EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

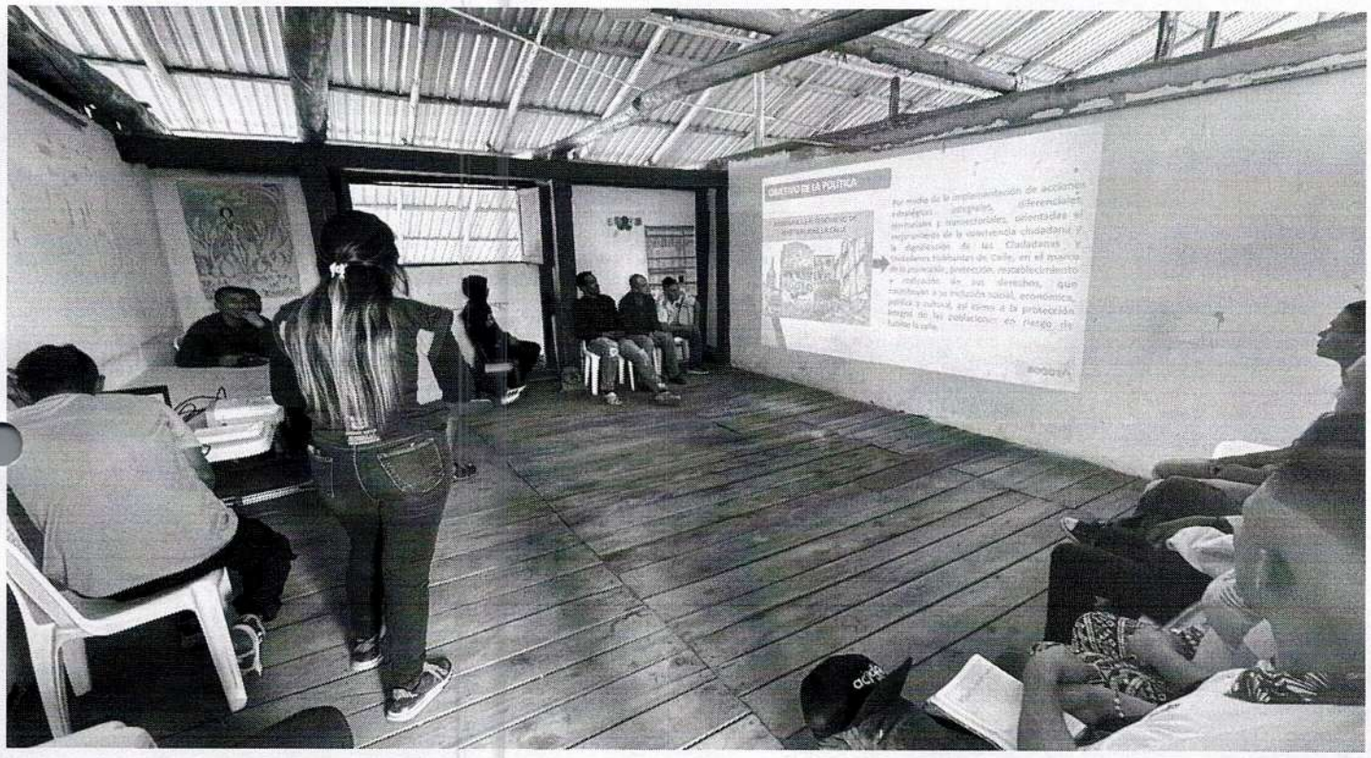
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Politica publica del fenómeno de habitabilidad de calle.

LINEA DE ATENCION 1: Desarrollo personal para la inclusión social.

Fecha:29/05/2025

Etapa 1





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria		
3. Tema / Actividad:Politica publica del fenomeno de habitabilidad de calle	4. Fecha:	29/05/2025	5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80904288	Julio Cesar Coronado Cardenas	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79818941	Jhon Fredy Barreto Osorio	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80184960	Harold Humberto Ramirez Rubiano	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1010190543	Luz Diney Lara Reyes	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79605301	Wilfredo Medina Fernandez	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1110508571	Alex Ferney Osorio Olaya	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	80779371	Jorge Andres Novoa Angel	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	11227869	Victor Manuel Jimenez Castro	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15957841	Jorge Alberto Mesa Henao	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	94451704	Alvin Alberto Archibold Campo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1121900571	Victor Hugo Ocampo Taborda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	88308968	Jhon Andres Villamizar	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1026571820	David Stiven Diaz Sanchez	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1122678205	Arcesio Rueda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1124856142	Jeison Manuel Acosta Benavides	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jessica Ortiz

14. Cargo o rol del responsable: psicologa

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129
		Versión: 1
		Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019
		Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 30/05/2025	**HORA:** **Inicio:** 8:00 a.m. **Final:** 10:00 a.m.
ÁREA: Psicóloga	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Katherin Camacho

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Motivación al Cambio
ETAPA 1

OBJETIVO GENERAL: Fomentar en las y los ciudadanos el desarrollo de estrategias y actitudes que impulsen la motivación personal y colectiva para alcanzar metas y mejorar el desempeño en diversas áreas de la vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar los factores personales y ambientales que afectan la motivación.
- Desarrollar habilidades prácticas para mantener o aumentar la motivación en el día a día.
- Reconocer los obstáculos comunes a la motivación (como el miedo al fracaso o la procrastinación) y cómo superarlos.

METODOLOGÍA:
Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social se utilizará la metodología socio- educativa, la cual parte de 3 momentos, en primer momento se proyecta un test de motivación, en segundo momento se proyecta un video sobre amor propio, en tercer momento se hace socialización y cierre.

Adecuación:
Preparación del espacio de biblioteca, ordenar las sillas de las y los ciudadanos para disposición a la actividad.

- **Primer momento:** La profesional proyecta un test sobre la motivación, para saber el nivel y tipo de motivación de los participantes al inicio del taller, con el fin de personalizar las actividades, reflexionar sobre los resultados y facilitar estrategias prácticas para fortalecerla.

Video: https://www.youtube.com/watch?v=ESy9Bdxba5E

- **Segundo momento:** La profesional proyecta un video sobre el amor propio y, posteriormente, se lleva a cabo una reflexión sobre la importancia de fortalecerlo como parte fundamental en los procesos personales de cada uno, adicionalmente se hace un conversatorio para escuchar los diferentes puntos de vista, así mismo que lo puedan aplicar en su diario vivir.

Video: https://www.youtube.com/watch?v=ZfFaxBK9qTM

- **Tercer momento:** Como parte del compromiso con la organización y el respeto al espacio compartido, se solicita a las y los ciudadanos que dejen limpio el lugar, recojan las sillas y retomen sus actividades cotidianas, aplicando lo aprendido como parte de su rutina diaria.

TEMAS:
Qué es el amor propio
El amor propio es la relación que tenemos con nosotras mismas. Es conocerse y aceptarse tal como somos. No implica que pensemos que somos perfectas, sino que también podamos reconocernos en las imperfecciones sin dejar de valorarnos. Amor propio es ser consciente de que algo te está haciendo daño y no desear eso para ti, tratar de cuidarte y priorizarte.

Amor propio y autoestima. Tener amor propio y autoestima está muy relacionado, pero no es exactamente lo mismo. La autoestima se nutre del valor que le damos a todas las dimensiones de nuestra vida. El amor propio va un paso más allá: es la aceptación incondicional de nuestro ser. No depende de quién somos o qué hacemos. Amarte te libera. En ninguno de los casos estaremos hablando de sentirte superior a los demás, al contrario. Cuando tu autoestima y amor propio son buenos, no necesitas compararte con los demás, eres feliz con quién eres y qué tienes y no te validas a través de las dificultades o éxitos ajenos.

¿Por qué no tengo amor propio?
Nuestra forma de relacionarnos con el resto y con nosotras no es innata, la hemos adquirido a lo largo de nuestra vida, especialmente durante la infancia y adolescencia. Aprendemos a querer y a querernos a través de nuestras figuras referentes.

Estas son algunas de las situaciones que pueden devaluar tu amor propio: Que en tu entorno familiar tus cuidadoras tuvieran poco amor propio y crecieras heredando una forma de tratarte atravesada por un autoconcepto bajo. Que sufrieras maltrato por parte de estas personas. Ya sea por violencia física, psicológica, absentismo, frialdad... Creciste sintiendo que no te valoraban y que no eras importante para las personas más importantes para ti. Solo hay un amor que es para siempre: el amor propio.

Consecuencias si no tengo amor propio. No quererte hace que, con el tiempo, se refuercen hábitos cada vez más complicados de deshacer: Hablarte mal, invalidarte. Solo te criticas, pero eres mucho más: tienes virtudes, pasiones, recuerdos y un futuro por descubrir. Creer todo lo que dicen de ti. Mides tu valor a través de las opiniones de los demás sin cuestionarlas. Revalorízate, obsérvate, conócete y ganarás confianza en ti misma. Te resignas y los malos hábitos y las inseguridades ganan terreno. Te exiges demasiado. Esto tampoco es lo mejor que puedes hacer por ti. Siempre se puede hacer más y mejor, nunca llega el punto en el que te valoras y reconoces hasta donde has llegado. Si no te quieres, si no tienes amor propio nunca serás suficiente para ti. Lo que pasa si no tengo amor propio es que me siento más insegura, solas, con miedo, vergüenza y culpabilidad constante. Este estado de vulnerabilidad expone a más abusos, porque la persona no se cree con derecho a ser respetada y valorada.

Beneficios de quererte
Las personas con amor propio tienden a tener más bienestar, autoestima y felicidad. No tienen miedo a expresar sus emociones y a conectar con sus vínculos. Gozan de mejor estabilidad emocional y se atreven a aventurarse y triunfar. Dan lo mejor que tienen sin que eso se convierta en una exigencia y sin una voz interna que teme y se amenaza a sí misma con el fracaso. Si no tienes amor propio nunca serás suficiente para ti. Su prioridad es crecer como personas y cuidar su salud (mental y física), permitiéndose hacer todo aquello que disfrutan. Aceptan sus imperfecciones, gestionan bien sus emociones, se responsabilizan y pueden poner límites. Amor propio y relaciones. Hay una creencia que dice "si tú no te quieres quién te va a querer". Es cierto que si tienes un problema de confianza esto influirá en tu relación contigo misma y con los demás, pero una persona puede ser amada incluso cuando ella misma no se quiere en ese momento. Muchas veces los demás pueden ver en ti lo que tú no ves. No iniciamos una relación con todos nuestros problemas resueltos. Si se enfoca bien, una pareja es una oportunidad de crecimiento y de evolución en equipo. Lo que pasa al no tener amor propio, es que tendemos a depender de nuestra pareja y es más fácil que caigamos en una relación donde no nos valoran y hacen daño. Recuerda que tú eres tu media naranja, el amor propio es el origen de todo tu amor.

Los beneficios de conseguir tener amor propio suenan bien, ¿verdad? Requiere tiempo aprender cómo tener una buena autoestima y abrazarte con cariño, y quizá sea necesario acudir a terapia y dejarte acompañar por una profesional. De todos modos, aquí te dejamos algunos consejos para que inicies el camino.

Déjate cuidar. Tener amor propio no es ser autosuficiente siempre, también implica saber pedir ayuda y dejarse cuidar. Además, ver cómo tus seres queridos te muestren su apoyo y calidez será muy beneficioso para reflexionar y ser consciente de que eres importante para las personas que te importan.

Reorganiza tus prioridades. Esto implica dos aspectos fundamentales: Repítete que tu bienestar es primordial. No puedes dejarte al final de tu lista de prioridades o todas tus obligaciones pasarán por encima de ti. Observa en tu entorno aquellas situaciones o personas que están tomando mucha energía de ti y destruyen tu amor propio. Valora un cambio y alejarte de esas fuentes de malestar. Adapta tus exigencias A veces esperar lo imposible de nosotras hace que sea más fácil atacarnos si las cosas no salen como planeábamos. Ponte metas que puedas ir cumpliendo para sentir que avanzas.

Fuentes de consulta:
https://www.youtube.com/watch?v=ESy9Bdxba5E

https://www.youtube.com/watch?v=ZfFaxBK9qTM

https://somosestupendas.com/amor-propio/

RESULTADOS:
Cualitativos: Durante la actividad, se logró que las y los ciudadanos reconocieran factores que pueden fortalecer su amor propio y autoestima, así como incorporar prácticas de autocuidado en su vida cotidiana. Además, valoraron la importancia de aplicar lo aprendido para mejorar su calidad de vida. A través del espacio compartido, donde expusieron experiencias personales, también se generó un clima de empatía colectiva y conexión entre las y los ciudadanos.

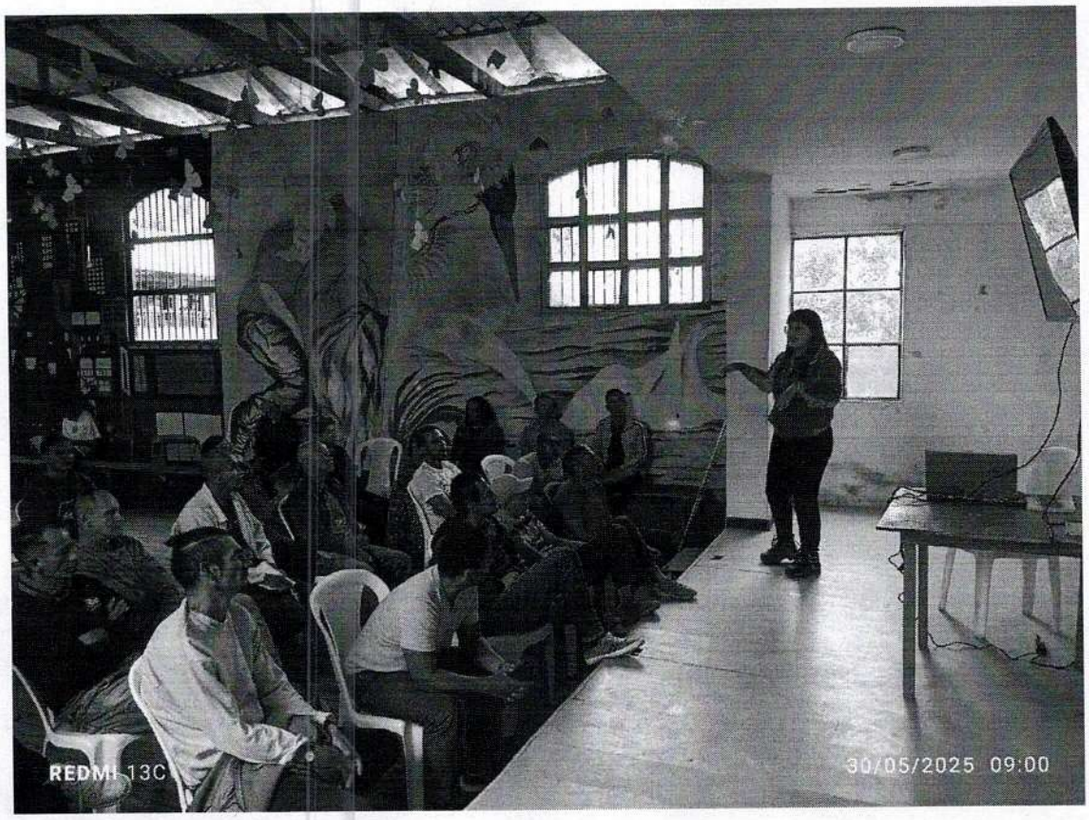
Cuantitativos:
N.º total de participantes: 31
N.º total mujeres: 2
N.º total hombres: 28
N.º total población LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE: Katherin Camacho

FIRMA COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Motivación al Cambio
Línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social.
Fecha: 30/05/2025





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria		
3. Tema / Actividad:Motivacion al cambio	4. Fecha:	30/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1110508571	Alex Ferney Osorio Olaya	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Alex Osorio	
2	CC	80904288	Julio Cesar Coronado Cardenas	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Camilo Cuellar	
4	CC	88308968	Jhon Andres Villamizar	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80058418	Jairo Antonio Burgos Suarez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79478273	Gabriel Dulcey Valero	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Gabriel	
7	CC	15957841	Jorge Alberto Mesa Henao	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79605301	Wilfredo Medina Fernandez	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Wilfredo	
9	CC	14971353	David Ramirez	74	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1124856142	Jeison Manuel Acosta Benavides	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1121900571	Victor Hugo Ocampo Taborda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1019089557	Javier Steven Molano Lozada	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1143136082	George Borelly Suarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80257803	Jairo Alejandro Ruiz Gomez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jairo Ruiz	
15	CC	1108454460	Jose David Cortés Arias	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					JOSE	
16	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Hermes	
17	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Yepes	
18	CC	80779371	Jorge Andres Novoa Angel	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jorge Novoa	
19	CC	80184960	Harold Humberto Ramirez Rubiano	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Harold R.	
20	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	19298511	Miguel Abadia Mendez Diaz	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	79990663	Bladimir Ortiz Sanchez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Bladimir	
23	CC	19496931	Alejandro Mesa	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					AM	
24	CC	1014199270	Andres Felipe Ojeda Lopez	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	1010190543	Luz Diney Lara Reyes	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Katherin Camacho

14. Cargo o rol del responsable: Psicologa

15. Firma del responsable de la actividad: Katherin C.

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria		
3. Tema / Actividad:Motivacion al cambio	4. Fecha:	30/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	10002327	Jhon Jairo Palacios	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	1122678205	Arcesio Rueda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	80902937	Juan David Quintero	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
29	CC	1053837773	Gia Solangel Dollar Ocampo	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	1070960389	Gerardo Andres Gonzalez Sepulveda	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	94451704	Alvin Alberto Archibold Campo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Katherin Camacho

14. Cargo o rol del responsable: psicóloga

15. Firma del responsable de la actividad: Katherine C.

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES**	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 31/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 2:00 pm **FINAL:** 04:00 pm
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Geraldine Guerrero

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cine foro
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:

- Generar un espacio de reflexión crítica y participativa a partir de la proyección de la película *Los chicos del coro*, con el fin de analizar el impacto de la música, la empatía y el rol del educador en contextos de vulnerabilidad social. A través de dinámicas de diálogo y análisis colectivo, se busca fomentar en los participantes una mayor comprensión sobre el valor de la educación afectiva, el poder transformador del arte y la importancia de las segundas oportunidades en la formación integral de niños y adolescentes.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Analizar los diferentes estilos de liderazgo y modelos pedagógicos presentes en la película, identificando cómo influyen en el comportamiento y desarrollo emocional de los estudiantes.
- Promover la reflexión sobre el uso de la música y el arte como herramientas pedagógicas que favorecen la inclusión, la expresión emocional y el fortalecimiento de vínculos entre educadores y estudiantes.

METODOLOGIA:

- Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades. Se utilizara la metodología socio-educativa "Busca fortalecer las habilidades y capacidades del ciudadano que le permita desenvolverse de manera asertiva en los diferentes grupos sociales, ya sea a nivel familiar, laboral, recreativo entre otros". Generando un espacio de reflexión crítica y participativa a partir de la proyección de la película *Los chicos del coro*, con el fin de analizar el impacto de la música, la empatía y el rol del educador en contextos de vulnerabilidad social. A través de dinámicas de diálogo y análisis colectivo, se busca fomentar en los participantes una mayor comprensión sobre el valor de la educación afectiva, el poder transformador del arte y la importancia de las segundas oportunidades en la formación integral de niños y adolescentes.

Adecuación: El espacio se adecuará para llevar a cabo la actividad, teniendo en cuenta elementos y materiales; así mismo, se realizará la convocatoria de los ciudadanos y ciudadanas que formaran parte de la actividad, por medio de la colaboración oportuna del área de promotoría.

- **Primer momento:** Se realizara un cine foro proyectando la película así mismo se ofrecerá un compartir el cual disfrutar mientras se proyecta la película.
- **Segundo momento:** Se realizan dos preguntas ¿Qué opinas sobre el uso de la música como herramienta educativa? ¿Qué papel juega la empatía en el desarrollo de los personajes?
- **Tercer momento:** Se brindará un espacio en donde se detiene la reproducción de la película
- **Cuarto momento:** Se finalizará la actividad con un espacio reflexivo donde quien considere correspondiente responderá a la pregunta ¿Qué papel juega la segunda oportunidad en esta historia? ¿Qué mensaje crees que transmite la película sobre el impacto de los adultos en la vida de los jóvenes?

TEMAS:

Los chicos del coro. Les Choristes

Nació en Francia en 1966, guitarrista de formación clásica (École Normal de Musique de París), en 1991 empezó a trabajar para Jacques Perrin en su sociedad Galatée Films y le ha acompañado como productor delegado en *Les enfants de Lumière*, *Microcosmos*, *Himalaya* y *Le Peuple Migrateur*. En el año 2001 dirigió su primera película, un cortometraje con Lambert Wilson y Carole Weiss basada en la novela de Maupassant *Les Tombales*, seleccionada para el Festival de Clermont-Ferrand.

La jaula de los ruiseñores (*La Cage aux Rossignols)*, que vio en la televisión cuando era niño, le inspiró *Los chicos del coro* (*Les Choristes*), coescrita con Philippe Lopes-Curval, que es su primer largometraje.

Según sus declaraciones, para la película se basó en su propia infancia y en su formación musical. De hecho, la historia toma elementos autobiográficos, pues el director sufrió el divorcio de sus padres, y fue enviado a un internado. *Los chicos del coro* fue nominada para los Oscar de ese año, y recibió infinidad de premios. Una de las canciones, «Vois sur ton chemin», estuvo también nominada al Oscar.

Fuente de consulta:
Link: https://educomunicacion.es/cineyeducacion/temaschicoscoro.htm

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia, Sillas
- Televisor, Sonido

Humanos

- Ciudadanos y ciudadanas
- Profesional y Promotor

RESULTADOS:

Cualitativos: En el taller se logró generar en los ciudadanos y ciudadanas un reconocimiento de sus experiencias personales relacionadas con la resiliencia, la contención afectiva y la capacidad de transformar el dolor en nuevas oportunidades. A través del análisis de escenas clave de la película *Los chicos del coro*, identificaron cómo el personaje del profesor Clément Mathieu logra establecer vínculos significativos con los niños del internado, utilizando la música como herramienta de conexión, expresión emocional y transformación de realidades marcadas por el abandono y la disciplina autoritaria.Asimismo, se promovió la reflexión sobre el papel del afecto, la empatía y el acompañamiento en los procesos de cambio personal. Los y las participantes reconocieron que, al igual que los niños de la película, muchas veces han atravesado situaciones difíciles, de exclusión o carencia afectiva, pero han encontrado en ciertas personas, espacios o actividades un apoyo fundamental para resignificar sus vivencias y recuperar la esperanza, especialmente desde su ingreso al programa Comunidad de Vida. Durante el desarrollo del taller, los y las participantes pudieron identificar fortalezas personales, talentos olvidados y momentos de conexión humana que han sido fundamentales en su camino. Se generó un espacio de diálogo en el que se valoró la importancia de creer en las capacidades propias y ajenas, y se reconoció el impacto positivo que pueden tener el arte, la escucha y el acompañamiento emocional en la reconstrucción del proyecto de vida. Finalmente, este tipo de ejercicios aporta significativamente al fortalecimiento emocional y a la capacidad de soñar con un futuro diferente. Se evidenció una participación activa, expresiones sinceras de emociones y un ambiente de respeto, confianza y apoyo mutuo, lo cual permitió consolidar una dinámica grupal que promueve la resiliencia, el sentido de comunidad y el compromiso con el propio proceso de transformación.

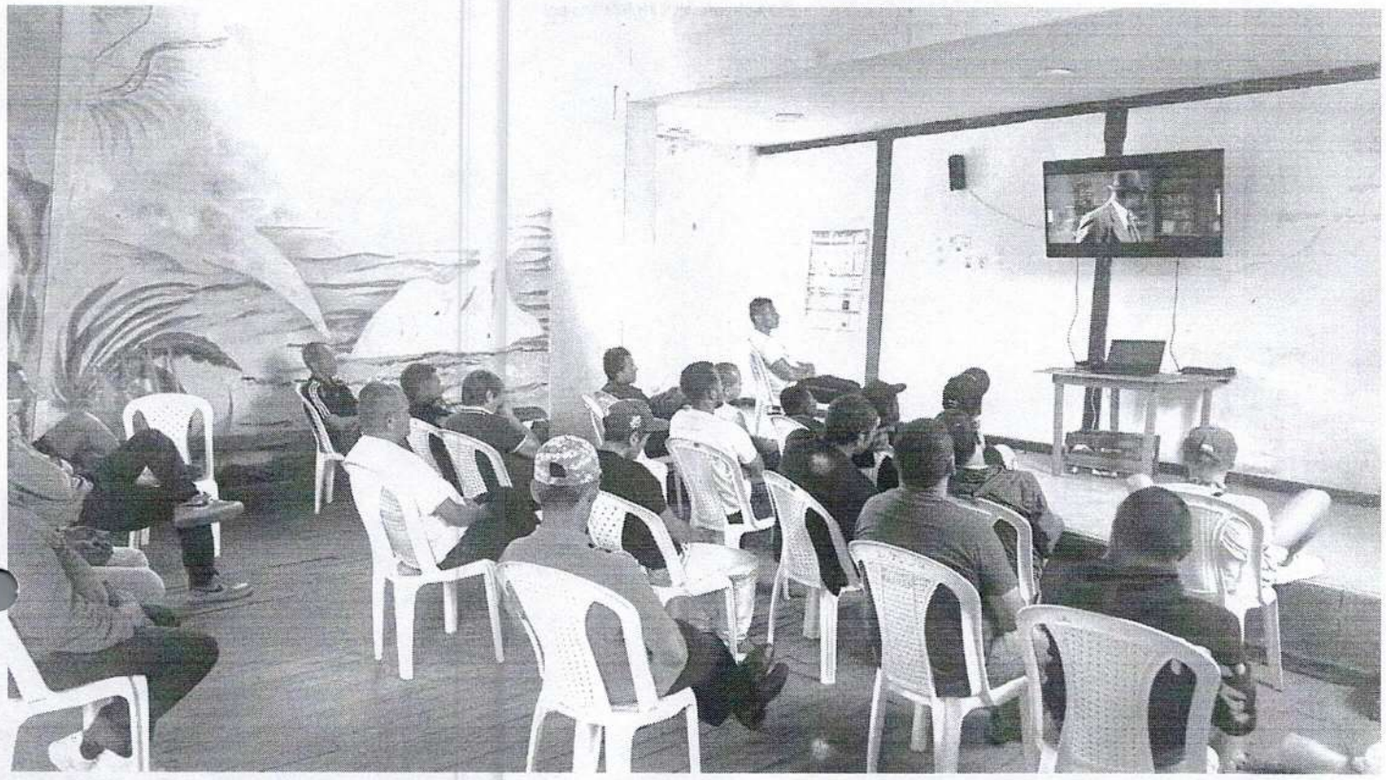
Cuantitativos:
N.º total de participantes: 15
N.º total mujeres: 1
N.º total hombres: 14
N.º total población LGBTI: 0

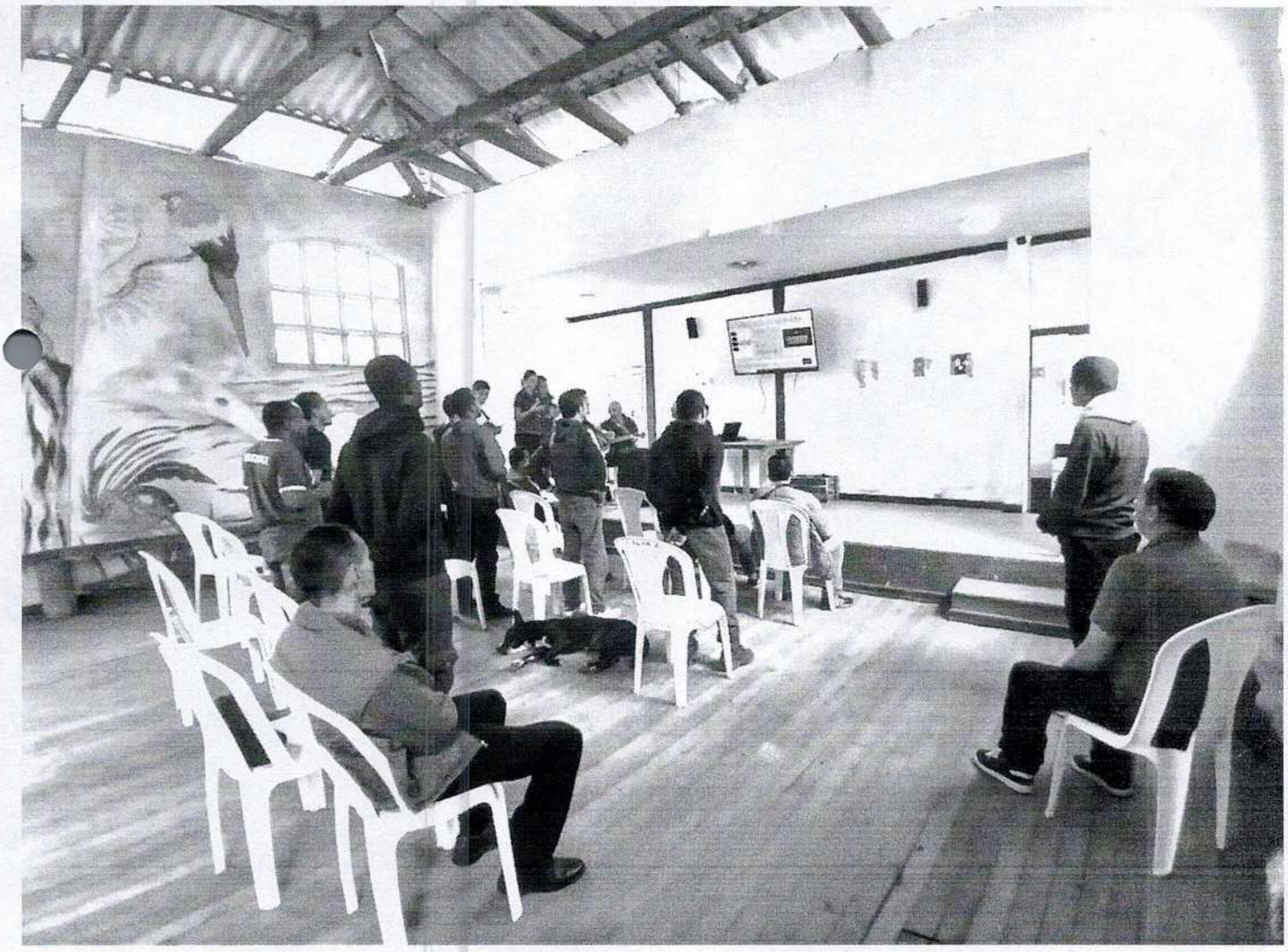
FIRMA DEL RESPONSABLE: Guillermo Guerrero Sierra

FIRMA COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cine Foro
Línea De Atención 1: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades
Fecha: 31/05/2024
Actividad transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Cine Foro		4. Fecha:	31/05/2025	5. Hora: 02:00 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79605301	Wilfredo Medina Fernandez	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79841627	Carlos Arturo Rueda Bedoya	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80760783	Luis Alberto Ramirez Diaz	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	53128880	Mayerlin Porras Chasoy	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1110508571	Alex Ferney Osorio Olaya	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1121900571	Victor Hugo Ocampo Taborda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	19496931	Alejandro Mesa	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79897013	Jan Yerly Vera Parada	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	15957841	Jorge Alberto Mesa Henao	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	79259090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Geraldine Garcia Sierra

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES**	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 30/05/2025	**HORA:** **INICIO:** 02:30 pm **FINAL:** 04:00 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jessica Alejandra Ortiz

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Explorando mis habilidades
Actividad Transversal

OBJETIVO GENERAL:

- Favorecer el fortalecimiento de habilidades, capacidades y destrezas en los ciudadanos y ciudadanas de la comunidad de vida La Victoria a través de una actividad lúdica basada en juegos que promuevan la comunicación, el trabajo en equipo, la creatividad y el sentido de pertenencia.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la participación activa de los ciudadanos y ciudadanas en dinámicas lúdicas que estimulen la cooperación, el respeto y la integración comunitaria.
- Potenciar habilidades individuales y colectivas como la comunicación, la resolución de problemas y el trabajo en equipo, a través de juegos diseñados para el desarrollo personal y social.

