Lugar	Comunidad de cuidado Hogar Nazareth Chinauta
Fecha	21 de marzo de 2025 2:00 pm
Tema	**MUEVETE Y RESPIRA**
Desarrollo	**OBJETIVO** Prevenir la aparición de desórdenes físicos y psicológicos tales como la fatiga muscular y mental. **ORDEN DEL DIA** — Saludo — Se ejecuta la realización de ejercicios físicos y mentales — Se emplea un término de 10 a 15 min. — Finaliza con registro de asistencia. **INTRODUCCION** El programa de pausas activas tiene como finalidad crear conciencia en los cuidadores de la **COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH**, sobre la importancia de tener hábitos saludables dentro de la jornada laboral y la vida personal; se busca promover hábitos preventivos de tal manera que podamos evitar la adquisición de enfermedades profesionales, el ausentismo y las incapacidades generadas por estas. Pretendemos generar espacios que mejoren los ambientes de trabajo y contribuir de esta manera a elevar los niveles de producción, el manejo del stress, la comunicación, el trabajo en equipo y las mejores relaciones interpersonales. Las Pausas Activas se definen como el uso de un breve espacio de tiempo en la Jornada Laboral, con el fin de recuperar energías y ser eficientes en las labores, estas actividades compensan las tareas desempeñadas, revirtiendo la aparición de fatiga muscular y el cansancio ocasionados por el trabajo. Por consiguiente, la aplicación de un Programa de Pausas Activas en los puestos de trabajo surge principalmente como respuesta a la aparición de diferentes lesiones osteomusculares ocasionadas ya sea por el puesto de trabajo, posturas inadecuadas, agotamiento visual, contaminación auditiva, dolores musculo esqueléticos y articulares a nivel de espalda y miembros superiores e inferiores y hasta alteraciones vasculares periféricas (Várices), entre otras. Consiste en la utilización de variadas técnicas en períodos cortos (máximo 15 minutos), durante la jornada laboral con el fin de activar la respiración, la circulación sanguínea y la energía corporal para prevenir desordenes psicofísicos causados por la fatiga física y mental y potencializar el funcionamiento cerebral incrementando la productividad y el rendimiento laboral.

Scanned with CamScanner

BENEFICIOS:

AUMENTAN	DISMINUYEN
La armonía laboral a través del ejercicio físico y la relajación.	El estrés laboral.
Alivian las tensiones laborales producidas por malas posturas y rutina generada por el trabajo.	Los factores generadores de trastornos músculo - esqueléticos de origen laboral que repercuten principalmente en cuello y extremidades superiores.
Incrementan el rendimiento en la ejecución de las labores.	Las ausencias al trabajo.

RECURSOS

La ejecución de las pausas activas no se requiere de elementos. Solo compromiso y disposición de los cuidadores con el fin de promover bienestar.

METODOLOGIA

- Realizar ejercicios respiratorios, antes de cada pausa activa.
- Continuar con ejercicios de activación muscular, realizando movimientos articulares, de cabeza a pies, repitiéndolos entre 5 y 7 veces
- Continuar con ejercicios centrales de tonicidad muscular seleccionando un área del cuerpo para cada día, o ejercicios visuales, estos servirán de guía para realizar la actividad diariamente.
- Finalizamos con ejercicios de estiramiento enfatizando en los grupos musculares donde realizamos ejercicios de tonicidad y en grupos musculares donde se sienta mayor tensión o cansancio físico

DESARROLLO

Se realizan visitas en los servicios reuniendo al personal de turno a fin de ejecutar series de ejercicios de estiramientos y charla concientizando, enseñándoles a tomarse un espacio cada 2 horas para que repitan los ejercicios creándoles la cultura y buenos hábitos laborales para evitar lesiones o enfermedades lumbares, osteo-musculares o psicológicas.
En donde se desarrollaron los días: **04-05-10-13-18-20-21**-de marzo 2025.
Conclusión: se evidencia que la actividad la toman de forma asertiva, pero se hace necesario ser más insistentes debido a que el personal es renuente a practicar las actividades por su propia cuenta, por la poca cultura de auto cuidado.

ANEXO: Formato de planilla de asistencia FOR-GD-023 y evidencias fotográficas.

