ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Página: 1 de 1

Fecha de ejecución:	24 al 28	02	2025		
Unidad Operativa:	Centro Transitorio Samper Mendoza				
Componente de Atención:	Estilos de Vida Saludable				
Línea de Atención:	Buenas Prácticas del envejecimiento		Profesional a cargo:	Hernando Ortiz Bohórquez	
Nombre de la actividad:	Fortalecimiento articular				

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer las articulaciones del cuerpo en las personas mayores del centro transitorio Samper Mendoza por medio de ejercicios de autocarga y bandas elásticas bandas elásticas

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fortalecer las articulaciones del tren inferior y del tren superior en las personas mayores del centro transitorio Samper Mendoza.
- Fomentar las relaciones interpersonales por medio de la actividad física en las personas mayores del centro transitorio Samper Mendoza.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se realiza la invitación a las personas mayores a participar de cada uno de los talleres de la semana en donde se realizarán en la unidad operativa. Mientras tanto se organiza el espacio con los materiales para el desarrollo de cada sesión. Seguido de esto, vamos a realizar una elevación de la temperatura corporal por medio de ejercicios de movimiento articular como flexión y extensión de codos juntos con pasos laterales, elevación frontal de hombros junto con flexión de cadera y rodilla a la altura del pecho, entre otros. cada ejercicio que se realice tendrá como finalidad mezclar movimientos del tren superior con el tren inferior.
MOMENTO CENTRAL	Lunes 24 – Pausas activas: Se realizarán ejercicios de flexibilidad por medio de estiramientos generales para los grupos musculares del cuerpo. Martes 25 – Fortalecimiento articular del cuello del pie con bandas elásticas en donde se realiza movimientos de flexión, extensión, eversión e inversión. Cada ejercicio se se realizan dos ciclos con 15 repeticiones cada una. Miércoles 26 - Fortalecimiento articular de las muñecas con bandas elásticas se realizan movimientos de flexión extensión y rotación. Cada movimiento se repetirá 15 veces con dos ciclos. Jueves 27 – Fortalecimiento articular de las falanges de los dedos de la mano con el fin de mejorar el agarre y la coordinación viso manual con el palo de escoba en donde realizamos ejercicios de agarre, ejercicios de enrollar y desenrollar la banda con el palo de escoba. Viernes 28 - IDRD Escuela de la bici.
MOMENTO FINAL	Se realizan estiramientos generales y meditación guiada.

RECURSOS

Personas mayores, bandas elásticas, bafle, sillas, aros y	
palos de escoba.	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Durante la semana participaron 89 personas mayores a los que se logró fortalecer las articulaciones del cuerpo a través de los ejercicios propuestos durante la semana. Adicional a esto se logra generar espacios de meditación para la relajación mental y muscular y así poder tener mejor actitud para los días de la semana. Por último, es importante resaltar el incremento de la participación a las clases en los momentos que no vamos al parque y resaltar el trabajo y esfuerzo del señor Luis Fernando Camelo, el cual después de un largo proceso en las clases de montar en bicicleta el señor logra montar por si solo por trayectos de 100 metros a la redonda.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Hernando Ortiz B. Fecha: 24 – 2 – 2025	Fortalecimiento articular
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Hernando Ortiz B. Fecha: 25 - 2 – 2025	Fortalecimiento articular
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Hernando Ortiz B. Fecha: 26 - 2 – 2025	Fortalecimiento articular
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Hernando Ortiz B. Fecha: 27 - 2 – 2025	Fortalecimiento articular
	
	

PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Nombre Unidad Operativa: CUIDADO TRANSITORIO DIA- NOCHE SAMPER MENDOZA — Fecha: 24/02/2025

