ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO AYUDA DE MEMORIA	Código: FOR-GD-040 Versión: 0 Fecha: Memo I2024016440 – 18/06/2024 Página: 1 de 1

Lugar	Comunidad de Cuidado La Macarena
Fecha	22/01/2025 10:45 a.m. a 11:30 a.m.
Tema	Siente el ritmo
Desarrollo	**Introducción**: Actividades encaminadas a favorecer el desarrollo integral del cuidador, brindándole calidad de vida y bienestar, mediante estilos de vida saludable, autocuidado laboral y calidad en la ejecución de sus labores como cuidadores de personas mayores. **Objetivo**: Disminuir la carga emocional y física del cuidador, mitigando los aspectos negativos mediante la realización de actividades de respiro que contribuyan con su bienestar, calidad de vida y desempeño laboral optimizando la atención y el cuidado de las personas mayores. **Desarrollo** **Siente el ritmo y Juntos como equipo:** El día 22 de enero 2025 se realizó una actividad física liderada por la fisioterapeuta de la institución en donde los cuidadores se presentaron y luego se desarrolló una dinámica con aros. Al finalizar se les preguntó qué actividades a nivel físico les gustaría que se realizaran y que temáticas del envejecimiento activo les llamaba la atención. Plantearon a nivel físico realizar aeróbicos, zumba, baile, entre otros. Entre las temáticas de envejecimiento hábitos de vida saludable. **Materiales** Aros musica *FOR-PSS-582*

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Se anexa listado de asistencia		

omisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Realizar las actividades de respiro al cuidador programadas para febrero 2025	Martha Quiroga	28/02/2025

Próxima reunión	*Durante el mes de febrero 2025*
Elaboró	*Martha Elena Quiroga.*

Siente el ritmo / Juntos como equipo 22/01/2025

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

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código:	FOR-GD-023
Versión:	2
Fecha:	Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página:	1 de 1

Tema: Siente el ritmo Juntos como equipo

Lugar o Localidad o Sede: Comunidad de Cuidado La Macarena

Fecha y hora: 22-01-2025 10:45 - 11:30

Nombre responsable: Martha Quiroga

Dependencia responsable: Subdirección para la vejez

Item	Nombres y Apellidos	Documento de identidad Tipo	Documento de identidad Número	Entidad / Dependencia	Rol / Cargo	Planta / Contratista	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Maria Fernanda Ramos M	CC	1007534803	Comunidad de Cuidado La Macarena	Jefe Enfermero	Contratista	mariafernanda ramos 6325 @hotmail.com	3102602242	
2	Yeimck Solórzano Pachon	CC	1127801 9	Comunidad de Cuidado La Macarena	Nutricionista	Planta	nutricionistaolivia	3142925466	
3	Jeyl Torres Vega	CC	52822480	Comunidad de Cuidado La Macarena	Secretaria	Contrato	mcccoquetta @gmail.com	3112526580	
4	Daniela Cuervo.	CC	1014075525	Comunidad de Cuidado La Macarena	Farmacia	contratista	lau.dcuervo @hotmail.com	3022908051	
5	Olga Patricia Rodriguez	CC	35411227	Comunidad de Cuidado La Macarena	T.O	Planta	radicandonos 26@gmail.com	3144432460	
6	Laura Stefanía Beltran Rodriguez	CC	1026828146	Comunidad de Cuidado La Macarena	Jefe de Enfermeria	Contratista	enfermeria2025 @hotmail.com	3005841	
7	Winston Johnson Blanco Mancilla	CC	1121822253	Comunidad de Cuidado La Macarena	Auxiliar de Enfermeria	Planta	winston.blanco22 @gmail.com	3007713160	
8	Natalia Zuleta	CC	1072302417	Comunidad de Cuidado La Macarena	Auxiliar Enfermeria	Planta	natalia.zuleta @vejez.co.es	3142752525	Natalia Z.
9	Eugenia Pacheco	PT	SC16663	Comunidad de Cuidado La Macarena	Enfermera	Planta	eugenia.pacheco 1950@gmail.com	3027825505	
10	Julian Rueda	CC	1092641636	Comunidad de Cuidado La Macarena	Contratista	Contratista	j.rueda1127@gmail.com	3197720154	
11	Martha Quiroga	CC	35419352	Comunidad de Cuidado La Macarena	Psicologa	Planta	———	3134821904	Martha Quiroga
12	Fernanda Mora	CC	1072658870	Comunidad de Cuidado La Macarena	D.g	Planta	——	3125544550	Fernanda Mora.
13	Juliana Araque M.	CC	1070014719	Comunidad de Cuidado La Macarena	Ambiental	Contratista	——	3003403066	Juliana Araque Medina.

