FICHAS TÉCNICAS

Agosto 2025

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 El Rosario		**FECHA:** 01/08/2025	**HORA:** INICIO: 09:00 am FINAL: 12:00
ÁREA: TERAPIA OCUPACIONAL/TALLERISTA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Figueredo	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: cultivos de café			

OBJETIVO GENERAL:

- Enseñar que en el manejo de un cultivo de café se puede encontrar una sostenibilidad para poder montar un proyecto de vida en un espacio propio y mejorar su calidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Garantizar la sostenibilidad económica buscando las fuente de ingresos que diversifiquen su movimiento alternándola con otros cultivos aumentando la capacidad productiva propia.
- Instruir a los participantes que el café es un cultivo que tiene mucho tiempo en los campos colombianos y con respaldo de cooperativismo.
- Asegurar que el cultivo de café ayuda a mantener un proceso de enfoque en la productividad y una forma de generar aprendizajes continuos por medio de los distintos comités de cafeteros o marcas cafeteras que los educan para continuar en este mercado.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo del taller agrícola cultivo perenne se llevara a cabo la metodología psico educativa, basados en la línea de atención 2 promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades con actividades transversales, donde se propone un trabajo de socialización que pretende fortalecer, las habilidades y capacidades para que los ciudadanos puedan desempeñarse en otros campos fuera de comunidad y fortalecer los conocimientos que pueden adquirir con el manejo de herramientas que mejoran procesos productivos dentro de los cultivos perennes.

Adecuación:

Se reunirán los y las participantes en el área fijada, se les explica la actividad a realizar con los objetivos planteados para el cultivo el cultivo de café a trabajar ese día.

Se solicitarán las herramientas y materiales adecuados para iniciar el proceso de cultivo perennes en el espacio acordado.

Etapa uno:

Se realizará el encuentro con el grupo de interés de agro, posterior al encuentro de la palabra de los distintas etapas, se asignan labores, se firma asistencia, se entrega herramientas; se brinda inducción y acompañamiento constante frente a las actividades a ejecutar, del tallerista agrícola.

Etapa 2:

Se efectúa un acompañamiento de las labores asignadas como, poda de malezas, plateo, aporque, del cultivo de cafe donde se utilizarán las diferentes herramientas adquiriendo destrezas y habilidades en los trabajos ejecutados a partir del aprender dentro de la labor con las especificaciones técnicas que le dan a cada participante un punto de partida para los resultados personales.

Etapa tres:

Terminada la jornada se realizará una ronda por el área para verificar cumplimento de las actividades, retroalimentando los procedimientos y técnicas, resolviendo dudas de los participantes en el tema de cultivos de café.

Reacondicionamiento:

Se les indica a los participantes la importancia de mantener en orden y aseo las zonas de trabajo libre de basura y materiales innecesarios para el proceso de los cultivos perennes seguido a esto se hace recepción de herramienta debidamente limpia y en óptimas condiciones y deben ser entregadas en el cuarto de herramientas del taller agrícola y así dar por terminado el taller diario.

TEMAS

Cultivo de café

¿Qué país es el número 1 en café?

Ubicado en Sudamérica, Brasil es el principal productor de café. Produce un promedio de 2,68 millones de toneladas métricas de café al año. Brasil también ha mantenido su primer puesto como mayor productor mundial de café durante más de 150 años.

¿Cuál es el mejor fertilizante para el café?

Los gránulos de CalciGrow se dispersan al contacto con el agua, liberando rápidamente calcio y otros nutrientes. Se puede aplicar directamente o mezclar con NPK y otros fertilizantes como DAP, MOP, UREA y CAN. Para obtener los mejores resultados, recomendamos mezclar CalciGrow con el fertilizante para café Fanisi

¿Cuál es el clima ideal para sembrar café?

El óptimo de temperatura media del aire para el cultivo del café arábigo, Coffea arabica, se encuentra entre 18 y 22°C y para el café robusta, Coffea canephora, entre 22° y 26°C. Cuando las temperaturas son superiores a 23°C, y ocurre un período seco en la época de floración de C.

¿Cuál es el mejor lugar para cultivar café?

A nivel mundial, existen tres regiones principales de cultivo de café: América Central y del Sur, África, y Oriente Medio y el Sudeste Asiático. Estas regiones se ubican a lo largo de la zona ecuatorial entre el Trópico de Cáncer y el Trópico de Capricornio, conocida como el "Cinturón del Grano".

¿Cuáles son los tres tipos principales de café?

Los cuatro tipos principales de café son Arábica, Robusta, Excelsa y Libérica, y cada uno tiene un perfil de sabor radicalmente diferente.

¿cuáles son los mejores tipos de granos de café?

Los granos de Arábica se consideran la variedad de mayor calidad y se pueden encontrar en la mayoría de los lugares donde se venden granos de café, desde el supermercado local hasta su cafetería favorita. El cultivo de café implica varias etapas, desde la preparación del suelo y la siembra hasta la cosecha y el procesamiento del grano. Requiere condiciones climáticas específicas, como temperatura, humedad y altitud, así como suelos bien drenados y ricos en nutrientes. En Colombia, el café se cultiva principalmente en las laderas de las cordilleras, aprovechando la latitud y altitud de la zona.

Factores Clave para el Cultivo de Café:

Clima:

La temperatura ideal varía entre 15°C y 24°C para la variedad arábica y entre 24°C y 29°C para la robusta. La humedad debe ser alta, con lluvias anuales entre 1700 y 2500 mm.

Suelo:

Se recomienda un suelo profundo, bien drenado y con textura media, ligeramente ácido (pH entre 5.0 y 6.0).

Altitud:

En Colombia, el cultivo se da entre los 1000 y 2000 metros sobre el nivel del mar, aprovechando las condiciones de las laderas de las cordilleras.

Nutrientes:

Se necesitan 17 elementos esenciales para el desarrollo del cafeto, incluyendo macronutrientes como nitrógeno, fósforo, potasio, y micronutrientes como hierro, zinc y cobre.

Proceso de Cultivo:

Preparación del suelo:

Se recomienda un análisis del suelo para determinar su pH y contenido de nutrientes, y realizar las correcciones necesarias.

Siembra:

Se utilizan semillas de cosechas recientes que se germinan en semilleros y luego se trasplantan a los cafetales.

Mantenimiento:

Se realizan labores como control de malezas, poda y fertilización para asegurar el crecimiento saludable de las plantas.

Cosecha:

La cosecha se realiza manualmente, seleccionando los granos maduros (rojos) para garantizar la calidad del café.

Beneficio:

Los granos se procesan para eliminar la pulpa y el mucílago, mediante métodos como el lavado y la fermentación, o procesos más ecológicos que reducen el uso de agua.

Secado:

Los granos se secan al sol o en hornos hasta alcanzar un 12% de humedad.

Clasificación y Exportación:

Se eliminan los granos defectuosos y se clasifican por tamaño y peso para su exportación.

Importancia del Cultivo de Café en Colombia:

Economía:

El café es un cultivo emblemático en Colombia y una importante fuente de ingresos para muchas regiones.

Calidad:

Colombia es reconocida mundialmente por la calidad de su café suave, gracias a las condiciones climáticas, la altitud y el proceso de cultivo.

Sostenibilidad:

Se están implementando prácticas de cultivo más sostenibles, como el uso eficiente del agua y la protección del medio ambiente. El cultivo de café es un proceso complejo que requiere conocimiento, dedicación y adaptación a las condiciones locales para obtener un producto de alta calidad.

Fuente:

-https: //www.fao.org
-https://www.gob.mx
-https//www.echocommunity.org
-https//www.westquiica.com

RECURSOS:

Físicos:

2 palines, 3 machetes, fumigadora de espalda, 2 azadones,

RESULTADOS:

- **Cualitativos:**
- Las ciudadanas y los ciudadanos habitantes de calle aportan parte de su conocimiento dentro de las acciones correspondientes al cultivo de café cada día.
- Aprenden a trabajar en el cultivo de café y las distintas acciones que se realizan, para llevar acabo una producción en buen estado, mantener el cultivo y una sostenibilidad personal.
- Alcanzan conocimiento sobre lo fácil que puede ser manejar un cultivo de café y la sostenibilidad que brinda a largo plazo.

- **Cuantitativos:**
- Participan 2 mujeres 11 hombres del taller cultivo de café labores de mantenimiento y secado.

FIRMA DEL RESPONSABLES: _____

FIRMA DEL COORDINADOR: _____

NOMBRE DEL COORDINADOR: José Heney Daza

Registro fotográfico
Nombre de actividad cultivo de cafe
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional dese el agenciamiento de capacidades
Fecha 01/08/2025
Tipo de 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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: cultivo de cafe | 4. Fecha: 01-08-2025 | 5. Hora: 9:00 AM

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	80976773	Jose Otir	47	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					JOSE	
2	cc	3760306	Alfonso Guevara	49	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
3	cc	79742575	Mauricio Pinzon del	49	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
4	cc	1070117099	Yeisson Wilches	37	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
5	cc	80816766	Miguel Enriquez	40	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
6	cc	79731899	Ivan A. Gonzalez	39	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
7	cc	80170697	Juan Viloria	47	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
8	cc	79468821	Luis T.	64	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					Luis T.	
9	cc	1017250	Sames Osorio	55	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
10	cc	39555557	Sandra Reyes	45	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
11	cc	80767[illegible]	Jeffan Aurora	47	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
12	cc	52775831	Dandiney Gomez	46	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
13	cc	80167728	Mauricio Rodriguez	43	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X					[illegible]	
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo | 14. Cargo o rol del responsable: Talleristas Agro | 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 3

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 01/08/2025	**HORA:** 9:00 AM 10:30 AM
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Luisa Fernanda Pinzón Gaitán	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Mi rincón de lectura			

OBJETIVO GENERAL:

Brindar un espacio de lectura donde se promueva la escucha activa, el dialogo y la capacidad de reflexión donde por medio de la capacidad de introspección y las habilidades para comunicar se puedan exteriorizar adecuadamente emociones y pensamientos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover en las y los ciudadanos el óptimo aprovechamiento del tiempo libre, a través de espacios de lectura grupal.
- Dar lectura al capitulo 12 del libro seleccionado: Ser Feliz en Alaska, generando la reflexión frente al capítulo o fragmentos que resulten llamativos para las y los participantes.
- Mejorar capacidad de análisis, compresión lectora como mecanismos que ayuden a mejorar la capacidad de expresar emociones y sentimientos.

METODOLOGÍA:

Durante la actividad se implementará la metodología psicoeducativa, a través de la cual se pretende a través de la lectura, generar conciencia de cambios en estilos de vida y el adecuado manejo del tiempo libre. El taller se llevará a cabo en torno a las temáticas abordadas en la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en Comunidad de Vida.

Adecuación

Se adecuará el espacio del aula renacer, organizando las sillas de tal manera que todos los participantes puedan escucharse entre sí en el momento de la lectura. Posteriormente, se convocará a las y los ciudadanos a participar de la actividad, en donde se sensibilizará frente a los beneficios que puede generar una óptima ocupación del tiempo libre y potenciar la expresión de sentimientos y emociones a través de actividades alternativas, como lo es la lectura.

Primer momento

Se inicia con la lectura del capítulo 2, como la importancia del aseo personal como base de estima social, salud y elegancia, así como actitudes concretas para el cuidado (lavarse al levantarse, higiene de manos, uñas, ropa limpia), se realiza un diálogo grupal reflexivo por medio de preguntas orientadoras: ¿Cómo se sienten cuando están limpios?, ¿Qué cambia en su ánimo?,¿Has tenido la posibilidad de cuidar tu aseo mientras vivías en la calle? ¿Cómo influyó?,¿Qué pequeños gestos podrían ayudar a que te sientas mejor cada día?. Este espacio busca acercar el texto clásico a su realidad y reconocer el valor del cuidado diario como dignidad.

Segundo momento

Se continua con la entrega de fichas bibliográficas en las cuales cada participante escriba o dibuje un pequeño ritual de cuidado personal que desee incorporar, cada persona comparte voluntariamente y explica por qué lo considera importante.

Tercer Momento

Al finalizar la lectura del capítulo 2, se solicitará a las y los participantes que realicen un corto resumen en el cual se logren identificar aspectos relevantes y aprendizajes obtenidos hasta el momento.

Reacondicionamiento del espacio:

Se solicitará a los ciudadanos organizar el espacio utilizado.

TEMAS:

Importancia de la lectura

La lectura estimula el desarrollo de diversas áreas cognitivas y funciones ejecutivas del cerebro, tales como la memoria, el lenguaje, la planificación, la flexibilidad cognitiva, mejora la atención sostenida, e incide positivamente en el desarrollo de la teoría de la mente, la empatía y la toma de decisiones.

Leer es el mejor entrenamiento cerebral que existe, por lo tanto, fomentar este hábito permite que se desarrollen una serie de habilidades cognitivas que contribuyen al buen funcionamiento del cerebro.

Leer consiste en descifrar el código de la letra impresa para que ésta tenga significado y, como consecuencia, se produzca una comprensión del texto. Dicho de otro modo, leer es un esfuerzo en busca de significado; es una construcción activa del sujeto mediante el uso de todo tipo de claves y estrategias (Defior, 1996). Cuando

se lee un texto se construye una representación de su significado guiado por las características del mismo - letras y palabras- (Alonso Tapia y Carriedo, 1996) y ello conduce a la comprensión.
Se han postulado diversos modelos explicativos en torno a la lectura, desde las de carácter meramente perceptivo (Orton, 1937), a las fundamentadas en el procesamiento de la información; tales como los denominados bottom-up, basados en el procesamiento de la lectura a partir de sus segmentos lingüísticos más moleculares, como las letras, las palabras, las frases..., en un proceso ascendente que permite al lector la comprensión del texto. Este modelo exige una adecuada competencia descodificadora, mediante la que el lector haya consolidado adecuadamente las Reglas de Correspondencia Grafema - Fonema (RCGF) y pueda dedicar los recursos de su memoria de trabajo al proceso comprensivo. Por otra parte, se han postulado modelos de lectura denominados topdown, en los que el procesamiento cognitivo se realiza de un modo descendente, es decir, desde la aportación de los conocimientos previos del lector sobre la lectura y el reconocimiento global de las palabras.
Estos modelos han dado lugar a otros como el modelo interactivo o mixto (Solé, 1994), en el que se conjugan ambos postulados teóricos por los que se produce la comprensión lectora, puesto que es tan importante leer con exactitud (descodificar) - (acceso fonológico) como aportar conocimiento para comprender y activar el significado de las palabras por la ruta léxica.
Otros modelos cognitivos de comprensión lectora (rutas de acceso al significado y procesamiento sintáctico y semántico) han sido formulados por Rumelhart (1977), Cuetos (1991), Morais (1998); Cuetos, Rodríguez y Ruano (1996); entre otros muchos. Una profundización de estos aspectos puede verse en García Vidal (2000).
Desde la perspectiva escolar, disponer de competencias lectoras es fundamental para el aprendizaje, y numerosas dificultades son explicadas por la carencia o insuficiencia de habilidades para leer comprensivamente.
Desde el punto de vista cognitivo, una buena competencia comprensiva permite a las personas desarrollar sus capacidades y funciones de procesamiento de la información. Desarrolla su imaginación, y en su dimensión aplicada en el estudio, comprender adecuadamente le permite seleccionar la información, valorarla, resumirla, clasificarla, distinguir lo fundamental de lo secundario, almacenarla en su memoria a largo plazo en forma de esquemas de conocimiento, que posteriormente será mejor recordada en forma de conocimientos previos, porque su almacenamiento se ha producido con significación y comprensión.

El Manual de Urbanidad y Buenas Maneras, conocido popularmente como Manual de Carreño
Es un manual de urbanidad escrito por el venezolano Manuel Antonio Carreño, publicado por primera vez 1853.[1] Esta obra contiene lecciones y consejos sobre cómo deben comportarse las personas en lugares públicos y privados, tales como el hogar, la familia, la escuela y el trabajo. En los últimos años, el mundo académico ha prestado nueva atención a los antecedentes de este tipo de texto en el mundo latinoamericano y su origen lejano en el Mundo Clásico.

Desde su primera edición y hasta la fecha, ha sido reimpreso y adaptado en numerosas ocasiones. De él provienen expresiones como: «hay que consultar el Carreño», para atender cuestiones de comportamiento personal y profesional.

En el siglo XIX, la mayoría de estos manuales estaban inspirados en ediciones francesas e inglesas. Sus lecciones se pudieron aplicar en la mayoría de los países, debido a que trataban lugares y situaciones considerados comunes.[5] Por ejemplo: en la casa, la calle, un baile, con la familia.

En México, los utilizaban principalmente personas de clase media y alta.[5] Cada manual está dirigido a distintos públicos según el sexo, la edad (niños o adultos) o para un público en general.

Estos manuales se utilizaban tanto en el hogar como en algunas escuelas. La mayoría estaban basados en la moral cristiana. Hacían énfasis sobre el control del cuerpo y fomentaron hábitos como la ayuda al necesitado y valores como la humildad.

Fuente de consulta:
https://albaciudad.org/wp-content/uploads/2021/06/Coleccio%CC%81n-Bicentenario-Carabobo-70-Carren%CC%83o-Manuel-Antonio-Manual-de-urbanidad-y-buenas-costumbres.pdf
Psico 360: Centro de Psicología (Sin Fecha) La importancia de la lectura en el desarrollo cognitivo. Recuperado de: https://psico360.com/importancialecturadesarrollocognitivo/

RECURSOS:

Físicos

- Computador portátil, fichas bibliográficas, marcadores, listado de asistencia, mesa y sillas.

Humanos

- Ciudadanas y ciudadanos en etapa 1, profesional en psicología.

RESULTADOS:

Cualitativos

A través de la lectura guiada y el dialogo, los participantes reconocieron cómo el cuidado del cuerpo influye en su estado emocional y su relación con el entorno, compartieron experiencias de su vida en calle, durante el ejercicio creativo, identificaron acciones de autocuidado que pueden ayudar con su motivación. El cierre grupal fortaleció el sentido de comunidad y generó un ambiente de respeto, validación y deseo de continuar con espacios similares. En general, el taller facilitó una conexión positiva entre el texto leído y sus experiencias actuales, promoviendo la reflexión, el cuidado propio y la recuperación del sentido de valor personal.

Cuantitativos

Asistieron 6 ciudadanos, todos hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha: 01/08/2025
Nombre de la actividad: Mi rincón de lectura
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en Comunidad de Vida





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Mi rincon de lectura

4. Fecha: 01/08/2025

5. Hora: 9:00am.

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	6883968	Jose Corzo	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	8140312	Francisco Pulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1115484388	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80473495	Jesus Bautista	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jesús Bautista	
5	CC	80174190	Nicolas Gomez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1014140605	YERSON GARCIA	37	No aplica	No aplica	No aplica			X					YERSON GARCIA	
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Luisa Fernanda Pinzón G.

14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga

15. Firma del responsable de la actividad: Luisa Fernanda Pinzón G.

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 el Rosario	**FECHA:** 01/08/2025	**HORA:** Inicio: 9:00 am Final: 11:45am
ÁREA: tallerista cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leonel Malagón

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Taller del maestro (cometas)

OBJETIVO GENERAL: Elaborar con las y los ciudadanos, donde les ayuda a desarrollar la autoestima y confianza en habilidades propias para la elaboración de cometas con diferentes figuras y tamaños utilizando material reciclado.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar la creatividad
- Desarrollar la paciencia y la perseverancia
- Aprender técnicas de construcción y diseño de cometas,

METODOLOGÍA:

la actividad se llevará acabo con la por medio de metodología lúdico- pedagógica desde donde se deben seguir el paso a paso donde se incluye el conocimiento de materiales, técnicas, diseños, terminados en la elaboración de cometas de diferentes figuras y tamaños para participar en festival de verano.

Adecuación:
se realizará la notificación del taller por medio de tableros informativo que el taller se realizará en el área polifuncional de arte, donde se adecuaran mesas y sillas para inicio de la actividad. elaboración de cometas para participar en festival de verano

Etapa 1:
se dará la información de cada una de las actividades a realizar metodología a desarrollar, se realizará el llamado a las y los ciudadanos que deseen participar del taller enseguida se dará explicara como realizar una cometa, con materiales reciclados y bambú.

