Lugar	Salón Multisensorial
Fecha	28/02/2025 Horario: 10:00 am a 11:00 am
Tema	Actividad sensorial
Desarrollo	**Desarrollo de la actividad** Se realiza la convocatoria a las personas mayores para que suban al salón multisensorial y participen del taller que tendrá como finalidad: Generar un espacio para la relajación muscular y la salud mental en las personas mayores del centro transitorio Samper Mendoza por medio de una meditación guiada. Una vez ubicados en el salón, se da a conocer el objetivo de la sesión y se habla acerca de la importancia de realizar meditaciones guiadas para entrar en consciencia y conectar con la respiración y la contracción de cada musculo mientras se está recostado o sentado con los ojos cerrados. Continuamos con el taller en donde se inicia la meditación guiada la cual comenzará con una respiración profunda para conectar con el momento presente. Luego, inhala lentamente por la nariz, contando hasta 4. Sostén el aire por un momento y exhala suavemente por la boca, contando hasta 4.e Está respiración se realiza dos veces más manejando el ritmo y sintiendo cómo el cuerpo se relaja con cada exhalación.  Ahora, vamos a relajar el cuerpo poco a poco y escuchando lo siguiente: Siente cómo tus pies descansan sobre el suelo. Nota si hay alguna tensión en ellos y déjala ir al exhalar. Sube hacia tus piernas. Si sientes tensión en los músculos, respira profundamente y con cada exhalación permite que esos músculos se relajen. Pasa a tu abdomen, siente cómo se expande al inhalar y se relaja al exhalar. Relaja tus hombros, tus brazos y tus manos. Siente como cada parte de tu cuerpo se va soltando, permitiendo que la relajación se extienda desde tus pies hasta la cabeza.



Nuevamente, concéntrate en tu respiración. Simplemente observa cómo entra el aire, cómo tu cuerpo lo recibe. Nota cómo el aire sale suavemente, llevando cualquier tensión o preocupación que puedas tener. Por último, toma un momento para sentir gratitud por tu cuerpo y tu vida. Piensa en algo por lo que te sientas agradecido hoy, ya sea una persona, una experiencia o incluso algo pequeño que te haga sonreír.





Al finalizar se realiza una retroalimentación en donde esta meditación puede realizarse diariamente o cuando necesiten un espacio para relajarse y recargar energías.

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Hernando Ortiz Bohorquez	Educador físico	CCT Samper Mendoza
	María Berenice Soto	Persona Mayor	No aplica.
	Arturo Veloza	Persona Mayor	No aplica.
	Guillermo Betancourt	Persona Mayor	No aplica.
	Jaime de Jesús Tirado	Persona Mayor	No aplica.

Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
Próxima reunión	No aplica		
Elaboró	Hernando Ortiz Bohorquez – Educador físico.		

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 2
Fecha: Memo Memo 20246018223 05-07-2024
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa:	CUIDADO TRANSITORIO DIA- NOCHE SAMPER MENDOZA	Fecha	28-02-2025
Nombre del coordinador:	IVON ANDREA CAMPOS REY	Jornada	Día: X Noche:
Nombre de quien registra el ingreso:	Jonny Alexander Pacheco		

