Fecha: 06/06/2025

Número de contrato o convenio: No Aplica

Lugar: Lúdica Emocionales

**1. TEMA:** Actividad Lúdica "Musidramas"

**2. OBJETIVO GENERAL**
Fortalecer la interacción, diversión y relajación en los participantes

**3. MARCO CONCEPTUAL**
Beneficios de la recreación y el esparcimiento para la salud

Reducción del estrés: Participar en actividades recreativas y de esparcimiento nos ayuda a liberar tensiones acumuladas y reducir el nivel de estrés. Durante estos momentos de disfrute, nuestro cuerpo segrega endorfinas, neurotransmisores que generan una sensación de bienestar y satisfacción.

Estimulación mental: La recreación y el esparcimiento también estimulan nuestro cerebro, ya que nos enfrentamos a nuevos retos y aprendemos nuevas habilidades. Esto favorece la creación de conexiones neuronales y mejora nuestras capacidades cognitivas, como la concentración y la memoria.

Mejora de la salud física: Al participar en actividades recreativas, como practicar deportes, caminar o bailar, mantenemos nuestro cuerpo en movimiento. El ejercicio regular fortalece nuestros músculos, mejora la salud cardiovascular, y ayuda a mantener un peso adecuado. Además, estas actividades liberan endorfinas, lo que contribuye a aumentar nuestra energía y vitalidad.

Promoción de la socialización: La recreación y el esparcimiento también nos brindan la oportunidad de interactuar con otras personas, lo que fortalece nuestra vida social y emocional. Compartir momentos agradables con amigos y familiares nos proporciona una sensación de pertenencia y bienestar emocional. https://www.mexinea.com/por-que-son-importantes-la-recreacion-y-el-esparcimiento-para-mantener-la-salud/

**4. METODOLOGÍA**
Se inicia con saludo y presentación
Se organiza espacio para las fotos de radio Balcanes
Se colocan las pistas musicales de acuerdo al gusto de cada participante para que canten.
Se aplaude a cada uno de los participantes que van pasando y se toma registro fotográfico
Se termina actividad realizando acompañamiento a almuerzo

**5. RECURSOS**
Humanos: Equipo profesional y participantes.
Materiales: bafle, globos, micrófono.

**6. COMPROMISOS/TAREAS**
Continuar fortaleciendo este tipo de actividades

Powered by CamScanner

**7. EVALUACION DE LA ACTIVIDAD**

Participan activamente la mayoría de los integrantes del grupo, se logra que los participantes se diviertan, disfruten de la actividad propuesta mejorando así su interacción y bienestar social

| Nombre del profesional | Cargo | Registro profesional | Firma |
|---|---|---|---|
| Rosa María Guerrero Pérez | Psicóloga | 144101 | |
| Johanna Maryery Rodríguez Rodríguez | Psicóloga | 52362905 | |
| Miguel Ángel Escobar Otavo | Trabajador Social | 156828001 | |
| Ruth Milena Corzo Aguilera | Trabajadora Social | 380125323 | |

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración– 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: Ludica Emocionales Psicodramas 2. Lugar o Localidad o Sede: San Cristobal 3. Fecha y hora: 6 Junio 2025

4. Nombre responsable: Equipo psicosocial 5. Dependencia responsable: CIAE 67

| 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 | Katherin Medellin | CC | 1013588916 | CIAE 67 | Aux Enfermeria | Contratista | martzoa@gmail.com | 3147021188 | |
| 2 | Diana C Castro F | CC | 1019058002 | CIAE 67 | AUX ENF | Contratista | dicuc25.castro@gmail.com | 3118812375 | |
| 3 | Dora Lidya Rojas Bejarano | CC | 52201777 | CIAE 67 | Fisioterapeuta | Contratista | lidyrobe@gmail.com | 3134425661 | |
| 4 | Ruth milena Castro | CC | 53100250 | CIAE 67 | T. social | Contratista | ruthmile1@gmail.com | 3132871278 | |
| 5 | Johanny Forero Quevedo | C.C. | 79760280 | C.I.A.E 67 | EDUCADOR FISICO | Contratista | johannyforero@gmail.com | 3165877379 | |
| 6 | Paola Andrea Barreto | CC | 1022405093 | CIAE 67 | Fonoaudiologa | Contratista | paobc.5993@gmail.com | 323 233 6456 | |
| 7 | Diana Yessenia Cabrera | CC | 52967095 | CIAE 67 | Psicologa | Contratista | [illegible] | 3134963397 | |
| 8 | Monica Martin Ortega | CC | 52888510 | CIAE 6.7 | enfermera | contratista | monicamartin@yahoo | 3115532143 | |
| 9 | Vanessa Gonzalez Martin | CC | 1033788870 | CIAE 67 | Auxiliar de Enfermeria | Contratista | shalomvanessa1108@gmail.com | 305-7569804 | |
| 10 | Mary Ruth Espitia D | CC | 60135546 | CIAE 67 | T. social | contratista | [illegible] | 3217869674 | |
| 11 | Jeniffer A. Bethmin C | CC | 1032367535 | CIAE 67 | edu especial | Contratista | Jenifferabc@gmail.com | 3144722978 | |
| 12 | Rosa Elena Guevara Perez | CC | 52456709 | CIAE 67 | psicologa | contratista | [illegible] | 3202720551 | |
| 13 | Milena Vivas | CC | 1072182[illegible] | CIAE 67 | Auxiliar de enfermeria | Contratista | [illegible] | 3202719[illegible] | |
| 14 | Tania Andrea Forero | CC | 1013667331 | CIAE 67 | AUX enfermeria | Contratista | [illegible] | 3222760677 | |
| 15 | Andrea Yulieth Torres | CC | 52825751 | CIAE 67 | Aux Enfermeria | Contratista | [illegible] | 3206270990 | |
| 16 | Diana Yesenia Perez | CC | 53011010 | CIAC 67 | Auxiliar de Enfermeria | Contratista | dp89c500@gmail.com | 3143326800 | |
| 17 | Jenny Stella Ayala | CC | 1031600910 | CIAE 67 | Auxiliar de Enfermeria | Contratista | [illegible] | 3205491921 | |
| 18 | Edgar Guevara Beltran Pulido | CC | 80239173 | CIAE Grupo | Tallerista | Contratista | [illegible] | 3124822276 | |
| 19 | Karol Alexandra Cortes | CC | 1031551613 | CIAE 67 | Talleristas | Contratista | [illegible] | 3505995173 | |
| 20 | Adriana Camacho M | C.C | 52932744 | CIAE 67 | AUX Salud | contrato | cuadernos1@hotmail.com marcela@gmail.com | 3175610819 | |

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.

Powered by CamScanner