Etapa 2:

una vez se haya realizado de manera artesanal y las diferentes formas de realizarlas con bambú papel de colores , ensamble y pegado del papel

Etapa 3:

seguido se dará la iniciación del taller escogiendo material, medir, corte de bambú de hilos y para la elaboración de las cometas, una vez terminado la elaboración se realizará una minisiosa verificación de la elaboración y terminados

Reacondicionamiento del espacio:
se solicitará a las y los ciudadanos de manera atenta dejar el espacio limpio y sin residuos de materiales recogiendo las sillas y ubicando de manera adecuada las mesas de trabajo, para dar así la finalización de la actividad

Tema: ha sido a lo largo de la historia. La cometa es un ejemplo de cómo un objeto o utensilio pasa de una cultura a otra y es asumido a veces con su uso original o transformándolo en un instrumento con una nueva función a veces muy distinta. Hay muchos tipos de cometas, tantos como historia tiene este instrumento. La cometa tiene su origen legendario en China, pues allí es donde se encuentran las fuentes más antiguas que nos hablan de estos objetos voladores. Su uso tenía claros matices místicos, religiosos y rituales. En su difusión a través de las distintas civilizaciones sufrió un proceso de adaptación y transformación de su uso. Las cometas son uno de los instrumentos educativos menos utilizados por los docentes de Educación Física para el desarrollo de su asignatura. Resulta casi incomprensible que no tengan en cuenta este elemento educativo con la cantidad de ventajas que presenta a nivel de bajo coste de materiales, multitud de actividades a realizar, desarrollo de valores sociales y aprovechamiento del medio natural para la realización de una actividad física sin ningún efecto sobre el medio ambiente. El papel de la cometa como instrumento didáctico ha perdurado hasta nuestros días, destacando que no solo puede ser empleado en el estudio de las ciencias experimentales, sino que posee un abanico amplio como "objeto guía" en el desarrollo de una gran variedad de asignaturas. De entre muchas de las ventajas educativas que se obtienen de este objeto está el hecho de que el conocimiento de esta actividad aporta conceptos relacionados con otras áreas de conocimiento como por ejemplo la física, la historia, la tecnología, En Europa hacía el 1350 se utilizó como lanzamiento de explosivos. Tiene una doble utilidad (militar y científica). El escocés Alexander Wilson (1749) utilizó un tren de tres cometas con unos termómetros acoplados para medir la temperatura del aire a diferentes alturas. Benjamín Franklin (1752) estudió las corrientes eléctricas durante una tormenta, y fue un gran avance para la meteorología. George Pocock estudió las fuerzas de tracción que ejercen las cometas (un carro unido a dos cometas puede alcanzar los 35 km/h), y es con la ayuda de cuatro cuerdas con las que se van dirigiendo las cometas, variando el ángulo longitudinal y lateral de las mismas en función del viento. Hoy en día se utiliza en Holanda para tirar de los patinadores en los canales helados. En muchas ocasiones se utilizaron las cometas para la tracción, y el arrastre de carros, barcos, vehículos, torpedos. Pero sobre todo se utilizaron como medio de observación de, y fue Samuel Cody quien invento y lo denomino "mar-lifting sistema". Consiste en un tren de hasta seis cometas, y la última es la más grande y la que tiene una barquilla donde se instala el observador. Este sistema de observación se quedó en desuso por la aparición de las avionetas, pero se siguieron usando en los submarinos. Guillermo Marconi el se ayudo de una cometa para mandar ondas de radio a través del océano. Clement Adler y los hermanos Wright la utilizaron para estudios aeronáuticos precedentes a la aviación. El francés Jover (siglo XIX) inventó una cometa de salvamento para la recuperación de náufragos en el mar. E. J. Cordner también se inclinó por su uso para el salvamento marítimo a través de las cometas. Se elevaba desde el barco naufragado un tren de cometas, que arrastraban una pequeña barca para trasportar a la persona hasta la orilla. Arthur Butute (1888) las utilizó para realizar las primeras fotografías aéreas, y el ejército lo utilizó como un medio de observación muy interesante. Otro uso de las cometas en la guerra, fue su uso como blanco móvil para adiestrar a los artilleros. Ésta se controlaba mediante dos hilos desde el suelo. Otro uso fue como barrera antiaérea en protección de los convoyes de suministros americanos a Inglaterra. Fue construida por Harry C. Sauls. Es una cometa de doble caja con un velo central, que era arrastrada por los barcos. Se añadió un dispositivo mecánico al del hilo de la cometa, para que cuando el avión enemigo impactará contra el mismo se activara un explosivo que subía a través de él alcanzando el avión. Las cometas también se usaron para pescar. La cometa estahecho con hojas de plantas, y se a hacía volar desde la orilla arte (diseñando nuestras propias cometas... etc.) Con este trabajo, pretendemos difundir el uso recreativo, lúdico y deportivo de la cometa, así como las innumerables ventajas educativas de que disponen los docentes de la actividad física para conseguir tal fin Para hacer cometas se necesitan habilidades manuales como el uso de tijeras, reglas, pegamento y, en algunos casos, una máquina de coser para telas, así como habilidades geométricas para diseñar la estructura y aplicar conceptos de simetría. También se requiere creatividad para el diseño, paciencia para el proceso y, opcionalmente, conocimientos de carpintería para los marcos y diseño para los adornos.

Habilidades Técnicas y Manuales.

- Corte y Medición : Se necesita precisión para cortar el papel o la tela y las varillas de soporte.
- Pegado: Habilidad para usar pegamento y cinta adhesiva para unir las partes de la cometa.
- Costura: Si se usan telas, se requiere habilidad para coser, ya sea a mano o con una máquina de coser.
- Ensamblaje Saber cómo colocar y fijar las varillas en la estructura de la cometa para que quede estable.

Habilidades Creativas y de Diseño Capacidad de crear formas y patrones, como un espacio en blanco para dibujar, o para representar animales, naturaleza o diseños abstractos.

Coloreado y Decoración: Habilidad para pintar y decorar la cometa, lo que puede implicar la aplicación de conceptos matemáticos como simetría.
Conocimientos de Geometría y Física

Conocimiento de Figuras Geométricas: Entender las formas planas, polígonos y circunferencias es útil para diseñar la cometa.

Comprensión de la Aerodinámica Saber cómo el viento interactúa con la forma de la cometa y conceptos como el ángulo diedro para la estabilidad es crucial para que vuele correctamente.
Habilidades Personales

Paciencia: El proceso de construcción requiere tiempo y cuidado para lograr un resultado exitoso.

Resolución de Problemas Habilidad para ajustar el diseño o el proceso de construcción si la cometa no vuela como se espera.

Atención al Detalle Es importante prestar atención a los pequeños detalles en cada paso para asegurar la durabilidad y funcionalidad de la cometa.

REFERENCIA:

RECURSOS:
Físicos:

- Sillas, mesas, papel de colores, plástico, bambú, colbón tijeras, bisturís, pinzas, planilla de asistencia esferos.

Humanos:

- Tallerista Cultural ciudadanos

RESULTADOS:
Cualitativos: se da cumplimiento a los objetivos, en este taller se contó con una excelente participación por parte de los y las asistentes, donde se logra evidenciar que los ciudadanos demuestran sus s al momento de la elaboración de cometas para el festival de verano siguiendo el paso a paso que se indica durante el taller, , cada uno su habilidad manual, creatividad de lo realizado,

Cuantitativos:
Ingresan 13 ciudadanos los cuales se dividen de la siguiente forma: hombres mujeres población LGTBI de diferentes etapas, todos con buena disposición para realizar cometas siguiendo el paso a paso, donde los ciudadanos es sienten entusiasmados al elaborar cometas para participar en el festival de verano ingresan ciudadanos 12 hombres 1 mujer.

DEL RESPONSABLE: LEONEL MANSON

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: taller del maestro (Elaboración de cometas)

Fecha01/ 08 /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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: TALLER DEL MANEJO CONFLICTOS
4. Fecha: 01/09/2025
5. Hora: 900:00 AM

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	1023[illegible]	Anyesson Aguilar	20	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79046[illegible]	Carlos A V.	61	No aplica	No aplica	No aplica			X					Fabian A Carlos A V	
3	CC	1022381	JESID CASTRO	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	52860[illegible]86	MAYERLY SANCHEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					MAYERLY	
5	CC	7976623	Jesus J. Gomez	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1024555530	Dayron Vidal	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80327873	Cesar Soriano	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80244819	Alexander Galeano	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego	
9	CC	80901369	luis padilla	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	2994083	Roberto Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	10323588	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X					Carlos Moreno	
12	CC	10124700	Oscar Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Oscar	
13	CC	80765336	JOHAN MURCIA	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: LEIDY HANIGAN
14. Cargo o rol del responsable: FACILITADOR CUIDADORA
15. Firma del responsable de la actividad: Leidy Hanigan

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.

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 01/08/2025	**HORA:** 2:00 PM 3:30 PM
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Luisa Fernanda Pinzón Gaitán	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconectando con el cuerpo - escucha corporal, necesidades básicas y emociones físicas

OBJETIVO GENERAL:

Promover la reconexión con el cuerpo como herramienta de autoconocimiento y bienestar, a través de ejercicios de escucha corporal, identificación de necesidades básicas y exploración de emociones físicas.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar la conciencia corporal mediante dinámicas de respiración, movimiento y atención plena.
- Identificar y reflexionar sobre las necesidades básicas del cuerpo y cómo estas afectan el bienestar emocional.
- Explorar las emociones a través de sus manifestaciones físicas y su relación con experiencias personales.

METODOLOGÍA:

Durante la actividad se implementará la metodología psicoeducativa, a través de la cual, los participantes logren reflexionar sobre la importancia de reconocer las necesidades de su cuerpo. El taller se llevará a cabo en torno a las temáticas abordadas en la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en Comunidad de Vida, con ciudadanas y ciudadanos de etapa 1.

Adecuación:

Se realizará el alistamiento del aula de televisión de casa dos, con elementos necesarios para el inicio del taller, adicionalmente en apoyo con el área de promotoría se solicitará a todos los ciudadanos y ciudadanas pertenecientes a etapa 1 que se desplacen al espacio previamente establecido.

Primer momento:

Se inicia con una bienvenida y presentación del taller, luego hacemos un ejercicio de respiración consciente y un escaneo corporal para conectar con las sensaciones del cuerpo, se continua con movimiento libre y suave acompañado de música, prestando atención a cómo se siente cada parte del cuerpo.

Segundo Momento:

Se continua con una lluvia de ideas sobre las necesidades básicas del cuerpo como agua, comida, descanso, movimiento. En grupos pequeños, se da un espacio de reflexión sobre las señales que envía el cuerpo cuando esas necesidades no están cubiertas y cómo afectan las emociones. Cada participante realiza un escrito desde su cuerpo expresando sus necesidades y emociones, compartiendo voluntariamente con el grupo.

Tercer momento:

Se finaliza explicando brevemente cómo las emociones se manifiestan en el cuerpo. Se realiza un ejercicio para evocar una emoción y prestar atención a sus sensaciones físicas y experiencias asociadas. Se retroalimenta con una reflexión grupal y un compromiso personal para seguir escuchando y cuidando el cuerpo.

Reacondicionamiento del espacio:

Se solicitará a los ciudadanos organizar el espacio utilizado.

TEMAS:

La importancia de saber cómo escuchar al cuerpo

Vivimos en una sociedad productiva que nos aleja y nos desconecta de nosotros/as mismos/as y de nuestros cuerpos. Una situación donde se puede ver una pista de ello es cuando nos tenemos que presentar ante una persona o grupo de personas. En estas ocasiones a menudo nombramos a qué nos dedicamos profesionalmente, dónde vivimos, qué aficiones tenemos... pero raramente hablamos de cómo nos sentimos, de cómo está nuestro cuerpo esta mañana o de qué estamos necesitando.

Como seres humanos, tenemos la capacidad de percibirnos y escucharnos por naturaleza. El hecho de percibir lo que sucede (a nivel físico, emocional o cognitivo) a través del sistema sensorial del cuerpo es una necesidad biológica que responde al instinto de supervivencia. A medida que desarrollamos esta percepción vamos adquiriendo también la autoconciencia corporal. Cuando crecemos, vivimos ciertas experiencias condicionadas por el ambiente que coarten nuestra autoescucha y nuestra propia autorregulación, de tal modo que la capacidad de estar en contacto con lo que me pasa y darme lo que necesito se ve reducida.

A través de la terapia corporal encontramos una vía de entrada para escucharnos a nosotros/as mismos/as y recuperar esta capacidad de percibir que nos es genuina.

Entendemos la terapia corporal como una forma holística de trabajo terapéutico, en la que el cuerpo nos guía y nos ayuda a entrar en la experiencia, sin dejar de lado la parte mental y la parte cognitiva. Tenemos en cuenta cuerpo, mente y emoción.

¿Cómo nos desconectamos del cuerpo?
Todo lo que vivimos lo vivimos en nuestro cuerpo. Éste es mapa y contenedor de todas nuestras experiencias y vivencias. Es obvio que sin un cuerpo no somos, no existimos. Entonces, ¿cómo puede ser que vivamos tan desconectados/as de nuestros cuerpos?

Como nombrábamos en la introducción, por un lado, tiene que ver con el contexto de la sociedad patriarcal en la que vivimos, donde prima la producción y el intelecto por encima de la escucha de las propias necesidades, de la autorregulación y del placer.

Esta desconexión a menudo tiene implicaciones negativas en nosotros/as como, por ejemplo, estados depresivos, de estrés y ansiedad, insomnio, dificultad para vivir el placer, ciertas enfermedades, dolores o incluso somatizaciones físicas.

Por otro lado, Wilhem Reich -médico, psicoanalista y discípulo de Freud- observó que tenemos unas corazas o bloqueos musculares. Éstas se forman durante nuestra evolución, especialmente los primeros años de vida, para defendernos del dolor y de la frustración y se pueden ver claramente reflejadas en el cuerpo y en su postura. El conjunto de estas corazas musculares es lo que Reich denomina el carácter.

Como dice Vicenzo Rossi (2006) "La postura denunciará mis carencias y manifestará mis potencialidades: es el resultado ideal, perfecto, de la habilidad de haber creado un instrumento adecuado para la vida. (...) Es siempre el producto de una respuesta creativa ante las circunstancias, a menudo adversas, que la vida nos ha llevado a tener que enfrentar."

Es decir, vivimos un seguido de frustraciones y traumas que nos llevan a configurar estas corazas y a fijarlas en el cuerpo de manera inconsciente. Estas nos van configurando nuestra manera creativa de vivir en el mundo y a la vez nos van alejando de la sensación sentida.

¿Para qué escuchar al cuerpo?
Ahora, como adultos/as, estas corazas, bloqueos o tensiones nos siguen sirviendo en algunos momentos para defendernos y cuidarnos de vivir de nuevo el dolor y la frustración. A la vez configuran una estructura que es realmente rígida y que nos lleva a funcionar siempre de la misma manera, privándonos así de la libertad de actuar según podríamos necesitar realmente. Es por esto que en ocasiones podemos percibir esta estructura como una jaula.

Es a través de la toma de conciencia de mi cuerpo y de mi sensación sentida cuando puedo abordar las tensiones y deshacer los bloqueos. A menudo, cuando podemos deshacer estas corazas, se liberan también las emociones reprimidas. De esta forma, el cuerpo se puede autorregular y volver a su estado de homeostasis, siendo así también más accesible a vivir la relajación y el placer.

El cuerpo es sabio y cuando estamos en su escucha podemos ver que siempre busca el camino de la sanación. Es una vía directa a la verdad interna, sin rodeos.

¿Cómo escuchar al cuerpo?
Si partimos de la lógica que no estamos acostumbrados/as y apenas nos enseñan a escuchar y a atender al cuerpo, ¿por dónde empezamos?

La terapia corporal es un bálsamo para entrar de una manera amable a escucharnos a nosotros/as mismos/as y al propio cuerpo. No sólo eso, sino que con las distintas técnicas lo que buscamos es flexibilizar estas corazas, aflojar la musculatura y darle espacio con la respiración. Así tomamos consciencia de nuestros bloqueos y vamos poniéndonos cada vez más en contacto con la energía vital que nos es genuina. Buscamos que esta energía pueda circular de manera más fluida.

Cuanto más movemos el cuerpo, éste se vuelve más disponible al movimiento, a la flexibilidad, al cambio y a la posibilidad de gozar de nuevos recursos vitales. De esta manera salimos de los antiguos circuitos conocidos y construidos con el carácter. Así pues, si vamos experimentando este cambio interno, expresando creativamente y explorando nuevos caminos, vamos a ir modificando nuestra postura y nuestro cuerpo para que esté disponible para responder a los nuevos retos que implica una vida más plena. Siempre entendiendo que el cambio es para sumar, para enriquecernos y ampliar nuestra capacidad de acción en el mundo, y no para renunciar o mutilar partes nuestras. De esta manera se va haciendo evidente cómo la postura corporal tiene sus aspectos psíquicos correspondientes. Cuando movemos el cuerpo, movemos también las ideas y las emociones.

Fuente de consulta:
https://www.institutgestalt.com/blog/la-importancia-de-saber-como-escuchar-al-cuerpo/
https://www.youtube.com/watch?v=Tt29tqh1VQg&pp=0gcJCdgAo7VqN5tD

RECURSOS:

Físicos

- Computador portátil, televisor, hojas, lápices, esfero, listado de asistencia, mesa y sillas.

Humanos

- Ciudadanas y ciudadanos en etapa 1, profesional en psicología.

RESULTADOS:

Cualitativos

El taller permitió a los participantes reconectar con su cuerpo a través de ejercicios de atención, movimiento y exploración emocional, lo que les permite aumentar su conciencia corporal, identificaron necesidades básicas muchas veces descuidadas y reconocieron emociones a través de sus sensaciones físicas. La actividad facilitó la expresión emocional, generó un ambiente de respeto y apoyo mutuo, y motivó el deseo de continuar explorando su bienestar corporal y emocional. Así mismo taller aportó herramientas para el autoconocimiento y la integración cuerpo-emoción, fortaleciendo su proceso de desarrollo personal.

Cuantitativos

Asistieron 9 ciudadanos, 8 hombres y 1 mujer.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Juan F. Pinzón G.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Daza G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha: 01/08/2025

Nombre de la actividad: Reconectando con el cuerpo - escucha corporal, necesidades básicas y emociones físicas

Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en Comunidad de Vida





t1

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:

2. Lugar / Localidad:

3. Tema / Actividad: Reconectando con el cuerpo - escucha corporal, necesidades básicas

4. Fecha: 01/08/2025

5. Hora: 2:00 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	1033685	Jo Andres Diaz	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1075	Jaime Osorio	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	8076538	Johan Murillo	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1012318199	Jhon Gonzalez	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1033	Anderson Aguilar	28	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	74186668	Oscar J Mila	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1141	Julio	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1088	Harold Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	59731	Luz Marina	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Yuri Fernanda Pinzon

14. Cargo o rol del responsable: Psicologa

15. Firma del responsable de la actividad: Yuri F. Pinzon

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

77

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 El Rosario		**FECHA:** 01/08/2025	**HORA:** 2:00 pm a 3:30 pm
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**		Stefany Rosas Rojas

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Hábitos saludables vs hábitos dañinos

OBJETIVO GENERAL:

- Promover en los ciudadanos la identificación, reflexión y transformación de sus hábitos cotidianos, diferenciando entre aquellos que favorecen su bienestar y aquellos que afectan su salud física, mental y ocupacional.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer las características de los hábitos saludables y los hábitos dañinos en las diferentes áreas de la vida diaria (autocuidado, alimentación, sueño, consumo de SPA, relaciones sociales, etc.).
- Fomentar la conciencia sobre el impacto de los hábitos en el desempeño ocupacional y en el logro de metas personales.
- Brindar estrategias prácticas que permitan sustituir hábitos perjudiciales por conductas saludables que favorezcan su inclusión y autonomía.

METODOLOGÍA:

Durante el desarrollo del taller se implementará la metodología psico educativa con **Línea de atención 4: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.** por medio de la cual se abordarán generalidades, conceptos de hábitos saludables vs hábitos dañinos favoreciendo el proceso de reeducación de estos.

Primer momento:
Se inicia el taller con una dinámica de lluvia de ideas donde los participantes responden preguntas clave como: ¿Qué es un hábito?, ¿qué hábitos tengo en mi vida diaria?, ¿cuáles me ayudan y cuáles me afectan? Esta actividad permite indagar sobre sus conocimientos y experiencias previas, promoviendo un espacio de confianza y reflexión colectiva sobre su rutina actual y el impacto de sus elecciones cotidianas.

Segundo Momento
A través de una presentación guiada por el terapeuta ocupacional, se explican los conceptos de hábitos saludables y dañinos, ejemplificando su presencia en las áreas de alimentación, higiene, sueño, uso del tiempo libre, relaciones, consumo de sustancias, etc. Se aborda cómo estos hábitos influyen en el bienestar físico y emocional, en el desarrollo de proyectos de vida y en la participación social. Se incluye también un espacio para socializar estrategias de modificación conductual y sustitución de hábitos no funcionales.

Tercer momento
Como cierre, se realiza una actividad lúdica tipo "semáforo de hábitos", donde cada ciudadano identifica hábitos que desea mantener (verde), cambiar (amarillo) o eliminar (rojo). Posteriormente, elaboran una bitácora personal de hábitos, definiendo metas a corto plazo para mejorar su rutina diaria. Se finaliza con una puesta en común y retroalimentación grupal, incentivando el acompañamiento entre pares y el compromiso con su proceso de cambio.