METODOLOGIA:

Para el desarrollo de esta actividad, en el marco de la Línea de Atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social, se implementará una metodología lúdico-terapéutica, orientada a que las ciudadanas y los ciudadanos generen estrategias que favorezcan la interacción con sus pares, el trabajo en equipo y el fortalecimiento de sus capacidades y habilidades. Esto se logrará a través de actividades grupales de carácter lúdico, que promuevan el aprendizaje y la inclusión desde una perspectiva participativa y vivencial.

Adecuación: El espacio será adaptado adecuadamente para el desarrollo de la actividad, teniendo en cuenta los elementos y materiales necesarios. Asimismo, se realizará una convocatoria a las ciudadanas y ciudadanos participantes, con el apoyo del área de promotoría, para garantizar una invitación oportuna y efectiva.

Primer momento: Se iniciará el espacio con la bienvenida a las ciudadanas y los ciudadanos participantes y se generará un ambiente de confianza y apertura. Se socializarán las dinámicas de presentación y rompehielos que permitan la familiarización entre los integrantes. Pues se iniciará con la indicación de crear 5 grupos de 10 participantes cada uno. Este momento es clave para crear un clima de seguridad emocional y predisposición al trabajo colectivo.

Segundo momento: A través de las actividades lúdicas (juegos y ejercicios creativos), se invita a las y los ciudadanos a expresar emociones, compartir experiencias y reconocer sus fortalezas y áreas de mejora. El objetivo es promover la autoexploración y el conocimiento de los demás desde el respeto y la empatía. Pues se tiene en cuenta que unas de las actividades se realizarán de manera grupal y otras individual, los mismos deberán realizar estas actividades bajo cronometro.

Tercer momento: Se desarrollarán dinámicas grupales enfocadas en el trabajo colaborativo, la resolución de conflictos, la toma de decisiones y la comunicación asertiva. Este espacio buscará fortalecer habilidades personales y sociales que favorezcan la inclusión y la convivencia.

Cuarto momento: Se realizará una actividad de cierre que permita a los participantes reflexionar sobre lo vivido, compartir aprendizajes y expresar sus sensaciones finales. Se promoverá la construcción colectiva de conclusiones y se brinda un espacio para retroalimentación, reconociendo los avances individuales y grupales.

TEMAS:

Comunicación: escucha activa La escucha activa consiste en una forma de comunicación que transmite ideas claras sin irrumpir al receptor; se realiza con libertad teniendo en cuenta lo que piensa y sienten los demás; se demuestra cuán atento está una persona durante el diálogo, es el tipo de comunicación reflejado en las acciones del emisor, es decir, se escucha atentamente, analizando, razonando y comprendiendo la información que se está transmitiendo en la conversación de una o varias personas; se define también comunicación activa, cuando el emisor actúa coherentemente con la información dada en el diálogo, es decir, si la información es una noticia sobre moda, el receptor debe responder de acuerdo a la información que el emisor expuso, noticia sobre moda; por ende, activa quiere decir atenta, comprendida y enfocada solo en la información que se transmite en la conversación.

Recuerde los últimos diálogos, tertulias o pláticas que haya tenido, no concierne en que ámbito lo hizo, si fue con un grupo de amigos, con un colega, con la familia, o con un compañero del aula de clases, de todas esas conversaciones, ¿Recuerde lo que la otra persona decía? ¿Quién hablaba más? ¿Tenía usted interés en lo que la otra persona estaba comunicando? ¿Hacía usted alguna otra cosa aparte de escucharle? ¿Le miraba

a los ojos? Todas estas preguntas están relacionadas con la escucha activa, pues en primer lugar es necesario estar presentes activamente, no de forma pasiva y para esto es necesario observar la forma en la que escuchamos a los otros. Muchos suelen hacer la distinción entre escuchar y oír, y se quedan con esta diferencia para evaluar su forma de atender a lo que otros tienen que decir, pero el término escucha activa enfatiza aún más el aspecto de la atención y la devolución que hacemos cuando estamos en medio de una conversación (Cicap, 2015).

Definición del juego

El juego puede definirse desde diferentes perspectivas, para Castro y Robles (2018) es una actividad placentera, natural e innata y que repercute en el desarrollo de la infancia, natural e innata según las etapas evolutivas del ser humano (P.30). Por su parte, Gallardo (2018) define al juego como una acción primordial para el desarrollo del niño. Además, fomenta los valores, respeto de reglas y disposición para el aprendizaje. Por otro lado, Ruiz (2017) agrega que es algo innato en el ser humano, es decir se manifiesta de manera natural lo que le permite comunicarse y relacionarse con los demás. Por su parte (De Puy 2017) expresa que los juegos son ideales para el aprendizaje.

De igual modo, Saleima y Saleima (2018) conceptúan al juego como el conjunto de actividades de interacción dinámica en el que hacen fluir sus prácticas, vivencias y conocimientos fortaleciendo la creatividad, la recreación e imaginación que repercute en proceso integral de la persona. Asimismo, (Acedo, Vicente, and Saco 2001) manifiestan que el juego se ha transmitido a lo largo del tiempo entre las distintas generaciones y principalmente por vía oral y últimamente en forma escrita. Sin embargo, en las últimas décadas ha sido descuidado tanto en la escuela como en la familia, por lo que es importante fortalecer como puente para el aprendizaje. Pues el jugar es recordar, es decir volver a vivir. De otro lado, Silva (2004) afirma que es el vehículo para propiciar las habilidades como la imaginación, lenguaje, inteligencia, habilidades sociales y motoras.

Lo expuesto anteriormente es apoyado por el Ministerio de educación (Minedu, 2015), que señala que es muy importante realizarlo desde los primeros años, pues no es una pérdida de tiempo sino una oportunidad para aprender y cumplir metas. Asimismo, es importante realizarlo como soporte socioemocional. En ese sentido, (Minedu 2016) define al juego como una acción repentina y placentera, en donde los niños exploran y realizan un despliegue para conocer el entorno expresando y representando su mundo interior y exterior según sus propias necesidades e intereses.

Fuente de Consulta

Link: https://www.fesc.edu.co/Revistas/OJS/index.php/convicciones/article/view/272/311
file:////Dialnet-LasActividadesLudicasParaElAprendizaje-7926973.pdf

RECURSOS:

Físicos

- Cuaderno, Platos, vasos, bombas, harina, pin pones

Humanos

- Ciudadanos y ciudadanas, Profesional, Promotor

RESULTADOS:

Cualitativos:

El taller lúdico realizado con los ciudadanos y ciudadanas de la comunidad de vida La Victoria tuvo como resultado el fortalecimiento de sus capacidades individuales y colectivas a través de dinámicas participativas. Durante la actividad, los juegos fomentaron la interacción, la cooperación y la creatividad, lo que permitió afianzar habilidades como la comunicación, la empatía y la resolución de problemas. Además, se generó un ambiente de confianza y compañerismo que contribuyó al fortalecimiento del tejido social y al desarrollo de un mayor sentido de pertenencia hacia la comunidad. La experiencia fue valorada de forma positiva por los participantes, quienes mostraron disposición e interés por continuar involucrándose en procesos comunitarios similares.

Cuantitativos:

N.º total de participantes: 66
N.º total mujeres: 2
N.º total hombres:60
N.º total población LGBTI: 4

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

Nombre De La Actividad: Explorando mis habilidades

Línea De Atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social.

Fecha: 30/05/2025

Actividad Transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Explorando mis habilidades	4. Fecha:	30/05/2025	5. Hora:	02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1124856142	Jeison Manuel Acosta Benavides	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1122678205	Arcesio Rueda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1121900571	Victor Hugo Ocampo Taborda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80720085	Britani Andrea Velez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1070960389	Gerardo Andres Gonzalez Sepulveda	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79612622	Fredy Wilson Delgado Ulloa	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	19496931	Alejandro Mesa	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	16600499	Jorge Elias Bobadilla Zapata	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80760783	Luis Alberto Ramirez Diaz	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	94451704	Alvin Alberto Archibold Campo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	88308968	Jhon Andres Villamizar	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79897013	Jan Yerly Vera Parada	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	11230612	Sixto Elias León Mendez	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	19298733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	2000009667	Luis Alberto Almario	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	18513393	Jorge Alberto Romero Avila	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79841627	Carlos Arturo Rueda Bedoya	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1116235404	Marcio Rivera Borja	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	80257803	Jairo Alejandro Ruiz Gomez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	1026571820	David Stiven Diaz Sanchez	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jessica Ortiz

14. Cargo o rol del responsable: psicologa

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, asi como para consultar los datos alli almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadania.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria
3. Tema / Actividad: Explorando mis habilidades	4. Fecha: 30/05/2025 — 5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	80094979	Nelson Gutierrez Casas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	79305142	Pablo Henry Ariza Medina	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	79259090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
29	CC	15957841	Jorge Alberto Mesa Henao	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	1110508571	Alex Ferney Osorio Olaya	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	79605301	Wilfredo Medina Fernandez	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
32	CC	79612622	Fredy Wilson Delgado Ulloa	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
33	CC	80779371	Jorge Andres Novoa Angel	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
34	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
35	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
36	CC	32765219	Elizabeth Yamile Rico Montoya	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
37	CC	79700841	Carlos Julio Vanegas Granados	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
38	CC	79823503	Adrian Guerrero Tafur	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
39	CC	1022988389	David Steven Ramirez Lopez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
40	CC	1020719340	Jose Ricardo Vargas Saenz	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
41	CC	79723704	Luis Eduardo Martinez De Verano	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
42	CC	52428289	Andrea Julieth Pardo Lopez	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
43	CC	10188019	Juan Carlos Chica Sanchez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
44	CC	80904288	Julio Cesar Coronado Cardenas	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
45	CC	80184960	Harold Humberto Ramirez Rubiano	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
46	CC	1218213012	Oscar Oswaldo Molina Diaz	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
47	CC	1026563775	Carlos Andres Cardenas Corredor	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
48	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
49	CC	1143136082	George Borelly Suarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
50	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jessica Ortiz — 14. Cargo o rol del responsable: psicologa — 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Explorando mis habilidades		4. Fecha:	30/05/2025	5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
51	CC	1121900571	Victor Hugo Ocampo Taborda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
52	CC	1019089557	Javier Steven Molano Lozada	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
53	CC	78077231	Jesus David Diaz Murillo	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
54	CC	1014199270	Andres Felipe Ojeda Lopez	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
55	CC	18010066	Yonis Castro Salcedo	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
56	CC	1003933433	Jhon Fredy Pinilla Rivas	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
57	CC	79497924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
58	CC	80902937	Juan David Quintero	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
59	CC	79540709	Jaime David Ramirez Suarez	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
60	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
61	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
62	CC	10002327	Jhon Jairo Palacios	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
63	CC	1014210369	Francisco Javier Gutierrez Alarcon	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
64	CC	72278887	Didier Eliecer de Paz Campo	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
65	CC	1033779934	Julian David Salamanca Castañeda	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
66	CC	79221717	Jose Jhonatan Perdomo Joven	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jessica Ortiz

14. Cargo o rol del responsable: psicologa

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

Ponderables

Fecha inicial:
01/05/2025
Fecha final:
31/05/2025

Comunidad De Vida La Victoria

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 02/05/2024	**HORA:** **INICIO**: 08:00 am **FINAL:** 12:00 am
ÁREA: Tallerista agroambiental	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Vanessa Alejandra peñuela

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Compostaje
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:

- Fortalecer las capacidades agroambientales de las y los ciudadanos mediante la formación teórico-práctica en el manejo adecuado de residuos orgánicos, promoviendo su transformación a través del proceso de compostaje, con el fin de fomentar prácticas sostenibles, el aprovechamiento de recursos naturales y la generación de abono orgánico.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Brindar conocimientos teóricos sobre el manejo adecuado de residuos orgánicos y su impacto en el ambiente.
- Capacitar a los participantes en las técnicas básicas y procesos del compostaje como estrategia de aprovechamiento de residuos orgánicos
- Implementar prácticas de separación, recolección y clasificación de residuos orgánicos generados en espacios comunes como la cocina.
- Fomentar el uso del compost producido como abono orgánico en huertas y cultivos propios, dentro de la comunidad.
- Estimular el trabajo colaborativo y el sentido de pertenencia comunitaria a través de la participación activa en procesos agroambientales.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, se implementará una metodología psicoeducativa para el desarrollo de la actividad programada, a través de un taller teórico práctico, junto con la asignación de materiales y acompañamiento.

PRIMER MOMENTO: Reunir a los ciudadanos para compartirlo logras cumplidos en la semana anterior y definir los objetivos y tareas a que se le deben dar cumpliendo en los talleres de la semana y definir las actividades que van a realizar cada uno de los participantes durante el taller.

SEGUNDO MOMENTO: capacitar a los ciudadanos en cada una de las actividades que van a realizar para que la efectúan de manera correcta, se capacitaran sobre el uso efectivo y correcto de las herramientas y equipos proporcionados para desarrollar las actividades que se les han designado, se les designara a los ciudadanos a recolectar, separar, picar, tomar temperatura y voltear los residuos orgánicos generados en el área de cocina para la producción de abono orgánico para las huertas y los cultivos propios de la finca.

TERCER MOMENTO: Para terminar con el taller, se convocarán a algunos ciudadanos a los cuales se les hará preguntas sobre los temas visto y se hará un proceso de reflexión sobre lo que han aprendido y como lo podrían llegar a aplicar en la vida diaria. se recogerán los insumos y herramientas a las cuales deben estar limpias y en buenas condiciones, se hará el debido mantenimiento, por último, se le realizará aseo a la bodega de agro.

TEMAS:
Compostaje

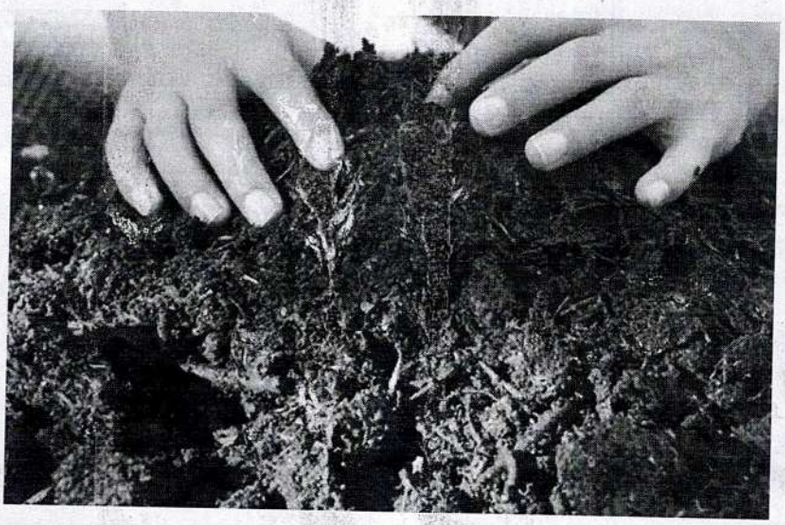
El proceso de compostaje se da a través de las siguientes fases o etapas
Fase Mesófila: Ocurre desde que la materia orgánica está a temperatura ambiente hasta que alcanza una temperatura alrededor de 40 °C por la descomposición generada por los microorganismos mesófilos. En esta etapa el pH disminuye por la formación de compuestos ácidos



Fase Termófila o de Higienización: La temperatura alcanza valores alrededor de los 60 °C y los microorganismos presentes son llamados termófilos. El pH aumenta por la transformación del nitrógeno en amoníaco. El calor generado en esta etapa elimina bacterias perjudiciales como la Salmonella o la Escherichia coli.



Fase de Enfriamiento o Mesófila II: Una vez se agotan las fuentes de Nitrógeno, la temperatura desciende nuevamente aproximadamente a 40 °C.

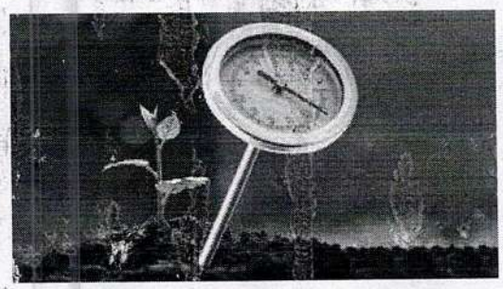


Fase de Maduración: Esta fase final se lleva a cabo a temperatura ambiente y puede tomar meses. En esta etapa se producen ácidos húmicos y fúlvicos



Dentro del proceso de compostaje, la temperatura y el pH cumplen un rol fundamental, ya que influyen en el crecimiento y desarrollo de los microorganismos que realizan el proceso de descomposición de la materia orgánica.

Termómetro para la toma de temperatura del compost



Fuente de consulta:

https://www.hannacolombia.com/agro/blog/item/temperatura-y-ph-en-el-proceso-de-compostaje?srsltid=AfmBOoqSfDt6krtXa-Grx6MKZu0YOnw1DqvlimkjEuZ70ehfkxi4s33y

RECURSOS:

Físicos

- Termómetro de suelo
- Dos palas
- Dos palines
- 10 costales
- Carretillas
- Residuos orgánicos
- Cal viva
- Melaza

Humanos

- Ciudadanos
- Tallerista

RESULTADOS

Cualitativos

- se realiza la recolección de 25 kilos de residuos orgánicos para ser procesados en el área de compostaje.
- Se realiza el picado de los residuos orgánicos encontrados en el área de compostaje para ser tratados con cal viva y melaza.
- Se realiza la toma de temperatura de las cuatro pilas de compostaje para determinar en que fase del proceso se encuentra.
- se realiza el volteo de las 4 pilas de compostaje para airear y oxigenar.
- Se ciernen 9 bultos de abono orgánico, producto terminando.

Cuantitativos

N.º total de participantes: 9
N.º total mujeres: 0
N.º total hombres: 8
N.º total población LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Compostaje
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
FECHA: 02/05/2025
Actividad Transversal





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Código:	FOR-PSS-795
Versión:	0
Fecha:	Memo I2024020296 - 25/07/2024
Página:	1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria

4. Fecha: 02/05/2025

5. Hora: 08:00 A.M

3. Tema / Actividad: Compostaje

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Vanessa Alejandra peñuela

14. Cargo o rol del responsable: Taller Agroambiental

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 02,05,06,07,08, 09/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 02:00 pm **FINAL**: 04:00 pm
ÁREA: Tallerista Ponderable	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Heidy Paola Guillen Pedraza	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Propiedades y características organolépticas de la panela.
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:

Identificar y comprender las propiedades y características organolépticas de la panela como parte del aprendizaje sobre productos agroindustriales tradicionales, fomentando el reconocimiento de su importancia cultural, nutricional y económica local.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reconocer las principales propiedades organolépticas de la panela (sabor, olor, color y textura) mediante la observación y el análisis sensorial.
- Relacionar las características organolépticas de la panela con su calidad y aceptación en el consumo.
- Valorar la panela como un producto representativo del patrimonio agroindustrial local, destacando su importancia cultural, económica y ambiental.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 2: promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades, Realizaremos con los ciudadanos varias actividades donde podremos descubrir las propiedades organolépticas como: color, olor, sabor, textura y apariencia general de la panela.

Primer Momento: Inicio (Exploración y motivación)

Objetivo: Activar conocimientos previos y motivar el interés de los ciudadanos

Actividades:

- Preguntas generadoras: ¿Qué es la panela? ¿Cómo se produce? ¿La consumes? ¿Sabes cómo se diferencia de otros endulzantes?
- Presentación breve (con apoyo visual si es posible) sobre el proceso de elaboración de la panela y su importancia cultural y económica.
- Introducción al concepto de propiedades organolépticas (color, olor, sabor, textura).
- Presentación del propósito de la actividad: analizar y descubrir las características sensoriales de la panela mediante una cata guiada.

Segundo Momento: Desarrollo (Experimentación y análisis)

Objetivo: Observar, experimentar y registrar las características organolépticas de la panela.

Actividades:

- Presentación de diferentes tipos de panela (molida, en bloque, artesanal, industrial, etc.).
- Distribución **de** fichas de análisis sensorial para que los ciudadanos realicen sus observaciones.
- Práctica sensorial: los estudiantes observan, huelen, tocan y prueban pequeñas porciones de cada muestra.
- Registro de datos individuales o en grupos pequeños.
- Socialización de los resultados y comparación de percepciones entre compañeros.

Tercer Momento: Cierre (Reflexión y conclusión)

Objetivo: Consolidar aprendizajes y reflexionar sobre la experiencia.

Actividades:

- Discusión grupal sobre las diferencias encontradas entre las muestras.
- Reflexión: ¿Qué tipo de panela tuvo mejores características? ¿Por qué? ¿Qué aprendimos sobre su valor cultural y nutricional?
- Elaboración de conclusiones por escrito o presentación oral.

TEMA: Propiedades y características organolépticas de la panela.

¿Qué es la panela?

Se trata de un producto **derivado de la caña de azúcar** que se utiliza como edulcorante para bebidas y postres. El imaginario colectivo lo ve como un producto de mejor calidad y, sobre todo, más saludable por tener un origen menos artificial que el azúcar refinado.

Según la zona en la que nos encontremos, también se le denomina rapadura (Brasil), piloncillo (México), chancaca o tapa de dulce (Centroamérica y el Caribe). En nuestro país se conoce como panela, aunque en Canarias, donde aún se cultiva caña de azúcar en pequeñas explotaciones, también se conoce como rapadura y comercializa en forma de cono.

¿Cómo se obtiene la panela?

"La panela se produce mediante un proceso de cocción y evaporación del jugo de caña de azúcar sin refinar, que cristaliza en una especie de melaza densa que se bate y se deposita en moldes de distintas formas y tamaños", explica Manuel Moñino, dietista-nutricionista y miembro del Centro de Análisis de la Evidencia Científica de la Academia Española de Nutrición y Dietética.

A diferencia del tono blanco del azúcar refinado, la panela presenta un color oscuro que suele interpretarse como que se trata de un producto 'más sano y natural' que el azúcar. Sin embargo, se debe únicamente a que no pasa por un proceso de refinado, por lo que permanecen las impurezas naturalmente presentes en el jugo de caña y su cocción.

Formatos comerciales: granulada o pulverizada

La panela puede presentarse en formato granulado o en polvo. Moñino reconoce que apenas hay diferencia entre una y otra. Solo difieren en "el tiempo que tardan en solubilizarse, además de en su presentación".

Ambas son fáciles de dosificar y "son **nutricionalmente idénticas**". La pulverizada se incorpora de forma más uniforme en los postres sólidos, mientras que la granulada se usa más para endulzar bebidas calientes o postres tradicionales.

¿Qué usos tiene la panela?

En realidad, muy similares al azúcar: endulzar. Por eso se utiliza comúnmente en la preparación de postres, bebidas calientes y salsas, donde se busca un sabor dulce. También se puede rallar o desmenuzar para agregar a yogures, postres y productos de bollería.

Propiedades de la panela

La panela "conserva pequeñas cantidades de los nutrientes presentes en la caña de azúcar, entre ellos, calcio, hierro, potasio y magnesio", apunta Moñino. Ahora bien, estos nutrientes valiosos se encuentran en una proporción tan pequeña que para que realmente fuera significativo su aporte habría que consumir grandes cantidades de dicho alimento.

Y eso no es una buena idea por su **alto contenido en azúcares**: "Entre el 90-99% de su peso, por lo que **a efectos nutricionales es similar al azúcar refinado**". Es decir, consumir grandes cantidades para que llegue a aportar nutrientes supondría un riesgo para la salud "y una falta de eficiencia nutricional. Otros alimentos, como los lácteos, frutos secos, legumbres o las frutas y hortalizas, aportan esos nutrientes en cantidades significativamente mayores, y en porciones con sentido dietético".

¿Qué beneficios tiene la panela?

Que no haya proceso de refinado no la convierte en saludable. Dicho de otra forma, los supuestos beneficios de la panela como endulzante saludable no se corresponden con la realidad. "Este alimento ha ganado popularidad como edulcorante natural. Sin embargo, a **efectos nutricionales, es igual que el azúcar blanco o moreno**, es decir, es una fuente natural de azúcares, cuyo consumo debe limitarse por sus efectos negativos en la salud", insiste Moñino.

Atención: sí tiene contraindicaciones

El dietista-nutricionista lo tiene muy claro: "Estaría contraindicada en todas las situaciones fisiológicas o fisiopatológicas en las que deba limitarse el consumo de azúcares. Es decir, en el contexto actual de la alimentación en España, todos los grupos de población deberían limitar el consumo de azúcares añadidos".

La razón está en su aporte calórico: la panela es tan alta en calorías como el azúcar blanco o moreno. "Un consumo excesivo de panela, y por lo tanto de azúcares, se asocia a un mayor riesgo de obesidad, enfermedades metabólicas como la diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares, caries, entre otras patologías".

Esta es la razón de que la Organización Mundial de la Salud recomiende limitar el consumo de azúcares a no más del 10% de la energía diaria, "lo que en la dieta de una persona adulta con actividad ligera serían aproximadamente 50 gramos al día. En niños esa recomendación se reduce a la mitad". Pero no vale con contar solo lo que cada consumidor toma en casa. Hay que sumarle "los azúcares añadidos a los alimentos y bebidas en forma de panela, azúcar, miel, siropes, etc., así como los contenidos en los zumos y bebidas".

¿Es mejor la panela que el azúcar, la stevia y otros edulcorantes?

El marketing ha logrado que de un tiempo a esta parte se enfrenten ciertos alimentos casi con la misma vehemencia que si se trataran de equipos rivales en un campeonato. Es el caso del azúcar y la panela, o la stevia y la panela.

"La panela y el azúcar son prácticamente idénticos desde el punto de vista nutricional, pero difieren en las características organolépticas, de textura, dulzor y sabor. La stevia (o estevia) es una planta de la que se obtiene un edulcorante natural sin calorías que agrupa a varios compuestos denominado esteviósidos", señala.

Dado que la panela, la miel, el azúcar moreno, el jarabe de arce, la miel o sirope de agave, las melazas, o la caña de azúcar son alimentos muy parecidos en calorías y nutrientes, **no tiene sentido usarlos como sustitutos del azúcar si lo que buscamos es reducir las calorías**. "Los sustitutivos del azúcar son los edulcorantes, que pueden ser de alta intensidad sin calorías, como la sacarina, ciclamato, aspartamo; o de baja intensidad y bajo aporte calórico como los polialcoholes, entre los que destacan el sorbitol, xilitol o lactitol".

¿Es buena idea utilizar la panela en dietas de adelgazamiento?

Dado su alto contenido calórico no es recomendable su consumo excesivo en dietas de pérdida de peso con la creencia de que es más saludable. Ahora bien, no abusar no significa eliminar de forma radical. Moñino matiza que "en las dietas hipocalóricas equilibradas no es necesario eliminar los azúcares por completo, pero sí limitarlos especialmente. Incluir panela para endulzar en personas que ya la usan, aportaría propiedades sensoriales que contribuiría a una mayor adherencia a la dieta".

