Lugar	Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita
Fecha	27/01/2025 Hora: 10:45 am - 11:40 am. y 2:30 pm - 3:30 pm.
Tema	Recreando - Cuidándote (Plan Respiro).
Desarrollo	**ORDEN DEL DÍA:** 1. Objetivos 2. Introducción 3. Actividades a desarrollar 4. Materiales a utilizar 5. Compromisos **DESARROLLO:** **1. Objetivo General:** Generar espacios de bienestar integral con el talento humano, buscando prevenir y atender los factores de riesgo asociados al rol desempeñado a través de la realización de diferentes actividades. **1.1 Objetivo Especifico:** Generar espacios de interacción e integración grupal y conmemorativas entre los cuidadores a partir de actividades lúdicas, recreativas y deportivas. **1.2** Brindar y reforzar conocimiento a los integrantes del talento humano a través de capacitaciones, charlas y talleres, buscando el fortalecimiento de aptitudes, capacidades y habilidades y puedan así adquirir herramientas que le permitan desempeñar su rol en la comunidad de cuidado de forma asertiva. **2. Introducción** Se desarrollarán en el mes de enero dos actividades con el talento humano, la primera y en orden cronológico es la actividad Recreando, donde se convocará a todo el talento humano presente en la unidad para llevar a cabo un espacio lúdico recreativo, donde se buscará la integración, el interactuar y la percepción de bienestar por intermedio de sesión de masaje sedativo con parte de movilidad y se cerrará con relajación. La otra actividad es Cuidándote en la cual se le dará información al talento humano sobre la "FORMACIÓN MOTIVACIONAL", este tema se desarrollará a modo de conversatorio con el apoyo de presentación de diapositivas donde se indagará acerca de la motivación o tipos de motivación que presentan los integrantes del talento humano. **3. Actividades a Desarrollar:** **3.1. Bienvenida:** Se brinda saludo y bienvenida a todos los integrantes del talento humano y se les hace introducción de los temas a trabajar durante cada una de las sesiones propuestas. **3.2. Desarrollo:** **El día 22/01/2025** se llevó a cabo la actividad Recreando, espacio lúdico – recreativo con el apoyo de la profesional en fisioterapia de la unidad operativa, ello teniendo en cuenta que el talento humano desarrolla labores con cargas físicas que generan percepción de agotamiento, se hizo una sesión grupal de masaje sedativo con parte de movilidad, a nivel de la nuca y cuello, relajando el trapecio superior, área que se caracteriza por ser muy álgida. Se finalizó la actividad con espacio de relajación que tuvo como propósito darles elementos que les permitan manejar los posibles niveles de estrés y que perciban la sensación de tranquilidad, en la mente y el cuerpo. Se evidenció al talento humano distencionados, divirtiéndose y colocando cada uno su parte para disfrutar y aprovechar el espacio.

	En la actividad participaron 42 integrantes del talento humano. Inició a las 2:30 pm y finalizó a las 3:30 pm. **El 27/01/2025:** Se llevó a cabo actividad Cuidándote, desarrollada a modo de conversatorio con el apoyo de presentación de diapositivas, trabajando los temas: ¿Qué es formación motivacional?,¿Por qué es importante la motivación?, ¿Qué beneficios tiene la motivación? Y técnicas de motivación emocional. Cada uno de estos conceptos fueron socializados y retroalimentados; posteriormente se exploró con los presentes cuál es su mayor motivación y que estrategia buscan para cumplirla o lograrla, se reflexionó e interactuó entre todos respecto al tema abordado y se invitó a todos a que sigan manteniendo sus motivaciones a pesar de las adversidades que se les puedan presentar diariamente. La actividad inició a la 10:45 am. y finalizó a las 11:40 am. En la actividad participaron 57 integrantes del talento humano. **4. Materiales a utilizar:** **4.1. Humanos:** Profesional responsable de la actividad e integrantes del talento humano. **4.2. Físicos:** Salón Santo Domingo, videoban, formato de asistencia, parlante, micrófono, esferos, sillas.