Reacondicionamiento del espacio
Se agradece la participación de los asistentes, y se solicita organizar el lugar, sillas y demás material utilizado.

TEMAS:

¿Qué son los hábitos saludables?

Los hábitos saludables son patrones de conducta aprendidos que se repiten con regularidad y que favorecen el bienestar físico, emocional, mental y social de la persona. Estos hábitos abarcan una amplia gama de actividades, como una adecuada alimentación, ejercicio físico, higiene personal, descanso, organización del tiempo, relaciones interpersonales sanas y actividades de autocuidado.

Desde la Terapia Ocupacional, los hábitos son considerados parte fundamental del desempeño ocupacional, ya que estructuran la rutina diaria del individuo, influyen directamente en su autonomía, funcionalidad e integración en los contextos familiares, comunitarios y laborales.

¿Por qué es importante implementar hábitos saludables en el desarrollo personal?

1. Favorecen la estabilidad emocional y mental:

Contar con hábitos como dormir bien, tener horarios organizados y mantener rutinas de autocuidado permite una mejor regulación emocional, reduce el estrés, la ansiedad y mejora la capacidad de tomar decisiones conscientes.

2. Potencian la autonomía y la autodeterminación:

Las personas con hábitos saludables desarrollan mayor capacidad para resolver sus necesidades diarias, planificar su tiempo y asumir responsabilidades, lo que fortalece su sentido de control sobre la vida y sus elecciones.

3. Mejoran la salud física y previenen enfermedades:

Hábitos como una alimentación equilibrada, la actividad física y el abandono del consumo de sustancias psicoactivas tienen un impacto positivo directo sobre la salud corporal, reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas o deterioro funcional.

4. Promueven la inclusión social y laboral:

Los hábitos saludables influyen en la presentación personal, la puntualidad, la convivencia, la participación y el cumplimiento de normas, factores clave para sostener vínculos laborales y sociales estables.

5. Sostienen el proyecto

La implementación de hábitos saludables permite a la persona sostener un estilo de vida congruente con sus metas y valores, facilitando el avance hacia un plan de vida con sentido, propósito y bienestar.

Desde el enfoque ocupacional, promover hábitos saludables no solo es una estrategia de cuidado, sino una herramienta poderosa para construir identidad, autonomía e inclusión. Esto cobra especial relevancia en personas en proceso de reintegración social, ya que el cambio de hábitos nocivos por prácticas funcionales puede marcar la diferencia entre una vida en riesgo y una vida con posibilidades.

REFERENCIAS:

- Kielhofner, G. (2008). Model of Human Occupation: Theory and application (4th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.
- Organización Mundial de la Salud. (2010). Entornos saludables para personas saludables: Guía de promoción de la salud y el bienestar. OMS. https://www.who.int/publications/i/item/9789243590938
- Ruiz, A., & González, J. (2015). Hábitos saludables y su impacto en la calidad de vida. Revista Latinoamericana de Psicología de la Salud, 3(1), 45–57. https://doi.org/10.1016/j.rlps.2015.01.004

RECURSOS:

Físicos: Aula Gabriel García Márquez, sillas, mesa
Humano: Terapeuta ocupacional, ciudadanos y ciudadanas
Materiales: Sillas, colores, lápices y hojas

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el taller se logra con los ciudadanos sepan el significado de hábito, identificando que existen hábitos saludables como una adecuada alimentación, higiene del sueño, actividad física y cognitiva favoreciendo estilos de vida saludable.

Cuantitativos: Ingresaron al taller dieciséis (16) ciudadanos que se encuentran en etapa (2). De los cuales los (16) son de género Masculino.

FIRMA DEL RESPONSABLE: STEVEN GNETH LOPEZ LOPEZ

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

TEMA: Hábitos saludables vs hábitos dañinos

Línea de Atención 4: Dinamización de la Atención Integral Basada en Comunidad de Vida

FECHA: 01/08/2025





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Hábitos saludables vs hábitos dañinos.

4. Fecha: 01/08/2025

5. Hora: 02:00PM

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	80802984	Andres velandia	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	1075146431	Jeison Abello	33	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	1016060358	JOHANN DAVID C	31	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	80293905	DANIEL AREVALO	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	79316874	Carlos E Ospina	60	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	82.038.740	Fernando Amado	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	1014190605	YEISON GARCIA	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					YEISON GARCIA	
8	CC	79305517	Carlos Garcia	61	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	71389846	FABIAN RIVERA	48	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	1032358801	Carlos Moreno	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	19465132	MILTON ROJAS	63	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	75929559	ELKIN BAVE	58	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	CC	7043689846	ORLANDO	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14	CC	1151044	Nelson Mendez	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
15	CC	80752670	JONY ROJAS	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
16	CC	1019062950	Carlos Chaparro	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: STEFANY GINETH ROJAS ROJAS

14. Cargo o rol del responsable: TERAPEUTA OCUPACIONAL

15. Firma del responsable de la actividad: STEFANY G. ROJAS R.

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_b_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 el Rosario	**FECHA: 01**/08/2025	**HORA: 14:00**
ÁREA: Primeros auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	KAREM MORENO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TABAQUISMO Y DROGADICCION

OBJETIVO GENERAL:

Educar a los ciudadanos sobre el consumo de tabaquismo y drogadicción, las afecciones que causan a nivel personal, emocional y social, intentando concientizar a la población para disminuir el consumo para mejorar la calidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Aumentar el nivel de conocimiento de la población sobre los efectos adversos del tacaco y las drogas.
- Implementar talleres y charlas informativas en la comunidad sobre temas relacionados con el tabaquismo y drogadicción, resolviendo preguntas y aclarando dudas.
- Concientizar a los ciudadanos de los malos hábitos que trae el consumo de tabaco y drogas, el impacto que genera.

METODOLOGÍA:

LINEA DE ATENCION 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

El taller se desarrollará mediante la metodología psico-educativa, generando interés y adaptación al contenido de una forma práctica ya que se busca informar y educar acerca de la importancia de adquirir conocimiento sobre el tabaquismo y drogadicción en pro de aportar positivamente en la calidad de vida de los ciudadanos generando conciencia sobre el tema.

Adecuación: Se utilizará el renacer, adecuándola con sillas con el fin de garantizar la comodidad de los ciudadanos, se utilizará como herramienta una exposición en la cual se socializará acerca de métodos de primeros auxilios y la importancia de tener el conocimiento en ellos, y como pueden aportar en su vida siendo está el eje primordial del contexto.

- **Primer momento:** Se iniciará la actividad, indagando en las y los ciudadanos qué conocimientos previos tienen acercade lo que piensan sobre la menstruación, posteriormente se generará la lluvia de ideas, se aclararán las dudas existentes acerca de cada uno de los términos.
- **Segundo Momento:** Se realizará el desarrollo del tema en general interactuando con los ciudadanos acerca del tema socializando puntualmente los conocimientos básicos sobre porque pensamos lo que pensamos del tabaquismo y drogadicción, mediante una charla psicoeducativa haciendo énfasis en recurrir al área de primeros auxilios en este caso, o en su defecto a las entidades de salud si en algún momento tiene dudas.
- **Tercer momento:** Se dará un espacio de aclaración de dudas respecto al tema y la experiencia personal de cada participante. Se mencionará la importancia de estar informados y comprender la importancia de obtener información clara sobre el tabaquismo y la drogadicción, buscando la prevención del consumo de ello.
- **Reacondicionamiento del espacio:**
  Una vez terminado el taller se invitará a los ciudadanos a organizar el espacio como parte del proceso de responsabilidad en comunidad de vida, quienes acatan cumpliendo la solicitud indicada a cabalidad.

TEMAS: TABAQUISMO Y DROGADICCION

1. **¿Qué es el tabaquismo?**

El tabaquismo es una adicción crónica al tabaco, causada principalmente por la nicotina, una droga que genera dependencia química y psicológica al estimular el sistema nervioso central y provocar un deseo compulsivo de consumir, a pesar de las graves consecuencias para la salud como cánceres, enfermedades cardíacas y pulmonares.

° Consecuencias del tabaquismo.

El tabaquismo tiene graves consecuencias para casi todos los órganos del cuerpo, aumentando el riesgo de cáncer (pulmón, boca, garganta, vejiga, etc.), enfermedades cardíacas (infartos, accidentes cerebrovasculares), enfermedades pulmonares como la EPOC (bronquitis, enfisema), y problemas reproductivos (infertilidad, complicaciones en el embarazo).

2. **¿Qué es la drogadicción?**

La drogadicción, en un sentido más amplio, es el consumo compulsivo y reiterado de sustancias psicoactivas que alteran el estado mental y físico, generando dependencia, y a menudo, una alteración en la conducta y la vida del individuo, con efectos negativos en su salud y bienestar social.

° Consecuencias de la drogadicción.

Ansiedad.
Deterioro de la atención y la memoria.
Disforia.
Mayor riesgo de sufrir accidentes y traumatismos.
Náuseas.
Pánico.
Paranoia.

Fuente de consulta: Inteligencia artificial.

RECURSOS:
Físicos: Sillas
Humanos: ciudadanos y profesional de primeros auxilios

Cualitativos
Se evidencio interés por parte de los asistentes acerca del tema en general, identificando la importancia de conocer sobre tabaquismo y drogadicción.

Cuantitativos
Se logro la convocatoria de 5 participantes, en donde se identifica que la población capacitada se distribuyó de la siguiente manera:

Ciudadanos o Ciudadanas LGBTI: 0

Ciudadanos o ciudadanas TRANSGENERO: 0

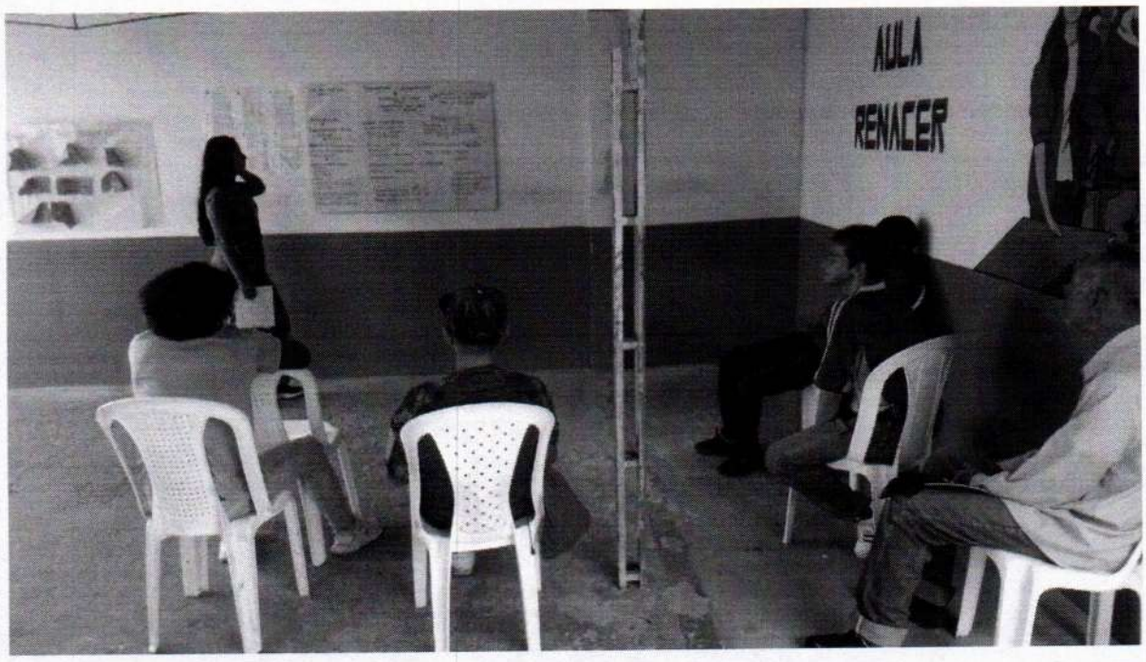
Mujeres: 0 Hombres :5

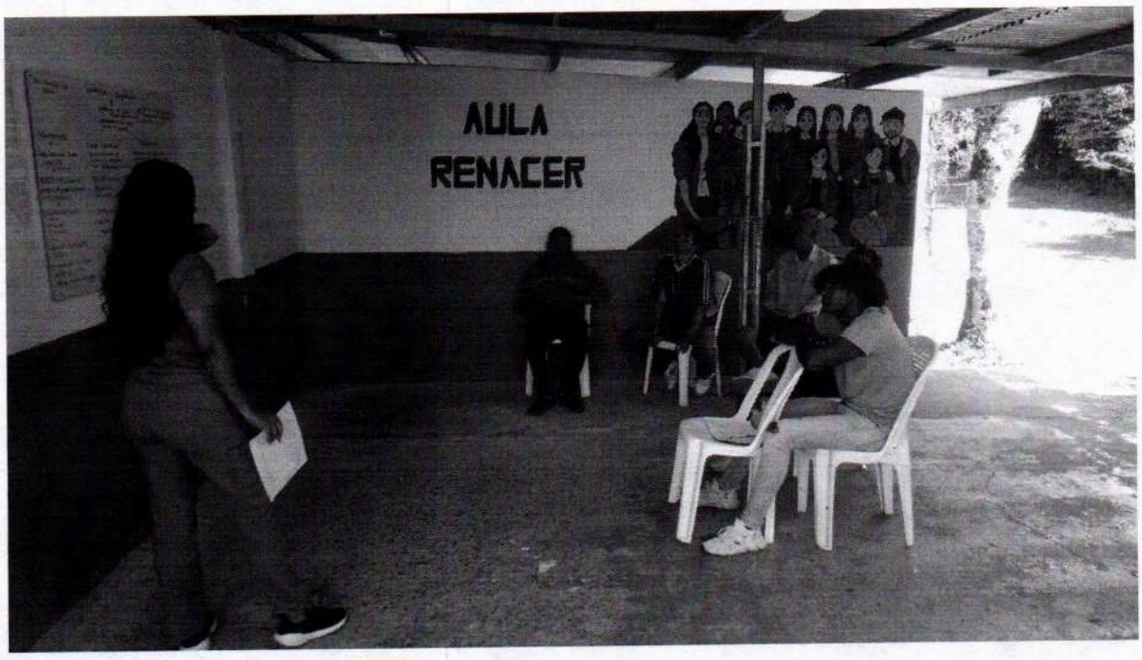
FIRMA DEL RESPONSABLE: Karem moreno

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TABAQUISMO Y DROGADICCION
LINEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
FECHA: 01/08/2025





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:
2. Lugar / Localidad:
3. Tema / Actividad: Tabaquismo y drogadicción
4. Fecha: 01/08/2025
5. Hora: 14:00

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	80926713	Jose Sierra	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					. JOSE	
2	CC	8726726	Caballero	62	No aplica	No aplica	No aplica			X					Caballero	
3	CC	79507964	Andres Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80166545	Juan Ayala	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79.957.635	Julio Cruz	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Karem Moreno
14. Cargo o rol del responsable: Auxiliar de enfermeria
15. Firma del responsable de la actividad: Karem Moreno A.

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 El Rosario	**FECHA:** 02/08/2025	**HORA:** **INICIO** 08:45 Am **FINAL** 10:30 AM
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Romero

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Ornato – Aseo General

OBJETIVO GENERAL: Inculcar en las y los ciudadanos de comunidad de vida el rosario, hábitos de aseo e higiene en espacios comunes, para incrementar la sana convivencia, mejorar relaciones interpersonales, fortalecer el trabajo en equipo, con el fin de mantener buenos hábitos de vida saludable, dentro y fuera de comunidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Crear sentido de pertenencia en los participantes de la comunidad de vida, proyectándolos en la importancia de mantener buenas condiciones de higiene dentro y fuera de la misma.
- Promover el trabajo en equipo para garantizar mejores resultados en cuanto a la limpieza y el orden de la comunidad.
- Fortalecer las responsabilidades personales y grupales en los participantes, en cuanto a la limpieza y el orden de sus habitaciones y zonas comunes.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la Línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, se llevara a cabo la metodología socio educativa donde participaran en una actividad transversal donde se les permitan brindar herramientas necesarias para la resignificación de rutinas, prevenir el riesgo y reducir las condutas que llevaban en calle proyectando una actividad de limpieza y desinfección donde los mismos participantes se encargue del aseo de sus habitaciones, alrededores de comunidad de vida y áreas comunes.

Adecuación: Se realizará la jornada con la entrega de elementos de aseo por casas, responsabilizando a las y los ciudadanos específicamente en los espacios para la limpieza y orden ya sean dentro o fuera de las habitaciones, lo que incluyen puertas, ventanas, canecas, espejos, Lockers, baños, camarotes, escaleras, ventanas y las zonas polifuncionales.

Primer momento: Se iniciará la actividad del ornato entregándole los implementos de aseo a los y las participantes para poder realizar la limpieza y un buen orden en las habitaciones, también se les reforzará lo que conlleva tener buenos hábitos de higiene personal, así como la limpieza, desinfección en habitaciones y espacios comunes, para evitar malos olores, plagas e inconformidad, Identificando a quienes se les facilita y quienes necesitan refuerzo, con el fin de que todos sean participes de la jornada de Ornato.

Segundo momento: Los promotores se encargarán de estar pendientes en las diferentes zonas de la comunidad, principalmente verificarán las habitaciones, donde verdaderamente cumplan con el aseo y la higiene de estas, limpieza de lockers, las paredes de los baños, el techo, las ventanas y las camas, también se verificara que laven los pisos de los pasillos de casa 1 y casa 2, luego se les solicitará a los participantes que se distribuyan por las diferentes aulas de la comunidad, para poder limpiar y desinfectar todas estas zonas, uno de estos grupos será el encargado de lavar las mesas del comedor, el techo y otro el piso para así mismo tener un ambiente más agradable y limpio dentro de la comunidad de vida.

Tercer momento: Para el cierre de esta actividad se realizará un recorrido por todas las habitaciones y se les recalcara que estos hábitos se deben de mantener diariamente en su diario vivir en comunidad, con el fin de generar una buena y sana convivencia.

Reacondicionamiento del espacio: El área que se utilizara para la actividad quedara ordenada, limpia y en buen estado, libre de basura o de cualquier objeto que afecte la imagen y el cuidado de este.

TEMAS:

Limpiar y ordenar la casa trae buenos beneficios de salud física, mental y emocional:

Tener un hogar limpio y ordenado influye directamente en tu salud y en tu estado de ánimo. ¿Sabías, por ejemplo, que las humedades pueden aumentar el riesgo de sufrir alergias y rinitis y que no limpiar y ventilar el colchón correctamente podría influir en tener un buen descanso?

limpieza del hogar es una de las mejores actividades para pasar el día en casa, y no solo eso, sino también para protegernos de un posible contagio indeseado. De igual modo, tampoco conviene realizar esta tarea en exceso a riesgo de obsesionarnos y caer en una espiral de paranoia mental por la cual creas que el entorno doméstico nunca deja de estar limpio del todo, lo más importante es asumir una serie de rutinas de limpieza de las diferentes partes de la casa para así habitar en mayor paz y armonía, así como **facilitar la convivencia con todos aquellos con los que tengas que pasar estos días**. No solo el hecho de mantener todo ordenado y limpio ayuda a tener la mente más despejada, sino también el proceso. Diversos estudios académicos elogian la capacidad de esta serie de tareas para mejorar la salud mental.

Si dedicas veinte minutos a ordenar tu casa puedes reducir considerablemente los síntomas de ansiedad o depresión", "Algunas de las tareas que requieren más esfuerzo, como por ejemplo fregar suelos manualmente, puede implicar **dejar atrás los pensamientos negativos** gracias a las calorías que quemas en el proceso". Evidentemente, si te pasas tumbado la mayor parte del día, es mayor el riesgo de padecer episodios de ansiedad, ya que el cuerpo necesita estar activo y moverse. Es probable que hayas escuchado decir a la gente, «¿por qué limpiar la casa si va a ensuciarse en seguida?», esta excusa puede parecer cierta para algunos, pero la gente debe saber que existen más incentivos para limpiar aparte de tener una casa reluciente. En muchas ocasiones ignoramos la cantidad de beneficios para la salud que nos otorga el tener una casa limpia. No se trata de convertirnos en esclavos de la limpieza, de lo que trata es de comprender todas las cosas positivas que nos aporta el cuidado y la limpieza de nuestra casa:

1. Limpiar reduce alergias: La limpieza regular de nuestra casa es la mejor manera de prevenir y mejorar la alergia, reduciendo la acumulación de polvo y de otros alérgenos irritantes para la casa. Tareas sencillas como quitar el polvo o pasar la aspiradora, las cuáles nos sirven para deshacernos del polvo y de la caspa de las mascotas, beneficiarán a las personas con alergia, asma u otros problemas respiratorios aliviando los síntomas y haciendo que respiren mejor.