Panela y diabetes, ¿qué hay que tener en cuenta?

No solo hay que tener en cuenta las calorías. Por ser esencialmente azúcares las personas con enfermedad diabética deben tomarla con cautela. "La panela no deja de ser prácticamente azúcar, por lo que su consumo debe ser limitado, especialmente, en personas que viven con diabetes, pues sus efectos sobre la glucemia son similares a los del azúcar", concluye el dietista-nutricionista.

GUÌA DE CARACTERIZACIÓN ORGANOLÉPTICA

Las personas no comen únicamente para satisfacer sus necesidades nutricionales y metabólicas, sino que buscan también disfrutar de lo que comen. El ser humano ha asignado a la comida una dimensión especial, potenciada por parámetros fisiológicos, psicológicos, sociales y los ha integrado en la gastronomía.
El hombre dispone de sentidos con una gran capacidad receptora. La lengua tiene alrededor de diez mil papilas gustativas; el epitelio olfativo, millones de neuronas; la retina, millones de células fotosensibles, etc. Estos sentidos captan una gran cantidad de estímulos que, convertidos en impulsos nerviosos, llegan al cerebro y, una vez procesados, se convierten en una gran cantidad de sensaciones. El acto de comer estimula la vista, el tacto, el olfato, el gusto e incluso, el oído, y, como consecuencia de ello, recibimos sensaciones y percepciones que nos producen sentimientos de aceptación, placer o rechazo. De hecho, estas sensaciones son retenidas en la memoria, lo que nos permite identificar, comparar y asociar alimentos. Si los sentidos son capaces de suministrar toda esta información, es lógico, que sean instrumentos imprescindibles para analizar y valorar los alimentos.
La definición más simple del análisis sensorial es la evaluación de los alimentos o de otros productos, mediante los sentidos. Permite analizar, medir e interpretar todas las características de los alimentos percibidas a través de los sentidos que actúan como instrumentos de medida. Y permite obtener una idea global del producto, basada en las sensaciones que generan los estímulos sensoriales. Los avances en la metodología, los entrenamientos minuciosos de los catadores, la incorporación de elementos relacionados con la fisiología, la psicología y los tratamientos estadísticos, han dotado al análisis sensorial de objetividad, fiabilidad y coherencia.
En la actualidad nadie duda, que una buena valoración de la calidad de un producto alimenticio implica combinar el análisis fisicoquímico y microbiológico con el análisis sensorial. Productos alimenticios tan diferenciados como el vino, el café, el té, el chocolate, el queso, la miel lo han incorporado en los procesos de control de la producción. Resulta particularmente útil para los alimentos, que se comercializan amparados por una denominación de calidad, porque permite averiguar las características y los elementos diferenciadores, las señas de identidad y los requisitos de calidad del producto.
La técnica requiere el cumplimiento de una serie de pautas que incluyen la selección y el entrenamiento de los catadores, la forma de presentación de las muestras, el control de las condiciones ambientales de las sesiones de cata, la creación de escalas para los atributos, la elaboración de fichas de cata y los tratamientos estadísticos, entre otros.

CONDICIONES Y MATERIALES PARA CARACTERIZACIÓN ORGANOLÉPTICA

No fumar, ni comer productos de sabor fuerte, ni muy especiados o picantes, ni tampoco tomar café o licores, ni usar crema dental o enjuagues, como mínimo dos horas antes de la cata.
El ensayo se puede hacer en cualquier momento del día, pero es más recomendable realizarlo por la mañana, especialmente entre las ocho y las doce, que por la tarde o por la noche, debido a la baja saturación que tienen las papilas y el organismo en horas de la mañana
La caracterización organoléptica se debe hacer en una sala con una mesa para poder poner las muestras y en el caso de que haya más de una persona realizando la cata, es necesario que estén suficientemente separados. Las condiciones ambientales más favorables son: ausencia de ruidos y tránsito de gente, luz difusa y uniforme y temperatura ambiental en torno a los 20-22°C.
La taza en la que se debe degustar una bebida de panela debe responder a una doble exigencia: conservar el calor el mayor tiempo posible y no comunicar gusto desagradable a la bebida (debe ser de uso exclusivo de la cata).
Para catar una bebida de panela se aconseja utilizar tazas pequeñas (de 70 a100ml), fabricadas en porcelana gruesa, para que puedan conservarlo caliente de 2 a 3 minutos, el tiempo de la degustación. Están especialmente diseñadas para que se aprecie el color y trasparencia de la bebida, permita retirar el sobrenadante y no se pierda la imagen general de textura, transparencia y color. Es aconsejable que sea de color blanco ya que así se podrá juzgar mejor el color del agua de panela.
Se desaconsejan las tazas de metal ya que no cumple ninguno de los dos requisitos.
Las de cristal no comunican sabor a la dilución, pero igualmente, no conservan bien el calor, al contario de las de plástico. Las tazas de porcelana son las más adecuadas ya que no le confieren ningún gusto a la bebida y mantienen el calor, mejor que cualquier otra.
La muestra de caracterización organoléptica comprenderá una parte de producto en estado sólido de aproximadamente 100 gramos, dispuesta en una taza de porcelana color blanco, de tal forma que permita acumular aromas y apreciar el color del producto. Para panelas en bloque se debe entregar una muestra en estado sólido y una muestra rayada desmenuzada. La panela original (bloque o granulada), se colocará sobre una taza de color blanco, para poder apreciar aspectos relacionados con el color, aroma y el brillo. La muestra de panela, granulada y desmenuzada, se colocará en otra taza con tapa, a fin de acumular aromas y permitir la percepción de los aromas y de otros atributos y defectos.

Bibliografía:
https://fedepanela.org.co/gremio/?s=propiedades+organolepticas+de+la+panela
https://www.academianutricionydietetica.org/que-comer/panela-que-es/

RECURSOS:

Físicos

- Computador
- Televisor
- Panela granuada
- Agua caliente
- Vasos plásticos
- Cucharas plasticas

Humanos

- Profesional.
- Promotores.
- Ciudadanos y Ciudadanas.

Resultados:

05/05/2025
Cualitativos:

- Se realiza socialización sobre las propiedades de la panela y sus usos
- Los ciudadanos identificaron los diferentes usos de la panela teniendo en cuenta sus propiedades

Cuantitativos:
N.º total de participantes: 24
N.º total mujeres: 1
N.º total hombres: 21
N.º total población LGBTI: 2

06/05/2025
Cualitativos:

- Los ciudadanos pudieron identificar las formas de producción de la panela ya que esto influye en la calidad
- Los ciudadanos obtienen conocimiento de causa sobre las diferentes variables que hay en la producción de panela

Cuantitativos:
N.º total de participantes: 24
N.º total mujeres: 1
N.º total hombres: 21
N.º total población LGBTI: 2

07/05/2025
Cualitativos:

- Se realiza actividad de cata de panela donde se siguen los siguientes pasos: selección de muestras a evaluar, donde aprendieron a identificar el origen y su forma de producción.
- Tuvieron la oportunidad de evaluar dos tipos de panela teniendo en cuenta color, presentación y textura de la panela

Cuantitativos:
N.° total de participantes: 24
N.° total mujeres: 1
N.° total hombres: 21
N.° total población LGBTI: 2

08/05/2025
Cualitativos:

- Los participantes pudieron realizar la cata de panela donde reconocieron: sabor, aroma, color y textura de la aguadepanela
- Identificaron las diferencias entre los dos tipos de panela, teniendo en cuenta su presentación y lugar de producción.

Cuantitativos:
N.° total de participantes: 24
N.° total mujeres: 1
N.° total hombres: 21
N.° total población LGBTI: 2

09/05/2025
Cualitativos:

- Se realiza socialización sobre la actividad de cata de la panela donde cada grupo compartió sus experiencias
- Los participantes expresaron haber aprendido algo nuevo, además de aprender como reconocer una panela de calidad

Cuantitativos:
N.° total de participantes: 24
N.° total mujeres: 1
N.° total hombres: 21
N.° total población LGBTI: 2

FIRMA DEL RESPONSABLE: Heidy Guillen

FIRMA COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

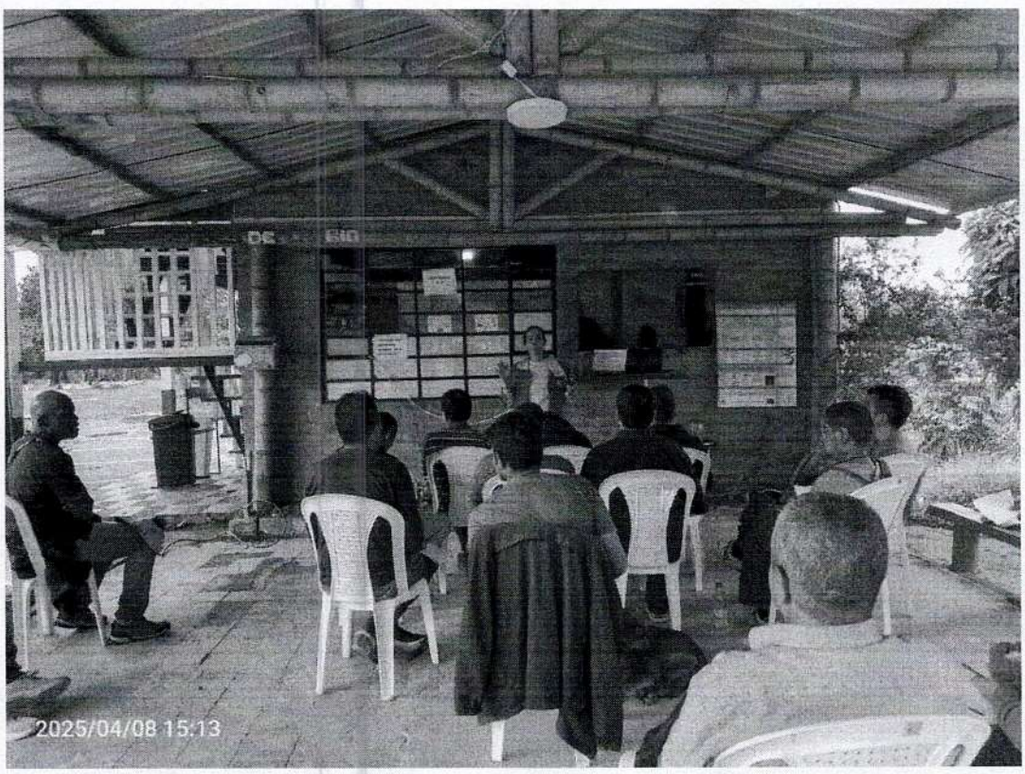
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Propiedades y características organolépticas de la panela.

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 02/05/2025

Actividad transversal



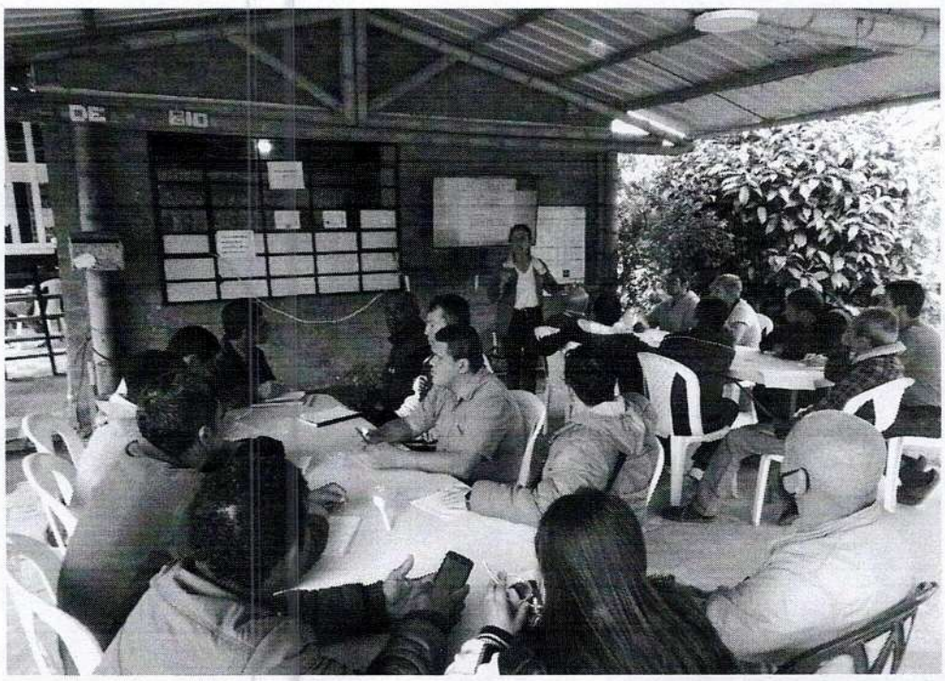
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Propiedades y características organolépticas de la panela

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 05/05/2025

Actividad transversal



EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Propiedades y características organolépticas de la panela

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 06/05/2025

Actividad transversal



EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Propiedades y características organolépticas de la panela

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 07/05/2025

Actividad transversal



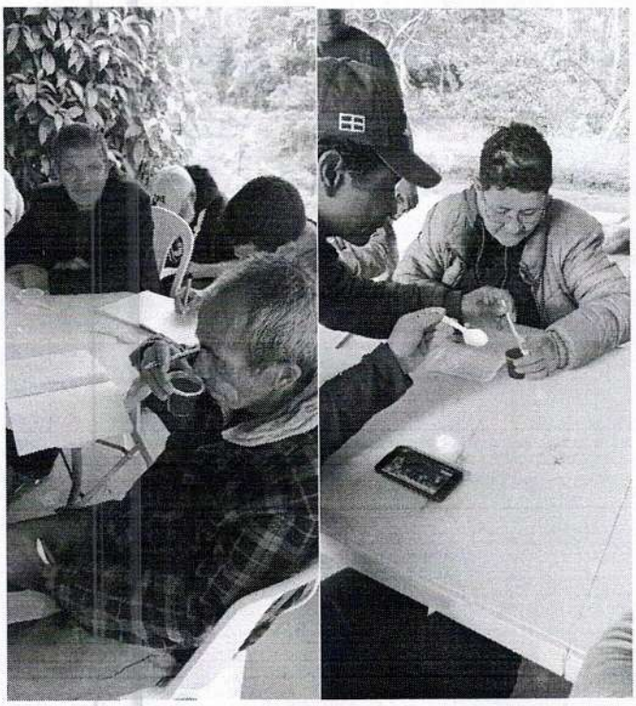
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Propiedades y características organolépticas de la panela

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 08/05/2025

Actividad transversal



EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Propiedades y características organolépticas de la panela

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 09/05/2025

Actividad transversal



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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Código: FOR-PSS-795	
Versión: 0	
Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024	
Página: 1 de 1	

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Propiedades y caracteristicas organolepticas de la panela

4.Fecha: 02/05/2025

5. Hora: 02:00 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80741956	John Mauricio Martínez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79107784	Gonzalo Ausique González	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	93435550	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1106[illegible]3680	Eduardo Rubio Cuellar	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1053773593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	19298511	Miguel Abadia Mendez Diaz	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80840237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1020778505	Yesid Rodriguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	10559598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hedy Cullen

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad: Hedy Cullen

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Código:	FOR-PSS-795
Versión:	0
Fecha:	Memo I2024020296 - 25/07/2024
Página:	1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Propiedades y caracteristicas organolepticas de la panela

4. Fecha: 05/05/2025

5. Hora: 02:00 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80741956	John Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1053773593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	19298511	Miguel Abadia Mendez Diaz	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1020778505	Yesid Rodriguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	10559598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hedy Cullen

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad: Hedy Cullen

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

4.Fecha: 06/05/2025

5. Hora: 02:00 P.M

3. Tema / Actividad: Propiedades y caracteristicas organolepticas de la panela

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80741956	John Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1053773593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	19298511	Miguel Abadia Mendez Diaz	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1020778505	Yesid Rodriguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	10559598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hedy Guillen

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad: Hedy Guillen

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle | 2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria | 4.Fecha: 07/05/2025 | 5. Hora: 02:00 P.M

3. Tema / Actividad: Propiedades y caracteristicas organolepticas de la panela

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80741956	John Mauricio Martínez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1053773593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	19298511	Miguel Abadia Mendez Diaz	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1020778505	Yesid Rodriguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	10559598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hedy Galtron

14. Cargo o rol del responsable: Talleñista

15. Firma del responsable de la actividad: Hedy Galtron

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Código: FOR-PSS-795
Versión: 0
Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024
Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Propiedades y caracteristicas organolepticas de la panela

4.Fecha: 08/05/2025

5. Hora: 02:00 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80741956	John Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1053773593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	19298511	Miguel Abadia Mendez Diaz	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1020778505	Yesid Rodriguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	10559598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Heidy Guillen

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Código: FOR-PSS-795
Versión: 0
Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024
Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Propiedades y caracteristicas organolepticas de la panela

4.Fecha: 09/05/2025

5. Hora: 02:00 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80741956	John Mauricio Martínez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1053773593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	19298511	Miguel Abadia Mendez Diaz	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1020778505	Yesid Rodríguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	10559598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Heidy Gutierrez

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad: Heidy Gutierrez

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 05/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 8:00 am **FINAL**: 11:30 am
ÁREA: Socio ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Mabel Alexandra Mafla Eraso	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Habilidades comunicativas
Actividad Ponderable

OBJETIVO GENERAL:

- Sensibilizar a los y las ciudadanas de la importancia de tener habilidades comunicativas positivas en los diferentes contextos sean en el trabajo, en la comunidad o en la familia.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar cualidades en la comunicación en los y las ciudadanas con el fin de tener relaciones sanas en los talleres de formación ocupacional.
- Promover en los y las ciudadanas las herramientas en la comunicación específicamente en la empatía, escucha activa y en la asertividad.

METODOLOGIA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades se utilizará la metodología socio educativa en la cual los ciudadanos y ciudadanas se sensibilizarán sobre la importancia de tener habilidades comunicativas adecuadas.
Adecuación del espacio: Se dispondrá de un ambiente tranquilo en sala de T.V, con sillas, portátil, lista de asistencia.
Primer momento: Se iniciará la actividad con una breve explicación del objetivo del taller donde se dará a conocer la importancia de sensibilizar a los y las ciudadanas sobre la las habilidades de comunicación.
Segundo momento: Se realizará presentación de la temática inicialmente con un video y luego la ponencia en power point de la temática a tratar.
Tercer momento: Se finalizará con la retroalimentación del tema donde podrán participar los y las ciudadanas, talleristas y equipo de Terapia ocupacional donde se cierra reunión con objetivos concretos los cuales puedan erán herramientas para la comunicación diaria en la comunidad.

TEMA: Habilidades comunicativas

Habilidades son destrezas que una persona tiene para realizar varias acciones. Incluyen habilidades comunes, como caminar, y habilidades raras, como hacer un salto doble hacia atrás. Son un conjunto de capacidades, competencias, atributos, talentos, y en algunos casos conocimientos, que caracterizan a las personas. Son características que promueven comportamientos saludables en las distintas áreas de la vida y facilitan tomar el control de las acciones.

Por ejemplo, la planificación, el trabajo en equipo y la creatividad. En este sentido, las habilidades son esenciales para que las personas se desarrollen de forma plena.

El impacto de las habilidades comunicativas en el trabajo:

- ✓ Mejoran la colaboración y el trabajo en equipo:

Una comunicación clara y efectiva permite a los empleados trabajar juntos de manera más eficiente y coordinada, reduciendo malentendidos y mejorando el rendimiento.

- ✓ Facilitan la resolución de conflictos:

La capacidad de escuchar, expresar ideas de manera asertiva y buscar soluciones constructivas ayuda a resolver conflictos de manera más rápida y efectiva, creando un ambiente de trabajo más armonioso.

✓ Fortalecen las relaciones laborales:
Una comunicación efectiva contribuye a construir relaciones más sólidas y de confianza entre empleados, superiores y clientes.

✓ Aumentan la productividad:
Al reducir errores y malentendidos, la comunicación efectiva ayuda a optimizar los procesos y aumentar la productividad.

✓ Mejoran la moral de los empleados:
Un ambiente de trabajo donde se promueve la comunicación abierta y honesta contribuye a aumentar la satisfacción y el compromiso de los empleados.

✓ Ayudan a la toma de decisiones:
La comunicación efectiva permite compartir información de manera clara y completa, facilitando la toma de decisiones informadas y estratégicas.

✓ Contribuyen al éxito profesional:
Desarrollar y fortalecer las habilidades comunicativas puede mejorar la carrera profesional y aumentar las oportunidades de crecimiento.

Ejemplos de habilidades comunicativas en el trabajo:

- Escucha activa:

Prestar atención a lo que dice el interlocutor, mostrando interés y haciendo preguntas pertinentes.

- Claridad y concisión:

Expresar las ideas de manera clara, concisa y directa, evitando tecnicismos o jergas innecesarias.

- Empatía:

Entender y compartir los sentimientos de los demás, mostrando comprensión y apoyo.

- Asertividad:

Expresar los propios puntos de vista de manera firme pero respetuosa, sin ser agresivo ni pasivo.

- Retroalimentación (feedback):

Dar y recibir críticas constructivas de manera efectiva, buscando la mejora continua.

- Persuasión:

Convencer a los demás de manera efectiva, presentando argumentos sólidos y utilizando técnicas persuasivas apropiadas.

- Resolución de conflictos:

Saber cómo abordar y resolver desacuerdos de manera constructiva, buscando soluciones mutuamente beneficiosas.

- Negociación:

Alcanzar acuerdos mutuamente satisfactorios, buscando el beneficio de todas las partes involucradas.

En resumen, las habilidades comunicativas son esenciales para el éxito en el trabajo. Desarrollar y fortalecer estas habilidades puede mejorar significativamente la productividad, la colaboración, las relaciones laborales y el crecimiento profesional.

Fuente de información:
Habilidades comunicativas- 5 aspectos para mejorar las habilidades comunicativas (Video)

https://www.indeed.com/orientacion-profesional/desarrollo-profesional/habilidades-comunicativas-ejemplos

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Computador

Humanos

- Ciudadanos
- Talleristas
- Profesionales en Terapia ocupacional

RESULTADOS:

Cualitativos:

Se culmina taller de manera satisfactoria donde los grupos de participantes de los talleres de agro, cultural y artes lograron entender la dinámica y la importancia de tener relaciones sanas con sus compañeros y talleristas en estas actividades donde se comprometen a resolver mal entendidos de la forma abierta manejando las habilidades de comunicación necesarias para llevar a buen término cada jornada de trabajo.

Cuantitativos:

N.° total de participantes: 28
N.° total mujeres: 0
N.° total hombres: 26
N.° total población LGBTI: 2

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Habilidades comunicativas
Línea de Atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.
FECHA: 05/05/2025
ACTIVIDAD PONDERABLE





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Pagina: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle | 2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria | 4. Fecha: 05/05/2025 | 5. Hora: 08:00 A.M

3. Tema / Actividad: Ponderable habilidades comunicativas

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1003933433	Jhon Fredy Pinilla Rivas	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79814274	Yovanny Gallego Mejia	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80741956	John Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1022988389	David Steven Ramirez Lopez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	79592700	Jose Antonio Rodriguez Ramirez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	79723704	Luis Eduardo Martinez De Verano	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79743640	Julio Cesar Lopez Martinez	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1020778505	Yesid Rodriguez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	11230612	Sixto Elias León Mendez	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	10559596	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Mabel A. Mafla E. | 14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional | 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Ponderable habilidades comunicativas

4. Fecha: 05/05/2025

5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	1053773593	Juan Carlos Gutierrez Toro	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	19296511	Miguel Abadia Mendez Diaz	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Ydel A. Narbo E.

14. Cargo o rol del responsable: Trabajo Comunal

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES**	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 05,06,08 y 09/05/2025	**HORA:** **INICIO:** 08:00 am **FINAL:** 12:00 am
ÁREA: Tallerista agroambiental	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Vanessa Alejandra peñuela	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: compostaje y labores agrícolas
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:

- Fortalecer las capacidades agroambientales de las y los ciudadanos, mediante la enseñanza y práctica de técnicas sostenibles como el compostaje, la gestión de residuos, el uso responsable de la guadua y la realización de labores agrícolas, promoviendo la gestión adecuada de los recursos naturales y fomentando procesos de desarrollo personal, inclusión social y sostenibilidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Capacitar a los participantes en la elaboración y manejo del compostaje, como estrategia para el aprovechamiento de residuos orgánicos y mejora de suelos agrícolas.
- Promover prácticas responsables de gestión y separación de residuos, enfocadas en la reducción del impacto ambiental y la valorización de materiales reutilizables.
- Enseñar el uso sostenible y técnico de la guadua, destacando su potencial como recurso renovable en actividades agroambientales y construcción ecológica.
- Desarrollar habilidades prácticas en labores agrícolas básicas, que fomenten la autosuficiencia alimentaria, el trabajo en equipo y la conexión con la tierra.
- Estimular el desarrollo personal y la inclusión social, mediante experiencias formativas que fortalezcan la autoestima, el sentido de pertenencia y el compromiso con el entorno natural.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, se implementará una metodología psicoeducativa para el desarrollo de la actividad programada, a través de un taller teórico práctico, junto con la asignación de materiales y acompañamiento.

PRIMER MOMENTO: Reunir a los ciudadanos para compartirlo logras cumplidos en la semana anterior y definir los objetivos y tareas a que se le deben dar cumpliendo en los talleres de la semana y definir las actividades que van a realizar cada uno de los participantes durante el taller.

SEGUNDO MOMENTO: capacitar a los ciudadanos en cada una de las actividades que van a realizar para que la efectúan de manera correcta, se capacitaran sobre el uso efectivo y correcto de las herramientas y equipos proporcionados para desarrollar las actividades que se les han designado, se instruirá a los ciudadanos en buenas prácticas agrícolas, como el manejo y control de plagas de manera natural, el aprovechamiento de los recursos naturales, la producción de abono orgánico, el mantenimiento de cultivos, se designaran grupos de trabajos los cuales serán divididos por áreas y se les designaran tareas según el lugar en donde se encuentren, en los cultivos perennes se realizar el monitoreo visual de plagas para determinar su control, se harán labores de plateo, y aporque. En las hortalizas se hará la limpieza y mantenimiento de camas, en áreas comunes se hará el mantenimiento y embellecimiento de los jardines, por ultimo los del área de compostajes picaran, calaran y voltearan las pilas de compost en tratamiento, por último, se coordinará la recolección de guadua y se iniciara con la construcción ecológica de dos sillas para las áreas comunes dentro de la comunidad.

TERCER MOMENTO: Para terminar con el taller, se convocarán a algunos ciudadanos a los cuales se les hará preguntas sobre los temas visto y se hará un proceso de reflexión sobre lo que han aprendido y como lo podrían llegar a aplicar en la vida diaria. se recogerán los insumos y herramientas a las cuales deben estar limpias y en buenas condiciones, se hará el debido mantenimiento, por último, se le realizará aseo a la bodega de agro.

TEMAS:

Actividades agrícolas

Las actividades agrícolas son aquellas propias del sector de la sociedad dedicado a la agricultura como actividad económica, es decir, al aprovechamiento de los suelos para la siembra, cuido y recolección de frutos, granos y/o vegetales para su posterior consumo y venta a otros sectores. Por ejemplo: arado, siembra, riego.

Este tipo de actividades son características de un sector primario, es decir, de producción de bienes. Pueden darse de múltiples maneras, tanto de modo artesanal como tecnológico, y se extienden usualmente en el tiempo, conforme a las etapas estacionarias de la siembra y el cultivo. Cuando se llevan a cabo junto con las actividades propias de la ganadería, estaremos en presencia del sector agropecuario en pleno.

Agricultura

Se trata de un conjunto de saberes y prácticas de origen ancestral, que han acompañado al hombre desde, por lo menos, el año 7000 a. C. Sus orígenes se estiman en la prehistoria, pero se sabe que en las fértiles tierras del Nilo durante las dinastías egipcias, en las tierras precolombinas y en las primitivas civilizaciones chinas, se la practicaba de manera independiente.

Su eje central es, como hemos dicho, la siembra y el cultivo de las distintas especies vegetales aprovechables por el hombre, tanto para alimentarse, decorar sus hogares o para obtener insumos que luego puedan transformarse o aprovecharse, a su vez, en otras industrias.

La agricultura comprende por lo general diversas etapas, como la siembra o plantación de las especies vegetales; el cultivo o riego y alimentación de las plantas una vez germinadas; la cosecha, recolección o extracción, dependiendo de si se trata de frutos, tubérculos, flores, etc.; y la posterior distribución y comercialización, o simplemente consumo del producto agrícola.

Tipos de agricultura

Existen numerosas clasificaciones posibles para la agricultura, a saber:

Según su empleo del agua y los recursos hídricos. Se clasifica en:

- Agricultura de regadío. El agricultor aporta a la siembra cantidades de agua necesarias para el nacimiento y desarrollo de las plantas, mediante recursos naturales o tecnológicos.
- Agricultura de secano. No existe añadido de agua por parte del agricultor, sino que se aprovechan las lluvias, aguas subterráneas y nutrientes de la tierra naturalmente.

