ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: CENTRO DIA AL BARRIO

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: LOTE 08

1.2 Localidad: TUNJUELITO

2. Línea: Estilo de vida saludables

2.1. Fecha de Ejecución:

5	5	2023	al	5	5	2023

2.2. Nombre del encuentro: Danza colombiana

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: ACOMPAÑANTE DE ACTIVIDADES FISICAS

3. DESARROLLO

	3.1. OBJETIVO GENERAL
	A partir del desarrollo del ejercicio físico se pretende mejorar la calidad de vida de la persona mayor, generando una condición física saludable y fomentar hábitos de ejercicio continuos.
	3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS
	1. Fortalecer la masa muscular y evitar la pérdida de movilidad 2. Mejorar el rango de movilidad, a partir del estímulo en el movimiento articular controlado 3. Mejorar el sistema cardio-pulmonar de acuerdo con la intensidad de los ejercicios programados 4. Fomentar y generar hábitos saludables, a partir del establecimiento de rutinas de ejercicio regular 5. Trabajar la memoria y atención
	3.3. METODOLOGÍA
3.3.1 MOMENTO INICIAL	Se socializa con las personas mayores el tipo de actividad que se va a realizar, los ejercicios programados y el tipo de intensidad que deben tener de acuerdo con las condiciones físicas de cada uno. Se establece si hay personas mayores que tengan algún tipo de restricción física o médica, que requiera especial atención durante el desarrollo de la actividad. Para iniciar la actividad física, se realiza un proceso de calentamiento y elongación, teniendo cuidado con las articulaciones.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Una vez se logre aumentar la temperatura y frecuencia cardiaca en el cuerpo, inicia la parte central de la actividad física, la cual consiste en realizar una serie de ejercicios que estimule la coordinación, mejorar la capacidad aeróbica y anaeróbica, así como fortalecer todo el conjunto de músculos. Se establece una serie de ejercicios y repeticiones, la cual también permite estimular en la persona mayor la capacidad de memorización de ejercicios, así como se estimula la memoria corporal. Esto se realiza con ayuda de música y una variedad de ritmos. En el desarrollo del ejercicio, se indagará a las personas mayores sus condiciones de salud, si pueden llegar a tener síntomas de sobresfuerzo o por el contrario pueden generar un poco más de intensidad en el ejercicio. Durante estas actividades físicas también se vigilará las posturas y formas de desarrollo de los movimientos por parte de las personas mayores, con el fin de evitar cualquier tipo de lesión o situación que pueda generar afectación en el estado de salud de la persona mayor. Se podrán generar pausas o momentos de respiro, recuperación e hidratación.

Powered by CamScanner

3.3.3. MOMENTO FINAL	Una vez finalizada la etapa central de ejercicio físico, se realiza regulación de frecuencia cardiaca desde la disminución de intensidad del ejercicio, acompañado de una respiración consciente que acompañe este proceso. De acuerdo con el tipo de actividad realizada y el grupo muscular más desarrollado en los ejercicios, se realizan ejercicios de estiramiento, teniendo cuidado de no sobre esforzarlos.

3.4 RECURSOS	
	Parlante
	Música
	Sillas
	Hidratación
	Materiales alternos como:
	Palo de escoba
	Pesas con botellas y arena

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO	
A partir del desarrollo del ejercicio físico se mejoro la calidad de vida de la persona mayor, generando una condición física saludable y fomentar hábitos de ejercicio continuos.	
Fecha de evaluación del encuentro:	05/05/2023
Nombre del profesional que evalúa:	EDISSON MANRRIQUE

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL LISTADO DE ASISTENCIA PARTICIPANTES SERVICIOS SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-574 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 12/05/2022 Página: 1 de 1

Servicio social: Centro dia.	Unidad Operativa/Lote/Zona: lote 08.
Localidad: Tunjelito - San Benito	Nombre de la jornada: Doctora saberes
Fecha: 05-05-2023.	Hora de la jornada: 1:30 pm
Nombre del profesional responsable de la actividad: Piedad Pinto	Cargo / rol del profesional responsable de la actividad: Acompañante Act cognit.