2. Limpiar implica un saneamiento básico del hogar: Al limpiar la casa con desinfectantes o productos de limpieza con efecto bactericida, estás matando a las bacterias, virus y otros microorganismos que pueden poner en peligro tu salud. Estos desinfectantes actúan sobre gérmenes y bacterias como por ejemplo el e coli. los estafilococos y la salmonella, responsables de enfermedades transmitidas por los alimentos y las infecciones. Al limpiar zonas como el baño, la cocina u otras zonas de la casa de forma regular ayudas a protegerte de bacterias que pueden llegar a ser peligrosas.

3. Una limpieza de la casa reduce el estrés: La acción de limpiar una casa puede ayudar a aliviar el estrés innecesario. Acciones tales como barrer o lavar los platos nos sirve para desconectar de temas que te puedan preocupar mientras que tu hogar se ve mucho más limpio y cuidado.

4. La limpieza de casas previene la aparición de plagas: Por lo general, los insectos y restos de plagas domésticas tienden a refugiarse en ambientes polvorientos. La limpieza regular ayuda a detectar y prevenir esas plagas, por ello debes evitar que las plagas hagan de tu casa su lugar de anidación. Puedes llevar una breve prevención mediante la limpieza, pero, ante un problema más grave de una infección de plagas, lo mejor es contactar con expertos para llevar a cabo una fumigación de una manera profesional y meticulosa.

5. Si limpias la casa, puedes llegar a quemar calorías: Mediante la limpieza no solamente tu casa queda impecable, sino que también haces ejercicio. Barrer, pasar la aspiradora, fregar, acompañado de tus canciones favoritas aumenta el consumo de calorías.

6. La limpieza anima a cocinar: Una cocina sucia o desorganizada puede disuadirte a la hora de cocinar en casa ya que es normal que no quieras empeorar el lío y dejar la cocina aún peor. Una cocina limpia es mucho más atractiva que una cocina sucia. La limpieza de la cocina permite crear una zona funcional para servir y cocinar comidas saludables para toda la familia.

7. Limpiar reduce peligros en la casa: Aunque parezca algo exagerado una casa limpia puede suponer la diferencia entre la vida y la muerte. Las personas que viven en un ambiente insalubre son más susceptibles a enfermedades causadas por bacterias, alérgenos o plagas. Además, una casa desordenada, con muchos trastos también puede suponer un peligro para la salud de sus ocupantes. El desorden ante un incendio puede suponer la obstaculización de sus ocupantes con diferentes trastos, evitando así el escape ante un caso de emergencia. La limpieza libera espacio y previene riesgos. Como la liberación de espacio en tu hogar puede ser una tarea muy costosa, la forma más rápida de hacerlo es

mediante la contratación de un equipo de profesionales mediante el cual podrás deshacerte de todos los objetos que no te sirven y que ya no utilizas.

8. La limpieza beneficia la salud mental: Siendo sinceros, no hay nada mejor que entrar en una casa que esté limpia y organizada. De hecho, el proceso de limpieza ha sido reconocido como algo que proporciona beneficios para la salud mental. Ayuda a liberar frustración, ira y ansiedad.

9. Reduce el riesgo de lesiones: Al mantener las cosas ordenadas, el riesgo de lesiones se puede minimizar considerablemente. Dejar objetos sueltos como si fueran juguetes puede aumentar el riesgo de tropiezos y de caídas. Las pilas de cajas o montones grandes de objetos almacenados pueden caer fácilmente y herir a alguien. Al ordenar tu casa obtienes una gran diferencia en la seguridad general de tu hogar.

10. Hace que detectes el moho en tu casa: Mantener la casa limpia ofrece más oportunidades para detectar el crecimiento de moho en alguna parte de tu hogar y así eliminar el moho de tu casa. El moho puede causar reacciones alérgicas en las personas, síntomas de resfriado y de gripe.

Si padeces de estrés o de ansiedad, diversos estudios confirman que una de las mejores formas de combatir estos trastornos es agarrar los implementos de aseo y limpiar la casa. Dedicar veinte minutos a ordenar la casa puede reducir considerablemente los síntomas de ansiedad o depresión. No solo el hecho de mantener todo ordenado y limpio ayuda a tener la mente despejada, sino también el proceso. Diversos estudios académicos elogian la capacidad de esta serie de tareas para mejorar la salud mental. Algunas de las tareas que requieren más esfuerzo, como por ejemplo fregar suelos manualmente, puede implicar dejar atrás los pensamientos negativos gracias a las calorías que quemas en el proceso. Evidentemente, si te pasas tumbado la mayor parte del día, es mayor el riesgo de padecer episodios de ansiedad, ya que el cuerpo necesita estar activo y moverse.

Cómo realizar un buen mantenimiento de las zonas comunes

Ya sabemos que es importante mantener una limpieza constante de nuestra comunidad, pero ¿Cómo conseguimos realizar un buen mantenimiento de esas zonas?

Para empezar, hay que identificar aquellas zonas más problemáticas, que generalmente son aquellas que suelen ensuciarse con mayor facilidad o den más problemas por su uso continuo en la comunidad.

Qué zonas comunes limpiar

Limpiar las zonas comunes es una tarea la cual se tiene que planificar con anterioridad las zonas comunes que debemos limpiar, y para ello, hay que diferenciar superficies en las que se va a realizar la limpieza.

Limpieza de escaleras y ascensores

En el caso de las escaleras y el ascensor de un edificio, la limpieza vendrá determinada por el uso que se haga de las mismas, y como normalmente tienen un gran uso, va a ser recomendable realizar la limpieza de forma bastante periódica.

Su limpieza va más allá de un buen aspecto, ya que se va a conseguir mantener una buena higiene, se trata de conservar y alargar su vida útil.

Y no nos obviemos a la gran olvidada en este tipo de limpieza: la barandilla. Uno de los focos más importantes de gérmenes y bacterias.

Limpieza de halls

La limpieza de la entrada al edificio o hall es otra de las zonas más importantes y que tienen que ser limpiadas de una forma más recurrente.

Esta zona es imprescindible, ya que necesariamente todas las personas que entren y salgan tendrán que pasar por aquí, convirtiéndose en una zona de mucho tránsito.

Limpieza de aparcamientos

Son espacios amplios y por lo general, con escasa ventilación. Este tipo de limpiezas es de las más complicadas de realizar, por las manchas de grasa y aceite de los vehículos, marcas de ruedas, partículas del exterior, etc.

Las áreas a higienizar van desde suelos, pavimentos, rampas, paredes, cristales, puertas o señales y cartelería.

Limpieza de las zonas comunes:

Limpiar las zonas comunes requiere de un gran volumen de trabajo, por lo que se tiende a contratar a una empresa especializada para llevarlo a cabo.

Hay muchos aspectos que tener en cuenta para saber qué empresa elegir. Para empezar, tienes que tener en cuenta los métodos de trabajo de ésta, los costos de trabajo, los materiales y al fin y al cabo, la reputación de la misma.

Y por último, es importante que la empresa tenga buenas recomendaciones, ya que esto querrá decir que los anteriores y actuales usuarios que la han contratado están satisfechos con el trabajo y esto se transforma en confianza hacia la empresa.

REFERENCIAS:

- https://es.thefreedictionary.com
- https://www.conceptodefinicion.com
- https://mas-social.es/consejos-para-limpiar-zonas-comunes/

RECURSOS:

Físicos: Traperos, escobas, recogedores, esponja de sabrás duras, Jabón en polvo, esfero y listado de asistencia.

Humanos: Promotores, profesional y ciudadanos.

RESULTADOS:
Cualitativos:

Se consiguió inculcar en las y los ciudadanos la importancia de los buenos hábitos de higiene, la presentación personal y el trabajo en equipo, como labor a la corresponsabilidad, con el fin de reforzar estos hábitos dentro y fuera de la comunidad. Se logro dar cumplimiento al objetivo inculcar en las y los ciudadanos de comunidad de vida el rosario, hábitos de aseo e higiene en espacios comunes, para incrementar la sana convivencia, mejorar relaciones interpersonales, fortalecer el trabajo en equipo, con el fin de mantener buenos hábitos de vida saludable, dentro y fuera de comunidad.

Cuantitativos: Se conto con la participación de (54) cincuenta y cuatro, (1) una población diferencial LGTBQI, (5) cinco mujeres, para un total de 60 ciudadano.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Angie Romero

FIRMA COORDINADOR:

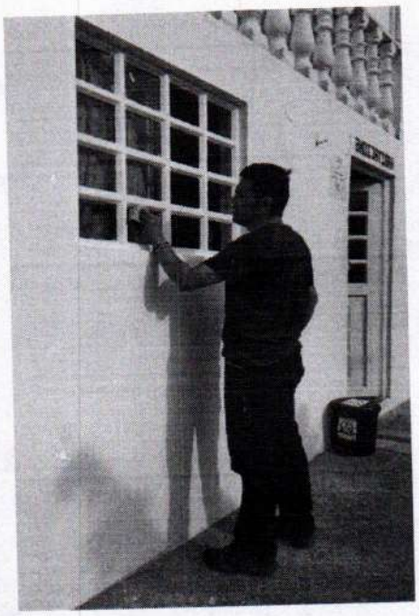
NOMBRE COORDINADOR: Jose Harney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Ornato y Aseo general

LÍNEA DE ATENCIÓN IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 02/08/2025









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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Ornato- Aseo General

4. Fecha: 02/08/2025

5. Hora: 8:45 AM

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	4010646	Jaime Elice	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	7489765	Eduardo Espitia	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1218214114	Edwar Cardy	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80120687	Juan Vilora	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	7923862	Fabio Bonero	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	[illegible]	[illegible]	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80724609	Jhon Jairo Ramirez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1016065558	Cristian Lopez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	7142671	Hector Gonzalez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1047376951	Diego velez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79677546	Jhon C Garcia	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80161545	Jairo A [illegible]	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1015409044	William Arteaga	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	80816916	Miguel [illegible]	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	19375604	Eduardo Figueroa	66	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	98585368	Freddy Valdeyon	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80003464	Oscar Javier M.	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	80373873	Cesar Sanjuan	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	79957635	Julio Cirua	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	1033[illegible]	Anderson Aguilar	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angie Romero

14. Cargo o rol del responsable: Promotor S.

15. Firma del responsable de la actividad: Angie Romero

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Omato- Aseo General
4. Fecha: 02/06/2025
5. Hora: 8:45 AM

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		
21	CC	10532108	Omar A. Pantoja	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
22	CC	1115616867	Manuel Romero	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
23	CC	29477765	Blanca Munar	66	No aplica	No aplica	No aplica			X						
24	CC	79950551	Pablo Rodriguez	96	No aplica	No aplica	No aplica			X						
25	CC	80165338	Johan MURCIA	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
26	CC	1151110614	Nelson Mendez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
27	CC	80243905	DANIEL ADEVALO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
28	CC	79962854	Mauricio Rios	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
29	CC	94214618	Rafael Mendoza	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
30	CC	1129539	Alvaro Alvarado	36	No aplica	No aplica	No aplica			X					ALVARO	
31	CC	1032	[illegible]	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
32	CC	9988	Alejandro Villamizar	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
33	CC	1017	[illegible]	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
34	CC	80902937	Juan [illegible]	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
35	CC	1141	Dalia [illegible]	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
36	CC	7900	Carlos A [illegible]	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
37	CC	80174190	Nicolas GOMEZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
38	CC	1033	Andres DIAZ	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
39	CC	74186668	Oscar S Mila	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
40	CC	[illegible]	[illegible]	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angie Romero
14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social
15. Firma del responsable de la actividad: Angie Romero

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Ornato- Aseo General

4. Fecha: 24/06/2025

5. Hora: 8:45 AM

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		
41	CC	79316876	Pedro Ospina	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
42	CC	52995581	Pilar Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
43	CC	1117514414	Jeison Abello	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
44	CC	52767182	Luz marina	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
45	CC	52775833	Dandiney Yomar	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
46	CC	80721281	Oscar Mauricio Rodriguez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
47	CC	80752607	Jony Burda	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
48	CC	79305177	Carlos Garcia	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
49	CC	1026553260	OSCAR A BARAHONA	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
50	CC	1014658	Milton Ayala	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
51	CC	75079964	Andres Carreño	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
52	CC	1118898645	FARIA RIVERA	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
53	CC	1022962274	Julio Bernal	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
54	C.C	1076948229	yeisson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
55	CC	39565231	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
56	CC	1598918411	Elkin Rave	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
57	CC	1069	Cristian Espejo	3?	No aplica	No aplica	No aplica			X						
58	CC	1038674881	Rau / Fotografo	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
59	CC	80147852	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica									
60	CC	1023904578	Luis Amaya	34	No aplica	No aplica	No aplica									

13. Nombre del responsable: Angie Romero

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad: Angie Romero

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 El Rosario		**FECHA:** 02/08/2025	**HORA:** INICIO: 2:00 pm FINAL: 3:30 pm
ÁREA: Promotoria	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sergio Araujo	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Proyección final Colombia Brasil

OBJETIVO GENERAL:
Sensibilizar a las y los participantes sobre la importancia del deporte en la construcción del desarrollo personal, aprovechando la proyección de la etapa reina del Tour de Francia como una herramienta para mantener hábitos de vida saludable, resiliencia, trabajo en equipo y superación personal.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Generar un espacio de concientización a través del deporte.
- Identificar cómo la actividad física, ejercicio y deporte puede fortalecer el crecimiento personal y comunitario.
- Motivar a los ciudadanos a incorporar el deporte en su vida diaria como factor de protección física, emocional y social.

METODOLOGÍA:
La actividad transversal se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que beneficiará el fortalecimiento de competencias para motivar a realizar actividad física, ejercicio y deporte en los participantes como estrategia para la implementación de hábitos de vida saludables y desgaste energético adecuado por medio de la proyección de la etapa reina del tour de Francia, donde se logre concientizar a cada uno de ellos en el impacto que conlleva realizar deportes como el ciclismo; esta actividad irá encaminada bajo la línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

- **Adecuación**: Se realizará la invitación a los ciudadanos que deseen participar de la actividad proyectada; se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad.
- **Primer momento:** Se explicará los objetivos a alcanzar durante la ejecución de la actividad y la metodología a desarrollar, nos desplazamos en donde se realizará la jornada programada.
- **Segundo Momento:** Estando allí, se formará el grupo en posición donde todos estén separados mínimo a dos metros uno del otro, para la charla previa a toda la actividad, donde se explicará la importancia que conlleva la ejecución de deportes convencionales como el ciclismo.
  Se procede a la explicación de qué es el Tour, qué significa una etapa reina y por qué inspira a millones de personas. Como influye los valores como disciplina, perseverancia, estrategia y resistencia.
  Al terminar la proyección de la etapa se les realizará las siguientes preguntas con el propósito de orientar a los ciudadanos en relación a lo visto durante el taller.

  1. ¿Qué momento de la etapa reina te impactó más?
  2. ¿Qué emociones viste reflejadas en los ciclistas?
  3. ¿Con qué valores te conectó esta etapa?
  4. ¿Qué mensaje personal te deja?

- **Tercer momento:** Se llevará a cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso.
- **Reacondicionamiento del espacio**: Se invitará a los ciudadanos a reacomodar el espacio dejándolo en óptimas condiciones.

TEMAS: Final futbol colombia brasil
La final entre Colombia y Brasil no solo representa un encuentro deportivo, sino también un momento de unión nacional y de orgullo colectivo. El fútbol se convierte en un lenguaje común que atraviesa fronteras, clases sociales y edades, despertando emociones que pocas cosas logran en la vida cotidiana.
Brasil, con su historia llena de títulos y su estilo de "jogo bonito", siempre ha sido un referente mundial. Colombia, por su parte, ha demostrado en los últimos años crecimiento, disciplina y un

juego que combina talento con coraje, lo que le permite hoy pararse frente a una potencia futbolística en igualdad de condiciones.
Más allá del resultado, esta final refleja la importancia del esfuerzo, la constancia y la confianza en el trabajo en equipo. Cada jugador es parte de un engranaje mayor que busca un objetivo común: representar con dignidad a su país y demostrar que los sueños sí se alcanzan con sacrificio y unión.
La rivalidad deportiva entre Colombia y Brasil nos recuerda que el deporte no es solo competencia: es también respeto, aprendizaje y superación. Un triunfo se celebra, pero una derrota también enseña.
En últimas, esta final simboliza la pasión de millones de personas que, con el corazón en la mano, creen en la magia del fútbol como un puente hacia la esperanza y la inspiración colectiva.

Fuente de consulta:

- Melgar, J. M. O. (1986). El Cicloturismo: Deporte y cultura sobre la bicicleta. Apunts. Educació Física i Esports, 2(04), 16-18.
- Pasolini, P. P. (2020). Sobre el deporte. Contra.

RECURSOS:
Físicos:
- Televisor, tabla, planilla, esfero.

Humanos:
- Ciudadanos de la comunidad de vida, Equipo Profesional

RESULTADOS:
Cualitativos:
Durante el desarrollo de la actividad se dio cumplimiento al objetivo de sensibilizar a las y los ciudadanos sobre la importancia del deporte en la construcción del desarrollo personal, aprovechando la proyección de la etapa del tour, para así generar la motivación para realizar la actividad física y tomar conciencia sobre los buenos hábitos y manejos emocionales.
Cuantitativos: Se cuenta con la participación de (20) ciudadanos todos de género masculino. De los cuales (7) de ellos perteneciente en enfoque diferencial.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Sergio Amaya

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Daza

Registro fotográfico
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Proyección final Colombia Brasil
02/08/2025
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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Proyeccion Final Colombia Brasil

4. Fecha: 02/08/2025

5. Hora: 2:00 pm

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	80174190	Nicolás Gomez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
2	CC	1022949816	Marcela Ocampo	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
3	CC	3103041	Alfonso Guevara	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
4	CC	80241819	Alexander Galeano	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
5	CC	79046410	Carlos A Valbuena	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
6	CC	80129009	Juan J Ramirez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
7	CC	1033776729	Andres Leonardo Garcia	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
8	CC	1085285	Jessica Borges	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
9	CC	1033697169	Raul Farieta	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
10	CC	52702152	Luz Mavinca	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
11	CC	74186668	Oscar J Mila	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
12	CC	79643805	Carlos Moreno	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
13	CC	79735894	Luis E Rodriguez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
14	CC	1024555534	Dayron Vidal	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
15	CC	79962854	Mauricio Rico	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
16	CC	1047376051	Diego Velez	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
17	CC	80765338	Johan Murcia	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
18	CC	79316876	Carlos A Ospina	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
19	CC	1064	Yesmin Pin	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
20	CC	1012318199	Jhon Gonzalez	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						

13. Nombre del responsable: Sergio Arroyo

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad: Sergio A

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_ln_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 El Rosario	**FECHA:** 03/08/2025	**HORA:** **INICIO:** 08:45 AM **FINAL:** 12: 00 M
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Brahyan Millán

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Caminata Deportiva

OBJETIVO GENERAL:

Promover en las y los ciudadanos la conexión con la naturaleza, reconociendo la importancia del ecosistema y su impacto en la biodiversidad del municipio de Sasaima, con el fin de que el ciudadano tenga un espacio para disfrutar del paisaje natural y relajarse haciendo deporte.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Sensibilizar a la población que este tipo de espacios, son para apreciar su belleza natural, con el fin de que el ciudadano comprenda que no se puede botar objetos que contaminen u obstruyan el ecosistema de los ríos de la zona.
- Promover la educación ambiental y conciencia sobre la importancia de la conservación de los ríos y la fauna silvestre de este lugar, con el propósito de crear una experiencia memorable y disfrutable para todos.
- Desarrollar entornos recreativos que fomente la relajación, el entretenimiento y la interacción social, ofreciendo una alternativa diferente frente a la monotonía diaria en comunidad.

METODOLOGÍA:
La actividad se llevará a cabo bajo la metodología psico educativa: en el marco de la línea de atención 4: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. Con ello se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada participante logre el mayor grado de conocimiento y aprendizaje sobre la naturaleza y el deporte , los cuales mediante el reconocimiento del entorno ellos lograran tomar conciencia sobre el cuidado y conservación de la flora y fauna en el área rural del municipio de Sasaima.

Adecuación:

Se realizará el previo aviso de las personas que van a salir a la caminata, y se tomará un listado.

Primer momento:

Se reunirá a las y los ciudadanos frente a casa 1 de la comunidad de vida el rosario, para dar instrucciones para el desarrollo de la actividad, se instruirá a la población sobre los cuidados y recomendaciones a la hora de la caminata y que acciones tomar por si alguna novedad o suceso se presenta, realizan acompañamiento 2 promotores.

Segundo Momento:

Luego se organizará a los participantes de manera en que los acompañante puedan tener visibilidad para realizar la caminata que conlleva a la cancha de microfutbol en la vereda san bernardo, inicia recorrido desde comunidad de vida, hasta la cancha el cual queda ubicado caminando a 60 minutos de la comunidad, al llegar a la cancha, se sensibiliza a la población de las precauciones que deben tener a la hora de entrar en el rio, se les pide que cualquier novedad la informen a los promotores acompañantes para brindar la atención inmediata a su solicitud, los ciudadanos al llegar a la cancha , realizaran dos grupos para poder realizar el partido de media hora, una vez culminado el partido se retornara a comunidad.