Ejemplos de actividades agrícolas

- **Arado.** Arar significa abrir surcos superficiales en el terreno y así prepararlo para recibir la semilla. Esta actividad tradicionalmente se lleva a cabo mediante una yunta y bestias de carga, como bueyes o mulas, y en las variantes tecnológicas se realiza con tractores o mecanismos de cultivo especializados.
- **Abono**. El enriquecimiento del terreno con abono propicia la presencia de nutrientes en el mismo, ya sea de manera natural (mediante procesos de composting o reciclaje de materia en descomposición) o a través de añadidos químicos (sulfatos, nitratos, urea, etc.). En ocasiones esto puede incidir en el tamaño y volumen de la fruta obtenida.
- **Siembra**. Es el proceso en el cual se inserta la semilla en los surcos trazados en el suelo, de acuerdo a un ordenamiento específico y previo (al menos en el caso de los cultivos heterogéneos). La profundidad a la que se deposita debe ser la adecuada para no dificultar el brote de la planta al germinar, pero tampoco dejar la semilla a la intemperie.
- **Riego.** Etapa vital para producir la germinación de las semillas plantadas, consiste en verter agua sobre el sembradío. Esto, claro está, de acuerdo a las necesidades de lo sembrado, ya que algunas plantas requieren de riego constante y otras de riego eventual, o ninguno. De acuerdo a estas condiciones, se procede a regar, o simplemente se espera por las lluvias.
- **Cultivo.** En esta etapa se incluye el riego, el cuido, la poda u otras actividades que tienen como fin estimular el crecimiento de las plantas y preparar las condiciones para la cosecha y recolección.
- **Cuido del sembradío.** El cuido de los sembradíos se enfoca más que nada en garantizar las condiciones de humedad requeridas y en combatir las malezas y las plagas, a través de métodos naturales o de pesticidas, herbicidas y otras sustancias tóxicas que eliminan las especies vegetales y animales indeseadas.
- **Cosecha**. Última etapa en la cadena de producción agrícola, inicia con la selección del momento óptimo de maduración de los frutos, para garantizar su óptima calidad. La recolección puede hacerse manualmente o mediante procedimientos mecánicos, dependiendo del modelo agrícola y del tipo de producto. En algunos casos este proceso incluye el sacrificio de las plantas.
- **Rotación de cultivos.** En los modelos extensivos o tradicionales de agricultura, la rotación de cultivos es indispensable para no agotar la calidad de los suelos. Sembrar una misma especie en el mismo lugar una y otra vez agota los recursos y exige la introducción de nutrientes adicionales, mientras que el cambio de cultivo permite la recuperación natural del suelo.
- **Distribución.** Una vez cosechados los frutos o bienes agrícolas, se procede a la separación o selección de los bienes en mejor estado y la elaboración de los distintos canales de distribución. No todo va a un mismo lugar, ni es comprado por el mismo cliente, así que se hace necesaria una labor logística para separar los bienes producidos.
- **Venta.** En muchos casos la venta final al consumidor se lleva a cabo alejada de los campos, por intermediarios o comerciantes, aunque en otros modelos menos industrializados el mismo agricultor dispone la venta de su cosecha, o la consume su propia familia.

Compostaje

El proceso de compostaje se da a través de las siguientes fases o etapas

Dentro del proceso de compostaje, la temperatura y el pH cumplen un rol fundamental, ya que influyen en el crecimiento y desarrollo de los microorganismos que realizan el proceso de descomposición de la materia orgánica.

Termómetro para la toma de temperatura del compost



Fuente de consulta:

https://es.scribd.com/doc/82503908/labores-agricolas

https://www.hannacolombia.com/agro/blog/item/temperatura-y-ph-en-el-proceso-de-compostaje?srsltid=AfmBOoqSfDt6krtXa-Grx6MKZu0YOnw1DqvlimkjEuZ70ehfkxi4s33y

RECURSOS:

Físicos

- Picas
- Palas
- Baldes
- Termómetro de suelo
- Cal viva
- Melaza
- Azadones
- Machetes
- Bomba de mano
- Balde
- Jabón rey
- Pinzas
- Residuos orgánicos
- Guadua
- Taladro
- Tuercas
- Barillas
- Metro
- Segueta
- Tornillos Golosos

Humanos

- Ciudadanos
- Tallerista

RESULTADOS:

05/05/2025

Cualitativos

- Se realiza fumigación para el control de moscas y zancudos en las áreas dentro de la comunidad con ayuda de la bomba y químico.
- Se realiza el plateo al tomate al cultivo de tomate de árbol dentro de la comunidad.
- Se realiza limpieza perimetral de la comunidad para el control de insectos y roedores.
- Se realiza el mantenimiento del jardín de plantas ornamentales.
- Se realiza la recolección de aproximadamente 20 kilos de residuos orgánicos generados en cocina para ser tratados en el área de compostaje.
- Se realiza el picado de los residuos que se encuentran en el área de compostaje, se inicia tratamiento con cal viva.
- Se realiza el volteo a las 4 pilas de compostaje para airear y oxigenar y darle continuación al proceso de descomposición.
- Se realiza limpieza y mantenimiento a los jardines de las áreas comunes de la comunidad.
- Se inicia con la recolección de guadua para la estructura ecológica de una silla

Cuantitativos

N.° total de participantes: 9

N.° total mujeres: 0

N.° total hombres: 8

Fase Mesófila: Ocurre desde que la materia orgánica está a temperatura ambiente hasta que alcanza una temperatura alrededor de 40 °C por la descomposición generada por los microorganismos mesófilos. En esta etapa el pH disminuye por la formación de compuestos ácidos.



Fase Termófila o de Higienización: La temperatura alcanza valores alrededor de los 60 °C y los microorganismos presentes son llamados termófilos. El pH aumenta por la transformación del nitrógeno en amoníaco. El calor generado en esta etapa elimina bacterias perjudiciales como la Salmonella o la Escherichia coli.



Fase de Enfriamiento o Mesófila II: Una vez se agotan las fuentes de Nitrógeno, la temperatura desciende nuevamente aproximadamente a 40 °C.



Fase de Maduración: Esta fase final se lleva a cabo a temperatura ambiente y puede tomar meses. En esta etapa se producen ácidos húmicos y fúlvicos



N.° total población LGBTI: 1
06/05/2025
Cualitativos

- Se realiza la limpieza y el mantenimiento al cultivo de lulo.
- Se realiza limpieza y a porque a la huerta de cebolla larga y zanahoria.
- Se realiza la recolección de aproximadamente 25 kilos de residuos generados en el área de cocina.
- Se realiza la toma de temperatura y el volteo de las 4 pilas de compostaje para darle continuación al proceso de descomposición.
- Se realiza el picado de los residuos que se encuentran en el área de compostaje para iniciar su tratamiento con cal viva.
- Se inicia con la construcción ecológica de las sillas para un área común dentro de la comunidad.

Cuantitativos
N.° total de participantes: 9
N.° total mujeres: 0
N.° total hombres: 8
N.° total población LGBTI: 1
08/05/2025
Cualitativos

- se realiza la recolección de 20 kilos de residuos generados en el área de cocina para ser tratados en el área de compostaje.
- se realiza el volteo, aireado y oxigenado de las 4 pilas de compostaje.
- Se realiza el picado de los residuos que se encuentran en el área de compostaje para iniciar tratamiento con cal viva.
- Se continúa con la construcción ecológica de las sillas para áreas comunes de la comunidad.
- Se realiza limpieza y mantenimiento a los jardines de la comunidad.
- Se realiza el cernido de 6 bultos de compostaje convertidos en abono orgánico.

Cuantitativos
N.° total de participantes: 9
N.° total mujeres: 0
N.° total hombres: 8
N.° total población LGBTI: 1
09/05/2025
Cualitativos

- Se realiza la recolección de aproximadamente 25 kilos de residuos orgánicos generados en el área de cocina.
- Se realiza el picado de los residuos que se encuentran en el área de compostaje.
- Se realiza el volteo y la toma de temperatura de las 4 pilas de compostaje.
- Se realiza la preparación de un biopreparado cicatrizante natural para la poda del cultivo de tomate de árbol.

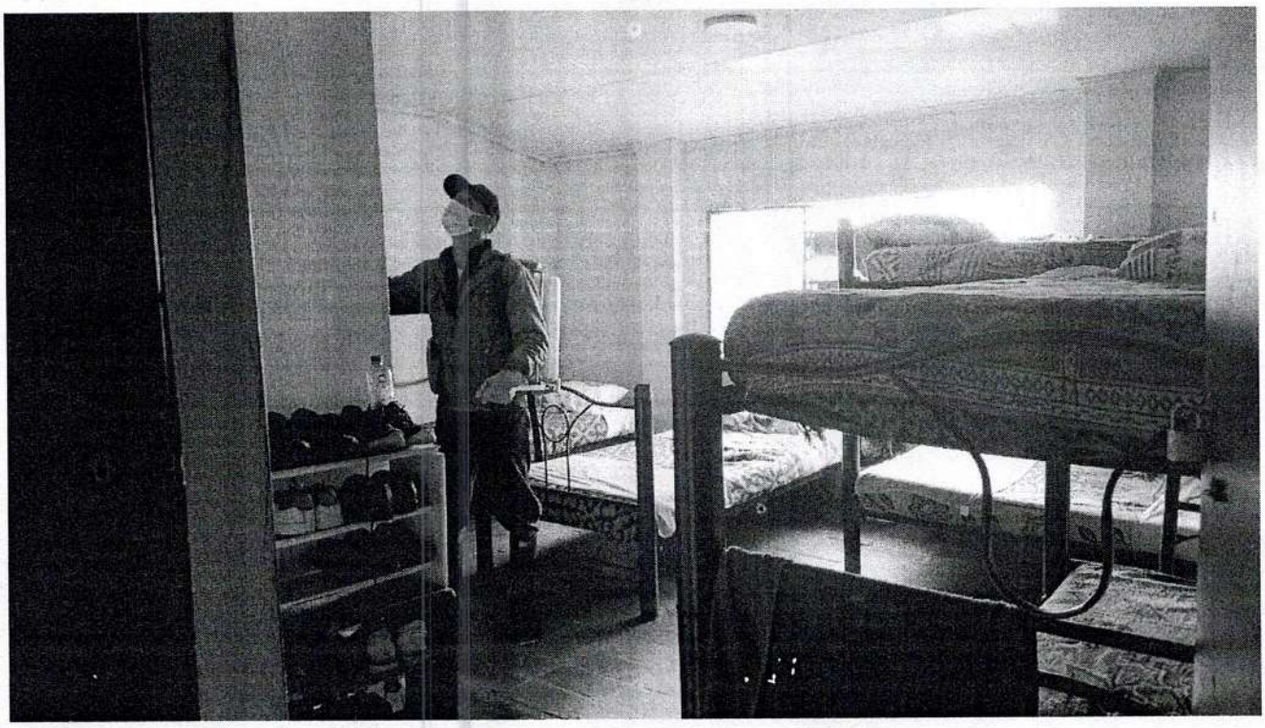
Cuantitativos
N.° total de participantes: 9
N.° total mujeres: 0
N.° total hombres: 8
N.° total población LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

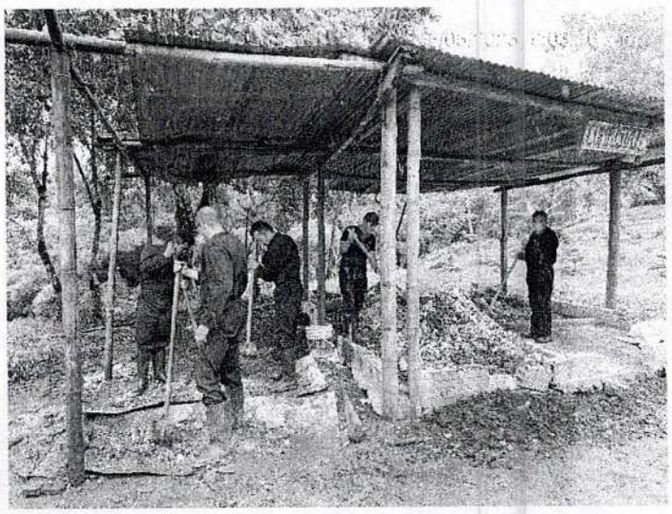
NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Compostaje y labores agrícolas
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
FECHA: 05/05/2025
Actividad Transversal











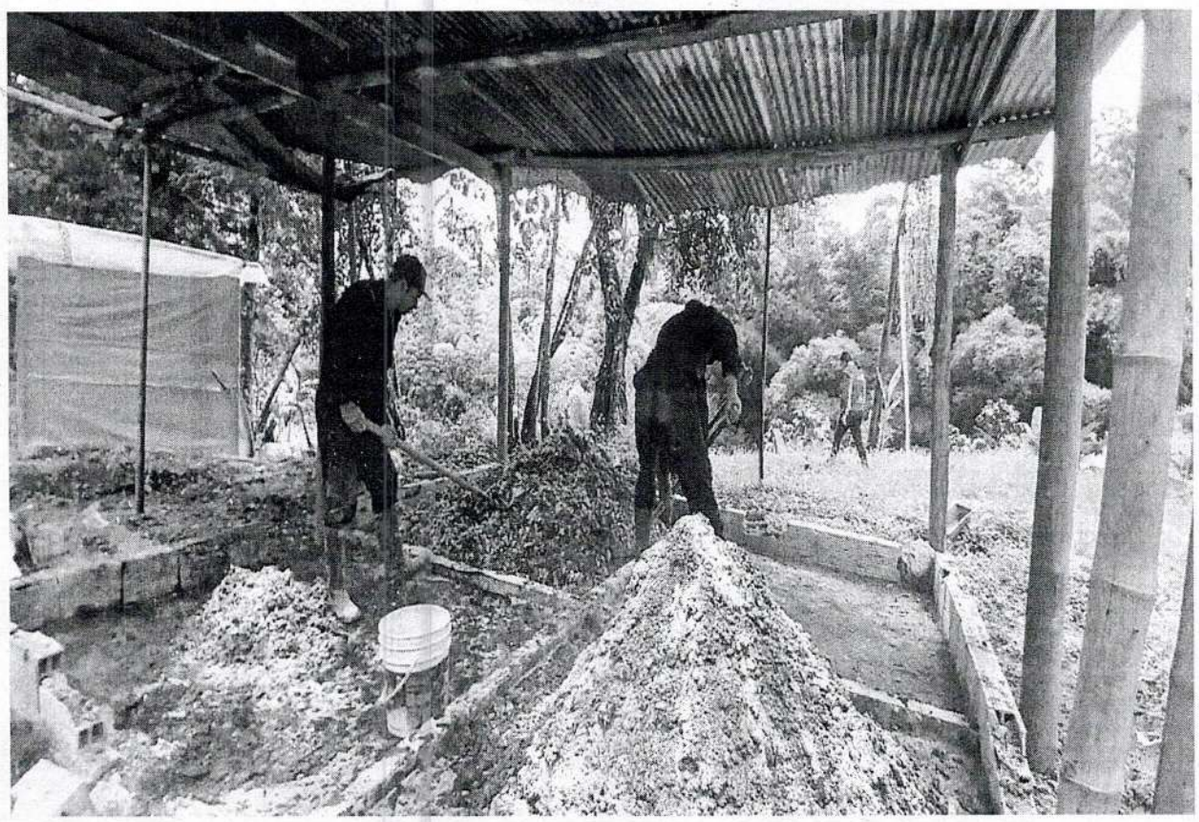
EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

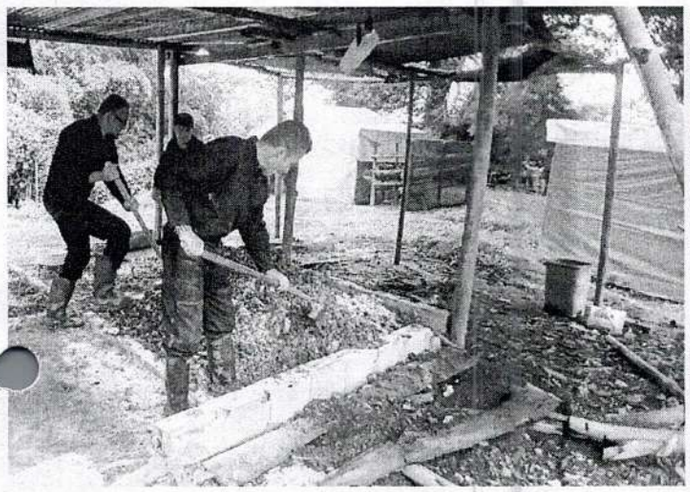
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Compostaje y labores agrícolas

LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

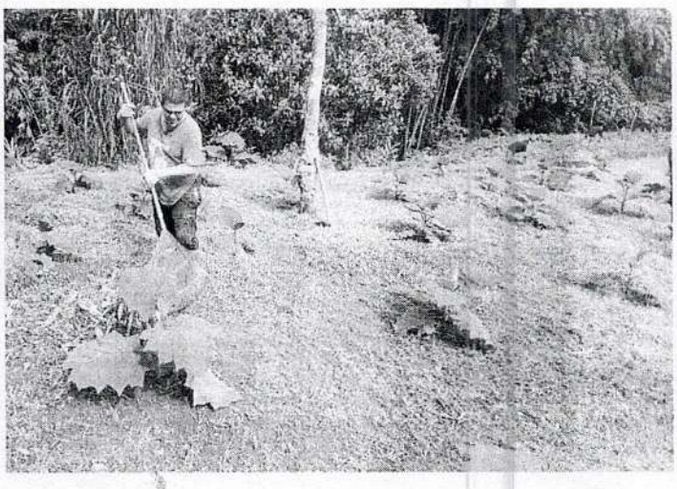
FECHA: 06/05/2025

Actividad Transversal







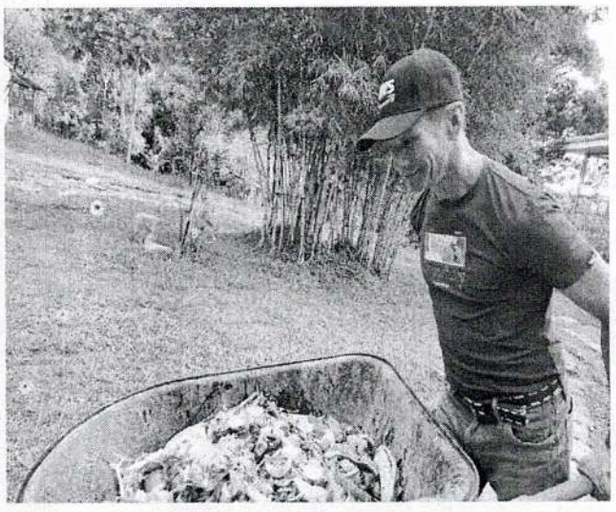




EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Compostaje y labores agrícolas
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
FECHA: 08/05/2025
Actividad Transversal









EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Compostaje y labores agrícolas

LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

FECHA: 09/05/2025

Actividad Transversal







ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad:Compostaje y labores agricolas		4. Fecha:	05/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Vanessa Alejandra peñuela

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agroambiental

15. Firma del responsable de la actividad: 

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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 recolectaran 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad:Compostaje y labores agricolas		4. Fecha:	06/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Venessa Alejandra peñuela

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agroambiental

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad:Compostaje y labores agricolas		4. Fecha:	08/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Vanessa Alexandra Peñuela | 14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agroambiental | 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, és la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad:Compostaje y labores agricolas		4. Fecha:	09/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Vanessa Alejandra Penuela

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agroambiental

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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 recolectaran 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida La Victoria	**FECHA:** 08,09/05/ 2025	**HORA:** INICIO:08:00 AM FINAL: 12:00 PM
ÁREA: Tallerista Agroindustrial	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jhon Edwar Díaz Martínez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Embellecimiento de áreas comunes y podas de formación.
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
Actividad transversal.

OBJETIVO GENERAL:

Capacitar a los ciudadanos en el cuidado fr cuente de los diferentes cultivos, mediante labores culturales tales como: riego, podas de formación, c te de prados por medio del método mecánico (guadaña), monitoreo de plagas y enfermedades, esta leciendo un manejo integrado para prevenir los daños por plagas y enfermedades, generando un esp cio adecuado para el óptimo desarrollo de los cultivos y la producción de productos agrícolas de calida para el autoconsumo en la comunidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Realizar las podas de formación en os cultivos de tomate de árbol y lulo donde los ciudadanos logran reconocer que ramas son las ue se deben eliminar para óptimo crecimiento de las plantas.
- Realizar el riego en los cultivos, que arantice el requerimiento hídrico para el óptimo desarrollo de las diferentes especies.
- Ejecutar el corte de prados por m lio del método mecánico (guadaña), donde los ciudadanos reconocen la importancia del uso a ecuado de los elementos de protección, el mantenimiento y preparación de la mixtura (gasolina aceite dos tiempos).

METODOLOGÍA:

En el marco de la Línea de atención 4 Dina ización de la atención integral basada en comunidad de vida se implementará la metodología psicó edu ativa, en la cual se realizarán talleres teóricos- prácticos, que permitan a las y los ciudadanos fortalecer s conocimientos, habilidades y destrezas en la agricultura, que logren trasmitir de manera correcta a sus c npañeros y en las actividades ocupacionales externas.

- **Adecuación:**
  Se realizará una inducción sobre la mportancia del cuidado diario de los cultivos, zonas comunes y labores culturales.
  Además, se explica el uso adecuad de las herramientas, uso de los elementos de protección de la guadaña y limpieza.
- **Primer momento:**
  Se establecerán las actividades par ealizar, se da los propósitos y metas a lograr, se hace entrega de herramientas e insumos agrícola requeridos para las diferentes labores en las áreas.
- **Segundo momento:**
  Se reunirán a los ciudadanos para ealizar unas preguntas de que tipos de plantas hay, que se necesita para la preparación de una huerta, que tipos de herramienta se utiliza.
  Se llevará a los ciudadanos a l cultivos y allí ven diferentes tipos de cultivos, plagas y enfermedades que se puedan pres tar.
- **Tercer momento:**
  Terminada la jornada se recogen los sumos, se limpian las herramientas y de organiza el cuarto de herramientas del taller agrícola.
- **Reacondicionamiento:**
  Se realizará una socialización con los ciudadanos para resolver dudas e inquietudes de la actividad realizada. Para resolver dudas e inquietudes que tengan.

TEMAS:
Corte de prados

Es una herramienta de uso en el ámbito de la agricultura, o dicho otra manera, para facilitar el trabajo de campo como cortar plantas, eliminar arbustos, maleza de cultivos, obtener el forraje del ganado, es una simplicidad de una corta césped

Por otra parte, la guadaña posee otros nombres como cortadora de maleza, dalla, desmalezadora, dalle o desbrozadora. Así, su estructura básica se compone de una cuchilla incrustada en una base de metal o madera.

No obstante, es una herramienta que no puede faltar en los objetos de trabajo de una finca, parcela o cualquier extensión de terreno grande. Debido a su facilidad de cortar cualquier follaje a pocos centímetros de la tierra.
Características de la guadaña

- Es de sencillo diseño y utilización.
- El mango de la guadaña se ajusta a la estura promedio de una persona, siendo su tamaño promedio de 120 a 180 cm.
- La cuchilla que implementa posee una curvatura que le brinda mayor desempeño del trabajo. Siendo ancho en su origen, cosa que va disminuyendo hasta terminar en una punta fina y afilada.
- Puede utilizar una cuchilla de acero y metal, o puede emplear el uso de un hilo especial.
- La cuchilla de metal distingue tres partes: el etalón, lomo y el filo.
- La guadaña puede utilizar un motor que funciona a base de gasolina o electricidad.
- El mango posee ciertas estructuras como correas e impresiones que facilitan su agarre.

Asimismo, las guadañas en línea general poseen estas mismas características, existiendo discrepancia solo es longitud del mango y de cuchilla.

Tipos de Guadañas (según el sustento del motor)
La guadaña es una herramienta que no falta entre los amantes trabajadores de la tierra, pues brinda gran facilidad de uso y comodidad de movilidad. De esta manera, existen dos tipos:

- De gasolina: Son para uso de personas con más experiencias en la materia de eliminar maleza, y es ideal para grandes extensiones de campo. Por su parte, existen de dos y cuatro tiempo, con precios muy variados.
- Eléctrica: Son las más económicas del mercado, posee un diseño más silencioso que la guadaña de gasolina. Y son una excelente opción para fines de jardinería o labores agrícolas no muy codiciosos, además su diseño esta pensados para personas nuevas en el reglón. La elección de que guadaña implementar quedara a juicio del comprador, por su parte, las guadañas a gasolina suponen una mayor ventaja de las eléctricas, debido a su mayor posibilidad de movilidad.

Modo de uso de la guadaña

El manejo de esta herramienta no supone grandes conocimientos, pero si precisión y cuidado con su movimiento. Así, la guadaña se debe usar intentando realizar arcos, con movimiento oscilantes de derecha a izquierda.

Intentando dejar una línea regular en el tamaño de la maleza, además, se debe tener una estimación de la altura que se pretende dejar, siendo lo más cerca al suelo de lo posible.

Aunque el desempeño de la maquina dependerá de la habilidad de la persona en el trabajo, y de lo afilada que este la cuchilla.

Labores culturales
Las labores culturales son todas las actividades que se deben realizar en el huerto o cultivo, desde la siembra hasta la cosecha, para que se desarrollen sin ningún problema las plantas y se optimice la producción.



Podas de formación cultivo tomate de árbol

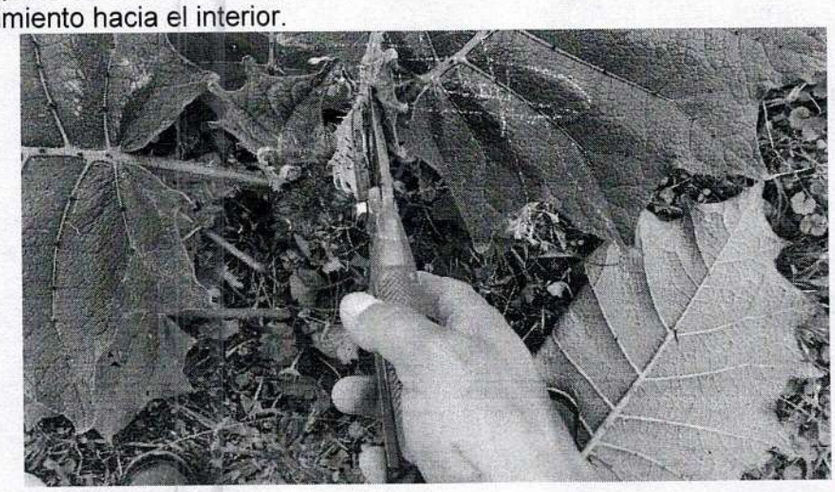
La poda de formación consiste en despuntar la planta cuando tiene una altura de 30- 40 cm, seleccionando luego 3 a 4 brotes que serán las futuras ramas madres. La poda de mantención consiste en eliminar las ramas secas, las ramas que ya produjeron y las ramas mal ubicadas (interior de la copa).

La poda se realiza en primavera, tan pronto como el peligro de heladas ha pasado. Las podas tempranas de primavera dan por resultado una maduración temprana de los frutos (lo mismo sucede si las plantas no se podan). En cambio, podas realizadas en el mes de noviembre retrasarán la maduración de los frutos.



Podas de formación cultivo de lulo

La poda de formación en el cultivo de lulo tiene como objetivo principal obtener una estructura de ramas fuertes y bien distribuidas, así como dirigir la copa a una altura adecuada. Esto se realiza durante los primeros años después de la plantación, principalmente con la eliminación de chupones basales y ramas débiles o con crecimiento hacia el interior.



Riego

El riego es una de las labores culturales más importantes dentro del huerto porque de ello depende el crecimiento y el desarrollo de las plantas. Esta labor debería realizarse temprano en la mañana o en horas de la tarde, cuando ya se haya escondido el sol. Esto evita la evaporación del agua. Se recomienda regar directamente al suelo, no a las hojas de la planta, ya que son las raíces las que van a asimilar el agua y llevarla al resto de la planta. Cuando se riegan las hojas, se corre el riesgo de que las gotas quemen la hoja.

Fuente de consulta:
-https: //www.fao.org
-labores-culturales.com
-agricultura/publicaciones/ca_Fitosanitarios_Equipos_de_aplicacion.PDF
https://www.frutas-hortalizas.com/Hortalizas/Presentacion-Acelga.
-https://www.asohofrucol.com.co
-Santiago de chile 2013, Pilar Román María M. Martínez Alberto, MANUAL MANEJO DE GUADAÑA.

RECURSOS:
Físicos:

- 2 machetes.
- 1 tijera para podar.
- 2 kilos de cicatrizante orgánico.
- 1 bomba para riego de 5 litros.
- 350 metros de manguera para riego.
- 4 aspersores.
- 3 limas para afilar.
- 1 alicate.

Humano:

- 1 Tallerista
- ciudadanos

RESULTADOS:
Cualitativos:
Jueves

- los ciudadanos iniciaron las podas de formación en el cultivo de lulo logrando reconocer las ramas y hojas que se deben eliminar para que la planta se desarrolle de forma adecuada.
- Los ciudadanos lograron reconocer la importancia del riego diario para el adecuado desarrollo y crecimiento de las diferentes espacies vegetales existentes en los cultivos de la comunidad de vida

Viernes

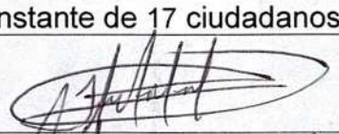
- Los ciudadanos realizaron las podas de formación en el cultivo de tomate de árbol en el cual los ciudadanos identifican el tamaño adecuado para realizar esta labor.
- Los ciudadanos iniciaron el corte de prados de las zonas comunes donde reconocen la importancia de realizar esta labor constantemente para mantener el embellecimiento de estos espacios, adicionalmente fortalecieron los conocimientos en el mantenimiento y uso adecuado de la guadaña.