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Diana M. Carvajal Pinto	**Coordinadora**	**Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita**
	Eduin E. Ayala Carmona	**Psicólogo**	**Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita**

Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Dar continuidad a las actividades según cronograma estrategias del plan respiro.	Área Psicología	Próximas actividades mes de febrero/ 2025.
Próxima reunión	Febrero de 2025.		
Elaboró	**Eduin Enrique Ayala Carmona.**		

Anexos: Registro fotográfico, formato ayuda de memoria y planilla de asistencia FOR-GD-023.

LÍNEA DE ATENCIÓN: RESPIRO A CUIDADORES.
ACTIVIDAD PAI: RECREANDO Y CUIDÁNDOTE.
TIPO DE REGISTRO: FOTOGRÁFICO.

1: Recreando
22/01/2025



1: Recreando
22/01/2025





2: Cuidándote
27/01/2024



2: Cuidándote
27/01/2025





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

1. Tema: Recreando - Plan Rasgo
2. Lugar o Localidad o Sede: CC Hogar San José Saramita
3. Fecha y hora: 22/01/2025 H: 2:30 p.m. - 3:30 p.m.
4. Nombre responsable: Edwin E. Ayala Camargo
5. Dependencia responsable: Psicología

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Sandra Patiño	CC	53925099	CC. Hogar San Jose Saramita	A.S.6	Contratista		3224080679	SandraP
2	Nuvia Camargo	CC	52473817	CC Hogar San Jose Saramita	A S 6	contratista		3142471830	Nuvia Camargo
3	Olga Lucia Parada	CC	1096952669	CC Hogar San Jose Saramita	A S 6	Contratista		3212241966	
4	Patricia Rodriguez Camargo	CC	63891249	CC Hogar San Jose Saramita	A S 6	Contratista		3185279989	
5	Ana Helena Perez León	CC	1069736952	CC Hogar San Jose Saramita	A S 6	Contratista		3178578924	
6	ZULMA YANETH VACCA H.	CC	52194380	CC HOGAR SAN JOSE SARAMITA	A.S.6	CONTRATISTA		3176786242	
7	Gabriela Ramos S	CC	53931616	CC Hogar San Jose Saramita	A S 6	Contratista		3158378029	
8	Gloria Campos	CC	52076067	CC Hogar San Jose Saramita	T. Social	Contratista		3112124845	
9	Jazmin Suarez	C.C.	1069733691	CC Hogar San Jose Saramita	T. Archivo	Contratista		3132030846	
10	Yenny L. 1994 Vasquez	CC.	35.253.114	CC Hogar San Jose Saramita	Talleres y Artes	contratista		3143796086	
11	Giovanna Ramirez R.	CC	52881685	CC Hogar San Jose Saramita	Nutricionista	Contratista		3233021643	
12	Juan Felipe Lasso Guerrero	CC.	1003614808	CC Hogar San Jose Saramita	Terapeuta O	Contratista		3227035884	
13	Mayoll Valeria Rodriguez R.	CC	1069725038	CC Hogar San Jose Saramita	Aprendiz	contratista		3202697764	
14	Olivia Stella La Rho	CC	39515739	CC Hogar Saramita San JOSE	Aux Enfermeria	Contratada		3246859179	
15	Marcela Anta	CC	1069729207	CC Hogar San Jose Saramita	Aux Enfermera	Contratista		3103320432	Marcela Anta
16	Katherine Pedroza	CC	1066267610	CC Hogar San Jose Saramita	Aux Enfermera	contratista		3147062512	
17	milena duque	CC	39629727	CC Hogar San Jose Saramita	Aux Enfermeria	Contratista		3016653132	Milena Duque
18	Karen Tatiana Lopez	CC	1069762467	CC Hogar San Jose Saramita	Auxiliar Enfermeria	Contratista		3219883610	Karen Lopez
19	Luz Mila Herrera	CC	20291686	CC Hogar San Jose Saramita	Auxiliar enfermeria	Contratista		3190814874	
20	Sandra Milena Castiblanco	CC	35253936	CC Hogar San Jose Saramita	Auxiliar Enfermeria	Contratista		3223356443	
21	Diana Daniela Cardenas	CC	1007787746	CC Hogar San Jose Saramita	Aux Enfermeria	Contratista		3223356443	Diana C

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

1. Tema: Recreando — Pla — Respiro
2. Lugar o Localidad o Sede: CC Hogar San José Saramita
3. Fecha y hora: 22/01/2025 H: 2:30 Pm - 3:30 Pm
4. Nombre responsable: Edwin E. Ayala Camacho
5. Dependencia responsable: Psicología

