Lugar	Comunidad de cuidado Hogar Nazareth Chinauta
Fecha	Marzo 14 de 2025 05:00 pm
Tema	***"Muévete y respira"*** - Respiro al cuidador
Desarrollo	**Objetivo** Contribuir al bienestar integral, calidad de vida y proceso de envejecimiento de los cuidadores de la comunidad de cuidado, por medio de diversas actividades lúdico-formativas de forma periódica. **Introducción** Desde el programa de respiro al cuidador de la comunidad de cuidado Hogar Nazareth Chinauta se cuenta con actividades lúdicas y formativas para el talento humano a fin de brindar espacios de desconexión de las labores diarias y fortalecer habilidades para el desempeño y la atención de las personas mayores. Es así, como los días 13 y 14 de marzo de 2025 se dispone de una jornada de salud antiestrés en contacto con la empresa Vivian´s. **Desarrollo del tema** El día 13 de marzo de 2025 desde las 08:00 am, se da inicio a la jornada de salud antiestrés, ubicando a dos funcionarias de la empresa Vivian´s en el consultorio médico, donde disponen de la camilla y demás elementos necesarios para el desarrollo de la jornada, se da inicio ingresando a cada uno de los funcionarios participantes en un espacio de 15 minutos cada uno, donde son ubicados en la camilla boca abajo y se les suministra un masaje de tipo relajante y descontracturante en la región de cuello, espalda y piernas, aliviando el estrés tanto físico como emocional, controlando la ansiedad, descontracturando y relajando los músculos, entre otros beneficios; Posteriormente son ubicados en el espacio dispuesto para un SPA de manos, donde se les contextualiza frente a la

	importancia del disponer de un tiempo para su cuidado y relajación, así como la relevancia de humectar la piel. Se les brinda exfoliación, masaje en cada una de sus manos y posterior enjuague, dando por finalizado el tiempo de atención. De forma cíclica se hace llamado a cada uno de los cuidadores de la comunidad de cuidado vinculandose a la actividad. El día 14 de marzo 2025 se da réplica de la sesión anterior, logrando la vinculación de la mayor cantidad de colaboradores. ***Participan 60 cuidadores*** **Materiales:** Camilla, masajeador, cremas humectantes y exfoliantes, sillas plásticas. **Anexos:** Registro fotográfico, listado de asistencia FOR-GD-023.		
Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Se anexa planilla de asistencia.		
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Vincularse en las actividades del plan respiro al cuidador.	Talento humano.	Continuamente
Próxima reunión	N/A		
Elaboró	Ximena Quevedo Baquero - Psicóloga.		

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Muévete y respira- Respiro al cuidador






C. C. Hogar Nazareth Chinauta
14/03/2025 12:04:12 p. m.


C. C. Hogar Nazareth Chinauta
14/03/2025 12:04:27 p. m

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 I2024I119983 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Muevete y respira - Respiro al cuidador. Lugar o Localidad o Sede: CC Hogar Nazareth. 3. Fecha y hora: 13 Marzo 2025 8:00am-5:00p.m