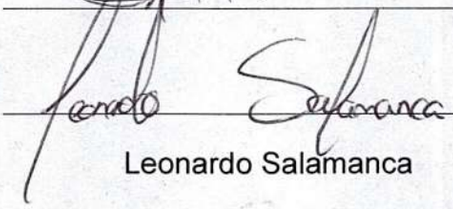
Cuantitativos:
Jueves 08/05/2025

- Los ciudadanos realizaron las podas de 5 plantas de lulo.
- Los ciudadanos realizaron el 100% del riego del área de cultivos transitorios.
- Se logró la participación constante de 17 ciudadanos en el taller agrícola.

Viernes 09/05/2025

- Los ciudadanos realizaron podas de 35 plantas de tomate de árbol.
- Los ciudadanos iniciaron el corte de prados de las zonas comunes con un avance del 15%.
- Se logró la participación constante de 17 ciudadanos en el taller agrícola.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Embellecimiento de áreas comunes y podas de formación.

LINEA DE ATENCION4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

FECHA: 08/05/2025.

ACTIVIDAD TRANSVERSAL





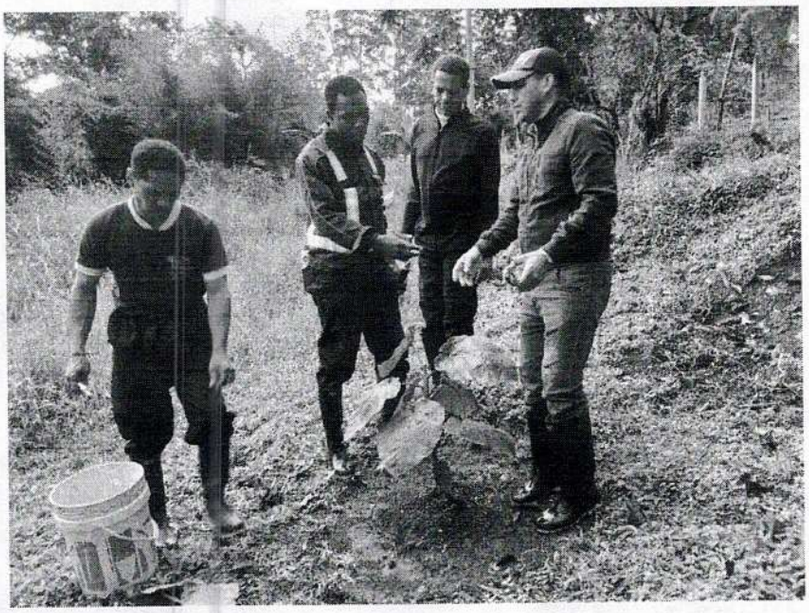
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Embellecimiento de áreas comunes y podas de formación.

LINEA DE ATENCION4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

FECHA: 08/05/2025.

ACTIVIDAD TRANSVERSAL







ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad:Embellecimiento de areas comunes y podas de formacion		4. Fecha:	08/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79651509	Alexander Diaz Lopez	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	18010066	Yonis Castro Salcedo	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1003933433	Jhon Fredy Pinilla Rivas	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80741956	John Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1026563775	Carlos Andres Cardenas Corredor	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	98590554	Luis Alberto Villada Montoya	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1082841190	Jesus Manuel Porras Cuellar	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79540709	Jaime David Ramirez Suarez	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	75075990	James Valencia Flores	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1023917747	Hugoniel Murcia Sora	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jhon Edwar Diaz

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agroindustrial

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad:Embellecimiento de areas comunes y podas de formacion		4. Fecha:	09/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79651509	Alexander Diaz Lopez	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	18010066	Yonis Castro Salcedo	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1003933433	Jhon Fredy Pinilla Rivas	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80741956	John Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1026563775	Carlos Andres Cardenas Corredor	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	98590554	Luis Alberto Villada Montoya	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1082841190	Jesus Manuel Porras Cuellar	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79540709	Jaime David Ramirez Suarez	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	75075990	James Valencia Flores	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutierrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1023917747	Hugoniel Murcia Sora	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jhon Edwar Diaz

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agroindustrial

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 08/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 02:30 pm **FINAL**: 04:00 pm
ÁREA: Socio Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sandra Bibiana Rocha Pulido

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Manejo del dinero
Etapa 5

OBJETIVO GENERAL:

- Fortalecer el desempeño en las áreas de la ocupación que permitan generar conciencia sobre el adecuado manejo del dinero como un mecanismo de organización personal y planeación financiera que facilite la mejora en los proyectos de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Conocer varios consejos importantes para aprender a administrar el dinero, que conlleven a una adecuada administración de recursos financieros en la implementación de planes de proyectos en el futuro.
- Sensibilizar a los ciudadanos y ciudadanas de la comunidad para que ejerzan una adecuada planificación de los gastos y el ahorro del dinero para facilitar el bienestar personal y el logro de propósitos en sus vidas.

METODOLOGIA:

Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades, se realizará desde la metodología socio educativa en la cual los ciudadanos y ciudadanas participarán en actividades lúdicas para conocer los diferentes criterios y recomendaciones sobre el manejo del dinero.

Adecuación del espacio: Se dispondrá del ambiente del auditorio para la ejecución de la actividad haciendo uso de sillas, mesas, televisor y video beam, a continuación, se convocará a los ciudadanos y ciudadanas para que participen de la actividad.

Primer momento: Se iniciará la actividad con una breve explicación del objetivo del taller dando a conocer las bondades de un adecuado manejo del dinero, siendo esta un hábito importante para el crecimiento personal y el logro de propósitos en la vida.

Segundo momento: Los ciudadanos y ciudadanas verán un video llamado "12 mandamientos definitivos de educación financiera", en donde nos presenta doce importantes recomendaciones para un manejo adecuado del manejo del dinero. Posteriormente y por medio de unas diapositivas en PowerPoint se ilustrarán los temas relacionados con el manejo del dinero y su aporte a la organización de la vida personal.

Tercer momento: Se finalizará con una actividad en donde los ciudadanos y ciudadanos harán descripción con una reflexión individual sobre los beneficios de un adecuado manejo del dinero y su compromiso de implementarlo en su vida cotidiana para mejorar la organización de sus finanzas que les permitan el logro de proyectos en sus vidas.

TEMAS:

¿Qué es el manejo del dinero?

Consiste en fomentar buenos hábitos financieros con planes que permitan manejar adecuadamente los ingresos y cumplir con los gastos que se deben cubrir tanto por compromisos previamente adquiridos como por imprevistos.

Así como cualquier empresa u organización busca mantener un equilibrio entre la entrada y la salida del dinero (es decir, en el flujo de efectivo), cada individuo debería manejar sus finanzas personales con la meta de no gastar más de lo que realmente tiene y ahorrar para vivir bien.

Origen y evolución del dinero

El origen del dinero se remonta a las primeras civilizaciones antiguas, donde los objetos y materiales eran empleados como moneda o forma de intercambio.

El trueque fue el primer sistema empleado, cuando la gente intercambiaba alimentos y otros bienes por artículos que necesitaban. Pero el trueque tenía sus inconvenientes. Por ejemplo, ambas partes tenían que estar interesadas en los artículos que se intercambiaban y también tenían que determinar sus valores relativos para que el intercambio fuera equitativo

Cuando el trueque se hizo demasiado complicado, la gente empezó a usar valores de referencia, como el ganado o el trigo.

Más tarde, se pasó a elementos más fáciles de manejar, como el oro, la plata y las bolsas de sal. El uso de la sal como elemento de pago por un trabajo realizado dio origen al término "salario".
Buscando siempre facilitar la realización de transacciones, surgió la idea de emplear metales preciosos como moneda. La utilización de las monedas metálicas se generalizó y se extendió por la antigua Persia, Roma y Grecia.
El siguiente gran avance en los sistemas monetarios se produjo con la introducción del billete en China en el siglo VII. Este se fue extendiendo por Asia y Europa, convirtiéndose en una forma popular de pago.
Conforme fue avanzando la historia junto con la globalización, nuevas formas de pago han evolucionado para satisfacer las necesidades crecientes tanto del mercado internacional como local, incluyendo transferencias electrónicas y tarjetas.

¿Para qué sirve el dinero?
El dinero es aceptado por las personas como un elemento que permite el intercambio de objetos de valor.
Las funciones más significativas que desarrolla el dinero son las siguientes:

1. **Medio de cambio**

El dinero es generalmente aceptado por la sociedad para la realización de las transacciones y la cancelación de deudas y que, por tanto, evita el trueque directo de mercancías.

2. **Unidad de cuenta**

El dinero sirve para calcular cuánto valen los diferentes bienes y servicios en una misma unidad.

3. **Depósito de valor**

Al ser un activo, el dinero permite mantener riqueza, y de hecho tanto las personas como las familias o las empresas, suelen mantener parte de su patrimonio en forma de dinero.

Disciplina y orden financiero
La mejor manera de llegar a una vida financiera estable se resume en dos palabras: disciplina y orden. Estos dos elementos son cruciales para el desarrollo económico de cualquier persona, si es cierto que existen muchos otros factores que pueden afectar, la disciplina y el orden en tus ingresos son puntos claves que te ayudarán a mantener un balance económico en tus finanzas, sin importar la cantidad de dinero que generes o tengas en el momento.
Tener disciplina y control se trata de entender cuál es tu situación financiera, para que ahorres de forma más efectiva y puedas planear tu futuro económico con mucha más comodidad.
Seguro has conocido a personas que son super organizadas y mantienen en orden muchos aspectos de su vida. En muchos casos, las finanzas personales y educación financiera de esas personas suelen estar bastante en orden.

10 consejos para que aprendas cómo administrar el dinero
No necesitas ser un gran experto con los números para poder administrar de una mejor forma tus ingresos. Debes modificar tu forma de relacionarte con el dinero, aprender a controlar tus gastos y reconocerte como inversionista de tu propio capital.
No se trata de que tengas un control obsesivo de todos tus gastos mensuales, o de que dejes pasar las oportunidades por temor al riesgo. La idea es que entiendas cuál es tu situación financiera real para que puedas planificar tu futuro con mayor seguridad y comodidad.
A continuación, te presentamos una serie de recomendaciones para manejar tu dinero:

1. **Fija metas financieras**

Aplica la estrategia de plantearte objetivos financieros a corto, mediano y largo plazo. Administra tu dinero con una meta clara y realista para que puedas destinar todo tu esfuerzo a lograrla.
Algunos ejemplos de estas metas son: ahorrar para comprar una casa, irte de viaje en vacaciones o invertir en educación. Para comenzar, puedes fijarte primero el objetivo de reunir un monto pequeño y, una vez que lo alcances, aumentar la cifra sucesivamente. Así sentirás que vas logrando tus metas poco a poco, y evitas la frustración que surge de plantearse objetivos muy lejanos.

2. **Adiós deudas**

Si tienes deudas y quieres mejorar tus finanzas, lo primero que debes hacer es dejar de seguir gastando más de lo que puedes pagar. La próxima vez que estés ante una tentación de gasto, la forma de saber si verdaderamente es una oportunidad para aprovechar es preguntarte: ¿estoy seguro de que puedo pagarlo luego?
Segundo, evita a toda costa las deudas que involucren caprichos, compras impulsivas o gastos innecesarios, porque nunca te traerán nada positivo. Saber exactamente cuánto ganas te ayudará a determinar la cantidad de dinero que tienes. Lleva un registro de tu sueldo, las propinas, los bonos que recibes, los incentivos o algún otro ingreso adicional. Una vez que tengas toda esa información, determina qué deuda saldar primero.

3. **Haz un presupuesto**

Planificar con anticipación tus gastos mensuales es una buena idea cuando se trata de tener el control de tus finanzas. Para la mayoría de las personas puede ser un desafío cumplir el presupuesto, pero no es imposible lograrlo si se tiene disciplina.

Describe cuánto puedes gastar. Si descubres que la cantidad de dinero que recibes no es suficiente, busca la forma de reducir los egresos para poder mantener tus prioridades y objetivos, y evalúa opciones para incrementar tus ingresos.
Ese presupuesto mensual debes dividirlo en varias partes, de acuerdo con la cantidad de gastos fijos que tienes y las razones por las cuales quieras ahorrar.

4. Ten cuidado con la tarjeta de crédito

Si quieres administrar tu dinero con conciencia y tener el control de tus finanzas, es necesario que seas prudente al usar la tarjeta de crédito. Pagar de contado o usar solamente la tarjeta de débito es la mejor opción, porque así solo dispones del dinero que tienes en el momento y evitas endeudarte.
Cuando compras a crédito solo estás postergando la obligación de pagar y te sometes a unos intereses que tal vez no puedas cubrir en el corto plazo y en la fecha estimada.

5. Ahorra para el futuro

Puede parecer complicado, pero no es imposible. Ahorrar no se trata solo de pasar el dinero de tu cuenta bancaria a una cuenta de ahorros, sino crear tu propia tesis de inversión, invertir y diversificar. En este proceso es importante tener paciencia.
También es necesario que te prepares para los posibles tiempos de crisis. Crea un fondo de emergencia porque las dificultades o eventos inesperados que se te presenten pueden complicar tu situación.

6. Nunca gastes más de lo que ganas

Comienza a aplicar el control de activos y pasivos que mencionamos al principio. Ya sea en una tabla excel, en una aplicación o con lápiz y papel, haz dos columnas y comienza a anotar lo que ganas y lo que gastas.
Como te recomendamos en un punto anterior: evita los gastos innecesarios, las compras impulsivas, detecta los gastos hormiga (las compras pequeñas) para que trates de reducirlos y divídelos según categorías.
También es importante que organices los gastos de tus tarjetas de crédito. Recuerda que al hacer una compra con este medio de pago estás generando una deuda con una tasa de interés, y comprometes tus ingresos por los próximos meses.

7. Reduce los gastos variables

Nada peor que los gastos a los que no les ponemos límite: las salidas imprevistas de viernes por la tarde, los restaurantes caros, las cervezas con los amigos, entre otros que, por lo general, no están incluidos en nuestro presupuesto mensual. El problema de este tipo de gastos comienza cuando se hace constante o un estilo de vida. En lugar de eso, haz que sean parte de los gastos fijos, pero conscientemente y con un límite.
Renunciar por completo a los momentos de disfrute solo te hará desistir pronto de tu meta. Define un monto mensual para ocio, salidas y entretenimiento. Así puedes seguir con tu objetivo de ahorrar dinero, pero sin sacrificar esas pequeñas recompensas que puedes darte mientras tanto.

8. Invierte entre 10% y 20% de tus ahorros

Cada vez que recibas tu ingreso, acostúmbrate a guardar por lo menos 10% de lo que ganas para que construyas tu patrimonio y crees un hábito financiero saludable. No solo es importante apartar el dinero, sino darle valor.
Una forma de multiplicar tus ingresos es reinvirtiendo. Asesórate, escucha consejos de personas que se dedican a hacer crecer sus ahorros y no arriesgues todo tu capital.

9. Genera un ciclo sano

Cuando obtienes ganancias por una inversión previa, salario o bonos extras, puedes optar por reinvertir tu dinero para poder incrementar tu patrimonio. Esto te ayudará a alcanzar tus metas financieras y llegar a fin de mes con la tranquilidad de saber que estás usando tu dinero de forma inteligente.

10. Elige bien tu entorno

Dicen que nos convertimos en el reflejo de nuestras cinco personas más cercanas. Rodéate de gente a la que le guste invertir, que materializa sus sueños y está enfocada en mejorar y superarse. La idea no es que te compares con otros, sino que escuches sus consejos y experiencias. Entonces, ¡sí! escoge bien tu entorno y construye relaciones que te impulsen a crecer.

¿Por qué resulta tan importante planificar tus gastos?

Si te preguntas por qué deberías gestionar tu dinero, a continuación, se recogen una serie de ventajas asociadas al control de tus gastos:

- Saca el máximo beneficio de tus ingresos: cuando controlas y gestionas los gastos, eliminas esos costes innecesarios que solo te hacen perder poder adquisitivo.
- Márcate objetivos y rentabiliza tu dinero: fijar objetivos de gasto resulta una guía muy eficaz para ahorrar dinero que luego poder destinar a productos de inversión que te reporten una mayor rentabilidad.
- Protégete frente a eventualidades y contratiempos: si planificas tus finanzas reservando parte de ellas al pago de imprevistos, estarás más protegido contra cualquier inconveniente que pueda presentarse.
- Deja de preocuparte, di adiós a los agobios: presupuestar tus gastos te otorga tranquilidad gracias a que anticipas tus necesidades habituales y evitas sobresaltos

¿Como ayuda la gestión de tu dinero a la toma de decisiones?

La gestión adecuada de tu dinero es una herramienta fantástica de cara a la toma de decisiones, porque mengua el volumen de preocupaciones y apuros del día a día, dándote una libertad imprescindible para poder

elegir el modo en que quieres vivir tu vida. Así pues, mantener controlados tus gastos disminuye los sobresaltos y te otorga ese tiempo que anhelas tener y dedicar a tus proyectos y preferencias personales

Importancia y beneficios del ahorro

El ahorro se puede definir como el dinero que se guarda en el presente para que puedas usar en el futuro. También se puede definir como dejar de gastar en algo que no sea absolutamente necesario para utilizar ese dinero en objetivos que queremos alcanzar en el futuro.

Una de las formas más efectivas para acercarte a tus metas financieras es ahorrar. Sin embargo, a muchas personas les resulta difícil hacerlo ya que consideran que no hay dinero suficiente para ahorrar.

El ahorro no debe depender de tener o no tener dinero cada mes, sino que debe hacer parte de un buen plan financiero y considerarse como una inversión y no como un gasto.

Algunas de las ventajas que tendrás al ahorrar son las siguientes:

1. El ahorro te ayuda a lograr tus objetivos

El ahorro te permite lograr metas y sueños a corto, mediano y largo plazo, generando en ti una sensación de satisfacción y tranquilidad ya que no tienes que recurrir a préstamos para lograr tus objetivos.

2. El ahorro te da disciplina

El ahorro es un hábito que adquirimos todos los días con mucha disciplina. Establece montos de ahorro mensuales y respétalos. Cuando te disciplinas, encontrarás que tienes un gran fondo de ahorro en la entidad financiera.

3. Ahorrar te protege en caso de pérdida de tus ingresos

Es importante ahorrar para poder mantener tu nivel de vida en caso de que tus ingresos disminuyan o se pierdan temporalmente. Por ejemplo, si perdemos nuestro trabajo o ves una reducción en tus horas de trabajo.

4. El ahorro te preparará para lo inesperado

No puedes evitar que tus finanzas se vean afectadas por razones que escapan a tu control; por ejemplo: enfermedad propia o de un familiar, un choque en tu carro, un daño sorpresivo en tu casa, entre otros. En esta situación, tener algunos ahorros vendrá bien durante los meses en que sucedan estos imprevistos.

5. Ahorrar reduce la necesidad de endeudarte

Los ahorros disminuyen la necesidad de que compres con dinero prestado, lo que evita que pagues altos costos de interés y se reduzca de manera importante tu capacidad financiera. El sobre endeudamiento puede traer además otros efectos negativos como son: frustración, enojo, estrés, problemas de salud, entre otros.

6. El ahorro te da más confianza

Una de las grandes ventajas de ahorrar es que te ayuda a tener más confianza en ti mismo, generando una sensación de independencia económica ya que no tienes que endeudarte para adquirir productos o servicios.

7. Ahorrar te permite lograr una jubilación tranquila

Al pensar en la jubilación, lo que más deseamos en el futuro es poder descansar, compartir tiempo con los seres queridos, practicar algún pasatiempo e incluso viajar por el mundo. Por lo tanto, el ahorro es sumamente importante para una jubilación tranquila y para lograr la estabilidad financiera cuando ya no tengamos un ingreso fijo relacionado con nuestro trabajo.

Conclusiones

- Una vez que empieces a poner en práctica los consejos para mejorar tus finanzas personales, notarás cómo habrá armonía entre lo que recibes, lo que gastas y lo que ahorras. La idea es que el proceso te parezca una oportunidad para prosperar y no un sacrificio.
- Saber cómo administrar el dinero de forma inteligente te permitirá tener mejor calidad de vida en el presente, mientras construyes con organización y disciplina las bases necesarias para garantizar tu futuro y el de tu familia.

Fuente de consulta:

https://tyba.com.co/blog/historia-del-dinero/#:~:text=El%20origen%20del%20dinero%20se,el%20ganado%20o%20el%20trigo.
https://gbm.com/academy/consejos-para-que-aprendas-como-administrar-el-dinero/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20administraci%C3%B3n%20del,previamente%20adquiridos%20como%20por%20imprevistos.
https://www.bbva.es/finanzas-vistazo/economia-y-valores/por-que-es-importante-realizar-una-buena-gestion-del-dinero.html
https://www.financieracomultrasan.com.co/es/importancia-y-beneficios-del-ahorro
https://www.cmfchile.cl/educa/621/w3-article-27399.html#:~:text=El%20dinero%20sirve%20para%20calcular,servicios%20en%20una%20misma%20unidad.&text=Al%20ser%20un%20activo%2C%20el,patrimonio%20en%20forma%20de%20dinero.

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Mesas
- Computador
- Video Beam

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

RESULTADOS:

Cualitativos:

Se logró generar conceptos relevantes relacionados con el adecuado manejo del dinero a través de diez consejos prácticos para administrarlo, así como la disciplina y el orden financiero, que contribuyan al logro de propósitos de vida.

.

Se logró identificar las ventajas de planificar y ejercer el control de los gastos, así como la importancia y beneficio del ahorro que contribuyen a la obtención del logro de propósitos en el futuro.

Se logró la participación de los ciudadanos y ciudadanas en donde compartieron sus experiencias frente a la importancia de un adecuado manejo del dinero para lograr proyectos personales que contribuyan a mejorar su calidad de vida.

Se logró sensibilizar a los ciudadanos y ciudadanas para que ejerzan un adecuado manejo del dinero como un recurso importante en el desarrollo de sus planes y proyectos de vida.

Cuantitativos

N.º total de participantes: 24

N.º total mujeres: 0

N.º total hombres: 22

N.º total población LGBTI: 2

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Manejo del dinero
LÍNEA DE ATENCIÓN 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el trabajo frente a las oportunidades
FECHA: 08/05/2025
Etapa 5





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad:Manejo del dinero		4. Fecha:	08/05/2025	5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELEFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	2000009667	Luis Alberto Almario	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79259090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80036097	Andres Bernardo Tamayo Vargas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	11230612	Sixto Elias León Mendez	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	10559598	Helman Escalante Lasso	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	79497924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gomez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79910305	Luis Antonio Valdes Rodriguez	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	6104332	Jhon Jairo Garcia Cardona	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	19298733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	98590554	Luis Alberto Villada Montoya	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79823503	Adrian Guerrero Tafur	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	6774497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	79897013	Jan Yerly Vera Parada	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	1019025772	David Andres Bernal	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	80360978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sandra Roche 14. Cargo o rol del responsable: T-Ocupacional 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES**	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 09/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 08:00 am **FINAL**: 10:00 am
ÁREA: Socio Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Diana Ivonne Rodríguez P.	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ocupación y contexto
Etapa 1

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar en las ciudadanas y ciudadanos la valoración de la ocupación como un elemento clave en la identidad y la satisfacción personal, mediante el reconocimiento de su desempeño ocupacional en diversos contextos, impulsando acciones de cambio conscientes que promuevan el equilibrio ocupacional, la inclusión efectiva y la construcción de un proyecto de vida significativo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover el reconocimiento de la ocupación como un elemento esencial en la construcción del ser humano, resaltando su importancia para alcanzar el equilibrio ocupacional.
- Motivar a las ciudadanas y los ciudadanos en la creación de su proyecto de vida, mediante la realización de actividades ocupacionales que fomenten la satisfacción personal y el bienestar.

METODOLOGIA:

La actividad se realizará en el marco de la Línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades, a través de la metodología socio-educativa en la cual se realizará la socialización del objetivo y se abordará el tema a través de una actividad participativa, incentivando a los ciudadanos y ciudadanas a expresar experiencias y expectativas frente a su futuro.

Adecuación del espacio: Se adecuará el ambiente del auditorio para la ejecución de la actividad haciendo uso de sillas, computador, a continuación, se convocará a los ciudadanos y las ciudadanas para que participen de la actividad.

Primer momento: Se iniciará con la socialización del objetivo y se explicara al grupo qué significado tiene la ocupación y como esta influye en la construcción personal y la dignificación del ser humano.

Segundo momento: Posteriormente se presentará un paralelo frente a la ocupación en el contexto calle, la ocupación en la comunidad de vida y lo que se espera sea la ocupación futura, en cada una se presentaran las diferentes áreas del desempeño como son el trabajo, el esparcimiento y el autocuidado, dentro de los contextos sociales, con el fin de evidenciar como se afecta el equilibrio ocupacional y por tanto el desempeño de cada persona.

Tercer momento: Se concluirá con ejemplos sobre la inclusión social y la explicación de cómo se fortalecen los proyectos de vida cuando se logra el equilibrio ocupacional a través de que se desea hacer, los roles y las condiciones ambientales.

TEMAS
Uno de los campos de interés en esta novedosa Ciencia de la Ocupación es el estudio de los hábitos como elementos aprendidos y automatizados de la ocupación humana, que adquieren sentido en un contexto ecocultural determinado, con el que se involucran en una relación dialéctica, y se relacionan con el significado personal, la identidad, la competencia, la satisfacción y la auto-expresión; la Ciencia Ocupacional investiga y sintetiza el conocimiento interdisciplinario sobre los hábitos, incluyendo la identificación de las condiciones ambientales que mejoran la ocupación, el potencial ambiental, la contribución de los hábitos a la salud o a su deterioro, la identificación de las fortalezas, capacidades e intereses personales y su recuperación cuando existe un deterioro y la reconstrucción del
yo a través de cambio de hábitos (Yerxa, 2002).

Terapia Ocupacional y Adicción

Algunos estudios han explorado la conducta adictiva como una ocupación en sí misma, de modo que la búsqueda de financiación para la obtención de las dosis, su adquisición, su autoadministración y la obtención de sus efectos configuran, de modo exclusivo, la ocupación de la vida diaria del adicto, compitiendo con otras ocupaciones que quedan relegadas o abandonadas (Sackman, Sackman y DeAngelis, 1978). De entre las múltiples definiciones que se han propuesto para el término ocupación, algunas se aproximan significativamente al propio concepto de adicción: la ocupación como actividad auto-iniciada, auto-organizada y dirigida a metas contextualizadas en un ambiente específico

que se desarrollan en periodos de tiempo muy prolongados (Yerxa, 2000). La ocupación también se entiende como "un conjunto de actividades que se realiza con consistencia y regularidad; que presenta una estructura y un valor y significado para los individuos en un contexto cultural" (Polatajko et al., 2007). Es obvio que no todas las ocupaciones son necesariamente beneficiosas, y que algunas, si bien pueden aportar valor y sentido a la vida de un individuo en particular, son mal valorados.

El desequilibrio ocupacional sucede cuando los individuos son incapaces de ajustar sus necesidades físicas, sociales y mentales a sus roles asumidos. El desajuste entre "lo que se debe hacer" y "lo que se desea hacer" puede llevar a la persona a optar por las opciones vinculadas a la adicción, de modo que el "rol de adicto" adquiere un protagonismo tal que impide la asunción de roles alternativos o complementarios. Muchos individuos pueden experimentar este equilibrio

debido a las condiciones sociales, ocupacionales o ambientales, que no proporcionan el mismo valor o significado a las diferentes opciones, de modo que el estrecho margen de ocupaciones en la vida diaria qu acompañan a la adicción puede favorecer el que el individuo opte por la simplificación y justifique el consumo como ocupación, incorporándose o reintegrándose al ciclo adictivo. Paradójicamente, esta adicción-como ocupación puede proporcionar al adicto la fuente principal de identidad y sentido en la vida diaria, de modo que el "rol de adicto" configure su propia identidad.

Inclusión social: concepto que se refiere a la posibilidad de que cada persona logre su pleno desarrollo como parte de una comunidad, y aunque está vinculado con el concepto de igualdad, trasciende su alcance puesto que se refiere a que cada individuo ocupe un lugar al interior de la comunidad a partir del reconocimiento y ejercicio de sus derechos políticos, sociales y culturales (OEA, 2016)

Inclusión social de las personas habitantes de la calle: proceso de vinculación y articulación con redes afectivas, productivas, recreativas, de cuidado, y en general todas aquellas que incentiven su reconocimiento como sujeto de derechos y el ejercicio de los mismos, independientemente de si han superado su situación de calle, o no (MSPS, 2019)

Fuente de consulta

Revista Chilena De Terapia Ocupacional, Vol. 16 Nº. 1, Julio 2016, Pág. 159 – 171

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Computador
- Televisor
- Bafle

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Las ciudadanas y los ciudadanos reconocen la ocupación como un pilar fundamental en la dignificación y construcción personal, entendiendo que debe ser gratificante y un medio para la realización individual.

- Las ciudadanas y los ciudadanos comprenden la importancia del equilibrio ocupacional al identificar las distintas áreas de desempeño, reconociéndolo como un aspecto esencial para la construcción de proyectos de vida sólidos.