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
22	Jenny Gonzalez	CC	1003517572	CC Hogar San Jose Saramita	AUX ENFERMERIA	contratista		3112332732	Jenny Gonzalez.
23	Leidi Rincon	CC	1005870877	CC Hogar San Jose Saramita	AUX ENFERMERIA	contratista		3005004025	Leidi Rincon
24	Yuber Alberto Villalba	CC	82394918	CC Hogar San Jose Saramita	Aux enfermería	Contratista		3106887379	
25	Jorge Eduardo Duque	CC	1014337272	CC Hogar San Jose Saramita	Gerontología	Contratista		3133760776	
26	Gleidy Amaya	CC	20887834	CC Hogar San Jose Saramita	Reg Farmacia	Contratista		3204541816	
27	Jahnner Rodriguez A.	CC	1024517585	CC Hogar San Jose Saramita	Tallerista Artes	Contratista		3133045481	Jahnner Rodriguez A.
28	Marta Pineda Figueiredo	CC	23795285	CC Hogar San Jose Saramita	Tecnico operativo	Contratista		3134968573	
29	Marian Carolina Alvarado C	CC	53730958	Hogar San Jose Saramita	Fisioterapeuta	Contratista		3012034776	
30	JOHN H. ROA RUIZ	CC	79541978	CC HOGAR SAN JOSE SARAMITA	AUX ENFERM.	CONTRATO		3209120000	
31	Irina Argenis Vargas	CC	53931706	CC Hogar San Jose Saramita	Enfermera	contratista		3046811118	
32	Angelica Maria Fonseca	CC	53932513	CC Hogar San Jose Saramita	Aux de Enfermeria	Contratista		3047278205	
33		CC							
34	Yuly Vanessa Blandon Giraldo	CC	1009847242	CC Hogar San Jose Saramita	Aux Agencia	Contratista		3193322651	Yuly Blandón
35	JUANA PATRICIA CANTOR C	CC	39625924	CC HOGAR SAN JOSE SARAMITA	AUXILIAR DE ENFERMERIA	CONTRATISTA		3132155467	
36	Fredy Forero	CC	296746	Hogar Saramita	Conductor	contratista		3102136860	
37	Hernan Hernandez	CC	82390322	Hogar San Jose Saramita	A.S.G	Contratista		3114441630	Hernan H
38	Raimundo Mejia	CC	10158866	Hogar San Jose saramita	Aux Enfermeria	Contratista		3114924597	Raimundo M
39	Nayla Rodriguez	CC	20391948	Hogar San Jose Saramita	Aux. enfermeria	Contratista		3114633991	Nayla Rodriguez
40	Saylly Prieto	CC	1000516348	Hogar San Jose saramita	Operaria Cocina	contratista		3237716379	Saylly Prieto
41	Edwin E. Ayala C.	CC	92515942	CC Hogar San Jose Saramita	Psicólgo	Contratista		7147270413	
42	Diana Marcela Carvajal	CC	46378073	C.C. Hogar San José saramita	Coordinadora	Contratista		3228466950	Diana M. Carvajal

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

1. Tema: Cuidadote - Plan Respiro
2. Lugar o Localidad o Sede: CC Hogar San José saramita
3. Fecha y hora: 27/01/2025 11:10 am - 11:40 am
4. Nombre responsable: Paci - E. Ayala Carmona
5. Dependencia responsable: Psicología

6. ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Olga Lucia Parada	cc	1069952694	Cc Hogar San Jose saramita	Aux SG.	Contratista		3212241466	
2	Sandra Patiño	cc	53925099	cc Hogar San Jose Saramita	A.S.6	Contratista		3224080679	SandraP
3	Nuvia Camargo	cc	52473817	cc Hogar san Jose saramita	A.S.6	contratista		3142471830	Nuvia Camargo
4	Jenny Liliana Vasquez	ee.	35 253.114	ee. Hogar San Jose Saramita	Tallerista Artes	contratista		3143796086	Jenny Vasquez.
5	Jazmin Suarez	c.c	1069733641	CC Hogar San Jose Saramita	T. Archivo	Contratista		3132308417	Jazmin Suarez
6	Jainner Rodriguez A.	CC	1045117581	CC Hogar San Jose Saramita	Tallerista Artes	Contratista		3133095481	Jainner Rodriguez
7	Paola Rodriguez G	Cc	53811269	CC Hogar San Jose Saramita	Aux S.G	Contratista		3185291984	
8	Aleida Amaya J.	CC:	20887824	CC. Hogar San Jose Saramita	Reg Farmacia	Contratista		3204541816	
9	Rosa Helena Gutiérrez León	CC	1069736952	CC Hogar San Jose Saramita	A.S.6	Contratista		3138578939	
10	ZULMA YANETH VACCA	CC	52144380	CC HOGAR SAN JOSE SARAMITA	A.S.6	CONTRATISTA		3176780242	
11	Zenaida Villamil	CC	1.069.809.733	CC HOGAR SAN JOSE SARAMITA	Aux SG	Contratista		3118008237	Zenaida V.
12	Jorge Eduardo Duque G.	cc	10143372	CC Hogar San Jose Saramita	Gerontologo	Contratista		3193700926	Jorge Eduardo Duq.
13	Harold Valeria Rodriguez R.	CC	1069925038	CC Hogar san Jose saramita	Aprendiz SENA	Contratista		3202697767	
14	Juan David Sánchez Muñoz	cc	1069748085	cc Hogar San Jose Saramita	Ambiental	Contratista		3134577117	
15	Mathilda Bonilla Sanchez	CC	1069715809	CC hogar San Jose Saramita	Auxiliar de Enfermeria	Contratista		3107354923	
16	Kelly Carolina Garcia Vega	CC	1166397553	CC Hogar San Jose Saramita	Auxiliar de Enfermeria	contratista		3124337766	
17	Juan Felipe Lasso Guerrero	CC.	1003614808	CC Hogar San Jose Saramita	Terapeuta O	Contratista		3227035889	Juan LG
18	Fernando Arevalo	CC	80500171	CC Hogar San Jose Saramita	Auxiliar Enfermeria	contratista		3123962421	
19	Hernan Hernandez	CC	82390322	Hogar Sol Jose Saramita	A S G	Contratista		3114461630	Hernan H
20	Maria Yineth Sigua Mora	CC	23795285	CC Hogar San José Saramita	Técnico operativo	Contratista		3134968573	
21	Maria Lucia Herrera	CC	1019548606	CC Hogar San Jose Saramita	Aux Enfermeria	Contratista		3114924597	Maria Lucia Herrera

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

1. Tema: Cuidadote - Plan Retino
2. Lugar o Localidad o Sede: Hogar San José Saramita
3. Fecha y hora: 27/01/2025 H: 10:45a - 11:40a
4. Nombre responsable: Edwin E. Ayala Camargo
5. Dependencia responsable: Psicología