Nombre del coordinador: IVON ANDREA CAMPOS REY — Jornada: Día ✓ Noche

Nombre de quien registra el ingreso: Paola Andrea Torero - Liliana Lopez

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	TIPO	NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Hernando Ortiz ACTIVIDAD 1 (Bienvenida, practica envejecimiento)	Diana Pineda ACTIVIDAD 2 (Terapia con Arte, Imaginarios)	Leidy Bonilla ACTIVIDAD 3 (Activación de Rutas.)	Arturo ACTIVIDAD 4 (Manualidades Creatividad)
1	CC	5013123	Robinson	Torres Cabrera	NO FIRMA		NO	NO	SI	NO
2	CC	20296704	Maria Dolores	Nuñez Navas			SI	NO	SI	SI
3	CC	17095004	Orlando	Toro Ortiz			SI	SI	NO	SI
4	CC	41511773	Nancy Berenice	Soto			SI	SI	SI	SI
5	CC	79286284	Hernando	Subiaga Chavarro			SI	NO	NO	SI
6	CC	2869000	Eucelino	Paez Mendez			SI	NO	SI	SI
7	CC	6075619	Jorge	Valbuena Moreno			SI	SI	SI	SI
8	CC	17025492	Abraham	Rincon Vela			SI	NO	SI	SI
9	CC	12043676	Leandro	Arja Navas			SI	SI	SI	SI
10	CC	17128613	Victor Alfonso	Hernandez Rodriguez			SI	SI	SI	SI
11	CC	17118381	Edgardo	Gonzalez Lacho			SI	NO	SI	SI
12	CC	14950077	Jose Dolores	Lopez Correa			SI	SI	SI	NO
13	CC	17198234	Raul Jose	Sumiedo Perez			NO	NO	NO	NO
14	CC	19178431	Pablo Antonio	Garcia Torero			SI	NO	SI	SI
15	CC	6496835	Guillermo	Betancurt Sepulveda			SI	SI	NO	SI
16	CC	8305070	Jaime de Jesus	Tirado Guevara			SI	NO	SI	SI
17	CC	19373447	Jorge Arturo	veloza			NO	SI	SI	SI
18	CC	1911321	Jose Francisco	Rodriguez Roman			SI	SI	SI	SI
19	CC	3341220	Manuel Jose	Cabrera Prieto			NO	NO	SI	SI
20	CC	14990621	Alvaro	Varela Reyes			NO	NO	SI	NO
21	CC	70058213	Ramon Angel	Mejia Mejia			SI	SI	SI	SI
22	CC	19267660	Carlos Arturo	Cardenas Pinzon			SI	NO	SI	NO
23	CC	74256438	Luis Fernando	Camelo			SI	SI	SI	NO
24	CC	19244041	Orlando	Osorio Toca.			SI	NO	NO	SI
25	CC	11428303	Julio Cesar	Cortes Diaz			NO	SI	SI	SI

Powered by CamScanner

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Nombre Unidad Operativa: CUIDADO TRANSITORIO DIA- NOCHE SAMPER MENDOZA

Nombre del coordinador: IVON ANDREA CAMPOS REY

Nombre de quien registra el ingreso: Paola Andrea Forero - Liliana Lopez

Fecha: 24/02/2025

Jornada: Día X Noche

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN					ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	TIPO	NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Heriberto Ovalle ACTIVIDAD 1	Oranci Pitre ACTIVIDAD 2	Jaime Bohorquez ACTIVIDAD 3	Arturo ACTIVIDAD 4
							Juegos Prácticas Circuito m.	Transferencia de energía - niños	Activación de RUTAS	Movilidad Reflejo Habilidad de la cuerda (cuerdas)
1	CC	848966	Armando	Ruiz			NO	NO	SI	SI
2	CC	4923177	Carlos Alfonso	Rico			SI	SI	SI	SI
3	CC	17074096	Anatel Jesus	Ortega Pacheco			SI	NO	SI	SI
4	CC	19417268	Luis Fernando	Mateo Sanchez			NO	SI	SI	SI
5	CC	17174946	Hernando	Diaz Umaña			NO	NO	SI	SI
6	CC	13447850	Luis Fernando	Hernandez Vera			NO	SI	SI	SI
7	CC	17272081	Ignacio Eudoro	Quintana Mora			SI	SI	SI	SI
8	CC	19176884	Gustavo Alfredo	Ocampo Restrepo			SI	NO	SI	SI
9	CC	19444773	Julio Cesar	Diaz Rodriguez			NO	SI	SI	SI
10	CC	71970929	Ariel Augusto	Carrillo Urquiñez			NO	NO	SI	SI
11	CC	19494431	Julio Antonio	Herrera Huertano -			NO	NO	NO	SI
12	CC	20951372	Ana Rosilia	Naranjo Arcila			SI	SI	NO	SI
13	CC	7476682	Carlos Guillermo	Tamayo Londoño			NO	NO	NO	SI
14	CC	79301763	Orlando	Gutierrez Mora			NO	NO	SI	SI
15	CC	41773015	Aurora	Acevedo Quiroga			NO	NO	SI	SI
16	CC	100609732	Hector de Jesus	Alfaro Rodas			NO	SI	SI	SI
17	CC	93118703	Hernando	Leal			NO	NO	NO	SI
18	CC	19357413	Germán Mauricio	Quintero Quintero -			NO	SI	SI	SI
19	CC	11402707	Martha Lucia	Machado Ramirez			NO	NO	NO	SI
20	CC	19091295	Arturo	Escobar Arroyo.			NO	NO	SI	SI
21	CC	11337016	Marco Antonio	Olaya Lopez -			NO	NO	NO	SI
22	CC	6158168	Jorge Eliecer	Garcia			NO	NO	NO	SI
23	CC	7497679	Luis Alvaro	Villareal Alcala			NO	NO	NO	SI
24	CC	39403255	Rosa Emilia	Renteria Martinez	ROSA		NO	NO	NO	NO
25	CC	4326979	Jorge William	Cardona Arias			NO	NO	NO	NO

Powered by CamScanner