4. Nombre responsable: Nancy Bhitel - Ximena Quevedo. 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	Catalina Dolo F.	cc	1069726523	Hogar Nazareth.	SG	Planta	c.dolor@hotmail.com	3219500621	
2	Maria Eugenia	cc	37276556	Hogar Nazareth	SG	planta	mariaeugeniabonilla@	3172873377	Maria
3	Jenny Esteban Sosa	CC	1072493553.	H Nazareth.	SG	planta	jamperez2@Gmail	3543278109	Jenny Este
4	H. Rosa M. Juan R.	cc	37412761	Nazareth	Religiosa.	planta.	hogarnazareth@gmail	3123542674.	H Rosa M. Juan R.
5	Carolina Espinosa	cc	1030587104	Hnazareth	SG.	planta	carolinaespinosa773 @gmail.com.	3142904529	
6	Mary Emilce Muñoz	CC	52'172014	H. Nazareth	S. G.	planta.	Maryemilce9107@gmail	3204603061	
7	Heidy Reyes	cc	1066171447	H Nazareth	OPC	Planta	heydyreyes@gmail	3114362321	
8	Hogar Juventud a		25251117	H Nazaret	Tastenal	Planta	hogarnazaret@gmail	310 2725138	
9	Diana Alarcón	CC	52767279	H Nazareth	TO.	Planta	dianapaolaalarcon@gmail.com	3046918006	
10	Karen Bermeden	CC	1003516733	Hogar Nazareth	Aux enfermera	Planta	karenjbe@gmail.com	3104861519	
11	andy diaz	CC	1068342498	Hogar nazareth	Aux enfermera	planta	andiazsosa@gmail.com	3206682063	andy diaz
12	Mayreth Cruz	CC	1073697791	CC Hogar Nazareth	TO	Planta	tocupacionaladmin1@tecnologicocolombo	3162343313	
13	Jhon Blanco	CC	1064707344	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria	Planta	joffre19990@gmail.com	3175248677	
14	Dinnay Quintero	CC	1007782746	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria	Planta	dinnayquintero@gmail.com	3238068829	
15	Sonia Posada	CC	1071550460	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria	planta	soniaposada@gmail.com	3217623520	
16	Alex Guillermo C	cc	11757371	Hogar Nazareth	SG.	Planta	Ogcastellanos	3202553886	
17	Jaime Villalba	cc	82391770	N.zareth.	Matrimonio	planta.	jaimevillalba880@gm	3222646586	
18	Dario Briceño	CC	14420745	H Nazareth	OPC	planta	dgbriceno10@hot	3057882547	
19	Carolina Leon	C.C.	53931769	H. Nazareth	Aux. T.O	Planta	carolinaleonespinel	3147434544.	Carolina Leon
20	Diana Rosero	CC	41388065	H Nazareth	SG	Planta	— O —	3133735404	

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 recnieclarán 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.

Powered by CamScanner

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 (20240119963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Muevete y respira- Respira al cuidador. 2. Lugar o Localidad o Sede: C.C Hogar Nazareth. 3. Fecha y hora: 13 Marzo 2025 8:00am-5:00pm.
4. Nombre responsable: Nancy Britel. Ximena Quevedo. 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	Mariela Cardenas	CC	53154520	Hogar Nazareth	Residente Farmacia	Planta	dmore71@gmail	3193051676	
2	Yuliana Rodriguez	CC.	1067736957	Hogar Nazareth Chiquinquira	Delegado Documental	Planta	archivohnch@bienestar gradodeavi.edu.co	3147749976	
3	Sandra Roa	CC	65719044	Hogar Nazareth.	Regencia Farmacia	Planta	Anitros78@hotmail.com	3212117460	
4	Carolina Romero	CC	1069741424	Hogar Nazareth	AUX TO	Planta.	Carbonerogarcia@gmail.com	3202926069	
5	Wilson Bermudez G	CC.	80772677	H. Nazareth	Artes	Planta	wilbarge@hotmail.	3152237727	
6	Nicole Perea R	CC	1070625941	H. Nazareth	T. Social	Planta	Tsocialhnz@tesa	3128614213	
7	Deby Cubillos	CC	1069734608	H. Nazareth	Apoyo documental T. Social	Planta	archivohnch@tesa gradodeavi.edu	3108055362	
8	Diana N. Ruiz C	CC	53047408	CC Hogar Nazareth	T. Social	Planta	tsocialhnz@tesa.edu	3124165808	
9	Oscar Bermudez	CC	1.069.771.736	CC Hogar Nazareth	Gerontologo Fisico	Planta	Oscarzbermudez@gmail.com	3178762206	
10	Paola Silva Pineda	CC.	1.033585404	CC Hogar Nazareth	Tec. operativo	planta	paola.3211@gmail.com	3204830740	
11	Nancy Britel	CC.	52159506	CC Hogar Nazareth	Psicologa	Planta	nombritel@hotmail.com	3212089409	
12	Jenny Tatiana Pinilla	CC	1069133184	Educadora	Aux Enf	Planta	tpinilla1@gmail.com	3132012586	
13	Maycol A. Montenegro	CC	1071548755	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria	Planta	maycol.montenegro@sdis.gov.co	3146660627	
14	Sonia Ximena Quevedo	C.C	1018484914	Hogar Nazareth	Psicologa	Planta	soxaque1@gmail.com	3193598889	
15	Pbro David Pinzon	CC	1003516586	Hogar Nazareth	Aux Enf.	Planta	davidfss@gmail.com	3044057070	
16	Sara Yiceth Bulbs	CC	1067476726	Hogar Nazareth	Aux enfermeria	Planta	Sarayi9493@gmail.com	3213648977	
17	Yolima Gonzalez A	CC	53931803	Hogar Nazareth	Aux Enfermera	Planta	yolibogarama1984@hotmail.	3202559821	
18	Camilo P. Padilla Saborda	CC	1033732374	Hogar Nazareth	Tallerista	Planta	camilopadilla saborda@gmail.com	3212874293	
19	Rubiela Giraldo G	CC	66318566	H. Nazareth	Coordinadora	Planta	hogarnazareth	3189149500	
20	Paola Velasco	CC	31446270	H. Nazareth	Enfermera	Planta	Paolvel2@hotmail.com	3134490709	