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
22	Daniel Sanchez	CC	1085915209	CC Hogar San José Saramita	Operario Cocina	Contratista		3143409315	
23	Neyla Rodriguez	CC	20391948	CC Hogar San José Saramita	Aux. enfermeria	Contratista		3114653041	Neyla Rodriguez
24	Diana Lasso C	CC	1069733158	CC Hogar San José Saramita	Aux. Enfermeria	Contratista		3213940184	Diana Lasso C
25	Juan Espinosa	CC	1069756885	CC. Hogar San Jose Saramita	AUX. ENFERMERIA	contratista		3124631912	
26	Yelmy Jarena Jimenez	CC	1072804057	CC Hogar San Jose Saramita	AUX enfermeria	Contratista		3026461570	Yelmy J
27	Angelica Mayor Lasso	CC	53193251	CC Hogar San Jose Saramita	Auxiliar de Enfermeria	Contratista		3042728025	Ang
28	Kevin Ruiz Cetante	CC	1054766135	CC Hogar San Jose Saramita	Auxiliar de Enfermeria	Contratista		3124401990	Kevin R
29	Yuly Vanesa Blandon Gonzales	CC	1007847242	CC Hogar San Jose Saramita	Aux enfermera	Contratista		3193322651	Yuly. B.
30	HENRY JOHANNA BARRERO	CC	1003520123	CC Hogar San Jose Saramita	Aux Enfermera	CONTRATISTA		3024204823	JOHANNA B.
31	Luz Angela Acevedo Sarmiento	CC	52866595	CC Hogar San Jose saramita	auxiliar enfermeria	Contratista		3126281501	
32	JUANA PATRICIA CANTOR ROMERO	CC	39059424	CC HOGAR SAN JOSE SARAMITA	AUXILIAR ENFERMERIA	CONTRATISTA		3132155469	
33	Irina Argenis Vargas	CC	53931706	CC Hogar San Jose Saramita	Enfermera	contratista		3046811118	
34	Andrea Cortes	CC	1069733159	CC Hogar San Jose Saramita	Operaria Cocina	Contratista		3118313592	Andrea Cortes
35	Sandra Farfan	CC	53930716	CC Hogar San Jose Saramita	Operaria de Cocina	Contratista		3204713514	
36	Lina Becerra	CC	1010608386	CC Hogar San Jose Saramita	Operaria de cocina	contratista		3127528228	Lina Becerra
37	Sayily Prieto	CC	1000516348	CC Hogar San Jose Saramita	operaria cocina	contratista		3233776379	Sayily Prieto
38	Michael Rodriguez	CC	1071549296	CC Hogar San José Saramita	T. cocina	Contratista		3126247076	
39	Cinthia Rocio Sanchez	CC	53931616	CC Hogar San José Saramita	AS6	contratista		3158378879	
40	Marian C Alvarado C	CC	53930958	Hogar San José Saramita	Fisioterapeuta	contratista		3012034776	
41	Nidia Luz Daris Garcia C	C.C	41456854	Hogar S. José Saramita		Contratista		3213701658	
42	JOHN H. ROA RUIZ	CC	79547878	HOGAR SAN JOSE SARAMITA	AUX ENFERMERIA.	CONTRATO.		3204212270	

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

1. Tema: Cuidadote - Plan Retiro 2. Lugar o Localidad o Sede: CC Hogar San José Saramita 3. Fecha y hora: 27/01/2025 H: 10:45 a.m. - 11:40 a.m.

4. Nombre responsable: Edwin E. Ayala Carmona 5. Dependencia responsable: Psicología

6. ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
93	WILMAR UREÑA	CC	82391323	CC HOGAR SAN JOSE SARAMITA	AUXILIAR ENFERMERIA	CONTRATISTA		3143422975	WILMAR U.
94	Yenid Jimena Boquero	CC	1064916806	CC Hogar San Jose Saramita	Aux Enfermeria	Contratista		3208482367	Jimena Boquero
95	Diana molano	CC	35253559	CC hogar San Jose Saramita	aux enfermeria	contratista		3104902560	Diana molano
96	Sandra Hernandez	CC	20391459	CC hogar San Jose saramita	Aux enfermeria	contratista		3115139993	Sandra H
97	Alejandra Sabogueta	CC	1069918692	CC Hogar San Jose Saramita	aux enfermeria	Contratista		3163677938	Alejandra
98	Diana Rojas	CC	1071549573	CC Hogar San Jose Saramita	aux Enfermeria	Contratista		3042823206	Diana R
99	Ivon Herrera	CC	1125816[illegible]	C.C Hogar San Jose Saramita	Auxiliar Enfermeria	Contratista		3124194946	
50	Claudia Acosta	CC	1125836	CC Hogar San Jose Saramita	Aux de Cocina	Contratista		3206841852	
51	Luz Mila Herrera	CC	20391656	CC Hogar San Jose Saramita	Aux. de enfermeria	Contratista		3193814826	
52	Dinney Dannelly Quintero	CC	1007782746	CC Hogar San Jose Saramita	Aux de Enfermeria	Contratista		3223356443	
53	Sonia Castiblanco	CC	3523936	C.C Hogar San Jose Saramita	Aux de Enfermeria	Contratista		3115322844	
54	Rosa C Godoy	CC	28995152	CC Hogar San Jose Saramita	Aux de Enfermeria	Contratista		3214463745	Rosa Godoy
55	Yolanda Poveda Taballas	CC	53017102	CC. Hogar San Jose Saramita	enfermera Jefe	Contratista		3106182111	
56	Edwin E. Ayala C.	CC	92515942	CC Hogar San José Saramita	Psicólogo	Contratista		3193270917	
57	Diana Carvajal	CC	46378073	C.C. Hogar San José Saramita	Coordinadora	Contratista		3228466950	Diana M. Carvajal