Tercer momento:

A continuación, se le informará a la población que este tipo de actividades se seguirán realizando bajo el comportamiento y la receptividad que ellos tengan en unas próximas salidas, posteriormente se les anunciara a la población que nos trasladares nuevamente para la comunidad de vida el rosario, de manera organizada con el fin de disfrutar de la fauna y flora en la caminata retornando a la comunidad.

Reacondicionamiento del espacio:

El área de la cancha y sus alrededores que se utilizara para el encuentro quedara tal cual como se encontró, libre de cualquier objeto que afecte la imagen y cuidado de este.

TEMA: *¿QUÉ ES EL SENDERISMO Y EN QUÉ CONSISTE?*

El senderismo es una actividad que consiste en caminar por senderos o rutas naturales, generalmente en áreas montañosas o boscosas. Es una forma de conectar con la naturaleza, disfrutar del aire libre y mantenerse activo.

Al contrario de lo que muchas personas creen, el senderismo no es una competición, sino una actividad recreativa y divertida para todas las edades.

Descubre en nuestro blog deportes para niños: ¿cómo elegir el mejor?

¿CUÁL ES EL OBJETIVO DEL SENDERISMO?

El objetivo es disfrutar y apreciar la naturaleza a través de la actividad de caminar por senderos naturales. Brinda la oportunidad de respirar aire fresco, admirar paisajes impresionantes y desconectarse de la rutina diaria.

El senderismo también promueve valores como el respeto por el medio ambiente, el trabajo en equipo y el desarrollo de habilidades físicas y mentales. En resumen, se trata de encontrar un equilibrio entre el ser humano y la naturaleza, viviendo una experiencia enriquecedora y saludable.

Realiza junto a los niños este test para descubrir el deporte ideal para tu hijo.

5 CONSEJOS PARA PRACTICAR SENDERISMO EN FAMILIA

Si estás planeando una excursión de senderismo, te dejamos algunos consejos para ayudar a toda la familia, especialmente los niños, a desarrollar el senderismo adecuadamente:

1. Empieza poco a poco Si tus hijos no están acostumbrados a caminar largas distancias, empiecen con rutas cortas, de baja dificultad, seguras y cercanas a tu lugar de vivienda. A medida que vayan adquiriendo resistencia y confianza, podrán aventurarse en rutas más desafiantes.

2. Equipamiento adecuado Asegúrate de que los niños cuenten con ropa y calzado adecuados para el senderismo. Es importante que estén cómodos, protegidos y preparados para cambios de clima que puedan experimentar en la zona a recorrer.

3. Planificación y seguridadAntes de salir de casa, investiga sobre la ruta que vas a recorrer y lleva un mapa o guíate con Google Maps. Asegúrate de llevar suficiente agua, alimentos nutritivos y fáciles de consumir, elementos de seguridad como botiquín de primeros auxilios, protector solar y repelente de insectos.

4. Juego y diversión Haz del senderismo una actividad divertida para los niños. Puedes organizar juegos, buscar tesoros naturales o enseñarles a identificar plantas y animales. Esto hará que la experiencia sea más enriquecedora y motivadora para ellos.

5. Respeto por la naturaleza Enseña a tus hijos la importancia de cuidar el medio ambiente y preservar los ecosistemas naturales. Explícales cómo pueden minimizar su impacto durante el senderismo, evitando dejar basura en el camino y respetando la flora y fauna local.

¿CÓMO EL SENDERISMO TOMÓ IMPORTANCIA EN COLOMBIA?

Colombia es un país rico en naturaleza y paisajes impresionantes. El senderismo ha ganado popularidad en los últimos años gracias a la promoción de rutas y senderos en diferentes regiones del país.

Además, cada vez más personas se interesan en llevar un estilo de vida saludable y disfrutar de actividades al aire libre. Esto ha contribuido a que el senderismo sea una opción preferida para muchas familias.

REFERENCIAS:

https://www.milo.com.co/articulos/que-es-elsenderismo#:~:text=Es%20una%20forma%20de%20conectar,divertida%20para%20todas%20las%20edades.

RECURSOS:

Físicos.

- Formatos de asistencia, esfero y pito de emergencias.

Humanos.

- Ciudadanos y promotores.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Las y los ciudadanos participaron conforme a la actividad, aprendieron a mejorar conscientemente sobre la importancia de la conservación del medio ambiente, reconocimiento de la belleza natura y valoración de los recursos naturales y el cuidado de los mismos, refieren que también le sirvió entorno a nivel personal, la reducción del estrés y la ansiedad, la mejor de estados de ánimo y bienestar emocional. Durante la ejecución de la actividad los ciudadanos asistentes, acogen de buena manera la actividad y muestran actitud positiva durante su tiempo de caminata a la cancha, fomentando la interacción social y el sentido de pertenencia, con el entorno. Se logró dar cumplimiento al objetivo Promover en las y los ciudadanos la conexión con la naturaleza, reconociendo la importancia del en el ecosistema y su impacto en la biodiversidad del municipio de Sasaima, con el fin de que el ciudadano tenga un espacio para disfrutar del paisaje natural y relajarse haciendo deporte.

Cualitativos:

Se contó con la participación de (20) veinte ciudadanos todos hombres.

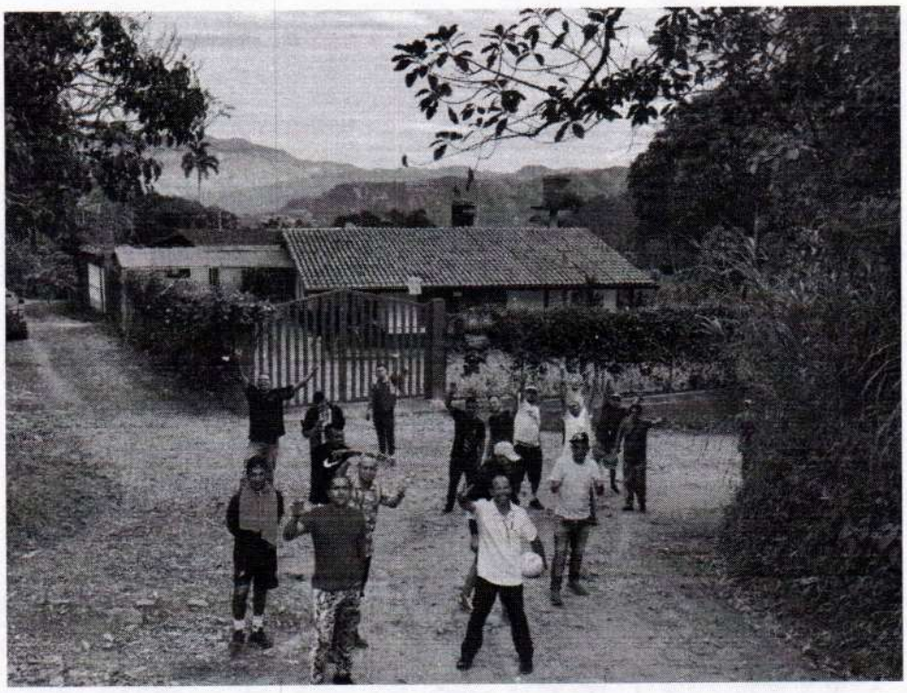
FIRMA DERESPONSABLE: Brahyan Millán

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heiner Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE ACTIVIDAD: Caminata Deportiva
LÍNEA DE ATENCIÓN IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
FECHA: 03/08/2025





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Caminata Deportiva
4. Fecha: 03/08/2025
5. Hora: 8:45 Am

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	71389816	JAIRTH RIVERA	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79046410	Carlos Valbuena	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1023893130	Andres Diaz	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	11011916	Julio Cesar Mojica	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032358861	Carlos Moreno	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1016060388	Johan D Cristiano	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CE	8041268	[illegible]	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79929590	ELKIN KAUFF	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1077[illegible]	Orlando Lopez	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	80037.10	Fernando Jurado	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	79305517	Carlos Garcia	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	80243905	DANIEL AREVALO	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1023923523	Luis Briñez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80165545	Juan [illegible]	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1151104[illegible]	Nelson Mendez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	80962937	Juan David Quintero	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1033697189	Raul Farieta	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	1026553260	Oscar A. Barahona	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	80913495	Jesus Quintero	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	98585367	Freddy Velasquez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Brahyan Smith Millán López
14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social
15. Firma del responsable de la actividad: Brahyan J.

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_t_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 El Rosario	**FECHA:** 03/08/2025	**HORA:** **INICIO** 2:00 PM **FINAL** 3:30PM

ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	JOSUE GUEVARA

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Cine foro

OBJETIVO GENERAL:
Generar un espacio de reflexión y entretenimiento entre los participantes mediante una cinta cinematográfica la cual deje en ellos una moraleja.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover grandes valores a través de la película.
- Garantizar un buen uso adecuado al tiempo libre de los ciudadanos.
- Incentivar el compañerismo y armonía durante la película a través del compartir.
- Generar un espacio de reflexión y diferentes puntos de vista reflejados en la cinta.

METODOLOGÍA
La tarde de cine es una herramienta metodológica que facilita y enriquece el diálogo entre el espectador y la obra audiovisual. La orientación del foro puede responder a una diversidad de temáticas, que deberán ser propuestas por quien lo conduzca o a partir de las expectativas propias del público.

Adecuación:
Se organiza la tarde de cine en la zona de comedor, proyectando la película a través de un video beam,

Primer momento:
Se convocan a todos los ciudadanos de la comunidad de vida El Rosario a participar y disfrutar de la película mediante el voz a voz, y la invitación respectiva en el tablero de talleres proyectado desde la noche anterior.

Segundo momento
Sobre las 2:00 pm se inicia la película, además se le brinda a cada asistente una cálida bienvenida como método de interacción durante el espacio.

Tercer momento
Sobre las 3:30 pm finaliza la película, realizando una reflexión y análisis sobre las enseñanzas y grandes valores reflejados en la cinta, posteriormente se da por terminado el espacio.

TEMAS:
Inclusión y respeto a la diversidad.
Superación personal.
El poder del trabajo en equipo por encima del individualismo.
La importancia de valorar a cada persona por lo que aporta
Fuente: https://www.primevideo.com/-/es/detail/Me-cadena-de-favores/0R5KC59LR4JNIWH8WPUVFMUSUL

RECURSOS

Recursos Humanos

- 1 promotor
- 30 participantes

Recursos físicos

- Sillas
- mesas
- Computador
- Amplificador
- Video beam
- internet

RESULTADOS:

Cualitativos: Los participantes asistentes al espacio del cine, decepcionan de una manera positiva la película, dejando en ellos una buena reflexión.

Cuantitativos: Asisten 30 participantes con buena disposición.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Josue Guevara

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

LÍNEA DE ACCIÓN 3: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

tarde de cine "CAMPEONES"







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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Cine foro

4. Fecha: 03-08-2025

5. Hora: 02:00pm

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	52775833	Dorotea Lozano	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80121281	Jaime Mauricio Rodriguez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	19468321	Luis	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80120683	Juan Urlaria	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80926713	Jose Ortiz	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	79305517	Carlos Garcia	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	3140304	Alfonso Guevara	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	39565631	Sandra Rojas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80165655	Gomez	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1076655558	Cristian Lopez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1053697189	Raul Pareja	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1013634057	Mayerli Gonzalez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1019062980	Carlos Alvarado	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79316876	Carlos Ospina	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80026982	JAVIER FUENTANO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1032358864	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17		80165515	Luis Angel Gomez	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	79735844	Luis Enrique	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	80175504	Jaime Osorio	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	80165336	JOHAN MURCIA	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jose Guevara

14. Cargo o rol del responsable: Promotor

15. Firma del responsable de la actividad: Jose Guevara

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Cine foro

4. Fecha: 03-08-2025

5. Hora: 02:00 PM

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		
21	CC	1052957790	ALVARO ALVAROo6a	36	No aplica	No aplica	noaplica			X					ALVARO	
22	CC	527c3(5	Luz marina	51	NoaPlica	No aplica	NoaPlica			X					Bujita 9c	
23	CC	1012470 os6	OSCAR Gonzalez	42	NoaPlica	No aplica	NoaPlica			X					OSCAR	
24	CC	6814782	Jorge Gonzales	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
25	CC	80901369	Luis pedilla	43	No aplica	No aplica	NoaPlica			X						
26	CC	79231602	Fabio Barrero	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Fabio B.	
27	CC	1075141487	Jeison Abello	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
28	CC	52995941	Pilar gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Pilar	
29	CC	79046410	Carlos A V.	61	No aplica	No aplica	No aplica			X					Carlos AV.	
30	CC	98585367	Freddy Velasquez	53	No aplica	No aplica	No aplica			X					Freddy M	
31																
32																
33																
34																
35																
36																
37																
38																
39																
40																

13. Nombre del responsable: Josue Guevara

14. Cargo o rol del responsable: Promotor

15. Firma del responsable de la actividad: Josue Guevara.

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 El Rosario		**FECHA:** 04-05-06-08/08/2025	**HORA:** 09:00pm 12:00pm
ÁREA: Tallerista	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Figueredo	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Elaboración de compost			

- **OBJETIVO GENERAL:**

- Enseñar a los participantes como apodemos transformar los desechos orgánicos de las cocinas restaurantes y zonas de elaboración de comida en un producto de aprovechamiento para fertilización y reducción de contaminación a medio ambiente.
- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Dirigir a las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle por el camino de la producción de procesos ecológicos libres de químicos para evitar afectar la fauna de algunos lugares en el medio donde se puedan encontrar.
- promover en los participantes una idea mas clara que les permite adquirir habilidades cognitivas para realizar las rutas de un desecho orgánico asta convertirlo en un abono orgánico que le aporta al medio de cultivo.
- Desarrollar habilidades en las que el participante la permiten ir generando hábitos para aplicar estos conocimientos en otros sitios y demostrar su habilidad y conocimiento.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo del taller elaboración de compost la metodología psico educativa, basados en la línea de atención II promoción de la Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades, trabajando en las distintas formas de elaboración sobre el compost que generan habilidades en la creación de estos, que les permite más desarrollo de las actividades generando nuevos conocimientos o reforzándolos en caso de conocer el área del compost.

Adecuación:
Se reunirán a los participantes en el espacio establecido, se les brindará la sensibilización para la ejecución de la actividad de forma oral e incluirlos dentro de la comunicación para escuchar sus puntos de vista se dispone del área de agro.

Etapa 1:
Posteriormente se ubican los participantes en el sector agro, se les presenta el tema de elaboración de compost y se indaga a cada participante si conocen el tema para la participación del grupo y luego se sensibiliza de forma que puedan tener el conocimiento del desarrollo.

Etapa 2:
Se desarrolla el tema y se van disponiendo las distintas partes, explicando de forma practicas el conocimiento del desempeño que tendrán en esas áreas y acorde con ello se les pide ubicarse para la recogida y disposición de los desechos.

Etapa 3:
Terminado el taller se les da una retroalimentación de todo el tema de manera que se pueda tener un recorrido en el que el participante puede recordar y tener un conocimiento aprendido de lo que vio en el taller y pueda salir con una habilidad aprendida y una visión de otra oportunidad para estar incluido en una posible ruta laboral.

Reacondicionamiento:
Se les indica a los participantes dejar el lugar aseado como lo encontraron de forma ordenada y se les pide que quien tenga algún tema pendiente o alguna duda que despejar lo exprese y no se guarden esa inquietud.

TEMAS:

. El **compost**

Es un producto obtenido a partir de diferentes materiales de origen orgánico, los cuales son sometidos a un proceso biológico controlado de descomposición denominado compostaje. Posee un aspecto terroso, libre de olores y de patógenos, es empleado como sustituto parcial o total de abonos y fertilizantes orgánicos o químicos. El término deriva del latín *composta* el cual significa «poner junto».

El compost se usa en permacultura y en técnicas de cultivo similares que defienden mantener el suelo intacto y protegido con el fin de mantener en buen estado los microorganismos y hongos del suelo. Estos ayudan de forma simbiótica a las plantas sin necesidad de aportar abonos o fertilizantes puesto que la materia orgánica aportada en el proceso de compostaje va nutriendo a los microorganismos y estos van alimentando lentamente a las plantas a lo largo de su ciclo vital.

Mejora las propiedades físicas:

- Facilitando el manejo del suelo para las labores de arado o siembra.
- Aumentando la capacidad de retención de la humedad del suelo.
- Reduciendo el riesgo de erosión.
- Ayudando a regular la temperatura del suelo (temperatura edáfica).
- Reduciendo la evaporación del agua y regulando la humedad.

Mejora las propiedades químicas:

- Aportando macronutrientes, como N, P, K y micronutrientes.
- Mejorando la capacidad de intercambio de cationes.

Mejora la actividad biológica:

- Aportando organismos (como bacterias y hongos) capaces de transformar los materiales insolubles del suelo en nutrientes para las plantas y degradar substancias nocivas. Fuente: Martinez M., Gutierrez V., Novo R. 2011. Microbiologia aplicada al manejo sustentable de suelos y cultivos. Ed. USM. - Mejorando las condiciones del suelo y aportando carbono para mantener la biodiversidad de la micro y macrofauna (lombrices). Otros beneficios complementarios del proceso de compostaje están en la reducción de malos olores producto de la pudrición y en la eliminación de vectores como insectos y ratas. También tiene una función muy importante en la eliminación de patógenos humanos, bacterias contaminantes de alimentos, de las semillas de malezas y otras plantas no deseadas.

Fuente de consulta:

- https://es.wikipedia.org/static/images/mobile/copyright/wikipedia-wordmark-en.svg
- https://adalilseguridadalimentaria.com/2012/12/28/descomposicion-de-los-alimentos.
-https://www.trichodex.com/metodos-y-tecnicas-de-control-fitosanitario-para-los-cultivos.

RECURSOS:

Físicos:

Palas, azadón, machetes, zaranda, lonas, caneca, cal

humanos:

Tallerista agro y ciudadanos.

RESULTADOS:

- **Cualitativos:**
- Los participantes comprenden de manera practica las rutas del los desechos para llegar al compost sin generar contaminación en el medio ambiente.
- Los ciudadanos asumen de manera responsable un a habilidad autónoma dentro del manejo de los residuos en el proceso de crear el compost en forma responsable con el medio.
- El ciudadano es creativo y aplica dentro del proceso algunos conocimientos que ya tiene y los complementa sobre la forma de realizar el compost para poder afiansarce.