	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA					ASISTENCIA ACTIVIDADES			
						Nombre del Profesional: Sergio Díaz	Nombre del Profesional: Daniela Cifuentes	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION TIPO	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ACTIVIDAD 1 LINEA: Buenas practicas del autocuidado	ACTIVIDAD 2 LINEA: Participación	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:
		17025492	Abraham	Rincon Vela			NO	SI		
2	CC	41773015	Aurora	Acevedo Rojas			NO	SI		
3	CC	20296704	Maria Dolores	Martin Novoa			Si	SI		
4	CC	41511773	Maria Berenice	Soto			Si	SI		
5	CC	3051253	Jose Francisco	Arosti Maldonado			NO	SI		
6	CC	19375447	Jorge Arvo	Velozo			Si	SI		
7	CC	2869000	Eccelino	Perez Mendez			Si	SI		
8	CC	12093676	Lisandro	Ayala Macias			NO	SI		
9	CC	17118381	Edgardo	Gonzalez Ladino			Si	SI		
10	CC	17128613	Victor Alfonso	Hernandez Rodriguez			NO	SI		
11	CC	6496835	Guillermo	Betancurt Sepulveda			Si	SI		
12	CC	19178431	Pablo Antonio	Garcia Forero			Si	SI		
13	CC	8305070	Jaime de Jesus	Tirado Caicedo			Si	SI		
14	CC	79286284	Hernando	Sabogal Chavarro			NO	SI		
15	CC	2479682	Carlos Guillermo	Tamayo Lombana			NO	SI		
16	CC	334120	Manuel Jose	Cabuya Prieto			Si	SI		
17	CC	79256438	Luis Fernando	Camelo			Si	SI		
18	CC	80360106	Hernando	Esguerra Pachon			Si	SI		
19	CC	19344946	Alberto Antonio	Bolivar Sandoval			Si	SI		
20	CC	19364876	Benjamin	Contreras Herrera			Si	SI		
21	CC	19365413	German Mauricio	Quintero Quintero			SI	SI		
22	CC	14990621	Alvaro	Varela Reyes.			NO	SI		
23	CC	19272061.	Ignacio Fucho	Quintero Mora			NO	SI		
24	CC	39403255	Rosa Emilia	Renteria Nuñez			NO	SI		
25	CC	13447850	Luis Fernando	Hernandez Vera			Si	SI		

Scanned with 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 — Fecha: 28-02-2025

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

Nombre de quien registra el ingreso: Jonny Alexander Pacheco

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

ASISTENCIA ACTIVIDADES — Nombre del Profesional: Hellen U.T. / Dalia Cajamarca — Nombre del Practicante:

	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN TIPO	NÚMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ACTIVIDAD 1 LINEA: Hábitos de vida saludable	ACTIVIDAD 2 LINEA: Nutrición	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:
26	CC	19417268	Luis Fernando	Moreno Sanchez			NO	SI		
27	CC	17038564	Alvaro	Forero			NO	SI		
28	CC	19294091.	Orlando	Osorio Toca			NO	SI		
29	CC	19229994	Jorge	Herrera Montaña			NO	SI		
30	CC	79309.763	Orlando	Gutierrez Mora	Orlando Gutierrez M		NO	SI		
31	CC	4326979	Jorge William	Cardozo Arias			NO	SI		
32	CC	19114473	Julio Cesar	Diaz Rodriguez	Julio Diaz		NO	SI		
33	CC	6095.619	Jorge	Caballero Naranjo	Jorge		NO	SI		
34	CC	5013273	Robinson	Torres Cadena	NO FIRMA	Pr cedida	NO	SI		
35	CC	19074096	Aristides Jesus	Ortega Pacheco			NO	SI		
36	CC	8667953	Jairo Gregorio	Padilla Pereira			NO	SI		
37	CC	10060732	Hector de Jesus	Alarcon Rodas			NO	SI		
38	CC	12125666	Luis Felipe	Garcia Chaparro			NO	SI		
39	CC	37814045	Ligia	Gamboa Puentes			NO	SI		
40	CC	17.192966	Pedro Pablo	Figueredo Caspedo			NO	SI		
41	CC	19494431	Jairo Antonio	Herrera Hurtado			NO	SI		
42	CC	2.998.300	Jose Arcangel	Padilla Agudelo			NO	SI		
43	CC	20.951.312	Ana Basilia	Naranjo Padilla			NO	SI		
44	CC	19176861	Gustavo Alfredo	Cabrales Restrepo			NO	SI		
45	CC	11428303	Julio Cesar	Cotes Diaz	Julio Cotes		NO	SI		
46	CC	19091745	Arturo	Escobar Noguera			NO	SI		
47	CC	8248026	Nelson de Jesus	Camargo Restrepo			NO	SI		
48	CC									
49	CC									
50	CC									