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"

Powered by CamScanner

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: Muevete y respira' Respira al cuidador · 2. Lugar o Localidad o Sede: C.C Hogar Nazareth 3. Fecha y hora: 14 Marzo 2025 8:00 a.m.

4. Nombre responsable: Nancy Britel - Ximena Quevedo. 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	Monica Sarmiento	CC	1003516938	Hogar Nazareth	Auxiliar Enfermera	Planta	sarmientomonica0@ssgmail.com	32245334	
2	Nelly Leguizamo	CC	53931849	Hogar Nazareth	Auxiliar de enfermeria	Planta	nelly30@hotmail.com	3214761471	
3	Sandra Gaviria	CC	52544446	Hogar nazareth	Aux enfermera	Planta	Sandra gaviria 1987@	3123287237	
4	Nora Fosero	CC	20822821	Hogar Nazareth.	Aux Enfermera	Planta	norafosero barbosa@yahoo.es.	3115934316	
5	JEREMIAS LOPEZ M	CC	1069742984	H. NAZARETH	S.G	PLANTA	JL7270663@GMAIL.COM	3115953821	
6	Alejandra Montenegro	CC	1069742590	Hogar nazareth	Auxiliar enfermeria	Planta	alejandra.montenegro029mail.com	3125439586	
7	Nelly Fabian Zarza	C.	52523926	Hogar Nazareth	SG	planta	nelly fabian 2007@hotmail	3142667448	
8	Luz Miryam Ortiz	CC	39629314	H Hogar Nazareth	SG	planta	ortizluzmiryam7	3203362578	
9	Angie Diviana Bony	CC	1069743722	Hogar Nazareth.	Auxiliar Enfermera	planta	divi-bunny@hotmail.com	3212340745	
10	Claudia Sabogal	CE	832010	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria	Planta	Yenieculer@outlook	3143420857	
11	Yuli Castillo	CC	1074452729	HOGAR NAZARETH	AUX ENFERMERIA	PLANTA	yulicastillo@gmail.com	304 [illegible]	
12	Jhon h. Sanchez Parebs	CC	1115082300	Hogar Nazareth	Geriontologo	Planta	[illegible]	3009299967	
13	Esteban Garavito	CC	1010528913	Hogar Nazareth	Auxiliar Enfermeria	Planta	Esteban Garavito236@gmail.com	3108523989	
14	Hna Olivia Rodriguez P	CC	29161323	Hogar Nazareth	Comunidad Religiosa	NA.	hogarnazarethchiriqui@gmail.com	3202692589	
15	Hna Maria Gloria Martinez	CC.	31.245.089	Hogar Nazareth.	Comunidad Religiosa	NA.	Hogarnazarethchiriqui@gmail.com.	311.3022459	
16	Yenny Carolina Olarte	CC.	169747689	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria	Planta	hogarnazarethchiriqui@gmail.com	3106253217	
17	Clara Ines Gil	CC	52107266	H Nazareth	OPC	planta	[illegible]	3248087485	
18	Santiago Vargas	C.C	1146129639	H Nazareth	O.P.C Senca	Planta	[illegible]	3003926867	
19	Laura Bernal	CC	1233491138	H Nazareth	OPC	Planta	[illegible]	3228942882	
20	Gloria Arroyave	PC	28945454	H Nazareth	SG	Planta	hogarnazarethchiriqui@gmail.com.	3214155795	

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. (Fin). 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

Powered by CamScanner