Cuantitativos:
Lunes 4 de agosto Participan 2 mujeres, 10 hombres, recogida del desecho en el sitio donde se deja para poder continuar la ruta.
Martes 5 de agosto participan 2 mujeres, 11 hombres, picado de los desechos para iniciar la primer pila.
Miércoles 6 de agosto participan 2 mujeres, 10 hombres, encalado para control de malos olores y ph de la pila sin afectar temperatura.
Viernes 8 de agosto participan 2 mujeres, 12 hombres, volteo del material para dar aireado al compuesto.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz B

Registro fotográfico

Nombre de actividad: Elaboración de compost
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha:04-05/07/2025
Tipo de actividad: Trasversal

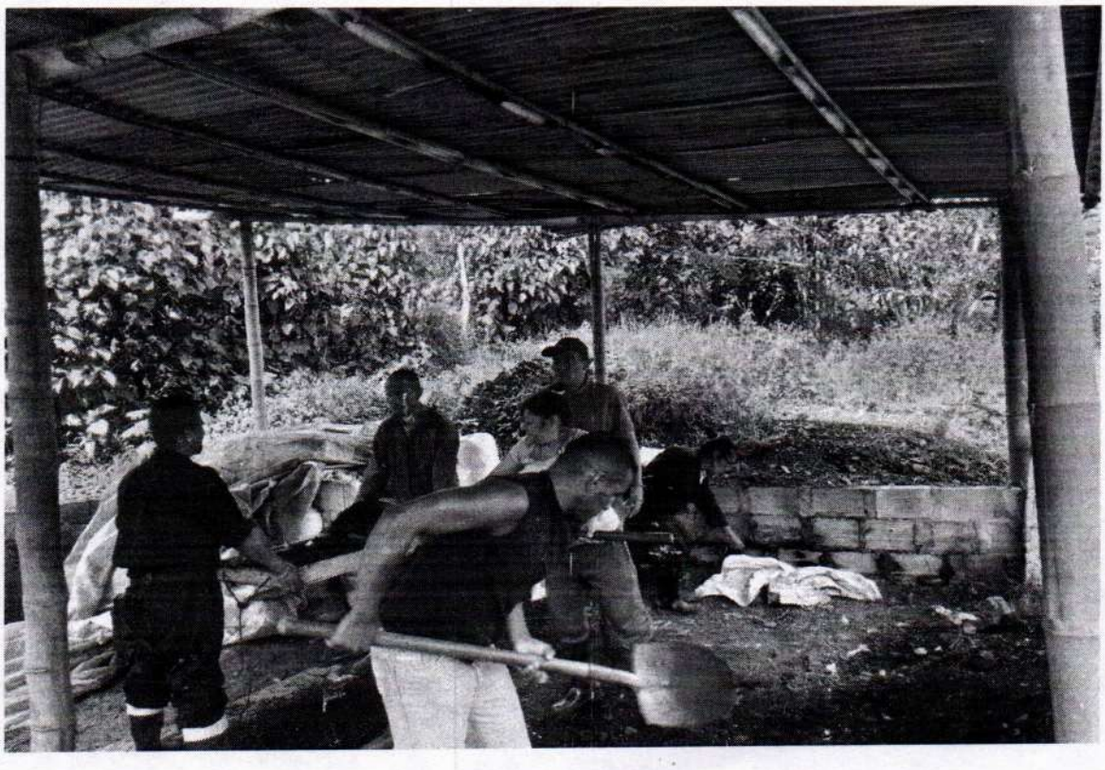




Registro fotográfico

Nombre de actividad: Elaboración de compost
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha:06-08/07/2025
Tipo de actividad: Trasversal





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Elaboracion de compost

4. Fecha: 4-08-2025

5. Hora: 9:00 AM

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	1012412586	Diego Castro	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	52975833	Dorkas Lopez	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80742281	Edinx Rodriguez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1070917209	Yeisson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	8296778	Jose Ortiz	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1082888000	Fabian Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80881966	MIGUEL ENRIQUE	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1073274774	EDWAR GOMEZ	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1032888018	Fabian Bejarano	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80845506	CONTRATO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80114916	JULIO CESAR MORA	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	3886631	Sandra Rojas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Enlace Apoyo

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Elaboracion de compost

4. Fecha: 05-08-2025

5. Hora: 9:00 AM

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	1012412880	Diego Sepulveda	33						X						
2	CC	52777833	Doraliny Zamora	44						X						
3	CC	80721281	Edison el Rodriguez	43						X						
4	CC	1070917229	yeisson Wilches	37						X						
5	CC	80426713	Jose Ortiz	43						X						
6	CC	1018488010	Harold Castillo	31						X						
7	CC	80816966	MIGUEL ENRIQUE	41						X						
8	CC	1218714714	EDWARD Godoy	47						X						
9	CC	1033668548	Anyerson Aguilar	38						X						
10	CC	1026558582	Diego Prieto	38						X						
11	CC	80815555	CESAR CAMACHO	39						X						
12	CC	19119916	Julio Cesar Noguera	62						X						
13	CC	39566631	Sandra Reyes	45	No aplica					X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Profesional Apoyo

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 Integracion 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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Elaboracion de compota

4. Fecha: 6-08-2025

5. Hora: 9:00Am

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	1012412986	DIEGO ESPITIA	33						X						
2	CC	32775833	Dracleny Lemos	44						X						
3	CC	80721281	Edwin Asuncion R	43						X						
4	CC	1076641729	Yeisson Wilches	37						X						
5	CC	80826793	Jose Ortiz	43						X					JOSE F	
6	CC	1088280	Ricardo Castillo	31						X						
7	CC	80816986	MIGUEL ENRIQUE	41						X					MIGUEL EN	
8	CC	1018214714	EDWARD	47						X					EDWAR	
9	CC	1033868518	Anderson Aguilar	38						X					Fabian A	
10	CC	80816986	OSCAR CONTRERAS	29						X						
11	CC	1014916	JULIO CESAR MORENO	62						X						
12	CC	39565631	Sandra	46						X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Cesar Figueroa

14. Cargo o rol del responsable: Auxiliar Apoyo

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_ln_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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Elaboracion de canpos

4. Fecha: 8-08-2025

5. Hora: 9:00 AM

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	1012[illegible]86	Diego espitia	33	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
2	CC	52775833	Dandhy Lyon	44	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
3	CC	80721281	Esime [illegible] Rodrigue	28	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
4	CC	1070917241	yeisson Wilches	37	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
5	CC	80926731	Jose Pinto	47	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
6	CC	1022880[illegible]	Fabian Castillo	31	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
7	CC	80886966	Miguel Enrique	41	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
8	CC	1[illegible]4114	EDWARD GOMEZ	47	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
9	CC	1032[illegible]48	Anderson Agudelo	38	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
10	CC	[illegible]	[illegible]	39	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
11	CC	1[illegible]6	Julio Cesar [illegible]	62	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
12	CC	1[illegible]6	Julio Cesar [illegible]	62	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
13	CC	39965631	Sandra [illegible]	45	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
14	CC	1085572	Diego Prieto	38	[illegible]	[illegible]	[illegible]			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Fajardo

14. Cargo o rol del responsable: Talento Apoyo

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 El Rosario		**FECHA:** 04/08/2025	**Hora:** Inicio: 09:00 Am Final: 10:30 Am
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Grupo focal farmacodependencias: efectos en el sistema nervioso central

OBJETIVO GENERAL:

Dar a conocer a las y los ciudadanos de la comunidad de vida, los efectos de los fármacos en el sistema nervioso central, los beneficios y contraindicaciones, así como también la utilidad de los mismos para el manejo de patologías mentales o del estado de ánimo, a través de un taller psicoeducativo

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer la importancia de llevar un adecuado tratamiento farmacológico, a partir del conocimiento de las patologías que requieren el uso de estos.
- Fomentar en las y los ciudadanos la importancia de reconocer los beneficios que trae seguir las recomendaciones del médico tratante, acerca de la toma de medicamentos.
- Fortalecer la capacidad de autonomía personal, con relación al cumplimiento del tratamiento farmacológico.

METODOLOGÍA:

El encuentro se desarrollará a partir de una metodología psico-educativa, que permitirá a las y los ciudadanos reconocer la importancia de llevar un tratamiento farmacológico comprendiendo los componentes y cómo actúan en el sistema nervioso central. Esta actividad se desarrollará a partir de la línea de atención I: desarrollo personal para la inclusión social, a través de un grupo focal

Adecuación:

Se invitará a los y las ciudadanas de la comunidad de vida que están interesados en conocer acerca de los fármacos y su interacción con el sistema nervioso central a la actividad; se realizará el pre-alistamiento de los materiales a utilizar como lo son el tablero acrílico y marcadores borrables.

- **Primer momento:**

Se iniciará la actividad, indagando en las y los ciudadanos qué conocimientos previos tienen acerca de los fármacos, la farmacología y las drogas, en donde posterior a generar la lluvia de ideas, se aclararán las dudas existentes acerca de cada uno de los términos.
Adicionalmente, se preguntará a los y las asistentes quiénes tienen tratamiento farmacológico y si conocen cuáles son sus componentes o el objetivo para el cual utilizan estos medicamentos. Además, si identifican los cambios que pueden producir en el sistema nerviosos central.

- **Segundo Momento:**

Se generará un espacio de psico-educación, en donde se indicará a las y los ciudadanos cómo actúan los fármacos en el organismo y cuál es la incidencia en las emociones, así como también en el comportamiento. Por otro lado, se brindará información acerca de los neurotransmisores y la diferencia entre el consumo de un fármaco y de una sustancia psicoactiva. De la misma manera a través de un vídeo informativo, se mencionarán los principales fármacos utilizados en pacientes que tienen algún tipo de adicción y se mencionarán cuáles son los efectos esperados de estos medicamentos en el organismo. Por otro lado, se indicarán las principales contraindicaciones y se hablará de la acción medicamentosa, la cual hace referencia a las implicaciones negativas que trae el uso simultaneo de una sustancia psicoactiva y de un fármaco.

- **Tercer momento:**

Se fomentará un espacio de aclaración de dudas respecto al tema y la experiencia personal de cada participante respecto al uso de fármacos. Se mencionará la importancia de seguir las recomendaciones del médico tratante y comprender la importancia del uso de fármacos para el tratamiento eficaz de

patologías, buscando con esto mejorar la calidad y estilo de vida.

- **Reacondicionamiento del espacio:**

Se solicitará apoyo a las y los participantes para la re-acomodación del espacio.

TEMAS

¿Qué es la farmacología?

Los medicamentos son una parte importante de la vida cotidiana, y sus usos van desde ayudar a aliviar un dolor de cabeza hasta bajar la presión arterial para prevenir una enfermedad cardíaca. La farmacología es el estudio de estos medicamentos y cómo afectan a las personas que los toman para tratar o controlar una enfermedad o un trastorno. El campo de la farmacología incluye una variedad de medicamentos, desde medicamentos de venta libre hasta aquellos disponibles únicamente con receta médica, así como suplementos dietéticos o herbales.La farmacología está estrechamente vinculada con otros campos de estudio similares. La farmacocinética, por ejemplo, es el estudio de la absorción, la distribución, el metabolismo y la eliminación de los medicamentos. Para que un medicamento sea efectivo, debe administrarse en la cantidad adecuada. El medicamento también debe lograr su objetivo. Para ello, deben producirse interacciones entre el medicamento y el organismo. El proceso de la farmacodinámica explica cómo el medicamento afecta el cuerpo.

Un campo de estudio reciente, la farmacogenética, evalúa cómo el cuerpo de una persona responderá a determinados medicamentos de acuerdo a sus genes. Los genes de una persona determinan la configuración de las proteínas del cuerpo. A medida de que los medicamentos viajan por el cuerpo, interactúan con estas proteínas. Dado que los genes de todas las personas son distintos, incluso si en algunos casos esta diferencia es mínima, cada persona responderá de maneras únicas a los medicamentos. La farmacogenética ayuda a determinar qué cantidad o qué tipo de medicamento necesitará una persona de acuerdo a su configuración genética. Este campo también se conoce como medicina personalizada.

Sistema nervioso central

El sistema nervioso central (SNC) es la parte del sistema nervioso que controla todas nuestras funciones corporales. Está conformado por el encéfalo, ubicado dentro de la cavidad craneal y la médula espinal, la cual se encuentra dentro del conducto o canal vertebral. El encéfalo está a su vez compuesto por cuatro partes principales: Cerebro (telencéfalo), diencéfalo, cerebelo y tronco encefálico. En estas cuatro partes se procesa la información proveniente del cuerpo y se generan comandos u órdenes que indican a los tejidos de nuestro cuerpo cómo responder y funcionar frente a los diferentes estímulos del medio externo e interno. Estas órdenes abarcan todo el espectro de las funciones corporales, desde respirar hasta pensar.

La médula espinal es la continuación del tronco encefálico. Al igual que el encéfalo, tiene la capacidad de generar órdenes, pero solo para procesos involuntarios como los reflejos: si se percibe calor extremo en la mano, la médula será la responsable de hacer que la mano se retire, incluso antes de que el cerebro interprete el dolor. Sin embargo, su función principal es conducir información entre el encéfalo y el resto del cuerpo.

¿Qué son los depresores del sistema nervioso central (SNC) de prescripción médica?

Los depresores del SNC son fármacos que incluyen sedantes, tranquilizantes y medicamentos hipnóticos. Entre los sedantes se encuentran principalmente los barbitúricos (por ejemplo, el fenobarbital), pero también se incluyen medicamentos hipnóticos sedantes no benzodiacepínicos como Ambien® y Lunesta®. Los tranquilizantes incluyen las benzodiacepinas, como Valium® y Xanax®, los relajantes musculares y los medicamentos ansiolíticos. Estas drogas pueden hacer más lenta la actividad del cerebro, por lo que son útiles para tratar la ansiedad, el pánico, las reacciones de estrés agudo y los trastornos del sueño.

Algunos ejemplos son:

-Benzodiacepinas: diazepam (Valium®), clonazepam (Klonopin®), alprazolam (Xanax®), triazolam (Halcion®) estazolam (Prosom®)

-Hipnóticos sedantes no benzodiacepínicos: zolpidem (Ambien®), eszopiclona (Lunesta®), zaleplón (Sonata®)

-Barbitúricos: mefobarbital (Mebaral®), fenobarbital (Luminal®), pentobarbital sódico (Nembutal®)

Fuente de consulta:

NIHSeniorHealth. (2013). *Personalized medicines.* Obtenido el 29 de abril de 2013 de https://www.nia.nih.gov/health/tracking-your-medications-worksheet Tomado de: NIHSeniorHealth. (2013). Personalized medicines. Obtenido el 29 de abril de 2013 de https://www.nia.nih.gov/health/tracking-your-medications-worksheet .

Torres, Alfredo (2023). *Sistema Nervioso Central (SNC).* Recuperado de: https://www.kenhub.com/es/library/anatomia-es/sistema-nervioso-central-snc

National Institutes of Health In English (S.F). *Depresores del sistema nervioso central (SNC) de prescripción médica.* Recuperado de: https://nida.nih.gov/es/publicaciones/drugfacts/depresores-del-sistema-nervioso-central-snc-de-prescripcion-medica#:~:text=Los%20depresores%20del%20sistema%20nervioso%20central%20(SNC)%20recetados%20son%20medicamentos,que%20inhibe%20la%20actividad%20cerebral.

RECURSOS

Físicos:

- Sillas, mesa, marcadores borrables, tablero acrílico, computador, televisor

Humanos:

- Ciudadanos, ciudadanas y profesional en psicología

RESULTADOS:

Cualitativos

El espacio permitió a las y los ciudadanos conocer información acerca del funcionamiento del sistema nervioso central, sus caracterísicas, funciones pprincipales y la importancia de su cuidado. De la misma manera, identificaron los efectos que trae cualquier tipo de sustancia o fármaco en su funcionamiento y reflexionaron acerca de las conductas de riesgo que muchos han tenido a lo largo de la vida debido al desconocimiento. Asimismo, las y los ciudadanos comprendieron la importancia del autocuidado y la responsabilidad en el uso correcto del tratamiento farmacológico y como este contribuye a la salud mental y emocional. A partir de lo anterior, fue posible dar cumplimiento al objetivo general de dar a conocer a las y los ciudadanos de la comunidad de vida, los efectos de los fármacos en el sistema nervioso central, los beneficios y contraindicaciones, así como también la utilidad de los mismos para el manejo de patologías mentales o del estado de ánimo, a través de un taller psicoeducativo

Cuantitativos

Se contó con la participación de 18 ciudadanos hombres y 2 ciudadanas mujeres, para un total de 20 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: ANA GARCÍA

FIRMA COORDINADOR:

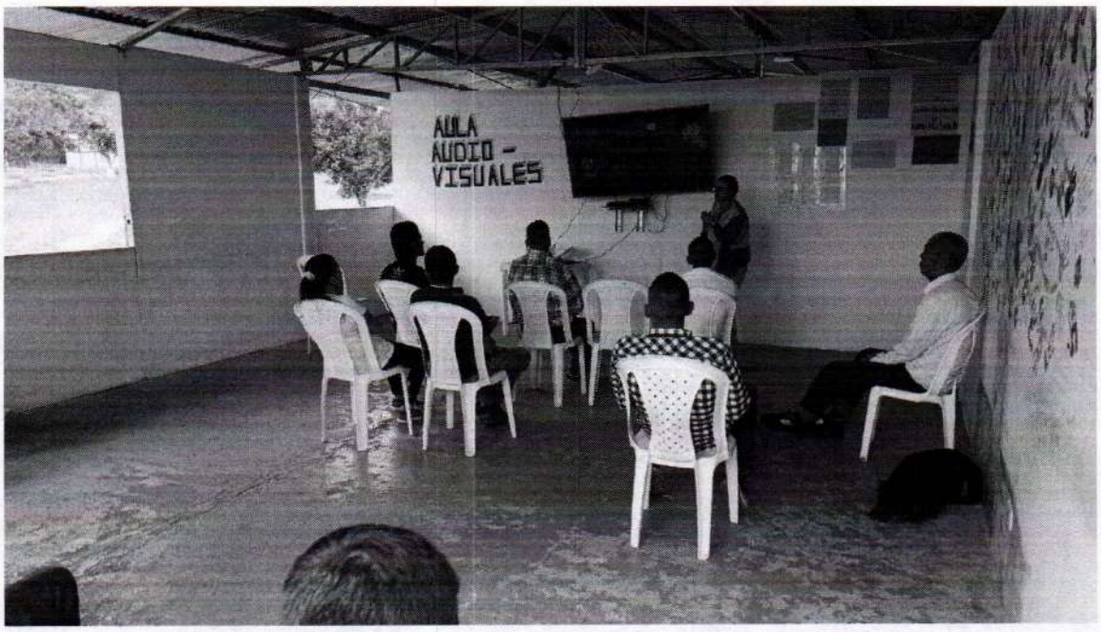
NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

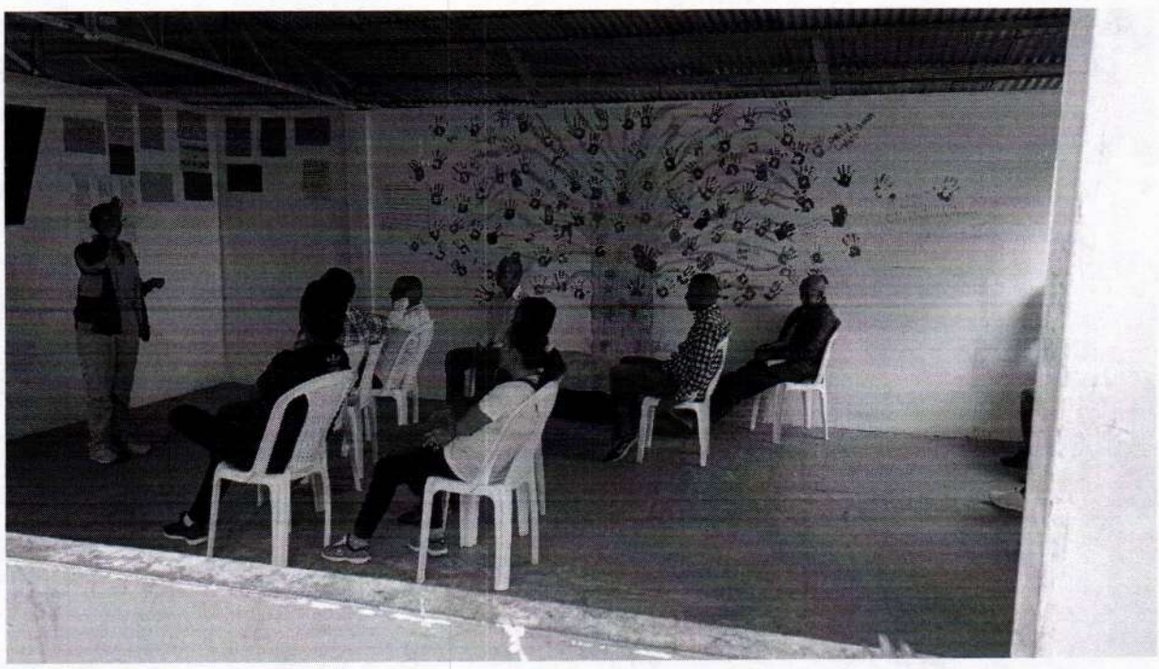
REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Grupo focal farmacodependencias: efectos en el sistema nervioso central

Línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social

Fecha: 04/08/2025





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Grupo Focal Farmacodependencias: efectos en el sistema nervioso central

4. Fecha: 04/08/2025

5. Hora: 9:00 am

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	1032485120	Andres Diaz	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1598295584	ELKIN RAVE	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1032358901	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	52763187	LUZ marina	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	8900478	Jonn Melgoso	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80.238.190	Fernando Amado	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	6814782	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	7142741	Medardo Gonzalez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79974575	MAURICIO PIMIENTEL	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	29477765	Blanca Munar	66	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79950581	Pablo Rodriguez	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1946537	Milton Lopez	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1074600006	orlando lopez Palacio	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	80902937	Juan David Arango	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80926713	Jose Ortiz	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1015404044	William Arteaga	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	2994083	Roberto lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	79305517	Carlos Garcia	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	8226226	Caballero	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	5.924.933	Alexander Villa	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Daniela García Ramírez

14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga

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 el Rosario		**FECHA:** 04/08/2025	**HORA:** 02:00 PM 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jorge Eliecer Banguera Gomez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: RECONOCIÉNDOME: EL CUIDADO PERSONAL COMO PRIMER PASO HACIA MI BIENESTAR

OBJETIVO GENERAL: Promover el reconocimiento del cuidado personal y la imagen corporal como elementos fundamentales para la dignidad, la autoestima y el proceso de inclusión social

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer la importancia del cuidado personal y la higiene como expresión de autocuidado y respeto por sí mismo.
- Identificar prácticas básicas de higiene, presentación e imagen corporal accesibles desde el entorno cotidiano.
- Reflexionar sobre la relación entre la imagen corporal, el bienestar emocional y el proceso de transformación personal.

METODOLOGÍA: El taller se estructura desde la Línea de atención 1: desarrollo personal para la inclusión social. Desde un enfoque socioeducativo, se reconoce que las personas habitantes de calle han atravesado procesos de exclusión, deterioro de su imagen corporal y debilitamiento del cuidado de sí. Por ello, la metodología busca reconstruir la relación con el cuerpo desde una perspectiva dignificante, sensible y libre de juicios.