No.	Documento identificación		DATOS DE LA PERSONA MAYOR			
	TIPO	NUMERO	APELLIDOS	NOMBRES	FIRMA	OBSERVACIONES
1	cc	40.757.916	Rueda de Rodriguez	Maria Nancy		
2	cc	41.482.858	Agaton Beltran	Bernarda claribel		
3	cc	41.485.218	Carillo olmos	Maria Tilsy		
4	cc	41.604.469	Arias Camacho	Julia Isabel		
5	cc	41.768.873	Silva de Brand	Luz Marina		
6	cc	41.452.197	Sutachan Guataquira	Ana Josefa		
7	cc	20.698.551	Castañeda	Luz Mary		
8	cc	20.940.482	Amaya	Ana Beatriz		
9	cc	41.361.249	Hernandez parra	Maria Gladys		
10	cc	40.381.644	Nuñez Hernandez	Gabrielina		
11	cc.	7.419.042	Rojas patiño	oscar		

Firma de profesional responsable de la actividad: Piedad Pinto

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 PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL LISTADO DE ASISTENCIA PARTICIPANTES SERVICIOS SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-574 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Página: 1 de 1

Servicio social: Centro dia.	Unidad Operativa/Lote/Zona: lote 08.
Localidad: Tunjuelito. - San benito.	Nombre de la jornada: Dialogo Saberes
Fecha: 05/05/2023	Hora de la jornada: 1:30 p m.
Nombre del profesional responsable de la actividad: Piedad pinto	Cargo / rol del profesional responsable de la actividad: Acomp Activi cognAtivas

No.	Documento identificación		DATOS DE LA PERSONA MAYOR			
	TIPO	NUMERO	APELLIDOS	NOMBRES	FIRMA	OBSERVACIONES
12	CC	51.653.820	Avendaño Gil	Ana Maria		
13	CC	41.519.088	Giraldo de Aristizabal	Mercedes		
14	CC	24.115.186	Martinez pineda	Maria Alejandrina		
15	CC	41.437.713	Viveros Hurtado	Maria Imeldo		
16	CC	28.711.877	Lizcano de lizcano	Rubiela		
17	CC	21.056.263	Moya Zapata	Luz Alba		
18	CC	35.487.401	Saenz de Gonzalez	Candelaria		
19	CC	80.434.488	Cruz Cardona	Jose Arnobis		
20	CC	23.375.505	Mendoza Jimenez	Maria Elpidia		
21	CC	41.568.784	Leguizamon vasquez	Anita		
22	CC	41.609.826	Caro de cortes	Maria		

Firma de profesional responsable de la actividad: Piedad Pinto.

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 PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL LISTADO DE ASISTENCIA PARTICIPANTES SERVICIOS SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-574 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Página: 1 de 1

Servicio social: Centro Día	Unidad Operativa/Lote/Zona: lote 09.
Localidad: Tunjuelito - Isla del sol	Nombre de la jornada: Actividad física
Fecha: 05-05-2023	Hora de la jornada: 1:30 pm
Nombre del profesional responsable de la actividad: Edisson Manrique	Cargo / rol del profesional responsable de la actividad: Acomp. Actividades físicas

No.	Documento identificación		DATOS DE LA PERSONA MAYOR			
	TIPO	NUMERO	APELLIDOS	NOMBRES	FIRMA	OBSERVACIONES
1	cc	41.604.469	Arias Camacho	Julia Isabel		
2	cc	43.98.679	Rivera Cavanzo	Ignacio		
3	cc	39.660.766	Cruz Cardona	Yolanda		
4	cc	41.433.626	Lora de Sarmiento	Delfa Ines		
5	cc	51.653.820	Avendaño Gil	Ana Maria		
6	cc	41.519.088	Giraldo de Aristizabal	Mercedes		
7	cc	7.419.012	Rojas patiño	oscar		
8	cc	41.609.826	Caro de cortes	Marina		
9	cc	41.671.932	Data	Ana Graciela		
10	cc	80.434.488	Cruz Cardona	Jose Arnobis		
11	cc	41.485.218	Carillo olmos	Maria Irley	Maria Irley Carillo	

Firma de profesional responsable de la actividad: Edisson Manrique.

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aqui 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 PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

LISTADO DE ASISTENCIA PARTICIPANTES SERVICIOS SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ

Código: FOR-PSS-574	
Versión: 1	
Fecha: Memo 12022015490 – 13/05/2022	
Página: 1 de 1	

Servicio social: Centro Día

Localidad: Tunjuelito - Isla del sol

Fecha: 05-05-2023

Nombre del profesional responsable de la actividad: Edisson Manrique

Unidad Operativa/Lote/Zona: lote 08.

Nombre de la jornada: Actividad física

Hora de la jornada: 1:30 pm

Cargo / rol del profesional responsable de la actividad: Acomp Actividades-físicas.