Scanned with CamScanner

Asistentes	**Nombre**	**Cargo/Rol**	**Dependencia**
	María Rubiela Giraldo	Coordinadora	Coordinación
	Oscar David Bermúdez	Educador físico	Educación Física
	Paola Pedreros Garzón	Fisioterapeuta	Fisioterapia
Compromisos	**Actividad**	**Responsable**	**Fecha límite**
	Realizar una pausa activa de 5 minutos 2 veces al día.	cuidadores	Finalización del Convenio
Próxima reunión	Continuidad mes de abril		
Elaboró	Paola Pedreros Garzón -Fisioterapeuta / Oscar Bermúdez – Edu Físico		

Scanned with CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Codigo FOR-GD-023
Version 2
Fecha Memo I2024018963 - 12/07/2024
Pagina 1 de 1

1 Tema Maneje y Respiro 2 Lugar o Localidad o Sede CC Hogar Nazareth. 3 Fecha y hora 04-03-2025 03:23 PM.

4 Nombre responsable Area Educacion Fisica y Fisioterapia. 5 Dependencia responsable Sub-Direccion Para La Vejez

6 Item	7 Nombres y Apellidos	8 Documento de identidad		9 Entidad / Dependencia	10 Rol / Cargo	11 Planta / Contratista	12 Correo electrónico	13 Telefono y Ext / Celular	14 Firma
		8.1 Tipo	8.2 Numero						
1	Duby Astrid Cubillos	CC	1069734608	C.C. Hogar Nazareth.	Delegada documental	Planta	archivohnt@tecnologico.delsur.edu.co	3108085382	Duby Cubillos
2	Luz Yojana Pachajoa Aya	CC	1085286959	C.C. Hogar Nazareth Ilarque	Delegado Documental	Planta	archivohnp@tecnologicodelsur.edu.co	3144749306	
3	Monica Sarmiento	CC	1003967358	C.C. Hogar Nazareth	Auxiliar Enfermeria	planta	sarmientamonica0@gmail.com	3222453317	
4	Claudia Sabogal	CC	35250105	CC Hogar Nazareth	aux en enfermeria	Planta	familiacasabogal@hotmail.com	3143420857	
5	Miryam Ortiz C.	CC	39.629.146	H Nazareth	SG	planta	ortizluzmiryam1@gmail.com	3203367578	
6	Alexandra Ramirez	CC	1069746036	H Nazareth	SG	planta	alexandrita1994180@gmail.com	3022891768	
7	Gloria Linares	CC	26945954	H Nazareth	SG	planta	Hogarnazareth1@hotmail.com	321 4155795	
8	catalina Daza	CC.	1069726523	H Nazareth	SG	Planta	Hogarnazareth1@hotmail.com	3219509821	
9	Diana P. Ruiz C	CC	53047408	CC Hogar Nazareth	T-Social.	Planta	trabajadorasocial.hogar@tecnologicodelsur.edu.co	3124165808	
10	Nicole Perez R.	CC	1020625911	CC Hogar Nazareth	T. Social	Planta	trabajadorasocialhnz@tecnologicodelsur.edu	3128614213	
11	Wilson Bernardo Gomez	CC	80722677	H. Nazareth	Artes	Planta	willengoe@hotmail.com	3152257977	
12	Shey A. Sanchez Morales	CC	1115082800	H. Nazareth	Gerontologa	Planta	gerontologia.hnz@tecnologicodelsur.edu.co	3007299962	
13	Paola Pedreros G	CC	1075274514	H Nazareth	Fisio	planta	fisioterapiahnz@tecnologicodelsur.edu.co	3244258382	
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

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 recolectan en 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

Scanned with 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: Inducción y Reinducción
2. Lugar o Localidad o Sede: CC Hogar Nazareth
3. Fecha y hora: 05-03-2025 03:12 PM.
4. Nombre responsable: Área Gerencia Física y Fisioterapia
5. Dependencia responsable: 506 - Dirección Pares La Vega.

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	Yuyana Rodriguez Ayala	CC.	1069736859	CC. Hogar Nazareth Girardot	Abogada Documental	Planta	archivohnz@tecnologicodelsur.edu.co	3144149306	
2	Nelly Lesmes	CC	53978685	CC. Hogar Nazareth	Auxiliar enfermera	Planta	nellesmes@hotmail.com	3214251471	
3	Nancy Britel	CC.	52159506	CC. Hogar Nazareth	Psicologa	Planta	nambritela@hotmail.com	3212089409	
4	Patricia Piñeros	CC	39628396	CC. Hogar Nazareth	Aux. Enfermeria	Planta	patolin20102u@hotmail.com	3007768063	
5	Duby Cubillos	CC	1064334408	CC. Hogar Nazareth.	Abogada Documental	Planta	archivocentralosic@del.sur.educo	3108853562	
6	Paola Pedrero G	CC	1075254511	CC. Nazareth	Fisio	planta	fisioterapiahnz@tecnologicodelsur.edu.co	3144587387	
7	Mayreth Cruz Ramirez	CC	1073697791	CC Nazareth	JC	Planta	tocupacionalhnz@tecnologicodelsur.edu	3162393313	
8	Sonia Ximena Quevedo	C.C	1084884914	H. Nazareth	Psicologa	Planta	soxiquet@gmail.com	3143918889	
9	Nicole Perez Rodriguez	CC	1070625911	H. Nazareth	T. Social	Planta	tsocialhnz@tecnologicodelsur.edu.co	3128614213	
10	Diana Marcela Ruiz C.	CC	53047408	Hogar Nazareth	T. social.	Planta	tsocialhnz@tecnologicodelsur.edu.co	3124165808	
11	Monica Jaimiento	CC	1003516935	Hogar Nazareth	Auxiliar Enfermeria	planta	jaimientomonica00@gmail.com	3222453317	
12	Yuli Marcela Castillo	CC	1070752724	Hogar Nazareth	Auxiliar Enfermeria	Planta	yulicg3970@gmail.com	3044666205	
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

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.

* 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

Scanned with CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

PROCESO GESTION DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Codigo FOR-GD-023
Versión 2
Fecha Memo I2024018963 12/07/2024
Página 1 de 1

1 Tema Muerte y Respiro 2 Lugar o Localidad o Sede CC Hogar Nazareth 3 Fecha y hora 10-07-2025 03:10 PM

4 Nombre responsable Area Gerencia Fisica y Fisioterapeuta. 5 Dependencia responsable Sub-Direccion Prov. Cal Vejez

6 Item	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 Numero						
1	Yojana Rodriguez A	cc	1069936859	CC. Hogar Nazareth Chapinero	Delegado Documental	Planta	gestiohn@tecnologica delsur.edu.co	3144749306	
2	Nelly Lejarmo	cc	53531847	CC Hogar Nazareth Suba	Aux enfermeria	Planta	nellylejarmo@hotmail.com	3214256471	
3	Claudia Sabogal	cc	37250105	CC Hogar Nazareth	Aux enfermeria	Planta		3143420859	
4	Aby Astrid Cubillos	cc	1069934108	CC Hogar Nazareth	Delegado Documental	Planta	gestionn@tecnologica delsur.edu.co	3108085362	
5	Sandra Gaona	cc	3525	Hogar nazareth	Aux enfermeria	Planta	Sandra.gaona1982@gmail.com	3123287237	
6	Yuli Castillo	cc	1070757774	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria	Planta	yulicastillo2@gmail.co	3044666206	
7	Gloria Arroyave	cc	28945959	H Nazareth	SG	Planta	hogarnazareth@hotmail.com	3214657795	
8	Miryam ortiz c	cc	39629349	H Nazareth	SC	planta	Ortiz.luz.Miryam@	3205567578	
9	Alexandra Ramirez	cc	1069774603	H Nazareth	S.G	Planta	alexandrita1994 1@gmail.com	3022891768	
10	Jenny Escobar Saenz	CC	1072493893	H Nazareth	SG	Planta	jennicataz@.G.mail.com	3143278109	
11	Nancy Britel	cc	52159506	H. Nazareth	Psicologa	Planta	nambritel@hotmail.com	3212089409	
12	Nicole Perez Rodriguez	CC	1070625911	H. Nazareth	T. Social	Planta	Tsocialhn2@tecno	3128614213	
13	Sonia Ximena Quevedo	CC	1018484914	Hogar Nazareth	Psicologa	Planta	soniquet@gmail.com	3193598889	
14	Paola Pedreros	cc	1073249311	H Nazareth	Fisio	Planta	Fisioterapeutahn@ten...	3244138192	
15									
16									
17									
18									
19									
20									

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.

Esta 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.