N.° total de participantes: 19
N.° total mujeres: 2
N.° total hombres:17
N.° total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ocupación y contexto
Línea de Atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades y oportunidades.
FECHA: 09/05/2025
Etapa 1





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo 20240202096 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Ocupacion y contexto		4. Fecha:	09/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	19496931	Alejandro Mesa	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	14971353	David Ramirez	74	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79990663	Bladimir Ortiz Sanchez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79220798	Omar Andres Gutirerrez Garzon	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80760783	Luis Alberto Ramirez Diaz	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	10002327	Jhon Jairo Palacios	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1218213012	Oscar Oswaldo Molina Diaz	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1020719340	Jose Ricardo Vargas Saenz	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	53128880	Mayerlin Porras Chasoy	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	52428289	Andrea Julieth Pardo Lopez	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	10188019	Juan Carlos Chica Sanchez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	80902937	Juan David Quintero	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	11227869	Victor Manuel Jimenez Castro	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1070960389	Gerardo Andres Gonzalez Sepulveda	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1116235404	Marcio Rivera Borja	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1124856142	Jeison Manuel Acosta Benavides	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	79259090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79841627	Carlos Arturo Rueda Bedoya	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Diana Ivonne Rodriguez

14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 12,13,14 y 16/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 08:00 am **FINAL:** 12:00 am
ÁREA: Tallerista agroambiental	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Vanessa Alejandra peñuela

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: labores agroambientales
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:

- Promover el desarrollo de capacidades en la comunidad para la implementación de labores agroambientales sostenibles, mediante la formación teórico-práctica en la producción y uso de abonos orgánicos a través del compostaje, así como la adopción de buenas prácticas agrícolas (BPA) que contribuyan a la conservación del ambiente, el mejoramiento de la fertilidad del suelo, fortaleciendo l proceso de desarrollo personal y social de las y los ciudadanos de la comunidad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Brindar conocimientos teóricos y prácticos sobre el proceso de compostaje como alternativa sostenible para la producción de abonos orgánicos a partir de residuos biodegradables.
- Capacitar a los participantes en la aplicación de buenas prácticas agrícolas (BPA) orientadas a la protección del suelo, el uso eficiente del agua y la producción agroecológica.
- Desarrollar habilidades prácticas para el manejo adecuado del suelo y los cultivos, utilizando abonos orgánicos como estrategia para mejorar su fertilidad y productividad.
- Capacitar a los participantes en conceptos básicos de agroecología y sostenibilidad ambiental, como parte del fortalecimiento de sus procesos de desarrollo personal y comunitario.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, se implementará una metodología psicoeducativa para el desarrollo de la actividad programada, a través de un taller teórico práctico, junto con la asignación de materiales y acompañamiento.

PRIMER MOMENTO: Reunir a los ciudadanos para compartirlo logras cumplidos en la semana anterior y definir los objetivos y tareas a que se le deben dar cumpliendo en los talleres de la semana y definir las actividades que van a realizar cada uno de los participantes durante el taller.

SEGUNDO MOMENTO: capacitar a los ciudadanos en cada una de las actividades que van a realizar para que la efectúan de manera correcta, se capacitaran sobre el uso efectivo y correcto de las herramientas y equipos proporcionados para desarrollar las actividades que se les han designado, como primera parte del taller se concientizara a los participantes sobre el impacto ambiental altamente beneficioso, como la reducción de residuos, mitigar el cambio climático y la mejora de calidad del suelo a la cual contribuimos mediante las (BPA) buenas prácticas agrícolas y el aprovechamientos de los recursos naturales en este caso los residuos generados en el área de cocina, también capacitaran en técnicas de monitoreo visual y prevención y control de plagas de manera natural dentro del vivero y los cultivos de hortalizas para producir un producto de calidad, los ciudadanos se dividirán en dos grupos, los del vivero iniciaran con el riego de las plántulas, harán un monitoreo visual, el grupo de compostaje realizara la recolección de los residuos en el área de cocina, picaran, voltearan y tomaran la temperatura de las pilas de compost para determinar en qué fase de su proceso se encuentran, el tallerista se dará una ronda por la áreas para identificar que actividades fueron complidas y cuales quedaron para el siguiente día.

TERCER MOMENTO: Para terminar con el taller, se convocarán a algunos ciudadanos a los cuales se les hará preguntas sobre los temas visto y se hará un proceso de reflexión sobre lo que han aprendido y como lo podrían llegar a aplicar en la vida diaria. se recogerán los insumos y herramientas a las cuales deben estar limpias y en buenas condiciones, se hará el debido mantenimiento, por último, se le realizará aseo a la bodega de agro.

TEMAS:

Buenas prácticas agrícolas (BPA)

Las buenas prácticas agrícolas (BPA) es el nombre que reciben una serie de actividades y practicas aplicadas a la producción de frutas, hortalizas y demás cultivos, encaminadas a asegurar la calidad del producto entregado al consumidor. Las BPA se encuentran asociadas al desarrollo sostenible, así pues, se debe buscar que la producción agrícola sea amigable con el medio ambiente.

Para que un sistema de producción agrícola sea sustentable es necesaria la sinergia entre los aspectos sociales, tecnológicos, económicos y ecológicos. Desde lo social, se debe garantizar que los sistemas productivos sean incluyentes con la población local, generando mejores condiciones de vida para la comunidad. A nivel tecnológico se deben utilizar semillas e insumos y maquinaria adaptada a las necesidades del productor, del cultivo y que garanticen una producción amigable con el medio ambiente. En cuanto a factores económicos, se deben tener en cuenta los gastos asociados a la producción y hacer una planificación detallada del cultivo. Los tres aspectos anteriores deben ir encaminados a garantizar el desarrollo sostenible del área de producción.
Para implementar las BPA se debe tener en cuenta los distintos elementos que conforman el sistema productivo, con el fin de alcanzar el objetivo final: garantizar la producción de un alimento o una materia prima inocua.

Planificación del Cultivo

- Conocer la historia de la unidad productiva, tipos de cultivos que han existido, agroquímicos aplicados, plagas que se presentaron, dedicación agropecuaria o forestal.
- Tramitar ante la secretaria de planeación municipal correspondiente, el certificado del uso del suelo de la unidad productiva.
- Revisar la cantidad y calidad del agua disponible para las labores del cultivo, y solicitar el permiso para el uso del agua ante la Corporación Autónoma Regional (CAR) - CORTOLIMA para el caso del Departamento del Tolima- cuando el origen sea un afluente natural, y/o el certificado de calidad del agua expedido por la empresa de servicios públicos o de acueducto municipal cuando el origen sea un canal de riego o acueducto veredal.
- Evaluar las condiciones climáticas (temperatura, humedad, precipitaciones, etc.) y geografía del suelo.
- Evaluar los accesos viales, por medio peatonal, animal y vehicular.
- Valorar la disponibilidad de personal calificado para las labores que le son propias al cultivo.
- Disponer de un plano espacial de la unidad productiva (de ser posible, disponer de un plano topográfico), para tener claridad sobre la ubicación de instalaciones, demarcación de lotes, linderos, fuentes de agua, entre otros aspectos.
- Realizar análisis físico-químico del suelo y del agua
- Buscar asesoría con un ingeniero agrónomo, respecto al cultivo que se desea sembrar para determinar el material de siembra adecuado, fertilización, manejo de plagas, entre otros.
- Realizar el análisis de riesgos frente a la unidad productiva y el cultivo a sembrar

Identificación y Gestión de Riesgos

Se conoce como riesgo a cualquier agente biológico, físico o químico que pueda ocasionar algún daño ambiental o un efecto nocivo para los cultivos y la salud, creando una situación de emergencia. Los riesgos comúnmente encontrados en la producción de frutas y hortalizas, según su categoría, son los siguientes (ICA, 2009):

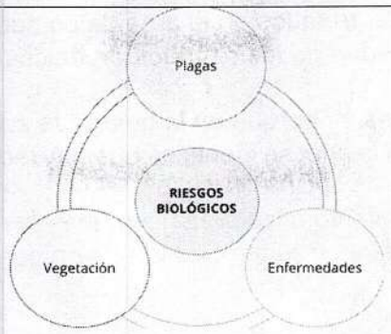
Riesgos físicos



Riesgos químicos



Riesgos biológicos



Manejo Integrado de Plagas (MIP)

MIP en cultivos de frutas y hortalizas, es una estrategia integrada principalmente por componentes físicos, químicos y biológicos, para el control de plagas. El MIP se aplica en tres etapas diferentes: prevención, monitoreo e intervención. Un objetivo claro de este programa es reducir los impactos ambientales por el uso de agroquímicos y plaguicidas.

Etapa	Descripción	Estrategias
Prevención	Conocer los tipos de plagas que pueden afectar al cultivo, su ciclo biológico y las formas de controlarlas	▪ Definir distancias de siembra adecuadas ▪ Construir drenajes para evitar acumulación de aguas ▪ Utilizar semillas y material de propagación autorizado por el ICA ▪ Fertilizar de acuerdo con las necesidades del suelo y requerimientos de la planta ▪ Realizar podas periódicamente ▪ Retirar y eliminar material biológico afectado por plagas ▪ Curar y proteger heridas en tallo y raíces ▪ Cosechar en madurez fisiológica ▪ Recoger y disponer de frutos caídos y/o en descomposición
Monitoreo y Evaluación	Establecer los planes de manejo de acuerdo al tipo de plaga.	▪ Determinar la proporción de individuos (plaga) en la planta (% de infestación) ▪ Determinar el número de plantas afectadas por surco, lote, etc. (% de incidencia) ▪ Determinar la porción de tejido vegetal afectado en relación con la totalidad inspeccionada (% Severidad)
Intervención (Manejo de Plagas)	Prácticas encaminadas a la disminución de la población de plagas y reducirlas a niveles aceptables.	▪ Manejo físico y mecánico (fuego, trampas) ▪ Manejo biológico (predadores) ▪ Manejo etológico (atrayentes o repelentes) ▪ Manejo genético (variedades resistentes a plagas) ▪ Manejo químico (insecticidas, herbicidas, fungicidas, etc.)

Fuente de consulta:

https://logihfrutic.unibague.edu.co/buenas-practicas/agricolas#

RECURSOS:

Físicos

- Dos picas
- Dos palas
- Termómetro de suelo
- Un balde de cal viva
- Un balde de melaza
- Un balde
- Un azadón
- Machetes
- Baldes
- Carretilla
- Rastrillo
- Lonas
- Zaranda

Humanos

- Ciudadanos
- Tallerista

RESULTADOS:

12/05/2025

Cualitativos

- se realiza la recolección de aproximadamente 20 kilos de residuos orgánicos generados en el área de

cocina, para posteriormente ser tratados en el área de compostaje.

- Se realiza el picado de la totalidad de los residuos orgánicos que se encuentran en el área de picado del compostaje.
- Se realiza el control de malezas y aporque en la huerta de zanahoria y cebolla larga.
- Durante el monitoreo visual en la cual se identifica que hay lechuga para cosechar, se cosechan 5 kilos de lechuga y se llevan al área de cocina.
- Se realiza limpieza y mantenimiento a las áreas comunes dentro de la comunidad.
- Se realiza recolección de guaduas y se termina la silla en guadua para uso de la comunidad.

Cuantitativos
N.° total de participantes: 9
N.° total mujeres: 0
N.° total hombres: 8
N.° total población LGBTI: 1
13/05/2025
Cualitativos

- se realiza la recolección de aproximadamente 30 kilos de residuos orgánicos generados en cocina para posteriormente para ser tratados en el área de compostaje.
- Se realiza el picado de los residuos orgánicos que se encuentran en el área de compostaje y se inicia su tratamiento inicial con cal viva.
- Se realiza el aireado y volteo de las 4 pilas de compostaje para permitir su oxigenación y ayudar con su proceso de oxigenación.
- se capacita a los nuevos participantes del taller en el amarre al sistema de tutorado en los cultivos de uchuva. Se continua con el mantenimiento del vivero vertical de plantas ornamentales.

Cuantitativos
N.° total de participantes: 9
N.° total mujeres: 0
N.° total hombres: 8
N.° total población LGBTI: 1
14/05/2025
Cualitativos

- se realiza la recolección de aproximadamente 30 kilos de residuos orgánicos generados en el área de cocina para ser tratados en el área de compostaje.
- se desarrollará una jornada de capacitación dirigida a los ciudadanos, enfocada en el uso adecuado y el mantenimiento responsable de la guadaña.

Cuantitativos:
N.° total de participantes: 9
N.° total mujeres: 0
N.° total hombres: 8
N.° total población LGBTI: 1
16/05/2025
Cualitativos

- se realiza la recolección de 18 kilos de residuos orgánicos generados en el área de cocina, para ser llevados al área de compostaje.
- Se realiza el picado de la totalidad de residuos orgánicos que se encuentran en el área de compostaje, para posteriormente ser tratados con cal viva.

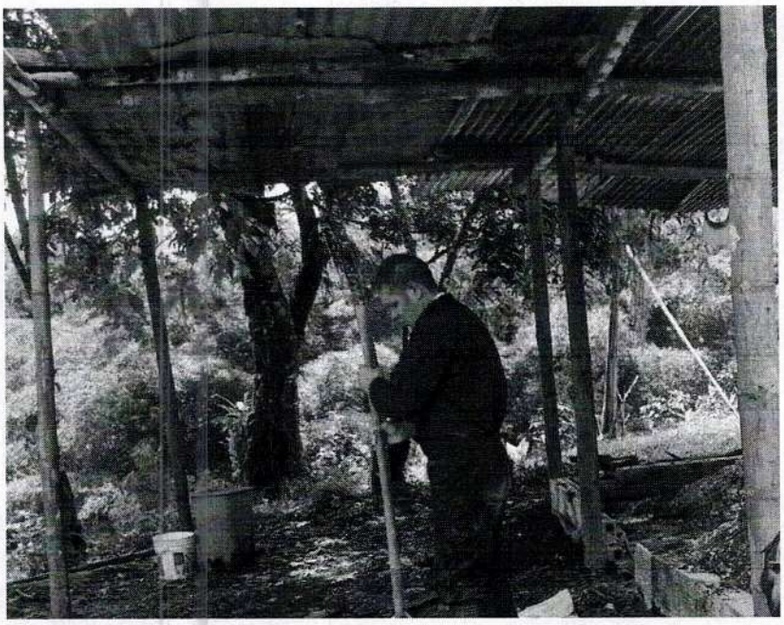
Cuantitativos:
N.° total de participantes: 9
N.° total mujeres: 0
N.° total hombres: 8
N.° total población LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

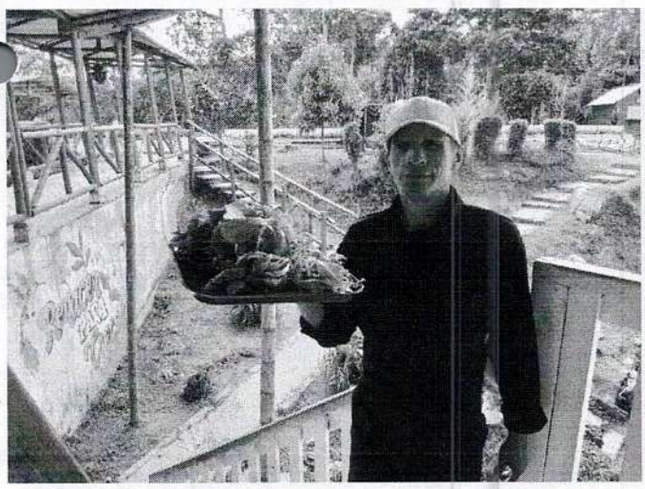
NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Labores agroambientales
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
FECHA: 12/05//2025
Actividad Transversal











EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Labores agroambientales
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
FECHA: 13/05//2025
Actividad Transversal

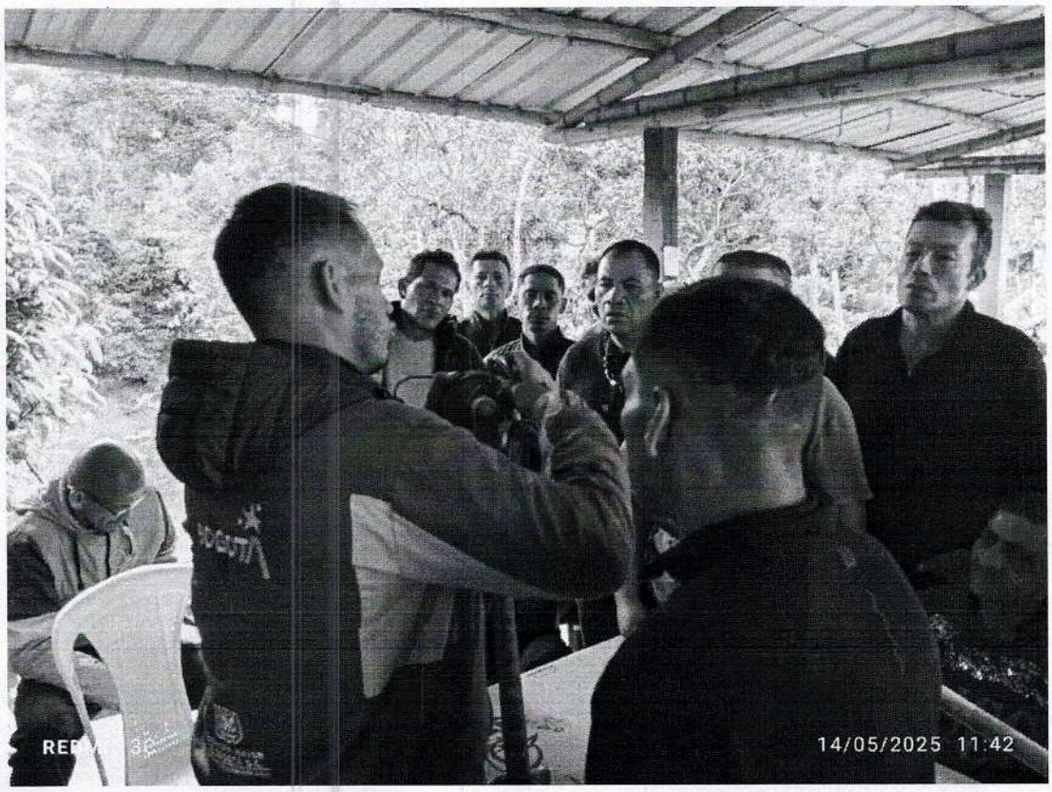








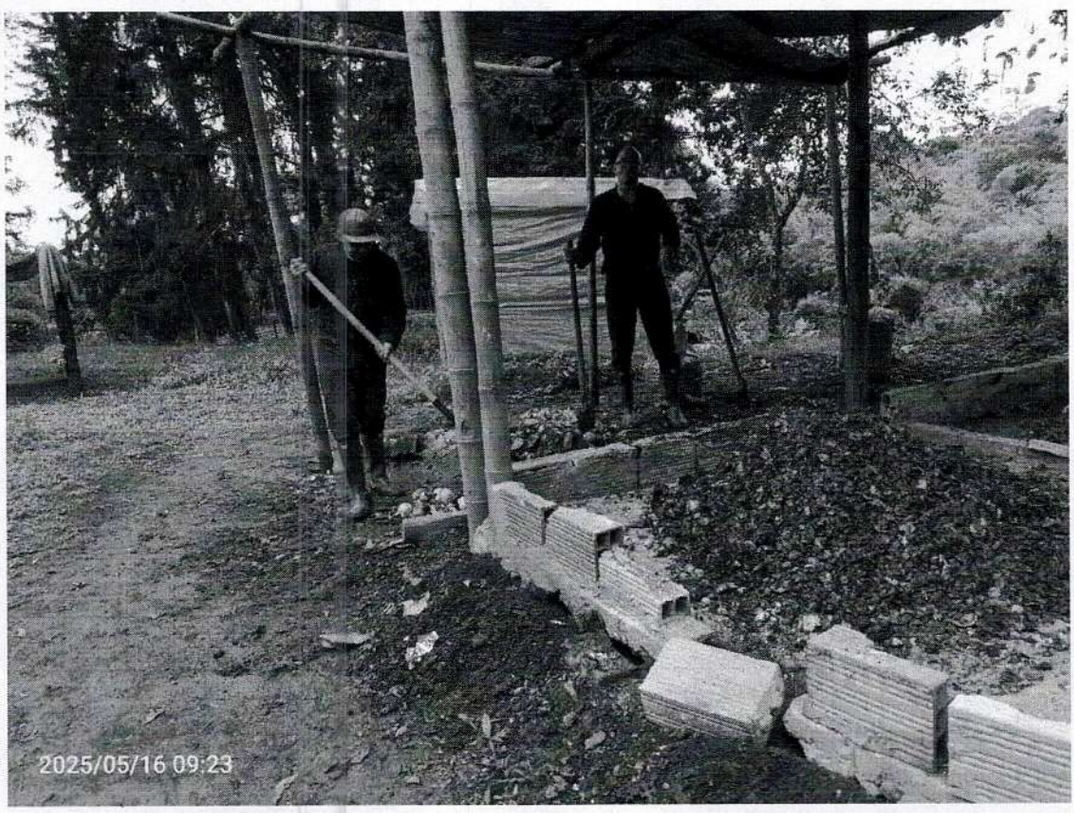
EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Labores agroambientales
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
FECHA: 14/05//2025
Actividad Transversal





EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Labores agroambientales
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
FECHA: 16/05//2025
Actividad Transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Compostaje y labores agricolas		4. Fecha:	12/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Vanessa Alejandra peñuela

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agroambiental

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ii_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad:Compostaje y labores agricolas		4. Fecha:	13/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1010222860	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Vanessa Alejandra peñuela

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agroambiental

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectaran 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria		
3. Tema / Actividad:Compostaje y labores agricolas	4. Fecha:	14/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable Vanessa Alexandra peñuela

14. Cargo o rol del responsable Tallerista Agroambiental

15. Firma del responsable de la actividad

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad:Compostaje y labores agricolas		4. Fecha:	16/05/2025	5. Hora: 08:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1121816901	Edisson Camilo Cuellar Rodriguez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1010222866	Luis Alfredo Morales Velasquez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Vanessa Alejandra Peñuela

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agroambiental

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 12,13,14,15, 16/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 02:00 pm **FINAL**: 04:00 pm
ÁREA: Tallerista Ponderable	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Heidy Paola Guillen Pedraza	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Composición nutricional y beneficios medicinales de la panela
Actividad transversal

OBJETIVO GENERAL:

Analizar la composición nutricional de la panela y sus beneficios medicinales, con el fin de promover su consumo informado como alternativa saludable y funcional dentro de la alimentación.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Evaluar el aporte energético de la panela en comparación con el azúcar refinado.
- Identificar los micronutrientes presentes en la panela y su función en el organismo humano.
- Explicar los efectos del consumo moderado de panela sobre el sistema inmunológico y la salud digestiva.
- Describir el papel de la panela como fuente rápida de energía en poblaciones con alta demanda calórica.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 2: promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades, donde podremos realizar actividades de investigación y descubrimientos de los beneficios de la panela.

Primer momento: Diagnóstico y motivación

Objetivo: Identificar los conocimientos previos de los participantes y despertar el interés por el tema.

Actividades:

- Bienvenida e integración con dinámica participativa.
- Conversatorio inicial: ¿Qué sabes sobre la panela? ¿La consumes?
- Aplicación de encuesta diagnóstica sencilla (oral o escrita).
- Presentación general del taller y sus objetivos.
- Proyección de imágenes de la caña, el trapiche y la panela en diferentes formas para motivar.

Segundo momento: Desarrollo del contenido

Objetivo: Enseñar los aspectos clave sobre la composición y los beneficios de la panela, fomentando el aprendizaje significativo.

Actividades:

- Explicación de los nutrientes presentes en la panela (vitaminas del complejo B, calcio, hierro, magnesio).
- Presentación de beneficios medicinales: fortalecimiento del sistema inmunológico, mejora del cansancio, uso en bebidas caseras para resfriados

Tercer momento: Cierre y evaluación

Objetivo: Valorar el aprendizaje logrado, generar reflexión y motivar a aplicar lo aprendido.

Actividades:

- Evaluación final mediante preguntas grupales y fichas individuales.
- Ronda de socialización: ¿Qué aprendimos? ¿Qué nos sorprendió?
- Presentación de conclusiones en grupo.

TEMA: Composición nutricional y beneficios medicinales de la panela

Propiedades de la panela y beneficios para la salud

Sustituir el azúcar tradicional por otros más saludables es fácil, pues existen diversas alternativas para ello. Concretamente, **la panela es un tipo de azúcar que se extrae de la caña de azúcar**, y ofrece muchas bondades para el organismo.

Entre sus principios, destaca que este azúcar es totalmente natural, porque no tiene ni pasa por un proceso de refinado, ni centrifugado, ni se le añade ningún de procedimiento químico. Al conservar los nutrientes de la caña de azúcar aporta minerales, vitaminas y otras propiedades beneficiosas para la salud.

La panela contiene principalmente azúcar sacarosa, glucosa y fructuosa, pero en menores cantidades que el azúcar tradicional, mientras que posee entre 310 y 350 calorías, por cada 100 gramos.

Contienen también un buen aporte de minerales, como el calcio, el hierro o el magnesio, y g**ran cantidad de vitaminas: A, B, C, D y E**. Todo ello hace que sea un alimento completo. Aunque como en otros alimentos, también debe tomarse con moderación, pero es un perfecto sustituto del azúcar cotidiano.

Beneficios de la panela

Tiene diferentes usos, pues sirve como **endulzante de alimentos**, tales como zumos, cafés, chocolates y galletas. Lo podemos añadir a éstos para que sean mucho más dulces. En la cocina, también es bueno para preparar postres, el sabor será rico, dulce y siempre más saludable.

Gran aporte de energía: Dada la cantidad de minerales y vitaminas que contiene la panela, nos da la energía suficiente para afrontar un duro día. A la vez que nos repone cuando acaba la jornada y no nos sentiremos tan cansados.

Fortalece los huesos y ayuda al crecimiento: La panela contiene minerales como el calcio, el fósforo y el magnesio, ello fortalece los huesos y contribuye al crecimiento de los pequeños y también de los más mayores.

Gran aporte nutritivo: Ya hemos visto antes que la panela contiene minerales y vitaminas, además de proteínas e hidratos de carbono.

Reducimos los niveles de glucosa en sangre: Como este azúcar es mucho mejor y más sano que el normal es una alternativa y puede ser consumido por personas que presentan una gran cantidad de glucosa en la sangre. Con esto también reducimos el consumo de sodio que ingerimos.

¿Es el mejor exfoliante la Panela?

Investigando en la red de redes sobre los beneficios que trae la panela para la salud, me encontré con e siguiente artículo, decidí transcribirlo porque el original contiene mucha publicidad y esta es un poco molesta para la lectura:

¿La panela el mejor exfoliante? La panela desde la época de las abuelas ha sido siempre **la mejor alternativa para mejorar la piel.**

Estuve investigando sobre los componentes que tiene la panela y comparándolos con aquellos necesarios para promover el proceso de cicatrización y esto encontré:

La panela es rica en las siguientes vitaminas: **B, A, C, D y E.** También es rica en hidratos de carbono como la **sacarosa**.

- La vitamina **A** es fundamental para el proceso de cicatrización, esto puede ser verificado en el siguiente artículo: https://www.bagovit.com.ar/cuidado-de-la-piel/papel_de_la_vitamina_A_cicatrizacion.
- La **sacarosa** es un agente cicatrizante que ha obtenido excelente resultados en el Reino Unido, en el tratamiento que leí se ha utilizado el azúcar y no la panela, recordemos que la panela es un producto muy popular en el Sur de América y en la India, pero muy poco conocido en el resto del planeta, por tal razón es más popular el uso del azúcar en estas investigaciones. Además debemos tener en cuenta que este tipo de estudios por lo general se realizan en Europa y Estados Unidos, países en los que la panela prácticamente es desconocida. Sería excelente que en países como el nuestro tuviéramos el presupuesto necesario para crear proyectos de investigación que se enfocaran en el uso de medicinas de bajo costo generadas a partir de productos locales. Aquí les dejo el artículo publicado por la BBC de Londres, en este muestran como puede la sacarosa ayudar a curar heridas. https://www.bbc.com/mundo/vert-fut-43689724

Argumentos como los expuestos en este blog son los que me hacen confiar en las propiedades cicatrizantes de la panela. Muchas personas se preguntarán ¿Por qué los laboratorios no crean productos a base de sacarosa y vitamina A para ayudar a las personas a curar sus heridas?, yo me pregunto exactamente lo mismo y mi respuesta es: La mayoría de investigaciones médicas son patrocinadas por las farmacéuticas, si el ingrediente activo se encuentra en un producto como el azúcar o la panela, las farmacéuticas no tendrían que patentar y sin patentes no hay negocio, no hay utilidades. Por tal razón no les interesa este tipo de curas o soluciones.

En el mercado naturista se encuentran cremas a base de panela para mejorar cicatrices en la piel y su aspecto, algunas un poco costosas y otras no tanto. Ojalá nunca tenga una herida grave que sanar, pero como nunca debemos decir "nunca" estoy seguro que si pasa me apoyaré en la panela rayada para tratarla.

Bibliografía:

https://mipanela.co/blog/propiedades-de-la-panela-y-beneficios-para-la-salud/

RECURSOS:

Físicos

- Computador
- Televisor

Humanos

- Profesional.
- Promotores.
- Ciudadanos y Ciudadanas.

Resultados:

12/05/2025

Cualitativos:

- Los participantes reconocen que la panela tiene beneficios para la salud
- Los participantes diferencian entre el uso nutricional y el uso medicinal

Cuantitativos:

N.° total de participantes: 22
N.° total mujeres: 1
N.° total hombres: 19

Acaba con los **poros abiertos**, minimiza las **líneas de expresión** y quita las **pecas** más rebeldes. Todo porque la panela es un **producto libre de aditivos químicos** y con un alto beneficio de hidratación.

Y es que la panela se extrae del jugo de la caña de azúcar, que, a base de varias ebulliciones, pierde humedad y se concentra para formar una melaza o masa blanda y espesa que al enfriarse y secarse, se solidifica convirtiéndose en un bloque.

Su proceso de compactación es higiénica y 100% libre de químicos. Por tanto, es uno de los productos de la naturaleza más saludables no sólo para ingerirlo, sino como uso diario de la belleza femenina.

