ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Página: 1 de 1

Fecha de ejecución:	03	04	2025	
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Samper Mendoza.			
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable.			
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento.		Profesional a cargo:	Paola Forero –Trabajadora Social
Nombre de la actividad:	Hábitos de vida saludable			

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover estilos y hábitos de vida saludable en las personas mayores, a través de acciones concretas de promoción y prevención, enfocadas a propiciar una calidad de vida en todas sus dimensiones, biológicas, cognitivas, afectivas y mentales a partir de la transformación de imaginarios y buenas practicas del envejecimiento.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Fomentar hábitos saludables mediante una serie de ejercicios con diferentes actividades relacionadas con la alimentación, el ejercicio y el bienestar emocional.
2. Fortalecer los estilos y hábitos de vida saludable esto mediante actividades lúdicas para que den continuidad a su desarrollo de actividades de la vida diaria.
3. Resignificar imaginarios adversos a la vejez y el envejecimiento en las personas mayores asistentes.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Durante el mes de Abril, el día 03 de abril de 2025 en horas de la mañana, se realizará la actividad "Hábitos de vida saludable" la cual tiene como objetivo: Promover estilos y hábitos de vida saludable en las personas mayores, a través de acciones concretas de promoción y prevención, enfocadas a propiciar una calidad de vida en todas sus dimensiones, biológicas, cognitivas, afectivas y mentales a partir de la transformación de imaginarios y buenas practicas del envejecimiento. Se motiva a las personas mayores a participar de esta actividad, la cual logra fomentar los estilos y hábitos de vida saludable de manera positiva y creando una vejez digna y activa.
MOMENTO CENTRAL	Esta actividad se hace de acuerdo a estaciones saludables, en el primer momento se realiza actividad física guiada llamada estación de movimiento: El cual se realizan estiramientos en silla para activar el cuerpo y juegos con bombas para fortalecer su motricidad. Luego de ello, está la estación de nutrición: En la cual se realiza una breve charla sobre alimentación saludable. Luego empieza la Estación de bienestar emocional, se realiza ejercicio de respiración y meditación guiada para reducir el estrés y fomentar la relajación. Y finalmente se realiza una Estación de socialización, en la cual se realiza dinámica y comparten una anécdota divertida y consejos sobre bienestar.

MOMENTO FINAL	Esta actividad les hizo fomentar hábitos saludables mediante la serie de ejercicios realizada por medio de diferentes series relacionadas con la alimentación, el ejercicio y el bienestar emocional, esta actividad también logra fomentar el trabajo en equipo, el compañerismo y el saber escuchar a los demás. Las personas mayores fortalecen además de ello la cohesión grupal y las relaciones interpersonales mediante valores como el respeto, la solidaridad y la escucha. Se logra la participación activa de la población atendida.

RECURSOS	
* Personas mayores.	* Bombas
* Talento Humano.	* Sonido.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Las personas mayores participaron activamente de la actividad realizada, reconociendo la importancia de cuidarnos siempre, y de mantener los hábitos de vida saludable en todo momento, ya que con esto garantizamos una vejez digna y activa. Participaron activamente brindando sus opiniones y presentando sus dudas ante los temas tratados, también reconocieron que a través de las actividades lúdicas pueden crear grandes aprendizajes. Se fortalecieron las relaciones interpersonales por medio de la actividad.

Como resultados tenemos que del 100% de las personas mayores que asistieron al servicio del Centro Cuidado Transitorio Samper Mendoza, en la actividad Participó el 58%, lo que corresponde a 24 personas de 41 asistentes al servicio. Se usa el medio de evaluación donde se observa que el 100% de las personas mayores refieren agrado, interés y motivación por el desarrollo de la actividad.

Logros: Se logró fomentar hábitos saludables mediante una serie de ejercicios con diferentes actividades relacionadas con la alimentación, el ejercicio y el bienestar emocional.

Dificultades: No se evidencian dificultades en el desarrollo de la actividad.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Paola Forero Fecha: 03/04/2025	Hábitos de vida saludable.
	