Scanned with 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 Muerte y Respiro
2 Lugar o Localidad o Sede CC Hogar Nazareth
3 Fecha y hora 13-03-2025 03:30 PM.
4 Nombre responsable Área Educación Física y Fisioterapia
5 Dependencia responsable Subd - Dirección Para Ciclo Vejez

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	Deiras López T.	CC	35.250817	Hogar Nazareth.	Auxiliar Enfermería	Planta.	deniritho3@gmail.com	3022205045	Deiras López
2	Pedro David Pinedo L.	CC	7003516016	Hogar Nazareth	Auxiliar Enfermería	Planta	pedro.d.p1337@gmail.com	3046105782	
3	Karen Bermudez	CC.	1003516033	Hogar Nazareth	Aux enfermería	Planta	Karenvul@gmail.com	3146100236	
4	Marcela Cardenas	CC	53154570	Hogar Nazareth	Regente farmacia	Planta	dmarce7@gmail.com	3143651676	Marcela C.
5	Sandra Roa	CC	65719044	Hogar Nazareth	Regente farmacia	Planta	milros78@hotmail.com	3212117968	Sandra Roa
6	Nicole Perez	CC	1070685911	Hogar Nazareth	T. Social	Planta	Trabajadorasocial@tecnologico	3128619713	Nicole Perez
7	Mayreth Ore Ramirez	CC	1073697791	CC Hogar Nazareth	TO	Planta	terapiaocupacional@tecnologicodelsur.edu.co	3162393313	Mayreth Ore Ramirez
8	Tania Ximena Quevedo	C.C	1018484914	Hogar Nazareth	Psicologa	Planta	soxique1@gmail.com	3193598889	
9	Alex Guillermo C.	CC	1125773371	Hogar N.	SG	Planta	Hogarnazareth@Gmail.com	3202538855	
10	Jaime Villalba	CC	82391720	Hogar Naz.	Mantenimiento	planta	jaimedvillalba88@gmail.	3228646586	
11	Wilson Bermudez G.	CC	80736617	Hogar Nazareth	Artes	Planta	wilbergelectronic	3152237727	
12	Yojana Rodriguez A	CC.	1069736959	CC Hogar Nazareth	Delegado Documental	Planta	archivohnn@tecnologicodelsur.edu.co	3144749306	
13	Dilly Astrid Cubillos	CC	1069734698	Hogar Nazareth	Delegado Documental	Planta	archivohnn@tecnologicodelsur.edu.co	3108085362	Dilly Cubillos
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

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.

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

Scanned with CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTION DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Codigo	FOR-GD-023
Versión	2
Fecha	Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página	1 de 1

1. Tema: Mucrete y Reactri. 2. Lugar o Localidad o Sede: CC Hogar Nazareth 3. Fecha y hora: 18-03-2025 03:15 PM.

4. Nombre responsable: Area Educativa Fisica y Fisioterapeuta 5. Dependencia responsable: Subdirección Para la Vejez

6 item	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	Yajaira Rodriguez Ayc	cc	1069738959	CC. Hogar Nazareth	Profesional Documental	Planta	archivohnz@tecnologico delsur.edu.co	3144749306	
2	Duby Astrid Cubillos	CC	1069734608	CC. Hogar Nazareth	Profesional documental	Planta	archivohnz@tecnologico delsur.edu.co	3108095362	Duby Cubillos
3	Nancy Brite)	CC	52159506	CC. Hogar Nazareth	Psicóloga	Planta	nancybritel@hotmail.com	3212089407	Nancy Brite)
4	Nelly Leguizamo	cc	53531595	CC Hogar Nazareth	Auxiliar	Planta	nan4309@hotmail.com	3214261971	
5	Ana Patricia Piñeros	CC	39628396	CC Hogar Nazareth	Aux. Enfermera	Planta	patolin201024@hotmail.com	3007768063	
6	Paola Pedreros	CC	1075254911	CC. Nazareth	Fisio	planta	Fisioterapiahnz@tecnologico.edu.co	3244258382	
7	Mayreth Cruz Ramirez	CC	1073699741	CC Nazareth	TO	Planta	terapiaocupacionalhnz1@tecnologicodelsur.edu	3162393313	
8	Sonia Ximena Quevedo	C.C	1018484914	H. Nazareth	Psicóloga	Planta	soxyque1@gmail.com	3193598889	
9	Nicole Perez Rodriguez	C.C	1070625911	H. Nazareth	T. Social	Planta	Tsocialhnz2@hotmail.com	3128619216	Nicole Perez
10	Diana M. Ruiz C.	CC	53047408	Hogar Nazareth.	Trabajo Social	Planta	tsocialhnz2@tecnologicodelsur.edu.co	3124165808	
11	MONICA	CC	1002516936	hogar nazareth	AUXILIAR ENFERMERIA	planta	sarmientamonica088@gmail.com	3222455317	
12	Yuli Castillo	cc	1070752729	HOGAR NAZARETH	AUXILIAR ENFERMERIA	PLANTA	Yulic39700@gmail	3044666726	MARCELO C
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

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. En el evento 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

Scanned with 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 — 2. Lugar o Localidad o Sede: CC Hogar Nazareth — 3. Fecha y hora: 20-03-2025 03:40 P.M.