Adecuación: Se organiza junto a las ciudadanas y los ciudadanos el escenario seleccionado para el desarrollo de la actividad, se organizan los recursos necesarios para su función.

Momento 1: "Me miro, me reconozco": Se invita a los participantes a formar un círculo. El profesional de trabajo social introduce el tema del día con una breve reflexión sobre la importancia del cuerpo como parte de nuestra historia y nuestra identidad. Luego, se tendrá un espejo pequeño. Se les pide que, en silencio, observen su rostro y su cuerpo durante unos segundos.

Después de ese momento de autobservación, se les propone compartir (voluntariamente) una palabra que exprese cómo se sienten al verse, o bien escribirla en una tarjeta. El profesional guía una breve conversación con preguntas como:

- ¿Hace cuánto no te detenías a mirarte con calma?
- ¿Qué ves cuando te miras?
- ¿Cómo te gustaría sentirte con tu imagen?

Esta actividad genera una apertura emocional suave, centrada en la dignificación del cuerpo y en el reconocimiento de la identidad, promoviendo la autorreflexión como paso inicial hacia el autocuidado.

Momento 2: "Mi cuerpo merece cuidado": se Identificarán prácticas accesibles de autocuidado e higiene corporal, comprender su vínculo con la salud y el bienestar emocional, y compartir experiencias personales de cuidado (o descuido) del cuerpo durante la vida en calle.

este espacio se divide en dos bloques interrelacionados:

Conversación guiada: El profesional pregunta al grupo:

- ¿Qué es para ti cuidarte?
- ¿Cuáles son los principales desafíos para cuidarte cuando vives en calle?
- ¿Cómo cambia tu estado de ánimo cuando estás limpio o arreglado?

Se anotan las ideas clave en un papelógrafo para que todos puedan verlas.

Demostración participativa: Se muestran elementos básicos de higiene (cepillo, jabón, toalla, desodorante, etc.), se explican de manera práctica y sencilla sus usos. Se invita a los participantes a

manipular los elementos, compartir usos alternativos o estrategias para cuidarse incluso en condiciones difíciles.

Momento 3: "¿Qué dice mi imagen de mí?": Se cerrará el taller con una actividad simbólica que fortalezca la conciencia del cuerpo como parte esencial de la identidad y que vincule el autocuidado con el respeto personal y el cambio social.

Se dispone un papelógrafo en la pared con la frase central del día:
"Yo me cuido, yo valgo".

Cada participante recibe una hoja pequeña para escribir o dibujar dos cosas:

1. Una acción concreta de cuidado personal que se compromete a mantener o retomar (por ejemplo: lavarme los dientes, usar desodorante, cortarme las uñas, etc.).
2. Una frase que le recuerde que su cuerpo tiene valor (por ejemplo: "Mi cuerpo es parte de mi historia", "Cuidarme es quererme", etc.).

Una vez escritas, se pegan en el mural colectivo, formando un collage visual con los compromisos individuales y mensajes motivadores. Se finaliza con un círculo de palabra breve, donde quien desee puede compartir su mensaje o experiencia del día. Este momento reforzara el vínculo entre autoestima, imagen corporal y dignidad, y permite que cada participante se lleve consigo un compromiso emocional, práctico y simbólico con su cuerpo.

Reacondicionamiento del espacio: se indica dejar el lugar mejor de cómo lo encontramos, junto a los ciudadanos se opta por organizar el espacio, recoger residuos que pudieran quedar y organizar las sillas y mesas que se utilizaron.

TEMAS:
El cuidado personal como derecho, acto de dignificación y expresión de autonomía

El cuidado personal es una práctica cotidiana que se relaciona con la higiene, la salud, el bienestar físico y emocional. Más allá de una rutina estética, es una expresión de respeto hacia uno mismo, una forma de proteger la integridad física y de reconstruir la autoestima. Para personas en situación de calle, el acceso al cuidado del cuerpo está limitado por múltiples barreras: falta de recursos, condiciones indignas, deterioro de la salud mental, exclusión institucional, entre otras.

Desde una perspectiva ética y de derechos, el autocuidado debe entenderse como una manifestación de dignidad y no como una obligación moral. Cuidarse, en condiciones de adversidad, es también una forma de resistencia personal y social.

Imagen corporal y autoestima: una relación afectiva con el cuerpo

La imagen corporal es la representación mental, emocional y social que cada persona tiene de su propio cuerpo. Está influida por la historia personal, la cultura, las experiencias de vida, y las relaciones con los demás. En poblaciones que han vivido abandono, violencia o deterioro psicosocial, como la población habitante de calle, la imagen corporal suele estar afectada por el descuido, el rechazo, el estigma o la pérdida de sentido del cuerpo.

La imagen corporal no solo se relaciona con la apariencia física, sino con la forma en que nos percibimos, valoramos y nos presentamos al mundo. Cuando una persona comienza a cuidarse, arreglarse, asearse o mirarse con compasión, también inicia un proceso de reconstrucción de identidad y autoestima.

Barreras sociales y emocionales al cuidado en personas habitantes de calle

Las personas habitantes de calle enfrentan limitaciones estructurales y subjetivas para el cuidado personal. Entre ellas:

- Acceso limitado a agua potable, baños, ropa o artículos de higiene.
- Estigmatización del cuerpo "sucio" o "deteriorado".
- Pérdida del deseo de autocuidarse producto de la exclusión, el abandono o la depresión.
- Sentimientos de vergüenza o culpa que impiden establecer una rutina de aseo.

Estas condiciones generan una desvinculación emocional con el cuerpo, visto como fuente de dolor, enfermedad o rechazo social. En este contexto, el acompañamiento profesional desde el trabajo social

debe reconocer estas barreras sin juicio, y promover espacios que reconecten al sujeto con su cuerpo desde el respeto, el cuidado y la posibilidad de transformación.

FUENTES:

- Nussbaum, M. (2006). *Las fronteras de la justicia: consideraciones sobre la dignidad humana.* Editorial Paidós.
- Organización Panamericana de la Salud – OPS. (2020). *Autocuidado de la salud: estrategia para la promoción de la salud en poblaciones vulnerables.*
- Cash, T. F. (2004). *Body image: past, present, and future.* Body Image Journal, 1(1), 1–5. Bruchon-Schweitzer, M. (2002). *Psicología de la salud: evaluación e intervención.* Editorial Masson.
- Rodríguez, R. & Lema, M. (2017). *La imagen corporal en contextos de vulnerabilidad social: representaciones del cuerpo en personas sin hogar.* Revista Latinoamericana de Psicología Social.
- Franco, L., & Martínez, M. (2018). *Habitar la calle y cuidar el cuerpo: prácticas y significados del cuidado personal en personas sin hogar.* Revista Colombiana de Trabajo Social, No. 31, 107–122.
- Dubet, F. (2002). *El declive de la institución.* Editorial Gedisa – capítulo: "La ética del reconocimiento".

RECURSOS:

- Listado de asistencia, hojas lápices, cámara o celular con cámara.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante la actividad, se evidenció disposición y apertura por parte de los asistentes para reflexionar sobre la importancia del cuidado personal como elemento fundamental en la construcción de bienestar integral y proyección positiva de la imagen personal. Se generaron intercambios significativos en los que los participantes expresaron sus percepciones frente a las dinámicas diarias de convivencia dentro de la comunidad, resaltando la necesidad de promover hábitos de higiene tanto por beneficio individual como por el fortalecimiento de la sana convivencia.

Los ciudadanos identificaron el impacto que tienen las prácticas de autocuidado en su presentación personal, reconociendo que, durante el tiempo en situación de calle, estas rutinas tienden a perderse. Asimismo, se destacó la relevancia de utilizar adecuadamente los elementos de aseo que les son suministrados y la responsabilidad individual en el mantenimiento de hábitos saludables.

Como mensaje final, el grupo enfatizó la importancia de retomar y sostener prácticas de higiene personal, comprendiendo que estas inciden directamente en su autoestima, salud y en la generación de un ambiente comunitario más armónico.

Cuantitativos: Se conto con la participación de 3 ciudadanos del género masculino, los cuales se identificas en su orientación sexual como heterosexuales.

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 3 ciudadanos.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

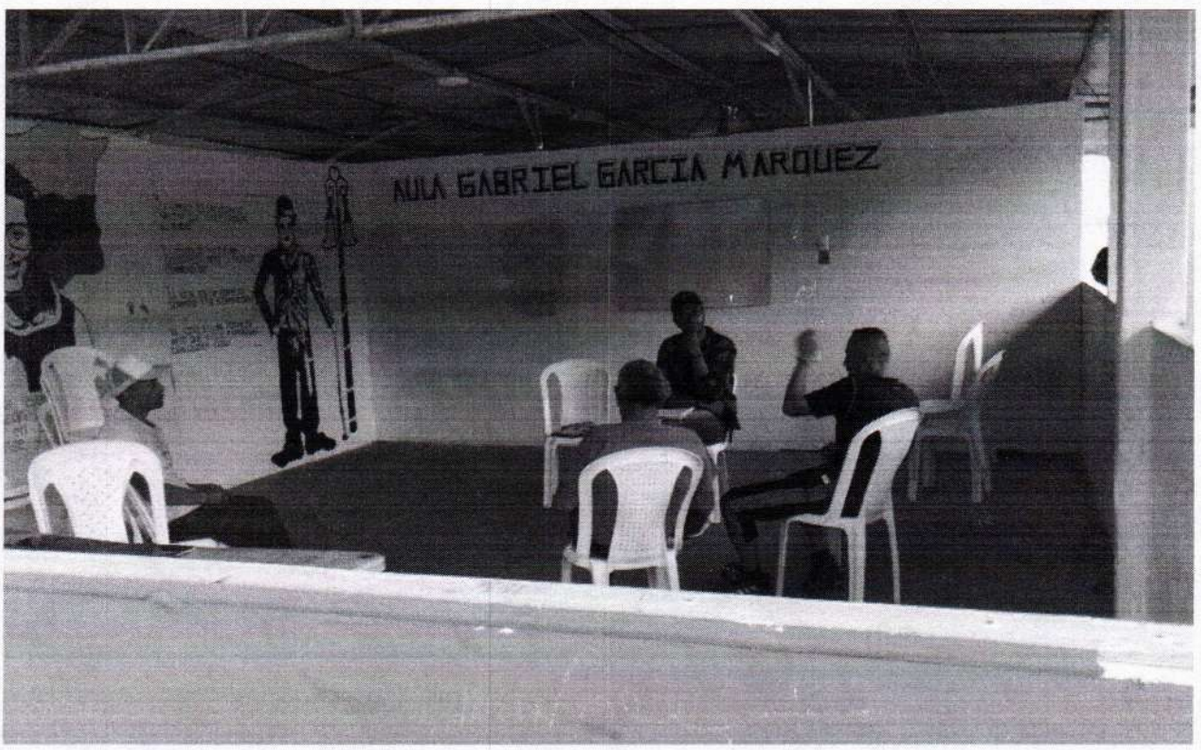
NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

Registro fotográfico: 04/08/2025

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconociéndome: el cuidado personal como primer paso hacia mi bienestar.

Línea de atención 1: desarrollo personal para la inclusión social.
TIPO DE ACTIVIDAD: Etapa I.





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: RECONOCIÉNDOME: EL CUIDADO PERSONAL COMO PRIMER PASO HACIA MI BIENESTAR.

4. Fecha: 04/08/2025

5. Hora: 2:00 Pm

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	1033[illegible]	Anderson Aguilar	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA				X				Fabian A	
2	CC	1014916	Julio Cesar Hernandez	62	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA				X					
3	CC	80165330	JOHAN MURCIA	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA				X					
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: JORGE ELIECER BANGUERA

14. Cargo o rol del responsable: TRABAJO 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 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 El Rosario		**FECHA:** 04/08/2025	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 03:30 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Capacidad del carácter (Compromiso)

OBJETIVO GENERAL:
Brindar herramientas para el fortalecimiento de la capacidad del carácter compromiso, a partir de la metodología teórico-práctica, con la finalidad de que las y los ciudadanos se sensibilicen frente a la importancia del desarrollo de metas, logros y objetivos en su proceso en comunidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Incentivar a los participantes en el reconocimiento de las capacidades del carácter con las que cuenta cada uno y reforzarlas según sus necesidades individuales
- Orientar a las y los participantes en la importancia de adquirir compromisos frente a su proceso de desarrollo personal
- Dar a conocer los aspectos teóricos de la capacidad del carácter compromiso como estrategia para el cumplimiento de metas y objetivos individuales.

METODOLOGÍA:

Durante la actividad se implementará la metodología psico - educativa, a través de la cual, los participantes adquirirán herramientas que favorezcan el conocimiento de una de las capacidades del carácter- compromiso, lo anterior en torno a la línea de atención I: desarrollo personal para la inclusión social, el taller se llevara a cabo con las y los participantes de etapa 2.

- **Adecuación**:

Se realizara alistamiento de los recursos físicos que se van a implementar durante el desarrollo de la temática, además se convoca a los participantes en el espacio en el cual se desarrollará la actividad con apoyo del área de promotoría, se organizan las sillas en circulo para posteriormente dar la bienvenida a los y las ciudadanas que se encuentran en momento dos.

- **Primer momento:**

Se llevará a cabo la actividad rompe hielo denominada "Alcanza la estrella"; la cual pretende crear un ambiente de confianza y disminuir factores estresores que se pueden generar, además busca focalizar la atención de los participantes en el desarrollo de la temática. Posteriormente, se mencionará el nombre de la temática a abordar, los objetivos, la metodología y de mantener una actitud de respeto y receptividad durante el desarrollo de la actividad. Adicionalmente se hará entrega a cada participante de una pasta o espagueti, indicando que deberán, cuidar y mantener en óptimas condiciones el elemento entregado hasta finalizar la actividad, posteriormente de manera simbólica se firma un compromiso de cuidado al elemento entregado, posteriormente se realizan actividades al aire libre (carreras, patear el balón y el baile de las sillas) lo anterior a fin de generar diversas actividades que pongan en riesgo el elemento entregado.

- **Segundo Momento:**

Se realizará la introducción al tema recordando el concepto de carácter, el cual se forma a través de las vivencias y experiencias y está compuesto por 8 grandes capacidades las cuales lo forman en su totalidad y hacen al ser una persona íntegra: confianza, iniciativa, autonomía, identidad, generatividad, industriosidad, compromiso y trascendencia.
Se procederá a explicar que para el presente taller se trabajará en torno a comprender la capacidad de compromiso, por lo que se proyectará un video reflexivo acerca del tema a abordar y posteriormente se realiza una lluvia de ideas a fin de conocer lo comprendido por los participantes. El nombre del cortometraje bienvenidos es " La muestra la llegada de internet a las escuelas de comunidades donde no hay electricidad, con la idea de mostrar la realidad que allí viven y los cambios que la conectividad que aporta Luces para Aprender puede generar"

- **Tercer momento:**

Se realizarán Las siguientes preguntas a los y las asistentes: ¿cómo se representa la responsabilidad y la irresponsabilidad? a lo que se brindará un espacio para resolver el interrogante. Para finalizar se realizará

una retroalimentación acerca de la temática abordada y los aprendizajes adquiridos o consolidados durante el taller, reflexionando acerca de quiénes lograron cumplir con el objetivo propuesto de mantener en óptimas condiciones el elemento que les fue entregado al principio de la actividad y quiénes presentaron dificultades para cumplir con el objetivo, de tal manera que se logre sensibilizar a las y los participantes respecto a la importancia de comprometerse consigo mismo a través del cumplimiento de metas y objetivos que contribuyan a su proceso de desarrollo personal.

- **Reacondicionamiento del espacio:**

Una vez culminado con el cierre de taller, se les solicita a los participantes organizar el espacio utilizado (recogiendo sillas y mesas).

TEMAS

Carácter

Según la *Real Academia Española*, la acepción número seis en la entrada dedicada a la palabra, define carácter como "El conjunto de cualidades o circunstancias propias de una cosa, de una persona o de una colectividad, que las distingue, por su modo de ser u obrar, de las demás", y propone algunos ejemplos de su uso: "El carácter español. El carácter insufrible de Fulano".

Esta explicación, sin embargo, sirve para hacerse una idea sobre el uso que se le da popularmente al término de carácter (lo cual está bien y entra dentro de los objetivos de la RAE), pero si queremos entender lo que es de un modo más global tenemos que saber qué dicen sobre el carácter los psicólogos que se dedican a investigar a partir de esta idea. Y es que el carácter es uno de los conceptos más usados en la psicología de las diferencias individuales para categorizar las diferencias entre individuos; de hecho, está muy relacionado con otros conceptos, como el de personalidad o el de temperamento.

Son muchos los psicólogos y psiquiatras que todavía expresan discordancias sobre el significado específico que le dan al concepto de "carácter". Pese a ello, entre las semejanzas que podemos encontrar en las explicaciones de aquellos investigadores que trabajan para extraer conocimiento relacionado con el tema, se encuentra la idea de que el carácter de una persona resume la manera en la que esta persona reacciona habitualmente frente a una situación, circunstancia o acción determinada. Dicho con otras palabras, el carácter no es algo que sea producido por nuestro cuerpo, sino que se basa en la interacción

Ernest Kretschmer, importante investigador alemán sobre la constitución del carácter, bien reconocido sobre sus estudios biotipológicos, afirma que el carácter "resulta del conjunto de las características biológicas fundamentales basadas en los sustratos anatómico-fisiológicos de la constitución individual y de las características que se desarrollan bajo la influencia del ambiente y de especiales experiencias individuales". Hasta donde hoy día sabemos del carácter, éste se desarrolla mediante la fusión de la constitución del temperamento (heredado de nuestros padres) y del instinto con el medio que nos rodea, o por factores externos que actúan permanentemente sobre nuestra individualidad, modificándola más o menos fuerte e importante pero sin transformarlo nunca.

Esto significa que el carácter forma parte de un proceso. En concreto, está en nuestra manera de relacionarnos con el entorno y con los fenómenos internos de nuestra mente (recuerdos), y por lo tanto no es una cosa, algo que permanezca fijo y que interactúe con tros elementos. Ni en el cerebro ni en ninguna parte de nuestro sistema nervioso hay una estructura que produzca el "carácter" de cada cual.

Compromiso

El compromiso es la capacidad del individuo dentro de su carácter para tomar conciencia, decisión y una determinación en la importancia que tiene el cumplir con el desarrollo de sus metas, logros u objetivos dentro del plazo que se le ha estipulado ó se ha estipulado por cuenta propia.

Según el pensamiento de S. Lehman "el compromiso es lo que transforma una promesa en realidad, es la palabra que habla con valentía de nuestras intenciones, es la acción que habla más alto que las palabras, es hacerse al tiempo cuando no lo hay, es cumplir con lo prometido cuando las circunstancias se ponen adversas, es el material con el que se forja el carácter para poder cambiar las cosas, es el triunfo diario de la integridad sobre el escepticismo.

Comprometerse y mantener los compromisos, son la esencia de la proactividad" Partimos de la definición del compromiso como "la capacidad que tiene el ser humano para tomar conciencia de la importancia que tiene cumplir con el desarrollo de su trabajo dentro del tiempo estipulado para ello".

Al adquirir un compromiso, se pone al máximo la capacidad para sacar adelante la tarea encomendada. Teniendo en cuenta que se conocen las condiciones que se están aceptando y las obligaciones que estas nos conllevan, ya que supone un esfuerzo permanente hacia la consecución del objetivo establecido.

Cuando nos comprometemos es porque conocemos las condiciones que estamos aceptando y las obligaciones que éstas conllevan. La ausencia de compromiso convierte la elección en una trivialidad. Cuando la decisión es aleatoria, la acción carece de sentido

Fuentes

Loren de Armas. Capacidades del carácter. Tomado de https://es.scribd.com/document/392831741/Capacidad-Del-Caracter

Ricardo Vasquez. Carácter, tomado de: https://psicologiaymente.com/personalidad/caracter-definicion-rasgos

Castellanos (2013) *La importancia del carácter.* Recuperado de:

http://racastellanos20.blogspot.com/2013/11/las-ocho-capacidades-del-caracter.html

RECURSOS
Físicos:

- Sillas, televisor, computador.

Humanos:

- Ciudadanos y ciudadanas, profesional en el área de psicología, promotoría

RESULTADOS:

Cualitativos

Las y los ciudadanos que participaron en la actividad reconocieron que una de las principales dificultades que han presentado es el no comprometerse consigo mismos, con sus metas, sus proyectos y las personas de su entorno, lo que ha generado sentimientos de frustración. De la misma manera, identificaron las acciones que pueden implementar en la cotidianidad para el fortalecimiento de su capacidad de compromiso, siendo esta fundamental no solo para su proceso de desarrollo personal en la comunidad de vida, sino también para lograr cumplir sus metas y proyectos. A partir de lo anterior, fue posible dar cumplimiento al objetivo de brindar herramientas para el fortalecimiento de la capacidad del carácter compromiso, a partir de la metodología teórico-práctica, logrando sensibilizar a los participantes frente a la importancia del desarrollo de metas, logros y objetivos en su proceso en comunidad de vida

Cuantitativos

Se contó con la participación de 15 ciudadanos hombres, 2 de ellos son adultos mayores.