	

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:	03-04-2025
Nombre del coordinador:	IVON ANDREA CAMPOS REY	Jornada:	Día X Noche:
Nombre de quien registra el ingreso:	J. Liana Lobet		

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Ortiz	Nombre del Profesional: Forero	Nombre del Profesional: Cuervo	Nombre del Profesional: Cervera
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: Habilidades practicas y envejec.	LINEA: Habilidades practicas y envejec.	LINEA: Fortalecimiento actividades	LINEA: Fortalecimiento actividades
1	CC	12093676	Lisandro	Ayca Macias			NO	NO	NO	NO
2	CC	13447850	Luis Fernando	Hernandez Vera			NO	NO	NO	NO
3	CC	17128613	Victor Alfonso	Hernandez Rodriguez			NO	NO	SI	SI
4	CC	6496835	Guillermo	Betancurt Sepulveda			NO	NO	NO	SI
5	CC	19212678	Julian	Rubio Vasquez			NO	NO	SI	SI
6	CC	79256438	Luis Fernando	Camelo			NO	NO	SI	NO
7	CC	2869000	Eccelino	Perez Mendez			NO	NO	NO	NO
8	CC	20951372	Ana Baltazia	Naranjo Avilla			SI	SI	NO	SI
9	CC	1013754417	Jorge Arturo	Velazo			SI	SI	SI	SI
10	CC	79286284	Hernando	Sabogal Chaverra			NO	SI	SI	SI
11	CC	17198234	Raul Jose	Sarmiento Perez			SI	SI	NO	SI
12	CC	1011784131	Pablo Antonio	Forero Garcia			SI	SI	SI	SI
13	CC	334120	Manuel Jose	Cabuya Prieto			NO	SI	NO	NO
14	CC	8305070	Jaime de Jesus	Tirado Gaviria			SI	SI	SI	SI
15	CC	14990621	Alvaro	Varela Reyes			NO	NO	NO	NO
16	CC	70058213	Ramon Angel	Mejia Mejia			SI	SI	SI	NO
17	CC	79107475	Fabio Alberto	Rodriguez Reina			SI	SI	SI	NO
18	CC	19365413	Germen Mauricio	Quintero Quintero			SI	NO	NO	NO
19	CC	19272061	Ignacio Eudoro	Quintana Mora			SI	SI	NO	NO
20	CC	19444280	Gilberto	Perez Perez			NO	SI	SI	SI
21	CC	74497679	Luis Alvaro	Villarreal Aldana			SI	SI	NO	SI
22	CC	71470929	Anel Augusto	Castillo Ubarnes			NO	SI	NO	NO
23	CC	17038564	Alvaro	Forero			SI	SI	SI	SI
24	CC	79307763	Orlando	Gutierrez Mora			SI	SI	SI	NO
25	CC	93400631	José Agapito	Rodriguez Barreto			SI	SI	NO	NO

Powered by CamScanner

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525 | Versión: 2 | Fecha: Memo Memo (20234015223 - 05/07/2024 | Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CUIDADO TRANSITORIO DIA- NOCHE SAMPER MENDOZA

Nombre del coordinador: IVON ANDREA CAMPOS REY

Nombre de quien registra el ingreso: Liliana Lopez

Fecha: 03-04-2025

Jornada: Día: X Noche:

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
							Nombre del Profesional: Hernando Ortiz	Nombre del Profesional: Jaider Forero	Nombre del Profesional: Diego Carmona	Nombre del Profesional: Cesar Cermeño
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
	TIPO	NÚMERO					LINEA: Prácticas enviadas	LINEA: Prácticas enviadas	LINEA: Prácticas potenciadas	LINEA: Prácticas apoyadas
26	CC	1949443	Jorio Antonio	Herrera Hurtado	- Jorge		NO	SI	NO	NO
27	CC	1922036 9	Edgar Augusto	Camacho Cardon			NO	SI	SI	NO
28	CC	37819095	Ligia	Gamboa Puentes			SI	SI	NO	NO
29	CC	1707 4096	Anistel Jesus	Ortega Pacheco			NO	SI	NO	SI
30	CC	80361629	Guillermo	Mejia Mejia			NO	SI	NO	NO
31	CC	1711838 1	Edgardo	Gonzalez Jadino			NO	SI	NO	SI
32	CC	41402 CA	Maritza Lucia	Machado Ramirez			NO	SI	NO	SI
33	CC	4923177	Carlos Alfonso	Rico			NO	SI	SI	SI
34	CC	1929409 1	Orlando	Osorio Toca			NO	NO	NO	NO
35	CC	93118703	Heimando	Leal			NO	NO	NO	NO
36	CC	1909124 5	Arturo	Escobar Arroyo			NO	NO	NO	SI
37	CC	41511773	Maria Bernice	Soto			NO	NO	NO	SI
38	CC	6158168	Jorge Eliecer	Garcia	-		Borrado NO		NO	SI
39	CC	5013123	Robinson	Torres Cadena	NO FIRMA	VOZ COOLA	NO	NO	NO	NO
40	CC	11337016	Marco Antonio	Olaya Lopez	-		NO	NO	SI	SI
41	CC	1149585-17	Jose Dolores	Lopez Gomez			NO	NO	NO	SI
42	CC									
43	CC									
44	CC									
45	CC									
46	CC									
47	CC									
48	CC									
49	CC									
50	CC									

Powered by CamScanner