4. Nombre responsable: Area Educacion fisica y fisioterapia. — 5. Dependencia responsable: Sub-Direccion para la Vejez.

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	1005516886	Hogar Nazareth	Auxiliar enfermeria	planta	sarmientomonica008@gmail.com	3222453317	Monica S.
2	Sandra Gaviria	CC	3525444	Hogar nazareth	Aux enfermeria	planta	Sandra.gaviria6@gmail.com	3122287232	
3	Claudia Yamile Sabogal	CC	35250101	Hogar Nazareth	Aux enfermeria	planta	Yamile.delacalle@gmail.com	3243420857	
4	Nelly Izquierdo	CC	53578947	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria	planta	nelly3@hotmail.com	3214761671	
5	Yuli Castillo	CC	1070752729	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria	Planta	yulicastillo07@gmail.com	3044666206	
6	Yojana Rodrigo Aya	CC	1069736959	Hogar Nazareth Mar	Delegada Documental	planta	gestionhumana@tecnologicodeloriente.edu.co	3144749308	
7	Deby Astrid Castillo	CC	1069354608	Hogar Nazaret	Delegada documental	Planta	archivo@tecnologicodeloriente.edu.co	3100085362	
8	Wilson Bautista G.	C.C	80132697	H Nazareth	Apoyo	Planta	wilbenga@hotmail.com	3152237727	
9	Paola Pedreros G	CC	1073219511	H Nazareth	FISIO	Planta	fisioterapiahn@terra.co	3244251493	
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

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"

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

Scanned with 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: Huertas y Reciclaje | 2 Lugar o Localidad o Sede: CC Hogar Nazareth. | 3 Fecha y hora: 21-03-2025 03:00PM

4 Nombre responsable: Area Educación Física y Fisioterapia. | 5 Dependencia responsable: Sub-Dirección Para La Vejez

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	Miryam ortiz	CC	39629345	Hogar Nazaret	SG	planta	ortiz1uzmiryam@	3203362578	
2	Mayerly Montenegro	CC	1014548455	Hogar Nazareth	Aux enfermera	planta	mayerlymontenegro@gmail.com	3046666667	
3	Denis Lpez	cc	35.210.814	Hogar Nazareth	Aux Enfermera	Planta	denistrib59@gmail.com	3022205045	
4	[illegible]	cc	1066[illegible]	Hogar Nazareth	OPC	Planta	[illegible]	3114[illegible]	
5	Laura Bernal	CC	1233441156	Nazareth	OPC	Planta	lauritaloscano	3228542552	
6	[illegible]	cc	1033[illegible]	Nazareth	TOMASA	Planta	[illegible]	3212874[illegible]	
7	Zulma Lacca	CC	52194380	Hogar Nazareth	OPC	PLANTA	zuaccola@gmail.com	3176780242	
8	Carolina Espinosa	CC	1030567[illegible]	SG	SG	planta	Hogarnazarethchapinero@gmail.com	3142904529	
9	Deivi Bricen	cc	191.1374	HN	OPC	Planta	[illegible]	3[illegible]	
10	[illegible]	CC	1001[illegible]	[illegible]	OPC	[illegible]	[illegible]	3[illegible]	
11	Jenny Escobar Saenz	CC	1072[illegible]	HN.	SG.	planta	Hogarnazarethchapinero@gmail.com	3043778109	
12	Alexandra Ramirez	cc	1069746036	HN	SG	planta	alexandrita1994 18@gmail.com	3022897768	
13	María Eugenia Bonilla	cc	32276556	Hogar Nazareth	SG	planta	mariaeugenia202	3112893377	
14	Catalina Díaz Fernández	cc	1069726583	Hogar Nazareth.	SG	Planta	cdiaz@hotmail.com	3219500821	
15	Clara Inés Gil	CC	52101266	H Nazareth	OPC	planta	Clarainesgil62@gmail.com	3219508745	
16	Marcela Cardenas	CC	53154520	Hogar Nazareth	Recepcionista	planta	dmcr07@gmail.com	3193051670	
17	Sandra Rocio	cc	65719044	Hogar Nazareth	Recepcionista	planta	milros76@hotmail	3212117968	
18	L. Maireth Gamez	CC	1093[illegible]	Nazareth	Auxiliar enfer	Contratista	Rebyjuan@yn.c	3042535259	
19	Carolina Gamero	CC	1069741[illegible]	Hogar Nazareth	Aux TO	Planta	[illegible]	3202928104	
20	Santiago Vargas	C.C	1146[illegible]	Hogar Nazareth	O.P.C	Planta	[illegible]	3103412267	

