ACTA N°

Cuidado al cuidador Rumba Aeróbica

FECHA: Bogotá, diciembre 19 de 2022

HORA: 2: 00.pm. - 3:00 pm

LUGAR: Centro de cuidado Transitorio Antonia Santos

TEMA: Rumba aeróbica

ASISTENTES: Equipo Centro de cuidado transitorio Antonia Santos

ORDEN DEL DÍA:

1. Dar a conocer los objetivos de la actividad
2. Rumba aeróbica

DESARROLLO:

Se dio inicio a la actividad de cuidado al cuidador donde se explicó en un primer momento los objetivos que son los siguientes:

Dar a conocer la importancia de actividad física como un habito y estilo de vida saludable, por medio de la Rumba.

A continuación de manera práctica se realiza en un primer momento un calentamiento y estiramiento donde se involucraron sus paquetes musculares de su tren superior y tren inferior, se explicó la importancia de cada uno de estos movimientos y el tiempo que se debe tener en cuenta entre cada ejercicio.

Posterior al estiramiento se realiza la actividad donde se trató el tema de rumba aeróbica se ejecutaron movimientos rápidos y coordinados con ayuda de sonido de música electrónica.

Al finalizar se realiza un estiramiento general de tren superior e inferior con ejercicios de respiración.

ELABORADO POR: Yohn Jairo Suarez Flórez

FECHA: 19/12/2022	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: **Rumba Aeorobica**	RESPONSABLE: YOHN FLOREZ









ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 1 de 2

Tema: Cuidado al cuidador - Rumba Aeróbica Lugar: CCT-Antonia Santos Fecha y hora: 19-12-2022

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Franco Fajardo	1072941716	CCT Antonia santos	sensoriales	— o —	3143082942	Franco Fajardo
2	Tatiana Barajas Alba	1022416202	C.C.T Antonia Santos	G. Documental	—	3227489897	Tatiana B.
3	Katherine Angelica Riveros	1032424225	C.C. T. Antonia Santos	operaria de Cocina	— o —	3167541970	Angelica Riveros
4	Yoha Sail Oscar L	[illegible]	C.C T Antonia S.	colocador Rutas	—	[illegible]	[illegible]
5	Martha Mahecha	52344678	CCT Antonia Santos	Facilitadora	— o —	3172887603	[illegible]
6	Yesenia Rubio Leon	52 466 849	CCT Antonia Santos	TRABAJADORA SOCIAL	y.rubio@unimonserrate.edu.co	3114580060	[illegible]
7	Maria De los Angeles Santa	1033846362	C C T Antonia Santos	Auxiliar Enfermeria	— —	3229065902	[illegible]
8	Nubia Romero	52031092	CCT Antonia Santos	Jefe de Cocina	— —	3153306	[illegible]
9	Sandra L. Pena	32559085	C C T Antonia Santos	Aux Enf Ir.	—	3045879496	Sandra Pp
10	Sandra Bonilla	53090232	CCT Antonia Santos	facilitadora	—	3203884086	Sandra B

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 1 de 2

Tema: Cuidado al cuidador- Rumba Aeróbica Lugar: C.C.T. Antonia Santos Fecha y hora: 19-12-2022

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
11	Angie Barajas Alba	1022416422	CCT-Antonia S.	G. Documental	—	3227748989	Angie B.
12	Maiske Rivera	52937758	CCT Antonia Santos	ACX Cocina	—	3209104326	
13	Marleny Hernandez	52'133.223	C.C.T Antonio Santos	Aux Cocina	— o —	3138776598	Marleny
14	LEONARDO RODRIGUEZ	1023566261	C.C.T ANTONIA SANTOS	PSICOLOGO	— o —	3112887029	LRodríguez
15	Kimberly Ospina	1031172240	CCT AntoniaSantos	Servicios Generales	—	5229298886	Kimberly O.
16	Mayra Milena Cerro	41940833	CCT Antonia Santos	Auxiliar Enfermeria	— o —	3209239810	
17	Natalia Rueda Niño	53015370	C.C.T. antonia santos	Activ	— o —	3105506503	Natalia Rueda N.
18	Espeda Garzon	52937265	CCT Antonia Santos	Aux. Enfermeria	—	3116752043	Grudy Garzón
19	Leidy Caballos	1022993588	C.C.T antonia santos	Facilitada	—	3223188771	
20	Mary S. Peralta	53153744	CCT Antonia Santos	Aux cocina	— o —	3154141 4	Mary Peralta

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner