Rodriguez	43	no aplica	no aplica	no aplica			X						
13	CC	799.3962	Fabio Barrero	59	no aplica	no aplica	no aplica			X					Fabio B.	
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: ANDREA Gonzalez

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social

15. Firma del responsable de la actividad: ANDREA G

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.