Muchos son los **beneficios de la panela**. Si tú tienes la piel reseca, existe una fabulosa mascarilla de panela, agua de rosas o limón; ya que la panela tiene poderosos elementos hidratantes.

Es un magnífico exfoliante ya que permita acabar con cualquier tipo de impurezas y remover células muertas, tanto en tu rostro como en tu cuerpo. También **nutre y cierra los poros**. Es importante hacer cada semana esta mascarilla, preferiblemente, en la noche para que tu rostro descanse de maquillajes y cremas y pueda restablecer y nutrir tu piel mientras duermas.

Pero no sólo reducirá arrugas, cerrará poros e hidratará tu piel; también permitirá **quitar cicatrices.** Para esto es necesario que ralles la panela y le eches unas cuantas gotas de limón y éste "ungüento" se aplica sobre la cicatriz dejándola por lo menos durante 20 minutos, luego es indispensable, que remuevas esta pasta con suficiente agua tibia.

Si tienes algunas manchas o pecas en tus manos que a veces suelen ser signos de envejecimiento o que nunca tuviste la precaución de hidratar con cremas especializadas la piel de tus manos; la solución está en realizarte "guantes" de panela rallada y agua de rosas.

Haz esta mezcla y espárcela sobre la piel de tus manos, posteriormente,envuélvelas con un plástico o un lino y deja que la panela y el agua de rosas actúen; de esta manera, se minimizarán las manchas de tus manos; luego, enjuague con suficiente agua tibia.

Es recomendable hacer este procedimiento dos veces por semana hasta que veas los beneficios de la panela, uno de los productos más colombianos que tenemos.

La panela como cicatrizante de heridas

Un Poco de Historia

Desde la antigüedad, las diferentes civilizaciones han utilizado agentes tópicos para tratar las heridas, al principio lo empleaban por instinto, luego empíricamente y finalmente de manera relacional, es decir con el conocimiento de sus propiedades terapéuticas. En este momento, con los adelantos científicos y la gran cantidad de apósitos (producto sanitarios empleados para cubrir y proteger una herida. La finalidad del apósito es la reepitelización del tejido dañado y en consecuencia la cicatrización de la herida "Wikipedia") y método de cicatrización de heridas, muchos de estos métodos ancestrales quedaron en desuso.

El objetivo de este artículo no es mostrar la panela como un agente cicatrizante por excelencia, pero si podemos indicar que en muchos países del mundo se ha utilizado para el tratamiento tópico empírico de heridas infectadas, con resultados satisfactorios, aún en infecciones por bacterias resistentes a diversos antibióticos.

Recuerdo que hace algunos años una tía fue intervenida quirúrgicamente debido a una peritonitis, sus heridas abdominales estaban expuestas y en la misma clínica que la intervinieron nos sugirieron que para acelerar el proceso de cicatrización aplicáramos panela rayada en sus heridas. Yo era un niño, tenía aproximadamente 14 años, estas heridas eran impresionantes, con el pasar de los días y el uso de panela rayada, las heridas de mi tía fueron cicatrizando de manera asombrosa.

Este es un solo testimonio, he hablado con otras personas y me han contado historias similares, en las que el uso de panela rayada ha acelerado el proceso de cicatrización de heridas.

N.° total hombres: 19
N.° total población LGBTI: 2

14/05/2025
Cualitativos:

- Los participantes reconocen la panela como parte de la medicina tradicional en nuestras creencias, fortaleciendo su identidad cultural y valorando el saber ancestral.
- La mayoría de los participantes fue capaz de enumerar al menos dos usos medicinales tradicionales de la panela, lo que demuestra una alta retención del conocimiento impartido.

Cuantitativos:
N.° total de participantes: 22
N.° total mujeres: 1
N.° total hombres: 19
N.° total población LGBTI: 2

15/05/2025
Cualitativos:

- Los participantes identificaron que la panela es rica en minerales como hierro, calcio y magnesio, fundamentales para el fortalecimiento del sistema inmunológico.
- Los participantes reconocieron que la panela posee mayores beneficios nutricionales y medicinales que el azúcar refinado.

Cuantitativos:
N.° total de participantes: 22
N.° total mujeres: 1
N.° total hombres: 19
N.° total población LGBTI: 2

16/05/2025
Cualitativos:

- Se realiza un conversatorio donde los participantes comparten sus experiencias y temas aprendidos en el taller

Cuantitativos:
N.° total de participantes: 22
N.° total mujeres: 1
N.° total hombres: 19
N.° total población LGBTI:2

FIRMA DEL RESPONSABLE: Heidy Guillen

FIRMA COORDINADOR: Leonardo Salamanca

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Composición nutricional y beneficios medicinales de la panela

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 12/05/2025

Actividad transversal



EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Composición nutricional y beneficios medicinales de la panela

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 13/05/2025

Actividad transversal



EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Composición nutricional y beneficios medicinales de la panela

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 14/05/2025

Actividad transversal



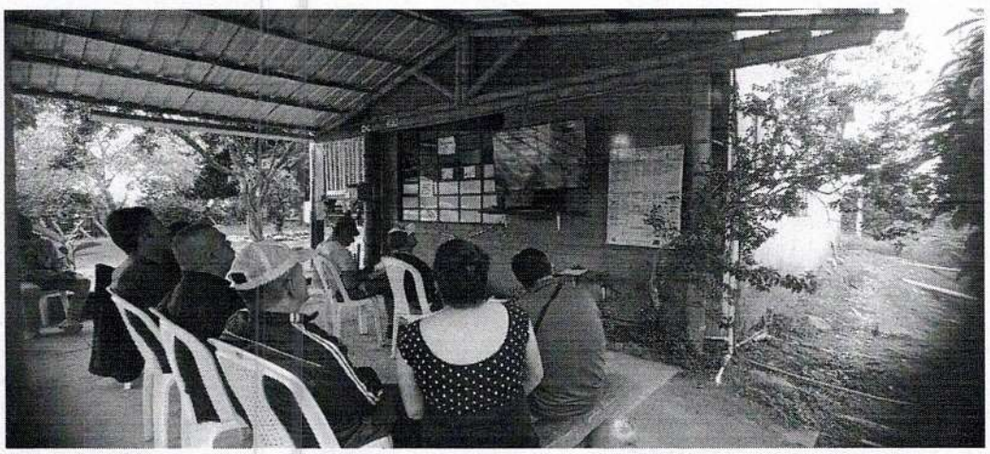
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Composición nutricional y beneficios medicinales de la panela

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 15/05/2025

Actividad transversal



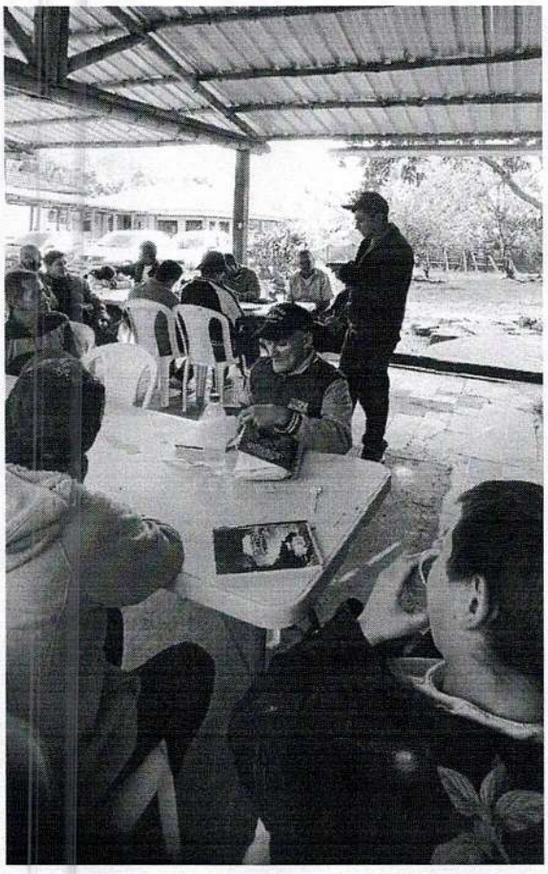
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Composición nutricional y beneficios medicinales de la panela

Línea de atención 2: Promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades

FECHA: 16/05/2025

Actividad transversal



ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social: Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Composicion nutricional y beneficios medicinales de la panela

4. Fecha: 12/05/2025

5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NUMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79430433	Luis Eduardo Ortiz	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80741956	John Mauricio Martinez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79023151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80094070	Nelson Gutierrez Casas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	10083746	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79119184	Libardo Sanchez Maricera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1026561680	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	13454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	80203366	Sergio Rene Medina Pisca	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79592766	Jose Antonio Rodriguez Ramirez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	15817232	Franco Solarte Bermudez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79695299	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79006142	Pablo Henry Ariza Medina	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79497024	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1022988389	David Steven Ramirez Lopez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	14971353	David Ramirez	74	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Heidy Guillen

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad: Heidy Guillen

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Composicion nutricional y beneficios medicinales de la panela		4.Fecha:	13/05/2025	5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79430433	Luis Eduardo Ortiz	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80741956	John Mauricio Martínez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80094979	Nelson Gutierrez Casas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79592700	Jose Antonio Rodriguez Ramirez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	15817232	Franco Solarte Bermudez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79305142	Pablo Henry Ariza Medina	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79497924	Jaime Alirio Rojas Perdomo	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1022988389	David Steven Ramirez Lopez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	14971353	David Ramirez	74	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Heidy Guiller 14. Cargo o rol del responsable: Tallerista 15. Firma del responsable de la actividad: Heidy Guiller

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Composicion nutricional y beneficios medicinales de la panela

4.Fecha: 14/05/2025

5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80741956	John Mauricio Martinez Abril	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79523151	Ernesto Camacho	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1020778505	Yesid Orlando Rodriguez Sanchez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79430433	Luis Eduardo Ortiz	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	69	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutiérrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	69	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80008249	John Fredy Velásquez Amaya	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	19298511	Miguel Abadia Mendez Diaz	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	80094979	Nelson Gutierrez Casas	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hardy Guillen

14. Cargo o rol del responsable: Talleñsta

15. Firma del responsable de la actividad: Hardy Guillen

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Composicion nutricional y beneficios medicinales de la panela		4.Fecha:	15/05/2025	5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80741956	John Mauricio Martinez Abril	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80203366	Sergio Rene Medina Pisca!	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79523151	Ernesto Camacho	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1020778505	Yesid Orlando Rodriguez Sanchez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79430433	Luis Eduardo Ortiz	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	69	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutiérrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	69	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80008249	John Fredy Velásquez Amaya	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	19298511	Miguel Abadia Mendez Diaz	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	80094979	Nelson Gutierrez Casas	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Heidy Guillen

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad: Heidy Guillen

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Composicion nutricional y beneficios medicinales de la panela		4.Fecha:	16/05/2025	5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Leidy Naffar	
2	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Luis Lozada	
3	CC	1026580493	Denis Urrego Bastidas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80741956	John Mauricio Martínez Abril	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Elmes	
7	CC	79523151	Ernesto Camacho	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Ernesto Camacho	
8	CC	1020778505	Yesid Orlando Rodriguez Sanchez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Yessid	
9	CC	79107784	Gonzalo Ausique Gonzalez	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					G.A.G.	
10	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Miguel	
11	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Nestor	
12	CC	79430433	Luis Eduardo Ortiz	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1024516772	Carlos Anibal Bueno Gómez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	69	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Hernan	
16	CC	80440237	Diego Javier Diaz Gutiérrez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1106482680	Eduardo Rubio Cuellar	69	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Eduard.	
18	CC	80008249	John Fredy Velásquez Amaya	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	19298511	Miguel Abadia Mendez Diaz	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79315415	Luis David Neira Varela	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Paula Yepes Luis David	
21	CC	1032363267	Paula Andrea Yepes	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	80094979	Nelson Gutierrez Casas	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Heidy Guiten

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad: Heidy Guiten

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 12/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 2:30 pm **FINAL**: 4:00 pm
ÁREA: Socio ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Mabel Alexandra Mafla Eraso	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Hábitos y rutinas
Etapa 1

OBJETIVO GENERAL:

- Retomar hábitos y rutinas diarias en los y las ciudadanas los cuales les permitan mejorar su autoestima y valor personal.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Conocer la diferencia que existe en las definiciones de habito y de rutina; para que los y las ciudadanas identifiquen cuáles son sus falencias y como se pueden volver a promover.
- Establecer rutinas y hábitos que ayuden a reducir el estrés, la ansiedad y a mantener un equilibrio emocional.

METODOLOGIA:
Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades se utilizará la metodología socio educativa en la cual los ciudadanos y ciudadanas participaran activamente de la temática a tratar.

Adecuación del espacio: Se dispondrá de un espacio tranquilo en el auditorio, con sillas, video bean, parlante, portátil, lista de asistencia.
Primer momento: Se iniciará con las preguntas: ¿Que es un habito?, ¿Que es una rutina?
Segundo momento: Se realizará presentación de dos videos uno sobre los hábitos y otro sobre las rutinas; de allí se hace una participación ordenada donde lograran hacer intervenciones efectivas y la profesional realizara la respectiva retroalimentación.
Tercer momento: Se finalizará definiendo cual es la diferencia en estos términos y como estos aspectos importantes de la vida dignifican y mejoran en desarrollo y autonomía personal.

TEMA: Hábitos y rutinas

Los hábitos son comportamientos que realizamos casi sin pensar, gracias a la repetición constante.

Las rutinas, en cambio, son actividades que organizamos para estructurar nuestro tiempo.

Comprender estas distinciones nos ayuda a gestionar nuestro horario y energía, lo que conduce a una mejor calidad de vida y bienestar mental.

¿Qué es un hábito y cómo se forma?
Un hábito es aquello que hacemos automáticamente porque lo hemos realizado muchas veces antes. Estas acciones se desarrollan poco a poco cuando conectamos ciertos estímulos con nuestras respuestas habituales. Por ejemplo, una vez que aprendemos a cepillarnos los dientes, todos los días lo hacemos sin pensarlo mucho.

Los hábitos implican una reducción en la necesidad de control consciente para llevar a cabo una acción, ya que se ejecutan de manera casi automática en situaciones particulares.

A medida que los hábitos se crean, el control sobre cómo actuamos ya no depende tanto de nuestras intenciones conscientes o de los objetivos que podamos tener.
En cambio, estas conductas se activan de forma automática en respuesta a señales del entorno que hemos asociado con esas acciones.

Para que tengas una idea, te compartimos algunas de las comunes:

⇒Hacer ejercicio en días específicos de la semana.
⇒Practicar la meditación todos los días al despertar.
⇒Leer un libro todas las noches antes de ir a dormir.
⇒Beber agua en intervalos regulares a lo largo del día.
⇒Decir «gracias» y expresar gratitud en diversas situaciones.
⇒Reproducir música para concentrarse mejor durante las tareas.
⇒Apagar las luces al salir de una habitación para ahorrar energía.
⇒Cepillarnos los dientes después de levantarnos y antes de acostarnos.
⇒Ordenar el escritorio y revisar el correo al comenzar la jornada laboral.

¿Qué es una rutina?
En pocas palabras, una rutina es un conjunto estructurado de actividades que una persona realiza de manera regular y sistemática en su vida diaria. Estas actividades están organizadas de manera consciente y siguen un patrón predecible, lo que proporciona orden y estabilidad en el día a día.

La parte rutinaria de nuestras vidas nos ayuda a adaptarnos a nuestro entorno, reduciendo la incertidumbre y facilitando la automotivación y la productividad. Además, tener rutinas diarias puede contribuir a la gestión del estrés y la promoción del bienestar emocional, al brindar una sensación de control y familiaridad en la vida cotidiana.

Según una investigación de Journal of Global Health, las rutinas diarias pueden dividirse en dos tipos: primarias y secundarias. Las rutinas primarias son aquellas actividades que hacemos todos los días para mantenernos saludables y vivir. Por ejemplo:

⇒Rutina de mañana: levantarnos a una hora específica, lavarnos la cara, cepillarnos los dientes, ducharnos y vestirnos para el día.
⇒Rutina de alimentación: comer alimentos balanceados a horas regulares a lo largo del día.
⇒Rutina de cuidado personal: cuidar de necesidades personales como la piel, el cabello o la salud mental, con prácticas regulares como la meditación o el autocuidado.
⇒Rutina de noche: prepararnos para la cama, lavándonos los dientes, cambiándonos de ropa y leyendo antes de dormir.

Por otro lado, las rutinas secundarias son acciones que elegimos hacer porque nos gustan o porque nos ayudan a lograr nuestras metas. Esto puede incluir rutinas como las siguientes:

⇒Rutina de ejercicio: hacer una serie de ejercicios en una hora establecida, ya sea en casa, en el gimnasio o al aire libre.
⇒Rutina de belleza: llevar a cabo diferentes pasos para el cuidado de nuestra piel y cabello, como maquillarnos y peinarnos.
⇒Rutina de trabajo o estudio: cumplir con un horario específico, revisar correos electrónicos, preparar informes o tareas, así como asistir a reuniones o clases.
⇒Rutina de limpieza doméstica: limpiar diferentes áreas de la casa en días específicos de la semana.

Ambos tipos de rutinas son importantes, pero las primarias son esenciales para nuestra supervivencia y bienestar básico, por lo que se les debe dar prioridad. En cambio, las secundarias comprenden aquello que queremos hacer para sentirnos bien o lograr algo específico en nuestras vidas.

¿Cuáles son las diferencias?
Entender las diferencias fundamentales entre hábito y rutina es crucial para mejorar nuestra organización personal y eficiencia, así como nuestro bienestar general. Estas son las principales diferencias de cada uno de estos términos:

1. Definición y naturaleza
Como resaltamos con anterioridad, un hábito es un comportamiento automático y repetitivo que se realiza casi inconscientemente, debido a la repetición frecuente. Por su parte, una rutina es un conjunto estructurado de actividades que se siguen con regularidad en un orden específico y conscientemente planificado.

2. Formación y automatización
Los hábitos se forman a través de la repetición constante de una acción hasta que se automatizan en la mente y se realizan sin mayor esfuerzo. En cambio, las rutinas se establecen mediante la planificación consciente y la organización de actividades en un horario o secuencia específica.

3. Propósito y motivación
Por lo general, los hábitos están menos impulsados por metas específicas o intenciones conscientes, una vez que se han establecido. Por el contrario, cada rutina tiene un propósito claro detrás de su estructura, orientado a organizar el tiempo y las acciones para lograr metas personales o cumplir con responsabilidades.

4. Flexibilidad y adaptabilidad
Una vez consolidados, los hábitos tienden a ser más rígidos y menos abiertos a cambios en el entorno o circunstancias. Por su parte, las rutinas pueden ajustarse y modificarse con facilidad, para adaptarse a nuevas situaciones o necesidades sin perder su estructura básica.

Estrategias para desarrollar hábitos y rutinas saludables
Si deseas adquirir nuevos hábitos y rutinas que mejoren tu calidad de vida y no sabes por dónde empezar, no te preocupes demasiado. Comenzar puede parecer abrumador, pero hay pasos simples que puedes seguir para hacerlo más fácil y efectivo:

⇒Identifica tus objetivos. Piensa en qué áreas de tu vida te gustaría mejorar. Puede ser hacer más ejercicio, mejorar tu dieta o establecer una rutina de sueño más regular.
⇒Empieza poco a poco. No intentes cambiar todo de una vez. Elige un hábito o una rutina pequeña que puedas implementar con facilidad en tu día a día.
⇒Crea un ambiente propicio. Modifica tu entorno para que apoye los hábitos que deseas desarrollar. Por ejemplo, si quieres hacer ejercicio con regularidad, ten a la vista tu equipo deportivo y ten un espacio adecuado para ello.
⇒Establece horarios y rutinas fijas. Asigna tiempos específicos para realizar tus actividades diarias. Esto ayuda a estructurar tu día y facilita la automatización de esos comportamientos con el tiempo.
⇒Ajusta según sea necesario. Si algo no funciona o encuentras dificultades, ajusta tu enfoque. Es normal enfrentar obstáculos, lo importante es aprender de ellos y seguir adelante.
⇒Celebra tus éxitos. Reconoce y celebra cada pequeño objetivo que logres en el camino. Esto refuerza tu motivación y te ayuda a mantener el impulso.
⇒Sé consistente. La clave para desarrollar hábitos y rutinas duraderas es la consistencia. ⇒Mantén un esfuerzo constante, incluso cuando enfrentes desafíos o contratiempos.
⇒Busca apoyo. Comparte tus metas con amigos o familiares que puedan animarte y apoyarte en tu viaje hacia hábitos más saludables.

Fuente: www.lamenteesmaravillosa.com
Pablo Ramírez, periodista de la Universidad de Antioquia. Revisado y aprobado por la psicóloga Leticia Martín Enjuto.
https://youtu.be/xCOZrtNFExg Rutinas

https://youtu.be/pDwzKsjnABk Hábitos

RECURSOS:

Físicos
- Listado de asistencia
- Sillas
- Computador
- Video vean
- Parlante
- Listado de asistencia

Humanos
- Ciudadanos
- Profesional en Terapia ocupacional

RESULTADOS:

Cualitativos:
Se finaliza el taller con una intervención activa de parte de los y las ciudadanas, donde fue necesario detener y recordar al grupo no salir de la temática a tratar; posteriormente se realizó una retroalimentación importante reconocieron y/o aprendieron las diferencias entre el habito y la rutina, y como los hábitos bien realizados se pueden volver una rutina gratificante. Los ciudadanos y ciudadanas están de acuerdo de cómo se desdibujan estas características cuando se habita en la calle y también reconocen que algunos hacían autocuidado en hogares de paso con el fin de no llegar al deterioro o la indigencia.

Cuantitativos:
N.º total de participantes: 35
N.º total mujeres: 3
N.º total hombres: 32
N.º total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Hábitos y rutinas
Línea de Atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.
FECHA: 12/05/2025
ETAPA 1





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Código: FOR-PSS-795	
Versión: 0	
Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024	
Página: 1 de 1	

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Habitos y rutinas

4. Fecha: 12/05/2025

5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79841627	Carlos Arturo Rueda Bedoya	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80760783	Luis Alberto Ramirez Diaz	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	53128880	Mayerlin Porras Chasoy	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79605301	Wilfredo Medina Fernandez	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80779371	Jorge Andres Novoa Angel	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1110508571	Alex Ferney Osorio Olaya	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	80184960	Harold Humberto Ramirez Rubiano	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	14971353	David Ramirez	74	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	16600499	Jorge Elias Bobadilla Zapata	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	10002327	Jhon Jairo Palacios	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1122678205	Arcesio Rueda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1124856142	Jeison Manuel Acosta Benavides	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	19496931	Alejandro Mesa	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1082841190	Jesus Manuel Porras Cuellar	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	80902937	Juan David Quintero	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	79305142	Pablo Henry Ariza Medina	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	458403	Alejandro Diaz Sarmiento	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	52428289	Andrea Julieth Pardo Lopez	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	10188019	Juan Carlos Chica Sanchez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	79751189	Roberto Carlos Rincon Rodriguez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1070960389	Gerardo Andres Gonzalez Sepulveda	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	79695309	Sandro Ferney Oviedo	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	11227869	Victor Manuel Jimenez Castro	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	80728223	Jhon Alexander Prieto Alvarez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Mabel A. Mefla Erazo

14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad: Habitos y rutinas		4. Fecha:	12/05/2025	5. Hora: 02:30 P.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	79990663	Bladimir Ortiz Sanchez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	1020719340	Jose Ricardo Vargas Saenz	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	1033720821	Evangelina Bello Davila	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
29	CC	80008249	Jhon Fredy Velasquez Amaya	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
30	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
31	CC	1032427393	Cristian Michael Ramirez	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
32	CC	79220798	Omar Andres Gutierrez Garzon	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
33	CC	1030552256	Nelson Enrique Torres	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
34	CC	1018411970	Anyelo Melo	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
35	CC	80360978	Carlos Eduardo Pinilla Olaya	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Mabel A. Mapk Evaro

14. Cargo o rol del responsable: Profesional Operativo

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 15/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 09:00 am **FINAL**: 10:00 am
ÁREA: Socio Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sandra Milena Hernández Correa	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Tolerancia al tiempo de la actividad.
Actividad Transversal

OBJETIVO GENERAL:
Favorecer en los participantes la comprensión y práctica de la tolerancia al tiempo de la actividad como una habilidad socio ocupacional esencial para la adaptación e integración en entornos sociales, familiares y laborales y por ende en la resignificación de sus proyectos de vida, por medio de la socialización de los aspectos relevantes dentro de la ejecución de sus talleres de interés ocupacional.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reflexionar sobre la relación del tiempo y los espacios laborales.
- Desarrollar estrategias para la autorregulación emocional frente a la espera, los ritmos laborales y la frustración.
- Promover hábitos de puntualidad, planificación y manejo del tiempo como competencias laborales clave.

METODOLOGIA:
La actividad se realizará desde la metodología lúdico terapéutica, la cual responde a la Línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades, en la cual los ciudadanos y ciudadanas participarán en el taller sobre la tolerancia al tiempo de la actividad.

Adecuación del espacio: El taller se desarrollará en dos espacios para organizar por los grupos de interés ocupacional, iniciando un grupo en el espacio del polifuncional y el otro en la sala de televisión.

Primer momento: Se llevará a cabo la socialización del tema a desarrollarse y los objetivos del mismo, aterrizando dichos conceptos a la ejecución práctica y diaria en sus entornos cotidianos dentro de los talleres de interés ocupacional.

Segundo momento: Se tomará como apoyo la metodología de juego de roles, donde se solicitará a los ciudadanos conformar grupos de 5 personas (dependiendo de la cantidad de asistentes) a los cuales se entregará una ficha con situaciones que se deben representar sobre "el tiempo que lleva ejecutar una actividad". Posteriormente, cada grupo tendrá que representar de manera corta la situación entregada y socializar lo que identificaron de la misma.

Tercer momento: se realizará luego una socialización corta y sencilla de los conceptos que abarcan el tiempo de la actividad y su importancia en el entorno socio laboral, como herramienta en la construcción de nuevas metas y cumplimiento de objetivos personales.

TEMAS:

Tolerancia al tiempo de la actividad: ¿Qué es?

En terapia ocupacional, la tolerancia a la actividad se refiere a la capacidad de una persona para participar en actividades durante un tiempo óptimo sin experimentar fatiga física, emocional o psicológica desproporcionada. Se trata de la capacidad de la persona para realizar una actividad u ocupación de forma eficaz y eficiente, sin que ello le cause un esfuerzo excesivo o un deterioro de su bienestar.

Aspectos clave de la tolerancia a la actividad:

- **Capacidad de resistencia:** La tolerancia a la actividad se relaciona con la resistencia física y mental necesaria para completar una tarea.

- **Adaptación al esfuerzo:** Implica la capacidad de ajustar el nivel de esfuerzo a las demandas de la actividad, evitando la fatiga excesiva.

- **Participación en actividades relevantes:** Se centra en la participación en actividades significativas para la persona, que le permitan mantener su bienestar y funcionalidad.

Ejemplos de actividades de tolerancia:

- **Actividades de autocuidado:** Ducharse, vestirse, comer, etc.
- **Actividades instrumentales de la vida diaria:** Preparar la comida, hacer la compra, usar el transporte público, etc.
- **Actividades de tiempo libre:** Leer, ver la televisión, jugar, practicar un deporte, etc.
- **Actividades laborales:** Trabajar en la oficina, en la fábrica, en la tienda, etc.

Factores que pueden afectar la tolerancia a la actividad:

- **Condiciones médicas:** Enfermedades cardiovasculares, respiratorias, neurológicas, etc.
- **Discapacidades físicas:** Limitaciones en la movilidad, fuerza, coordinación, etc.
- **Discapacidades cognitivas:** Problemas de memoria, atención, planificación, etc.
- **Estado emocional:** Ansiedad, depresión, estrés, etc.
- **Falta de motivación:** Falta de interés en la actividad, falta de objetivos, etc.

Fuente de consulta:
https://www-prestigehealthwellness-com.translate.goog/what-is-activity-tolerance-in-occupational-therapy/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=es&_x_tr_pto=sge#:~:text=La%20tolerancia%20a%20la%20actividad%20se%20refiere%20a%20la%20capacidad,f%C3%ADsica%2C%20emocional%20o%20psicol%C3%B3gica%20excesiva.

RECURSOS:
Físicos
- Listado de asistencia
- Sillas
- Televisor
- Fichas bibliográficas
- Computador
- videobeam

Humanos
- Ciudadanos
- Profesional
- Practicantes
- Promotor

RESULTADOS:
Cualitativos:
Se contó con la participación de 29 ciudadanos donde se logró que se involucraran y mediante la estrategia de juego de roles, se abrieran a la discusión de la temática a tratar, como forma de apertura, dando cumplimiento al objetivo general, teniendo en cuenta que desde los aportes, reflexiones y conclusiones socializadas, los y las ciudadanas que participaron identificaron sobre como el inicio, continuidad y terminación de una actividad, hace parte de la tolerancia al tiempo y permanencia requerido para las mismas.

Adicionalmente, los ciudadanos y ciudadanas, identificaron la aplicabilidad para la vida cotidiana, sobre la necesidad de fortalecer y desarrollar esta competencia socio ocupacional, para dar respuesta y adaptación positiva frente a los diferentes contextos, roles y objetivos que cada uno desarrolla dentro de su diario vivir y

son eje fundamental en la construcción, resignificación y modificación de los proyectos de vida para una inclusión social, familiar y laboral eficiente y positiva.