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.

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.

Scanned with 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 Nutrete y Respira. 2. Lugar o Localidad o Sede CC Hogar Nazareth 3 Fecha y hora 21-05-2025 03:00 p.m.

4 Nombre responsable Area Educación Física y Fisioterapia. 5 Dependencia responsable Sub-Dirección Para La Vejez

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	Yolima Gonzalez	cc	53931503	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria	Planta	yolimagonzalez1984@hotmail.	3202559826	
2	JEREMIAS LOPEZ M	CC	1069742984	H. NAZARETH	SG.	PLANTA	JL7270663@GMAIL	3115953821	
3	Nicole Perez Rodriguez	C.C	1090625941	H. Nazareth	T. Social	Planta	tsocialhnz@tecnologicodelsur.edu.co	3128614213	Nicole Pe
4	Mayreth Cruz Ramirez	CC	1073699741	H. Nazareth	TO	Planta	tocupacionalhnz@tecnologicodelsur.edu.co	3162393313	
5	Alex Castellanos	cc	1125737371	H Nazareth	SG.	Planta	agcastellanos@hn	3202558856	
6	Jaime Urrutia	c.	52391770	H Nazareth	Mantenimi	plano	Jaime.Vv.1685@gm	3222646588	
7	Andy diaz	CC	1065742478	H. Nazareth	Aux Enfermera	planta	andydiaz1086@gmail.com	3204682063	
8	Jenny Tatiana Pinilla	CC	1069433124	Hogar Nazareth	Aux Enf	Planta	Pinillatatiana430@gmail	3132103066	
9	Pedro Daniel Pinzon	CC	1000356208	Hogar Nazareth	Aux Enf.	Planta	Pedropinzon@gmail	3011105220	
10	Karen Bermudez	CC	1023516273	Hogar Nazareth	Aux enfermera	planta	karen@gmail.com	3146200750	
11	Sara Yiseth Bustos	CC	1.069476726	Hogar Nazareth	Aux enfermeria	Planta	sariag9493@gmail.com	3213498977	Sara B
12	Diana Alvarez	CC	1234727.	Hogar Nazareth	T.O	Planta	dianaalvarez@gmail.com	3044919005	
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

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.

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

Scanned with CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Codigo	FOR-GD-023
Version	2
Fecha	Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página	1 de 1

1 Tema: Muxute y Respiro 2 Lugar o Localidad o Sede CC Hogar Nazareth 3 Fecha y hora 21-03-2025 09:00 PM.

4 Nombre responsable Area Educacion Fisica y Fisioterapia. 5. Dependencia responsable Sub-Direccion Para La Vejez

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	Carolina Tesq.	C.C.	53.931.769	Hogar Nazareth.	AUX T.O.	Planta	carito2006tesq@gmail.	3142434594	
2	Wilson Bernardes G.	CC	80132677	H. Nazareth	Artes	Planta	wilbergo@hotmail.	3152237727	
3	Diana Marcela Roa C.	CC.	53047408	Hogar Nazareth	Trabajo Social	Planta	fisioterapeuta@tecnologico-edu.co	3124165808	
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

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."