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 podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi 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

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo

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

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

Tema: Siente el ritmo Juntos como equipo
Lugar o Localidad o Sede: Comunidad de Cuidado La Macarena
Fecha y hora: 22-01-2025 10:45 - 11:30
Nombre responsable: Martha Quiroga
Dependencia responsable: Subdirección para la vejez

Item	Nombres y Apellidos	Documento de Identidad Tipo	Documento de Identidad Número	Entidad / Dependencia	Rol / Cargo	Planta / Contratista	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Estela Robiano	CC	1075659986	Comunidad de Cuidado La Macarena	Trabajo Social	Planta	estelarobiano@gmail.com	3133219150	
2	Noraida Mayorgal	C.C	1090009505	Comunidad de Cuidado La Macarena	Auxiliar de enfermeria	Planta	— —	3187271182	
3	Yuri Diaz	cc	1945514	Comunidad de Cuidado La Macarena	talentos	contratista	yuridg1766@gmail.com	3152983364	
4	Elena villamizar	CC	1077640886	Comunidad de Cuidado La Macarena	auxiliar de cocina	Planta	elenavillamizar0915@gmail.com	3213315980	Elena Villamizar
5	LUMER'S NIVES	CC	30666917	Comunidad de Cuidado La Macarena	S G	Planta	— -0 —	3224623490	
6	Erika Johana Salazar	C.C	1077708494	Comunidad de Cuidado La Macarena	S.G	Planta	—0—0—	3219770484	Johana S
7	Mabel Alicia	CC	20423449	Comunidad de Cuidado La Macarena	SG	Planta	0 — 0	32099554	Mabel Alicia
8	Juan Carlos Ruiz	CC	1072698190	Comunidad de Cuidado La Macarena	Gestion	Contratista	——	3219737460	
9	Johana L.	cc.	1077082913	Comunidad de Cuidado La Macarena	Aux Enfer.	Planta	cjohana4129@gmail.com	3153986538	Johana C.
10	Luz Adriana Bafste	CC	35198012	Comunidad de Cuidado La Macarena	Aux Enfer	Planta	Lunana2913@gmail.com	3212178658	
11	Eugenia Pachon	CC	5616663	Comunidad de Cuidado La Macarena	Aux. Enf	Planta	eugeniabelle5@gmail.com	3207825505	Eugenia
12	Yulied Guzman	CC	35121440	Comunidad de Cuidado La Macarena	Nutricionista	Contratista	Yulied[illegible]@gmail.com	3108589779	Yulied Guzman
13	Diana Sonano	CC	1072660300	Comunidad de Cuidado La Macarena	Fisio	Contratista	dianasonano24@	3046154483	Diana Sonano

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 podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi 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

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

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

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023	
Versión: 2	
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024	
Página: 1 de 1	

Tema: Siente el ritmo juntos como equipo — Lugar o Localidad o Sede: Comunidad de Cuidado La Macarena — Fecha y hora: 22-01-2025 — 10:45 - 11:30

Nombre responsable: Martha Quiroga — 5. Dependencia responsable: Subdirección para la vejez

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad		Entidad / Dependencia	Rol / Cargo	Planta / Contratista	Correo electronico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
		Tipo	Número						
1	Johana Vega Sabar	CC	1072088944	COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA	S.6	Planta	—o—c—	3219720984	Johana Sabazar
2		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
3		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
4		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
5		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
6		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
7		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
8		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
9		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
10		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
11		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
12		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
13		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
14		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
15		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					
16		CC		COMUNIDAD DE CUIDADO LA MACARENA					

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 podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi 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"
Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.