No.	Documento identificación		DATOS DE LA PERSONA MAYOR			
	TIPO	NUMERO	APELLIDOS	NOMBRES	FIRMA	OBSERVACIONES
12	cc	40.757.916	Rueda de Rodriguez	Maria Nancy		
13	cc	41.568.784	Leguizamon vasquez	Anita		
14	cc	40.381.644	Nuñez Hernandez	Gabrielina		
15	cc	41.673.770	Gonzalez de steevens	Consuelo		
16	cc	41.768.873	Silva de Brand	Luz Marina		
17	cc	28 43.329	Hurtado Cortes	Hector Armando		
18	cc	41.335.183	Garcia	Carlina		
19	cc	51.601.974	Chacon pardo	Gladys		
20	cc	41.437.713	Viveros Hurtado	Maria Imelda		
21	cc	28.565.267	Delgadillo Reyes	Maria Ligia		
22	cc	39.633.276	Ardila Bate	Claudina		

Firma de profesional responsable de la actividad: Edisson Manrique

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 PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL LISTADO DE ASISTENCIA PARTICIPANTES SERVICIOS SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-574 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Página: 1 de 1

Servicio social: Centro Día	Unidad Operativa/Lote/Zona: lote 08.
Localidad: Tunjuelito - Isla del sol	Nombre de la jornada: Actividad física
Fecha: 05-05-2023	Hora de la jornada: 1:30 pm
Nombre del profesional responsable de la actividad: Edisson Monrique	Cargo / rol del profesional responsable de la actividad: Acomp. Actividades física

No.	Documento identificación		DATOS DE LA PERSONA MAYOR			
	TIPO	NUMERO	APELLIDOS	NOMBRES	FIRMA	OBSERVACIONES
23	cc	20.408.825	Paipilla de paez	Eugenia	Eugeniadepaez	
24	cc	41.508.875	Jimenez vega	Maria Luisa		
25	cc	20.407.755	Coredor Burgos	Maria Alix		
26	cc	35.487.401	Saenz de Gonzalez	Candelaria	Candelaria	
27	cc	20.698.551	Castañeda	Luz Mary	Luz Mary Castañeda	
28	cc	36.161.826	Suarez	Gloria		
29	cc	19.260.855	Galindo	Enrique		
30	cc	41.457.404	Nieto Hernandez	Mercedes		
31	cc	22.101.008	Coñon Castiblanco	Ana Sofia		
32	cc	20.606.847	Martinez de Tovar	Ligia		
33	cc	20.940.482	Amaya	Ana Beatriz	Ana B Amaya	

Firma de profesional responsable de la actividad: Edisson Monrique.

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.
INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

LISTADO DE ASISTENCIA PARTICIPANTES SERVICIOS SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ

Código: FOR-PSS-574	
Versión: 1	
Fecha: Memo 20222015439 - 13/05/2022	
Página: 1 de 1	

Servicio social: Centro Día

Localidad: Tunjuelito - Isla del Sol

Fecha: 05-05-2023

Nombre del profesional responsable de la actividad: Edisson Manrique

Unidad Operativa/Lote/Zona: lote 08.

Nombre de la jornada: Actividad Física

Hora de la jornada: 1:30 pm

Cargo / rol del profesional responsable de la actividad: Acompañante actividades Fs

No.	Documento identificación		DATOS DE LA PERSONA MAYOR			
	TIPO	NUMERO	APELLIDOS	NOMBRES	FIRMA	OBSERVACIONES
34	CC	17.175.763	Leguizamon Bernal	Jose Vicente		
35	Cc	41.421.810	Herrera de Caballero	Ines		
36	Cc	41.452.197	Sutachan	Ana		
37	CC	79.113.479	Colon Monterrosa	Argemiro Jesus		
38	CC	41662063	Mendoza	Isabel		
39	CC	28238370	Manrique	Teresa		
40	CC	41494400	Quiroga	Luz miryam.	Luz Miryam Quiroga.	
41	CC	41607296.	Blanco lazarato	Maria del Carmen	Carmen Blanco	
42	Cc	50852408	Ricardo	Lucila isabel.	Lucila Ricardo	
43	CC	35486001	Pulido	Ana.	Ana Dilia.	
44	Cc	51566022	Rincon	Graciela.		

Firma de profesional responsable de la actividad: Edisson Manrique.

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 PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

LISTADO DE ASISTENCIA PARTICIPANTES SERVICIOS SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ

Código: FOR-PSS-574	
Versión: 1	
Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022	
Página: 1 de 1	

Servicio social: Centro dia al barrio
Localidad: Tunjuelito
Fecha: 05-05-2023.
Unidad Operativa/Lote/Zona: Isla del sol. Lote 08.
Nombre de la jornada: Actividad Fisica.
Hora de la jornada: 1:30pm.
Nombre del profesional responsable de la actividad: Edisson Manrique
Cargo / rol del profesional responsable de la actividad: Acompañante activid. fisicas

No.	Documento identificación		DATOS DE LA PERSONA MAYOR			
	TIPO	NUMERO	APELLIDOS	NOMBRES	FIRMA	OBSERVACIONES
45	CC	35492278	Garzon	Luz.	Luz Marina Garzon	
46	CC	41407300	Davila.	Lucila.	Lucila Davila	

Firma de profesional responsable de la actividad: Edisson Manrique

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 con 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