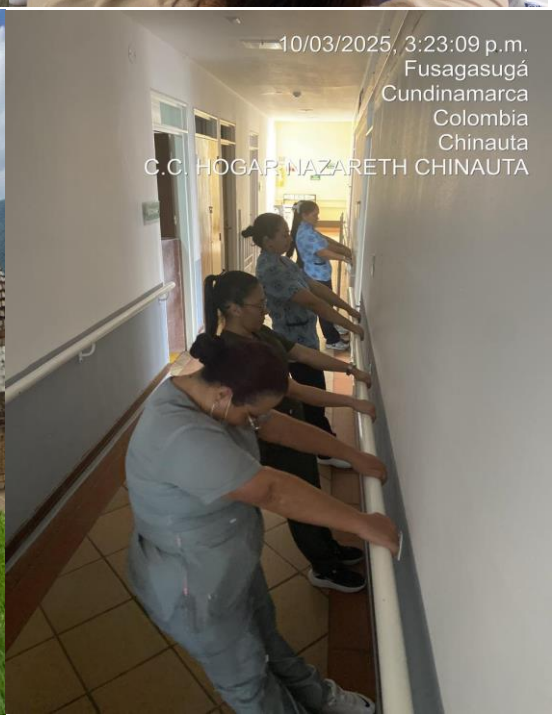
Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestion de la Seguridad y Salud en el Trabajo

Scanned with CamScanner


10/03/2025, 3:45:07 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


5/03/2025, 3:07:11 p.m.
a Bogota Girardot - Boquerón - Fusagasugá
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


13/03/2025, 3:21:00 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


10/03/2025, 3:23:09 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


20/03/2025 59:29 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


CC Hogar Nazareth - Chinauta
21/03/2025 02:38:31 p. m.


10/03/2025, 3:45:21 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


CC Hogar Nazareth - Chinauta
21/03/2025 02:30:17 p. m.


18/03/2025, 2:45:34 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


CC Hogar Nazareth - Chinauta
21/03/2025 02:39:27 p. m.

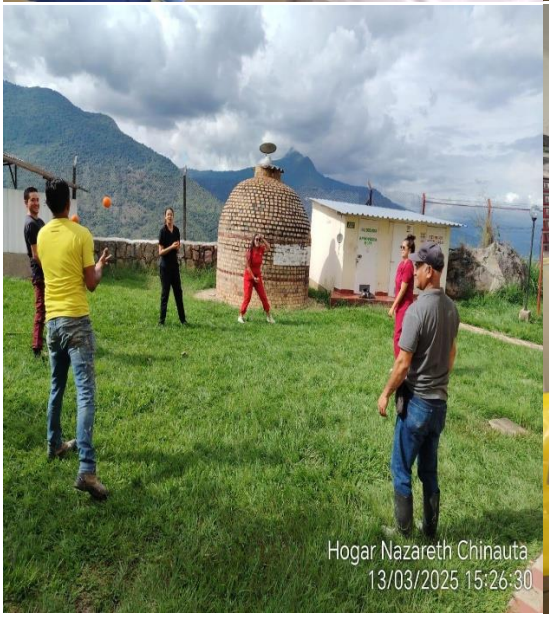

CC Hogar Nazareth - Chinauta
21/03/2025 02:30:31 p. m.

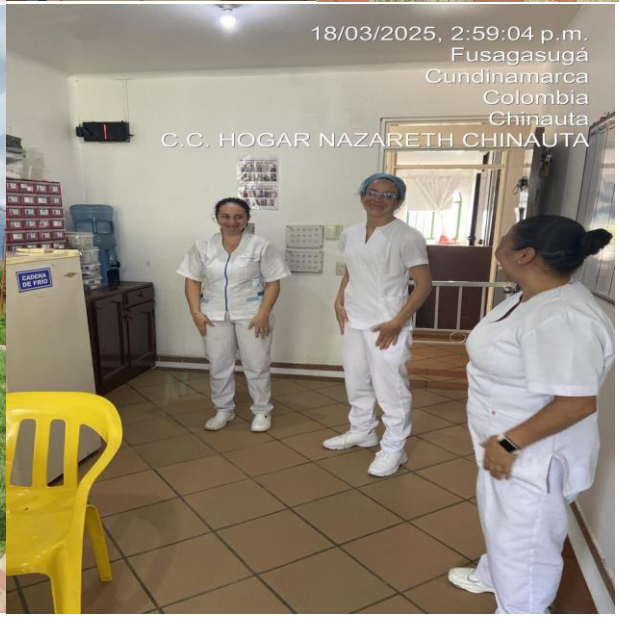

18/03/2025, 2:45:23 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


18/03/2025, 3:25:35 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


4/03/2025, 2:43:07 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA


Hogar Nazareth Chinauta
13/03/2025 15:26:30


18/03/2025, 2:59:04 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta
C.C. HOGAR NAZARETH CHINAUTA