

 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 2

Lugar	Centro Transitorio Samper Mendoza
Fecha	11/02/2025 Horario: 9:00 am a 9:40 am
Tema	Articulación IDRD – Fortalecimiento muscular
Desarrollo	<p>Martes 11 de febrero de 2025</p> <p>Se realiza la convocatoria a las personas mayores para que asistan a la actividad del día. Después de esto se realiza una activación corporal por medio de movimiento articular de tren inferior a tren superior, realizando flexión y extensión del cuello del pie derecho 10 repeticiones, luego flexión y extensión del cuello del pie izquierdo con 10 repeticiones. Continuamos con la flexión y extensión de la rodilla, llevando el talón hacia los glúteos. Esto lo realizaremos 10 veces y cambiaremos de pierna. Después se realizarán aperturas de pierna derecha y luego pierna izquierda, haciendo 10 repeticiones con cada una. Pasamos al tren superior, en donde se realizará elevación frontal de hombros, elevación lateral de hombros y círculos hacia atrás y hacia adelante. Cada ejercicio se realiza 10 veces. Flexión y extensión del brazo, flexión y extensión de la muñeca. Seguido de esto, realiza ejercicios de fortalecimiento muscular para el tren superior como por ejemplo Press militar (20 repeticiones). Elevación unilateral de hombro (15 repeticiones por lado). Fortalecimiento del antebrazo rodando el palo de escoba en flexión y extensión (20 repeticiones). Remos con palo de escoba (15 repeticiones). Oblicuos (30 repeticiones). para finalizar se realizan estiramientos para el tren superior.</p> <div>     </div>

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</p> <p>SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</p>	<p>PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL</p> <p>FORMATO AYUDA DE MEMORIA</p>	Código: FOR-GD-040
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2024016440 – 18/06/2024
		Página: 2 de 2

	<p>Para finalizar este documento, se anexa el formato ingreso al servicio y asistencia a las actividades FOR-PSS-525 del 11 de febrero.</p>		
Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Hernando Ortiz Bohorquez	Educador físico	CCT Samper Mendoza
	Alexander Torres	Instructor actividad física	IDRD
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
Próxima reunión	No aplica		
Elaboró	Hernando Ortiz Bohorquez – Educador físico.		

Nombre Unidad Operativa: CUIDADO TRANSITORIO DIA- NOCHE SAMPER MENDOZA Fecha: 11-02-2025
Nombre del coordinador: IVON ANDREA CAMPOS REY Jornada: Dia X Noche
Nombre de quien registra el ingreso: Jimmy Aleandre Pacheco

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA					ASISTENCIA A ACTIVIDADES			
DOCUMENTO DE IDENTIFICACION	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
5013123	Robinson	Torres Cadena	NO FIRMA	Por caducidad	NO	NO	NO	NO
20296704	Mara Ochoa	Martin Navas	[Firma]		NO	NO	SI	SI
17093004	Orlando	Toro	[Firma]		NO	SI	SI	NO
41511773	Mara Berenice	Soto	[Firma]		SI	SI	SI	NO
20951372	Ana Beatriz	Narajo Arriba	[Firma]		SI	NO	SI	NO
3051253	Jose Francisco	Acosta Nahacha	[Firma]		NO	NO	NO	NO
6075619	Jorge	Valderrama Narajo	[Firma]		SI	SI	SI	NO
17118381	Edgardo	Gonzalez Lelino	[Firma]		SI	SI	SI	NO
7497679	Luz Alvaro	Guillameal Aldana	[Firma]		NO	SI	SI	NO
17128613	Victor Alfonso	Hernandez Rodriguez	[Firma]		SI	SI	SI	SI
14959577	Jose Dolores	Lopez Gomez	[Firma]		NO	SI	SI	SI
6496835	Guillermo	Botchewit Sepulveda	[Firma]		SI	NO	SI	SI
14178431	Pablo Antonio	Garcia Forero	[Firma]		SI	SI	NO	NO
7479682	Carlos Guillermo	Tomayo Lombana	[Firma]		NO	NO	NO	NO
334120	Manuel Jose	Cabrera Prieto	[Firma]		NO	NO	SI	NO
19118321	Jose Francisco	Rodriguez Romero	[Firma]		SI	SI	NO	SI
19104150	Alvaro	Melo Sanchez	[Firma]		SI	SI	SI	NO
79256438	Luz Fernando	Camelo	[Firma]		SI	NO	SI	NO
17174946	Hernando	Diaz Umaná	[Firma]		NO	NO	SI	NO
14990621	Alvaro	Varela Reyes	[Firma]		NO	NO	NO	NO
6760729	Omar del Carmen	Caicedo	[Firma]		NO	SI	SI	SI
19375447	Jorge Arino	Vebeu	[Firma]		SI	SI	NO	SI
848966	Armando	Rua	[Firma]		NO	NO	SI	NO
19272061	Ignacio Exaro	Quintana Mora	[Firma]		NO	NO	NO	NO
19444250	Gilberto	Perez Perez	[Firma]		SI	NO	NO	NO

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES																																																																																													
FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES																																																																																													
Nombre Unidad Operativa		CUIDADO TRANSITORIO D.A. NOCHE SAMPER MENDOZA						Fecha:	11-02-2023																																																																																				
Nombre del coordinador		IVON ANDREA CAMPOS REY						Jornada	Di X Noche																																																																																				
Nombre de quien registra el ingreso		Jenny Aleoche Pacheco						ASISTENCIA ACTIVIDADES																																																																																					
DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA				<table border="1"> <thead> <tr> <th>ACTIVIDAD 1</th> <th>ACTIVIDAD 2</th> <th>ACTIVIDAD 3</th> <th>ACTIVIDAD 4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Si</td> <td>Si</td> <td>Si</td> <td>Si</td> </tr> <tr> <td>Si</td> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>SI</td> </tr> <tr> <td>Si</td> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>SI</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>Si</td> <td>NO</td> <td>SI</td> <td>SI</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>Si</td> <td>SI</td> <td>SI</td> <td>SI</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>Si</td> <td>NO</td> <td>SI</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>Si</td> <td>SI</td> <td>NO</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>Si</td> <td>NO</td> <td>SI</td> <td>SI</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>SI</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>SI</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>SI</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>NO</td> </tr> <tr> <td>NO</td> <td>NO</td> <td>SI</td> <td>SI</td> </tr> </tbody> </table>				ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4	Si	Si	Si	Si	Si	NO	NO	SI	Si	NO	NO	NO	NO	NO	SI	NO	Si	NO	SI	SI	NO	NO	NO	NO	Si	SI	SI	SI	NO	NO	NO	NO	Si	NO	SI	NO	NO	NO	NO	NO	Si	SI	NO	NO	Si	NO	SI	SI	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	SI	NO	NO	NO	NO	NO	NO	SI	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	SI	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	SI	SI
ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4																																																																																										
Si	Si	Si	Si																																																																																										
Si	NO	NO	SI																																																																																										
Si	NO	NO	NO																																																																																										
NO	NO	SI	NO																																																																																										
Si	NO	SI	SI																																																																																										
NO	NO	NO	NO																																																																																										
Si	SI	SI	SI																																																																																										
NO	NO	NO	NO																																																																																										
Si	NO	SI	NO																																																																																										
NO	NO	NO	NO																																																																																										
Si	SI	NO	NO																																																																																										
Si	NO	SI	SI																																																																																										
NO	NO	NO	NO																																																																																										
NO	NO	NO	SI																																																																																										
NO	NO	NO	NO																																																																																										
NO	NO	SI	NO																																																																																										
NO	NO	NO	NO																																																																																										
NO	NO	SI	NO																																																																																										
NO	NO	NO	NO																																																																																										
NO	NO	SI	SI																																																																																										
TPO	NÚMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	LÍNEA: ACTIVIDAD 1	LÍNEA: ACTIVIDAD 2	LÍNEA: ACTIVIDAD 3	LÍNEA: ACTIVIDAD 4																																																																																				
26 CC	14365413	Germen Mauricio	Quintero Quintero	[Firma]		Si	Si	Si	Si																																																																																				
27 CC	13447880	Luis Fernando	Hernandez Vaca	[Firma]		Si	NO	NO	SI																																																																																				
28 CC	17094046	Amstel Jesus	Ortega Pacheco	[Firma]		Si	NO	NO	NO																																																																																				
29 CC	14364876	Benjamin	Contreras Herrera	[Firma]		NO	NO	SI	NO																																																																																				
30 CC	79307763	Orlando	Quintero Mora	[Firma]		Si	NO	SI	SI																																																																																				
31 CC	17038564	Alvaro	Fuen	[Firma]		Si	NO	SI	SI																																																																																				
32 CC	8667853	Jairo Gregorio	Pudilla Riera	[Firma]		NO	NO	NO	NO																																																																																				
33 CC	19444773	Julio Cesar	Diaz Rodriguez	[Firma]		Si	SI	SI	SI																																																																																				
34 CC	93118703	Hernando	Leal	[Firma]		NO	NO	NO	NO																																																																																				
35 CC	19212698	Eulises	Rubio Vasquez	[Firma]		Si	NO	SI	NO																																																																																				
36 CC	19176884	Gustavo Alfredo	Colades Restrepo	[Firma]		NO	NO	NO	NO																																																																																				
37 CC	19.294.091	Orlando	Osorio Toca	[Firma]		NO	NO	NO	NO																																																																																				
38 CC	19.494.431	Jairo Antonio	Helicia Herford	[Firma]		NO	NO	NO	NO																																																																																				
39 CC	19.222.697	Luis Ernesto	Morero	[Firma]		Si	SI	NO	NO																																																																																				
40 CC	4.923.177	Colas Alfonso	Rico	[Firma]		Si	NO	SI	SI																																																																																				
41 CC	19.417.268	Luis Fernando	Morero Sanchez	[Firma]		NO	NO	NO	NO																																																																																				
42 CC	19.229.994	Jorge	Herrera Montoya	[Firma]		NO	NO	NO	SI																																																																																				
43 CC	19.091.235	Adriano	Escobar Araya	[Firma]		NO	NO	NO	NO																																																																																				
44 CC	37.814.045	Ligia	Garcia Puente	[Firma]		NO	NO	NO	NO																																																																																				
45 CC	41.402.707	Martha Lucia	Modroba Ramirez	[Firma]		NO	NO	SI	NO																																																																																				
46 CC	71.910.929	Adel Augusto	Castillo Ubame	[Firma]		NO	NO	NO	NO																																																																																				
47 CC	79.101.784	Gerardo	Asique Gonzalez	[Firma]		NO	NO	SI	SI																																																																																				
48 CC																																																																																													
49 CC																																																																																													
50 CC																																																																																													