Cuantitativos:

N.º total de participantes: 28

N.º total mujeres: 1

N.º total hombres: 25

N.º total población LGBTI: 2

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

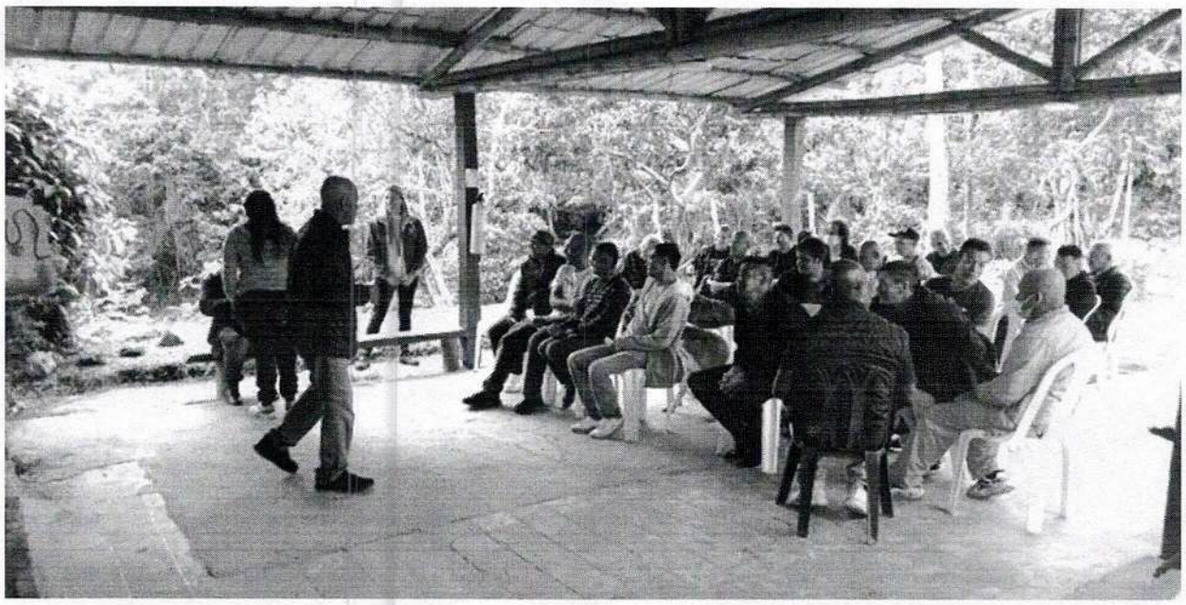
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Tolerancia al tiempo de la actividad.

LÍNEA DE ATENCIÓN 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Actividad Transversal

FECHA: 15/05/2025





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle	2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria			
3. Tema / Actividad:Taller ponderable: Tolerancia al tiempo de la actividad		4. Fecha:	15/05/2025	5. Hora: 09:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1010180662	Elmes Salas Cordoba	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79723704	Luis Eduardo Martinez De Verano	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1012365655	Camilo Esteban Garcez Hernandez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1033720821	Evangelina Bello Davila	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80008249	Jhon Fredy Velasquez Amaya	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	14971353	David Ramirez	74	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79540709	Jaime David Ramirez Suarez	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80094979	Nelson Gutierrez Casas	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79523151	Ernesto Camacho	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	6774497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	78077231	Jesus David Diaz Murillo	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	19454578	Jose Miguel Romero	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	79990663	Bladimir Ortiz Sanchez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	10558636	Nestor Raul Fory Herrera	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1019025772	David Andres Bernal	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1122678205	Arcesio Rueda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	10002327	Jhon Jairo Palacios	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	73377169	Anibal Rafael Hoyos Noguera	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79305142	Pablo Henry Ariza Medina	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	80720085	Britani Andrea Velez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	11227869	Victor Manuel Jimenez Castro	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	19298733	José Alberto Moreno Garcia	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	15957841	Jorge Alberto Mesa Henao	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
25	CC	80036097	Andres Bernardo Tamayo Vargas	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Milena Hernández 14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional 15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Código: FOR-PSS-795
Versión: 0
Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024
Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad:Taller ponderable: Tolerancia al tiempo de la actividad

4. Fecha: 15/05/2025

5. Hora: 09:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
26	CC	16600499	Jorge Elias Bobadilla Zapata	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
27	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
28	CC	79478273	Gabriel Dulcey Valero	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Milena Hernández

14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/ docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria		**FECHA:** 15/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 10:30 am **FINAL**: 12:00 pm
ÁREA: Socio Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sandra Milena Hernández Correa	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Habilidades blandas
Etapa 1

OBJETIVO GENERAL:
Promover en los ciudadanos y ciudadanas de etapa 1 el reconocimiento y fortalecimiento de las habilidades blandas, las cuales son necesarias para procesos de inclusión social, por medio de la explicación y socialización de conceptos básicos y claros, con el fin de generar un aprendizaje significativo que genere acciones de cambio en sus proyectos de vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Describir las habilidades blandas más relevantes dentro de las competencias socio ocupacionales.
- Generar introspección y sensibilización frente a la forma de gestionar y poner en práctica las habilidades blandas.

METODOLOGÍA:
En respuesta a la línea de atención 2: Promoción para la inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades se tomará como referencia la metodología socio educativa, por medio de una presentación con apoyo audiovisual en las que se describen de manera sencilla y gráfica las habilidades blandas las cuales son esenciales para la inclusión social.

Adecuación del espacio: Se dispondrá del ambiente de la sala la biblioteca con sillas, mesa, computador y video beam.

Primer momento: Se hará una presentación general al grupo de ciudadanos y ciudadanas que se encuentren presentes, donde se explicará el objetivo del taller a realizar y la metodología de trabajo para fomentar interés en un espacio organizado.

Segundo momento: Luego, se hará la proyección de diapositivas, con la explicación de cada una de las habilidades blandas que se deben desarrollar y/o fortalecer para ampliar las posibilidades de la inclusión social, familiar y laboral.

Tercer momento: Se finalizará el taller por medio de un espacio de aclaración de dudas, reflexión y conclusiones para verificar el aprendizaje de la temática y procesos de introspección y práctica de lo aprendido.

TEMAS:

¿Qué son las habilidades blandas (soft skills)?

Las habilidades blandas son aquellas habilidades interpersonales que describen cómo trabajas e interactúas con los demás. Tal vez ni siquiera pienses en las habilidades blandas como habilidades, porque, por lo general, son lo que adquirimos en el trabajo y aprendemos con las interacciones cotidianas con los demás, como saber trabajar en equipo o ser un buen comunicador.

Las habilidades blandas, a veces, también se comparan con los rasgos de personalidad, más que con habilidades; pero quienes piensan así no comprenden el panorama completo.

De hecho, esas habilidades son la base para saber cómo trabajar en colaboración y para tener éxito en el ámbito laboral.

AQE

Hablamos de habilidades relacionadas con la inteligencia emocional, el pensamiento crítico, el liderazgo, la resiliencia o la gestión del cambio, entre otras que veremos en detalle más adelante, claves para el desarrollo profesional y el crecimiento de las empresas.

Aunque la consideración de las habilidades blandas como ventaja competitiva y factor diferencial en las empresas es un fenómeno reciente, su origen data de los años 70 y se circunscribe al ámbito militar.

Fue el ejército estadounidense el que usó el término por primera vez al detectar que sus mejores tropas no eran las más diestras con la maquinaria, sino aquellas con habilidades transversales, como la responsabilidad, la resolución de conflictos o el trabajo en equipo, más desarrolladas.

Este tipo de cualidades recibieron su nombre en contraposición a las habilidades duras (hard skills), es decir, al conocimiento puramente técnico.

La importancia de las habilidades blandas:

Para muchos expertos en recursos humanos, las competencias blandas serán tan importantes como las duras a la hora de afrontar los desafíos laborales de un futuro marcado por las nuevas tecnologías. Las personas que cuentan con este tipo de habilidades contribuyen a mejorar el bienestar dentro de las empresas, aportando, entre otras cosas, optimismo, motivación, comunicación o empatía, lo que se traduce en mayor productividad y resultados.

Tal es su importancia que casi todas las plataformas de aprendizaje online, como Udemy, ofrecen cursos para desarrollar este tipo de habilidades. Y es que, aunque en buena medida son intrínsecas a la personalidad, los especialistas coinciden en que pueden trabajarse y mejorarse.

Hace apenas dos años, la multinacional IBM realizó un estudio entre 5.800 ejecutivos de 50 países para conocer qué habilidades necesitarían los líderes empresariales en los próximos años y la conclusión fue que estas no tendrían tanto que ver con la capacitación tecnológica como con las habilidades blandas.

A partir de ese estudio, el experto en gestión del talento Josh Bersin, señaló la dificultad de encontrar personas con habilidades blandas: "Más del 45 % de los directores de recursos humanos aseguran que los universitarios salen con las habilidades digitales necesarias, pero sin aquellas enfocadas a la resolución de problemas, el trabajo en equipo o el liderazgo".

Diferencia entre las Habilidades Blandas y las Habilidades Duras

Ambas habilidades, las duras y las blandas, son importantes en el trabajo.

Las habilidades duras representan aquellas cosas que has aprendido a hacer o a usar, como las herramientas, tecnologías u otras competencias.

Las habilidades blandas son los rasgos interpersonales que has desarrollado con el tiempo, como las comunicaciones efectivas, la credibilidad que generes o la generosidad.

Juntas, esas habilidades duras y blandas representan esos instrumentos de tu caja de herramientas que te ayudan a cumplir con los objetivos en tu trabajo.

Cómo usar las habilidades duras y blandas para ser un compañero de equipo más eficaz:

Las habilidades duras y blandas constituyen el conocimiento que aportas al equipo. Todas estas competencias son la esencia de tu forma de trabajar, tanto en el trabajo propiamente dicho como con otras personas. Pero, a veces, puede ser difícil entender cómo trasladarlas desde el currículum vitae o la carta de presentación al ámbito laboral real.

Algunos tipos de habilidades blandas incluyen:

- Adaptabilidad
- Comunicación
- Pensamiento Creativo
- Fiabilidad
- Ética De Trabajo
- Trabajo En Equipo
- Positivismo
- Gestión Del Tiempo
- Motivación
- Resolución De Problemas
- Pensamiento Crítico
- Resolución De Conflictos

Cómo resaltar las Habilidades Blandas:

Cuando postules a un nuevo trabajo, resalta tanto tus habilidades blandas como las específicas para el puesto. Primero, haz una lista de las habilidades blandas que tienes y que son importantes para el trabajo que quieres.

Compara tu lista con las que solicita el puesto. Incluye algunas de estas habilidades en tu currículum. Puedes añadirlas en una sección de aptitudes. También, las puedes incluir en tu carta de presentación.

Luego, escoge una o dos habilidades blandas que consideres más importantes para el puesto que quisieras. En tu carta de presentación, proporciona evidencia que demuestre que tienes esas aptitudes particulares.

Por último, resalta esas habilidades blandas en tus entrevistas, siendo amable y cercano. Si prestas atención cuando el entrevistador te está hablando, mostrarás tus habilidades de escucha.

Fuentes De Consultas

https://www.iberdrola.com/talento/habilidades-blandas#:~:text=Qu%C3%A9%20son%20las%20habilidades%20blandas&text=Hablamos%20de%20habilidades%20relacionadas%20con,el%20crecimiento%20de%20las%20empresas.

https://asana.com/es/resources/hard-skills-vs-soft-skills

https://postgrado.ucsp.edu.pe/articulos/que-son-habilidades-blandas/

RECURSOS:

Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Computador
- Televisor
- Cable HDMI
- Esferos
- Formatos de hojas de vida

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

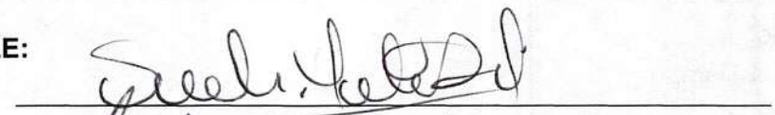
RESULTADOS:

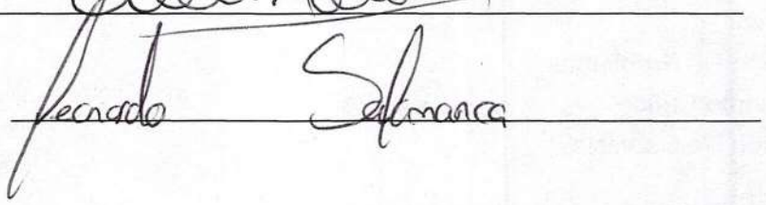
Cualitativos:

Se logró la participación de 22 ciudadanos de etapa 1, los cuales mostraron disposición y actitud de aprendizaje, lo cual facilitó el cumplimiento del objetivo propuesto para el taller, dado que alcanzaron la

comprensión, identificación y discriminación de las diferentes habilidades blandas, sus funciones a partir de la estructura cerebral y cómo estás son importantes en el ejercicio práctico del diario vivir en diferentes contextos.
Cuantitativos:

N.º total de participantes: 22
N.º total mujeres: 2
N.º total hombres: 20
N.º total población LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Habilidades blandas

Línea de Atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades

FECHA: 15/05/2025

Etapa 1



ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad: Habilidades blandas

4. Fecha: 15/05/2025

5. Hora: 10:30 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79605301	Wilfredo Medina Fernandez	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80184960	Harold Humberto Ramirez Rubiano	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	19496931	Alejandro Mesa	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80760783	Luis Alberto Ramirez Diaz	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1110508571	Alex Ferney Osorio Olaya	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	11227869	Victor Manuel Jimenez Castro	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	458403	Alejandro Diaz Sarmiento	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1018411970	Anyelo Melo	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	15817232	Franco Solarte Bermudez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79220798	Omar Andres Gutierrez Garzon	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	79305142	Pablo Henry Ariza Medina	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1124856142	Jeison Manuel Acosta Benavides	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	14971353	David Ramirez	74	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1020719340	Jose Ricardo Vargas Saenz	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	80902937	Juan David Quintero	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	52428289	Andrea Julieth Pardo Lopez	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	10188019	Juan Carlos Chica Sanchez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	53128880	Mayerlin Porras Chasoy	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	10002327	Jhon Jairo Palacios	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	1031138132	Orlando Forero Alvarez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	1122678205	Arcesio Rueda	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Milena Fernandez

14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129 Versión: 1 Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida La Victoria	**FECHA:** 16/05/2025	**HORA:** **INICIO**: 11:00 am **FINAL**: 12:00 pm
ÁREA: Socio Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Diana Ivonne Rodríguez P.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Transformación de la comunicación
Actividad Transversal

OBJETIVO GENERAL:
Promover en los ciudadanos el desarrollo de una comunicación asertiva mediante ejercicios prácticos que faciliten la transformación de expresiones agresivas y pasivas, favoreciendo la interiorización del uso de frases asertivas como herramienta clave para la resolución de conflictos en diversos contextos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar patrones de comunicación agresiva, pasiva y asertiva facilitando su reconocimiento en situaciones cotidianas.
- Desarrollar habilidades de escucha activa y empatía, fortaleciendo la capacidad de comprender diferentes perspectivas y responder de manera respetuosa y efectiva.

METODOLOGIA:

La actividad se realizará en el marco de la Línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades, a través de la metodología socio-educativa en la cual se realizará la socialización del objetivo y se realizarán dos dinámicas que permitan evaluar en los ciudadanos la comunicación asertiva y la escucha activa.

Adecuación del espacio: Se adecuará el ambiente del salón de artes para la ejecución de la actividad haciendo uso de sillas, computador, a continuación, se convocará a los ciudadanos y las ciudadanas para que participen de la actividad.

Primer momento: Se iniciará con dinámica en la que se fomentará a escucha activa, para lo cual se le indicara que se organicen en mesa redonda, posteriormente se le pide a la primera persona decir una palabra y el siguiente otra palabra con la letra final de la que dijo el compañero, como regla estará que no se le puede ayudar a los compañeros y tampoco se debe repetir palabras.

Segundo momento: Se realizará la dinámica transforma la comunicación, en la cual se entregará aleatoriamente fichas con frases (agresivas, asertivas, pasivas), se pedirá que sean leídas en voz alta colocando la entonación según el tipo de frases, luego se pedirá que el grupo analice las frases, identifique de que tipo son y se pedirá que entre todos se generen diferentes opciones para cambiarlas invitándolos a reformular las frases en un tono asertivo.

Tercer momento: Se realizará Cierre con una conversación sobre cómo cambia la dinámica cuando se usa comunicación asertiva y cómo puede aplicarse en su vida diaria. Como estas frases pueden generar conflicto y deteriorar la comunicación y la importancia de reformularlas de manera asertiva, considerando el respeto y la empatía, para dar un mejor manejo a los conflictos de la cotidianidad.

TEMAS
Comunicación asertiva
Actitud / Comportamiento que tenemos al expresar nuestro punto de vista de manera clara y respetuosa. Aseguramos con firmeza y decisión lo que decimos / hacemos (Assere /assertum afirmar o defender). Es la expresión directa, honrada y adecuada de nuestras ideas, opiniones, necesidades o derechos:
o Directa: sin doblez ni manipulación, clara.
o Honrada: comportamiento congruente -palabras, gestos y sentimientos expresan lo mismo-, mantenemos contacto visual directo y una actitud corporal relajada.
o Adecuada: nuestra expresión tiene en cuenta los derechos y sentimientos de los demás tanto como los propios; momento y lugar son adecuados

Pero es interactiva: tan importante es nuestra capacidad para transmitir un mensaje afirmativo como para asimilar lo que dicen y opinan los demás, sin rechazar su derecho a hacerlo. Esto supone poder escuchar atentamente las expresiones de descontento sin cavilaciones mentales y escuchar las críticas o la rabia sin dejarnos "enredar" en comportamientos agresivos o negativas defensivas.
Efectos:

➢ Genera Confianza en los mismos, disminuye la necesidad de aprobación, influye en Autoestima

➢ Facilita una Comunicación Segura y Eficiente

➢ Reduce el Estrés originado en interacciones con los demás, enseñándonos a defender nuestros derechos sin agredir ni dejar que nos agredan

➢ Mejora las Relaciones Interpersonales, ayudándonos en la Resolución de Conflictos

- ESTILOS DE COMPORTAMIENTO –

Wolpe y Lazarus fueron los primeros psicólogos que estudiaron la conducta asertiva y cómo entrenarla. En este sentido, podemos diferenciar tres estilos básicos de comportamiento interpersonal:
Comportamiento Inhibido/Pasivo: "Tú tienes derechos, yo no"
Una persona se comporta pasivamente cuando no defiende sus derechos o intereses personales por desconocerlos, carecer de habilidades conductuales necesarias –no saber qué hacer, qué decir ni cómo- o tener una serie de creencias irracionales que lo impiden. Cree que así evita molestar u ofender a los demás pero, a medio plazo, sólo consigue la pérdida de su autoestima y del aprecio de otras personas -o, como mínimo, que le ignoren-.

✓ Deja violar sus derechos

✓ Se aprovechan de él

✓ No logra sus objetivos

✓ Se siente frustrado, con baja autoestima

✓ Inhibe su conducta, evitando situaciones "comprometidas"

✓ Permite a los demás elegir por él

Comportamiento Agresivo: "Yo tengo derechos y tú deberes"
Una persona se comporta agresivamente cuando defiende sus derechos e intereses personales acerca de algún tema o en alguna situación, sin respetar a las personas con las que interactúa o sin tener en cuenta sus derechos e intereses. Puede hacerlo por carecer de las habilidades conductuales necesarias o por tener una serie de creencias irracionales que le hacen actuar así. Su objetivo es el dominio de los demás; cree que si no se comporta así será demasiado vulnerable. ✓ Viola los derechos y se aprovecha de los otros

✓ Puede lograr sus objetivos, pero dañando las relaciones, humillando…

Comportamiento Asertivo:

✓ Su conducta es hostil, explosiva

✓ Se "mete" en las elecciones de los otros "Yo tengo derechos y deberes y Tú también"
Una persona se comporta asertivamente cuando conoce cuáles son sus derechos e intereses personales acerca de algún tema o situación determinad y los defiende, poniendo en juego para ello una serie de habilidades conductuales que le permiten ser suficientemente objetivo, racional y respetuosos con las demás personas. El objetivo no es, simplemente, conseguir lo que uno desea –en muchos casos habremos de negociar-, sino afianzarnos nosotros mismos, reducir la manipulación y sentar las bases para unas relaciones interpersonales satisfactorias.

✓ Protege sus derechos y respeta los de los demás

✓ Logra sus objetivos sin ofender a los demás

✓ Se siente satisfecho consigo mismo. Tiene confianza en sí mismo

✓ Tiene una expresión social franca y abierta

✓ Permite a la otra persona entender cómo se siente él

✓ Dice lo que opina, quiere, necesita… con claridad

✓ Ofrece una explicación de su conducta cuando es posible (sin justificarse)

Fuente de consulta
https://web.ua.es/ar/aula-salud/documentos/2022-2023/08-comunicacion-asertiva.pdf

RECURSOS:
Físicos

- Listado de asistencia
- Sillas
- Fichas

Humanos

- Ciudadanos
- Profesional
- Promotor

RESULTADOS:
Cualitativos:

- Las ciudadanas y los ciudadanos logran comprender la importancia de la comunicación para la generación o la resolución de conflictos, identificando el tipo de comunicación que manejan y como pueden mejorarla a través de la comunicación asertiva.

- Se logra que los ciudadanos y ciudadanas reconozcan la comunicación asertiva como una expresión clara, directa, honesta y respetuosa que permite defender sus propios derechos y expresar sus opiniones, sentimientos y necesidades, al mismo tiempo que se respetan los derechos y las perspectivas de los demás.

N.º total de participantes: 24
N.º total mujeres: 1
N.º total hombres: 22
N.º total población LGBTI: 1

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Leonardo Salamanca

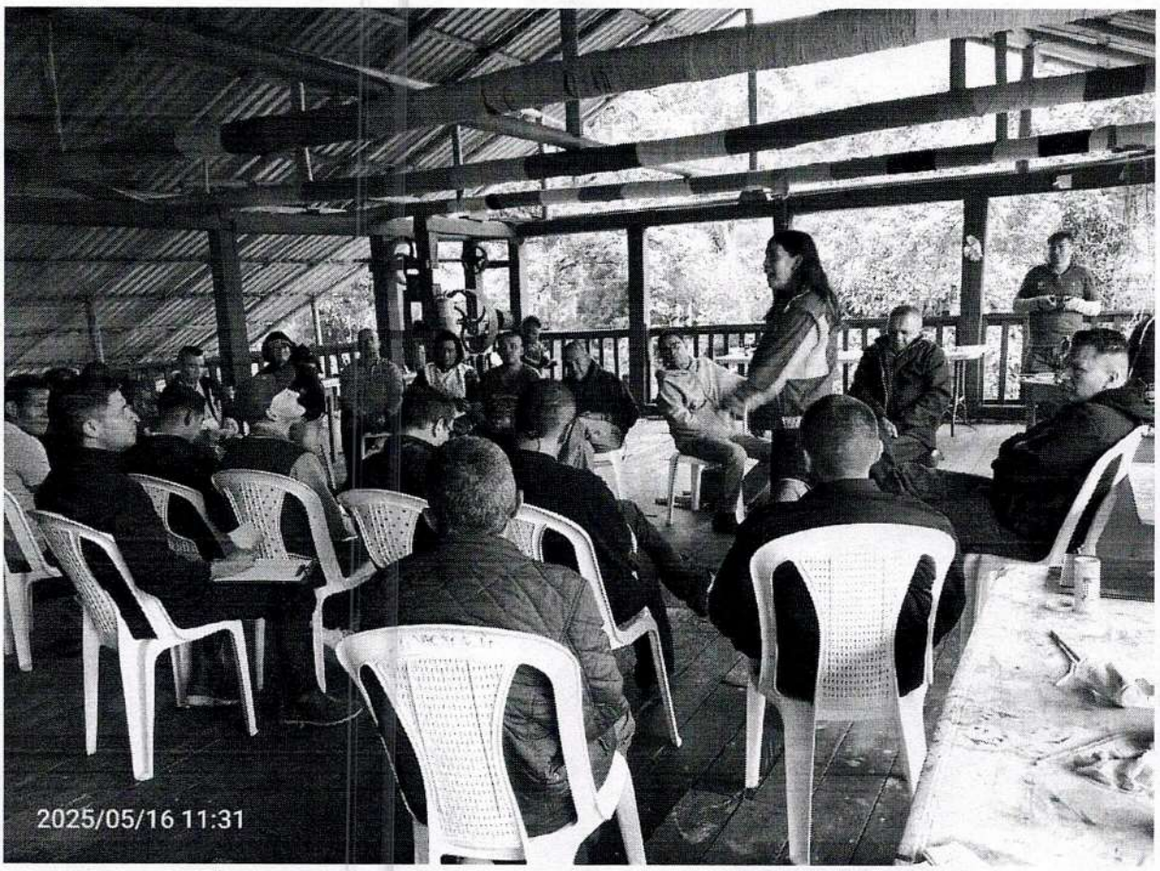
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

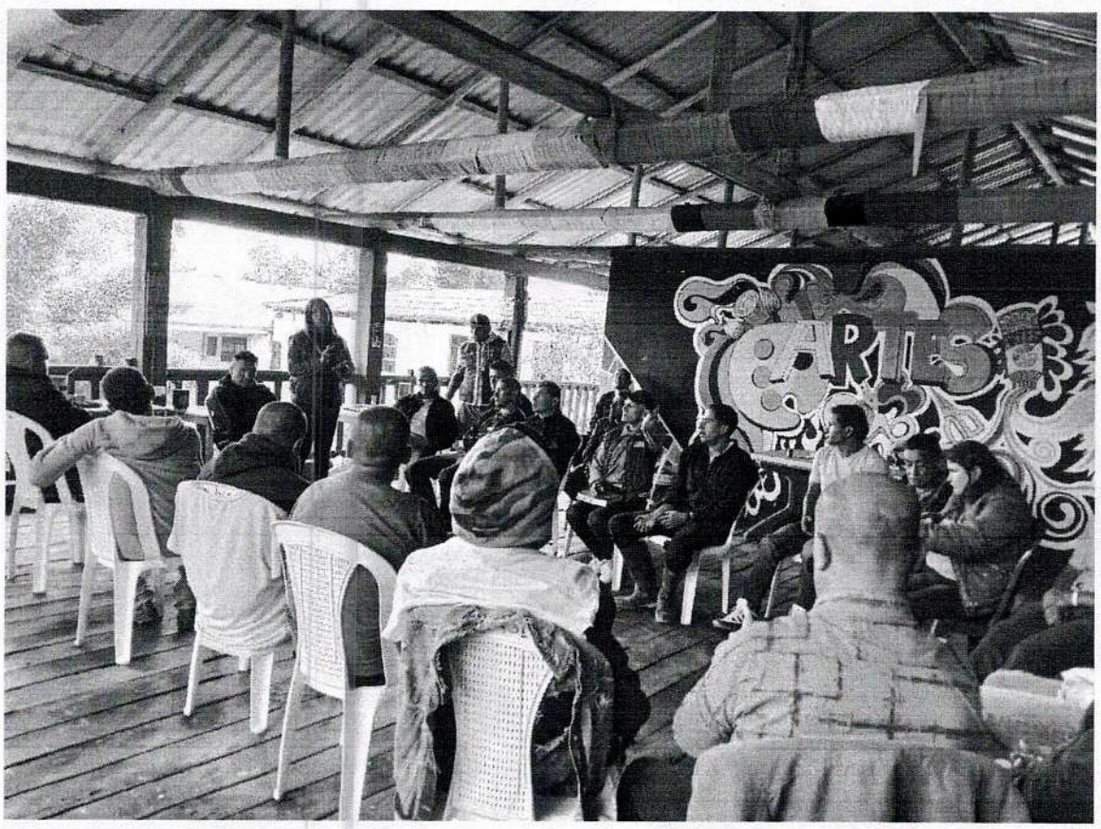
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Transformación de la comunicación

Línea de Atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades y oportunidades.

FECHA: 16/05/2025

Actividad Transversal





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-795 Versión: 0 Fecha: Memo I2024020296 - 25/07/2024 Página: 1 de 1

1. Servicio social:Servicio de comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad:Comunidad de vida La Victoria

3. Tema / Actividad:Transformacion de la comunicacion

4. Fecha: 16/05/2025

5. Hora: 11:00 A.M

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79910305	Luis Antonio Valdes Rodriguez	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1015411116	Jhon Fredy Larrota	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79531345	Jorge Eliecer Pulido Mora	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79540709	Jaime David Ramirez Suarez	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1022988389	David Steven Ramirez Lopez	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	78077231	Jesus David Diaz Murillo	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1026561880	Leidy Carolina Naffar	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	93435556	Luis Fernando Lozada	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	10083748	Hernan Marin Orozco	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1014210369	Francisco Javier Gutierrez Alarcon	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	6774497	Fernando Ruiz	58	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79259090	Jairo Antonio Arevalo Diaz	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	18513393	Jorge Alberto Romero Avila	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80741956	John Mauricio Martínez Abril	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	2000009667	Luis Alberto Almario	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	88140836	Hermes Gonzalez Galvis	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	79119184	Libardo Sanchez Mancera	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	1019025772	David Andres Bernal	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	1110508571	Alex Ferney Osorio Olaya	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79592700	Jose Antonio Rodriguez Ramirez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
21	CC	79430433	Luis Eduardo Ortiz	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
22	CC	15962262	Juan Carlos Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
23	CC	80234129	Hernan Olmedo Cordoba Garcia	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
24	CC	80203366	Sergio Rene Medina Piscal	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Diana Ivonne Rodriguez

14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el 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/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la 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.