FIRMA DEL RESPONSABLE: ANEMAGAFOÍA.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Nombre de la actividad: Capacidad del carácter (Compromiso)
Línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social
Fecha: 04/08/2025
Etapa II





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Capacidad del Caracter (Compromiso)

4. Fecha: 04/08/2025

5. Hora: 2:00 PM

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	79962854	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1014606088	JULIAN D CRISTIANO	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1012470081	OSCAR GONZALEZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					OSCAR	
4	CC	1032358861	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1592958	ELKIN ALVI	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80.038.760	Fernando Arado	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80293905	DANIEL ADELAIDO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79305517	CARLOS GARCIA	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	19216513	MILTON LOPEZ	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1073699996	Orlando lopez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1014190605	YEISON GARCIA	31	No aplica	No aplica	No aplica			X					YEISON GARCIA	
12	CC	71709849	FANDIR RIVERA L	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1151104	NELSON MENDEZ	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1032685	ANDRES D DIAZ	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80802980	Andres velandia	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Daniela García R.

14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga

15. Firma del responsable de la actividad: DANIELA GR

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 El Rosario		**FECHA:** 04/08/2025	**HORA:** Inicio: 2:00pm Final: 03:30pm
ÁREA: Terapia ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Astrid Carolina Rico Sánchez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Estilo de vida

OBJETIVO GENERAL:

- Orientar a las y los ciudadanos habitantes de calle en la importancia de tener un estilo de vida saludable mediante hábitos adecuados que influya en el bienestar y equilibrio de sí mismo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reducir el estrés y la ansiedad mediante la implementación de técnicas que regulen el control de impulsos.
- Sensibilizar a las y los ciudadanos habitantes en que creen un estilo de vida saludable mediante la implementación de actividades diarias que aborden el área emocional, mental, física y social.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de esta actividad con los participantes de etapa III en el marco de la línea de atención I Desarrollo personal para la inclusión social, se utilizará la metodología psico-educativa la cual hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias que van a permitir al ciudadano y la ciudadana mitigar los riesgos y reducir los daños asociados a determinadas situaciones. Con ello se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada persona logre el mayor grado de desarrollo personal posible.

Adecuación: Se realizará el llamado a las y los ciudadanos en el aula de renacer y se realizará alistamiento de los recursos físicos que se van a implementar durante el desarrollo de la temática.

Primer momento: Se dará inicio con socialización de temática y proyección de video de youtube llamado ¡DEJA DE PENSAR Y EMPIEZA A ACTUAR AHORA MISMO! Poderosa Motivación Matutina 2025, en donde se retroalimentará con aspectos importantes y se hará énfasis en la importancia de llevar un estilo de vida saludable, así mismo se dará la palabra a los ciudadanos para que expongan que conceptos tienen de sobre un estilo de vida.

Segundo momento: Se proyectará video de 7 Pasos Para Iniciar Una Vida Saludable | Dr. Carlos Jaramillo, posteriormente se retroalimentará, teniendo en cuenta aspectos importantes para adquirir hábitos saludables, mediante tres claves: la señal, la acción y la recompensa. Así mismo se le dará la palabra a los participantes para que expongan patrones inadecuados que presentan y que desean reemplazarlos por otras conductas. De igual manera el cómo implementar el habito, atendiendo las claves dadas.

Tercer momento: Se dará continuidad con la proyección de video de 7 Hábitos DIARIOS que cambiarán tu vida en solo 5 minutos, en el cual los ciudadanos deberán reconocer que hábitos se han adquirido en comunidad de vida y en cuales se les ha dificultad, así mismo que hábitos desean implementar para tener

un estilo de vida saludable.

Reacondicionamiento del espacio: La zona del aula renacer que se utilizara para el taller quedara ordenada y libre de basura o de cualquier objeto que afecte la imagen o el cuidado de este espacio.

TEMAS

ESTILO DE VIDA: según el Glosario de salud de la Organización Mundial de la Salud, es una forma de vida que se basa en patrones de conducta individuales identificables y que pueden cambiar en el tiempo, determinados por la interacción entre las características personales, los factores sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales.

En numerosas ocasiones, hemos escuchado hablar sobre el estilo de vida; incluso, suele existir la certeza de que un "buen estilo de vida" tiene un impacto positivo en la salud de las personas.

Un estilo de vida saludable, más que solo comer bien. Es la continuidad de hábitos saludables implementados para mejorar nuestra calidad de vida, la búsqueda del equilibrio en la salud. Este equilibrio se suele lograr con la implementación de buenos hábitos que generen bienestar para nuestro cuerpo y mente, teniendo un cambio positivo en nuestras vidas.

¿Qué son los hábitos de vida saludable? Los hábitos de vida saludables son aquellas conductas que se repiten de manera constante y que contribuyen a mejorar el bienestar físico, mental y social. Estas prácticas se convierten en parte de nuestra rutina diaria y tienen un efecto directo en nuestra calidad de vida. Los hábitos saludables actúan como factores protectores, ayudando a prevenir enfermedades y promover un estado de bienestar duradero. Por otro lado, la falta de estos hábitos puede generar factores de riesgo que aumentan la probabilidad de desarrollar enfermedades físicas y trastornos emocionales.

Beneficios de un estilo de vida saludable se reflejan tanto en el interior como en nuestro exterior, siendo los más destacados los siguientes.

- ✓ El tener una alimentación balanceada, hidratarse y practicar ejercicio nos permite prevenir y reducir la posibilidad de adquirir enfermedades.
- ✓ Contribuye a mejorar la calidad de vida gracias al cuidado constante y adecuado para nosotros.
- ✓ Apoya de forma positiva a las diversas etapas de nuestra vida como, la niñez, adultez, vejez, embarazo, etc.
- ✓ Puede aportar al bienestar emocional.

A nivel personal como en un colectivo, existen formas y maneras de comportarse que son más favorables para la salud, frente a otras que pueden resultar más desfavorables. Esto deriva en el concepto de "estilo de vida", definido como el "conjunto de pautas y hábitos comportamentales cotidianos de una persona". O bien, tal como Mendoza (1994) propone: "El estilo de vida puede definirse como el conjunto de patrones de conducta que caracterizan la manera general de vivir de un individuo o grupo" (Sánchez Bañuelos, 1996; Casimiro, 1999).

Por último, es importante evitar los malos hábitos que pueden afectar negativamente la salud. El tabaco, el alcohol y las drogas pueden causar problemas graves de salud, como enfermedades respiratorias, hepáticas y adicciones. Es importante evitar estos hábitos y buscar ayuda si se tiene dificultades para dejarlos.

Un estilo de vida saludable va más allá de mantener una buena apariencia física. La combinación de una alimentación balanceada y ejercicio regular tiene un impacto significativo en la prevención de enfermedades crónicas como las cardiovasculares, el cáncer y la diabetes, las cuales son responsables de una alta tasa de mortalidad a nivel mundial. Además, estos hábitos contribuyen a mejorar la salud mental y emocional, ya que reducen los síntomas de ansiedad y depresión, dos de los problemas más comunes en la actualidad.

Algunos consejos para mejorar tu estilo de vida:

- ✓ No te saltes comidas, establece horarios regulares.
- ✓ Aumenta el consumo de frutas y vegetales.
- ✓ Controla el consumo de excesos de cafeína, alcohol y cigarros.
- ✓ Evitar o reducir los alimentos altos en azúcar o grasa.
- ✓ Beber 2 litros de agua al día.
- ✓ Come con tranquilidad y sin prisa.
- ✓ Haz uso de las escaleras en vez de los asesores.
- ✓ Caminar las distancias cortas en vez de ir en autobús.
- ✓ Pasa más tiempo conectado con la naturaleza y menos detrás de la pantalla de un celular o computadora.
- ✓ una actividad física que te guste, puede ser nadar, correr o ir al gimnasio.
- ✓ Ten una higiene adecuada, corporal, dental, y mantén el orden y limpieza de tu entorno.
- ✓ Rodéate de amigos, pasa tiempo de calidad y cuida tus relaciones sociales.

Fuente:

- **https://www.um.es/innova/OCW/actividad_fisica_salud/contenidos/estilo_de_vida.html**
- **https://emssanareps.co/component/content/article/habitos-y-estilos-de-vida-saludables?catid=12&Itemid=361**
- **https://hospitalprivado.com.ar/blog/cuidados-preventivos/la-importancia-de-los-habitos-saludables.html**
- **https://www.youtube.com/watch?v=Zq2xFbaehM8&t=178s**
- **https://www.youtube.com/watch?v=R5cHrH0Jukg**
- **https://www.youtube.com/watch?v=rfcf4x6oHnE**

RECURSOS

Físicos: Mesa, sillas, Video beam, portátil, bafle, listado de asistencia.

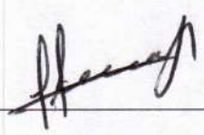
Recursos humanos: Ciudadanos y Terapeuta ocupacional

RESULTADOS:

Cualitativos: Los ciudadanos durante el taller expresaron opiniones y reconocieron que les falta disciplina para poder implementar hábitos saludables; así mismo acorde a la clave para deshabituar patrones inadecuados como la es la señal, acción y recompensa, les generó inquietud y mediante ejemplos de la vida diaria se logró la claridad de la temática para poder implementar y reemplazar con actividades saludables aquellas conductas que no generan bienestar, si no por el contrario alejan del proceso de desarrollo personal. De igual manera se resaltó la importancia de mantener hábitos diarios e identificaron que dentro del servicio han logrado hábitos saludables que en calle es lo que menos se le da importancia. Tales como hábitos de alimentación, despertar, higiene del sueño, actividad física y autocuidado.

Cuantitativos: En el taller se cuenta con la participación de 21 ciudadanos, distribuidos de la siguiente manera, 4 mujeres y 17 hombres los cuales se identifican con género masculino y 4 de estos hacen parte del adulto mayor.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ESTILO DE VIDA
LÍNEA DE ATENCIÓN I: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
FECHA: 04/08/2025
ETAPA III







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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Estilo de Vida

4. Fecha: 04/08/2025

5. Hora: 2:00 pm

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	1022962216	Julio Bernal	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1070947429	yeisson Wilches	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	52775832	Dandhara Lima	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79899785	Osvaldo Sepúlveda	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1026553260	Oscar BARAHONA	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	79194895	Jesús Bernardo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	2997776	Blanca Muñar	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79950581	Pedro Rodriguez	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	52763187	Luz Mavina	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80160545	Jose A Ospina Baez	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79941085	Oberlando Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80000000	Jose Molano	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	80.120.687	Juan Vilora	211	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1047376951	Diego Velez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80244819	Alexander Galeano	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1054440744	Yoblin Arteaga	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	52995591	Pilar Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	19468627	Luis	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1012412582	Diego espitia	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	91.214.68	Rafael A. Mendez	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Ashid Caldina Rico Sanchez

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Estilo de Vida

4. Fecha: 04/08/2025

5. Hora: 2:00pm

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		
21	CC	75457755	Nasioforo Rodriguez	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
22																
23																
24																
25																
26																
27																
28																
29																
30																
31																
32																
33																
34																
35																
36																
37																
38																
39																
40																

13. Nombre del responsable: Astrid Carolina Rico Sánchez

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 El Rosario	**FECHA:** 04/08/2025	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 03:30 pm

ÁREA: Educación Física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Anggie Paola Murcia Salinas

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Manejo del síndrome de abstinencia por medio de la actividad física.

OBJETIVO GENERAL:

Promover el uso de la actividad física y deportes no convencionales como herramienta alternativa para disminuir los síntomas del síndrome de abstinencia, fortaleciendo habilidades emocionales, físicas y sociales en un entorno saludable y de apoyo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar la participación en actividades físicas no tradicionales como forma de canalizar la ansiedad, el estrés y la impulsividad asociados al síndrome de abstinencia.
- Estimular el sentido de logro, pertenencia y autoestima a través del trabajo en equipo y la superación personal.
- Incorporar alternativas saludables y creativas de ocio que contribuyan a la prevención de recaídas.

METODOLOGÍA:

El taller con etapa 4 se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdica- pedagógica, que favorecerá el fortalecimiento de competencias que motiven a los ciudadanos y ciudadanas a reconocer diferentes prácticas, físicas y deportivas, la cual busca identificar los recursos y reforzar las fortalezas propias del ciudadano, que contribuyen a gestionar el síndrome de abstinencia usando como estrategia el degaste energético, involucrando acciones que aporten a su proceso de desarrollo personal. Se dará bajo la línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social.

Adecuación

Se realizará la invitación a las y los ciudadanos de etapa 4 que participarán del taller de desarrollo personal y se define la metodología a ejecutar, para que todas y todos los participantes tengan la mayor disposición para el mismo.

Primer momento

Se realizará introducción de la actividad, orientada al tema del manejo de abstinencia, se explicará a la población la importancia del desgaste energético para el control de estados de ansiedad y el síndrome de abstinencia, para ello se iniciará con la proyección de preguntas orientadoras.

- ¿Qué entienden por "deportes no convencionales"? ¿Conocen alguno?
- ¿Qué relación creen que puede haber entre el deporte y el manejo de abstinencia?
- ¿Por qué creen que se insiste tanto en el ejercicio físico en procesos de desarrollo personal?

Segundo Momento

Seguido al dialogo que se genere por medio de las preguntas orientadoras, se proyectará un documental donde se de a explicar algunos deportes no convencionales o modificados que se implementará como alternativa recreativa para el manejo de abstinencia, donde ellos logren identificar actividades que se maneje como aprovechamiento del tiempo libre.

El documental se llama **The Smashing Machine: The Life and Times of Extreme Fighter Mark Kerr (2002);** Este documental de HBO retrata la vida del luchador de artes marciales mixtas Mark Kerr, enfatizando su lucha contra las profundidades de la adicción y su proceso de recuperación, incluido el manejo de la abstinencia.

Teniendo presente fragmentos del documental, se establecerá las siguientes preguntas con el propósito de analizar la temática tratada.

- ¿Qué síntomas o consecuencias de la abstinencia se evidencian en el documental?
- ¿Cómo se relaciona la presión del alto rendimiento deportivo con la búsqueda de sustancias para "rendir mejor" o para sobrellevar el dolor?
- ¿Qué enseñanzas podrías aplicar en tu vida o en tu entorno sobre el manejo de la presión, la salud mental y la prevención de adicciones?

Tercer momento

Se lleva a cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su vida.

Reacondicionamiento del espacio

Se solicita a los ciudadanos organizar el espacio y los elementos utilizados

Temas

Síndrome de abstinencia

El síndrome de abstinencia o "mono" se trata de un conjunto de reacciones físicas y psicológicas que surgen después de que una persona reduzca o deje de consumir una sustancia de la que ha estado abusando durante mucho tiempo. Estamos hablando de tabaco, alcohol, cocaína, u otros estupefacientes. Los síntomas y su intensidad varían según la cantidad y frecuencia de consumo, estando relacionados con la dependencia y adicción de la persona. Así pues, si no se trata correctamente, pueden desarrollarse problemas de salud muy serios.

Tipos de síndromes de abstinencia

El síndrome de abstinencia se puede clasificar de dos formas: según el tiempo que tardan en aparecer los síntomas o según la sustancia que se consuma. A continuación, te los detallamos.

Síndrome de abstinencia según el tiempo de adicción:

Síndrome de abstinencia agudo. Los síntomas aparecen inmediatamente después de consumir el consumo de la sustancia.

Síndrome de abstinencia tardío. Las secuelas del consumo se mantienen en el tiempo a pesar de haber superado la adicción.

Síndrome de abstinencia psicológico. Aparecen síntomas del síndrome agudo porque el adicto se expone a estímulos y situaciones similares a cuando era consumidor.

Síndrome de abstinencia según la sustancia consumida:

Sabemos que hay muchos tipos de sustancias que generan adicción. Pero, aquí te dejamos las más comunes y qué síntomas surgen después de su consumo:

Síndrome de abstinencia alcohólica. La persona adicta al alcohol durante mucho tiempo puede experimentar, una vez lo deja, taquicardia, insomnio, temblor de manos, ansiedad o agitación.

Síndrome de abstinencia de nicotina. Dejar de fumar provoca frustración, ira, inquietud y un aumento del apetito o de peso, entre otros síntomas.

Síndrome de abstinencia de cannabis. Su consumo es muy común, sobre todo en jóvenes. Las personas adictas a la marihuana que se encuentran en proceso de abstinencia experimentan náuseas, irritabilidad, pérdida de peso y alteraciones en el sueño.

Síndrome de abstinencia de estimulantes. Por estimulantes nos referimos a sustancias como la cocaína o las anfetaminas. La abstinencia de ello provoca problemas de sueño, fatiga, aumento del apetito y humor disfórico.

Síndrome de abstinencia de cafeína. El consumo frecuente y diario de cafeína puede generar dependencia. Cuando se deja, causa dolor de cabeza, sueño, cansancio y náuseas.

¿Qué sucede en el cuerpo con la adicción y la posterior abstinencia?

Con el tiempo, el cuerpo de una persona adicta se habitúa a la sustancia, generando una tolerancia a esta. Esto provoca que la frecuencia de los consumos y la cantidad de la sustancia aumenten, y el cuerpo se acostumbre a funcionar con ello. De esta manera, el cuerpo equilibrado antes de la dependencia, aprende a mantener un nuevo equilibrio gracias a la droga o sustancia.

Lo que en un principio funcionaba como reforzador, con el tiempo pierde esa función y se transforma en algo necesario para el cuerpo, evitando el malestar que se asocia a su falta. Con la retirada brusca de la sustancia, el cuerpo empieza a sufrir los cambios y síntomas que hemos explicado anteriormente.

Cómo se trata la adicción

La abstinencia resulta un proceso desagradable, pero es muy necesario en personas adictas, ya que supone un paso para recuperarse de ello. Desde un primer momento, el adicto debe ser consciente de los síntomas que tendrá si deja la sustancia adictiva, así como la importancia de resistirse a ello para poder superar el problema.

Estados de ansiedad

La ansiedad es una alteración emocional de causa incierta para el portador, acompañada de una pléyade de respuestas subjetivas, fisiológicas y conductuales similares al miedo[5]. Los trastornos de ansiedad (TA) son enfermedades de relevancia debido a que no sólo generan un desbalance en el aspecto personal y familiar del sujeto, sino que afectan a su calidad de vida, afectan el aspecto socioeconómico al aportar un costo asistencial y disminuyen la productividad laboral.

La investigación generada en torno a la ansiedad ha impregnado los estudios relacionados al comportamiento humano en sus múltiples escenarios, dada su incidencia en las interacciones del individuo en la vida cotidiana, debido a su atención sobre situaciones negativas potencialmente peligrosas; de aquí que el comportamiento ansioso genera afección es diversos aspectos cotidianos de la vida del individuo como la resolución de problemas, interacciones sociales, autoconcepto, capacidad de relajación, calidad de vida y, por lo tanto, su salud en general

La ansiedad se presenta como una respuesta normal ante diversas situaciones que generan estrés, las cuales anticipan a posibles situaciones de amenaza poniendo en alerta al sujeto frente a un peligro con reacciones cognitivas, fisiológicas o conductuales8. Ahora bien, el trastorno de ansiedad provocado por sustancias psicoactivas se caracteriza por síntomas relevantes de ansiedad que se consideran secundarios a los efectos fisiológicos directos de una droga, fármaco o tóxico

Dependiendo de la naturaleza de la sustancia, puede incluir crisis de ansiedad, fobias, obsesiones y/o compulsiones, tanto durante la intoxicación como en los períodos de abstinencia. El estudio de la relación entre los trastornos de ansiedad y los trastornos adictivos es complejo, ya que la ansiedad y el consumo se encuentran directamente relacionados, debido a que el uso continuado de una sustancia puede conducir a experimentar síntomas e incluso problemas de ansiedad y, por otro lado, algunos trastornos de ansiedad pueden cursar con un mayor consumo de ciertas drogas, como, por ejemplo, el alcohol, el tabaco o los fármacos ansiolíticos o hipnóticos10. En general el abuso continuo de las sustancias psicoactivas podría conducir hacia el inicio de signos y síntomas asociados al consumo, abuso o dependencia de una droga (cafeína, nicotina, alcohol, cannabis, cocaína, heroína, éxtasis, krokodil. Siendo el individuo que consume de forma habitual una droga quien presenta niveles de ansiedad mayores a aquel que no la consume, aún después de haber cesado su consumo.

Efectividad del ejercicio físico como intervención coadyuvante en las adicciones.

Dados los numerosos beneficios que el ejercicio físico aporta tanto sobre la salud física (p.ej. United States Department of Health and Human Services [USDHHS], 1996) como sobre la salud mental (Fox, 1999; Penedo y Dahn, 2005; Taylor y Faulkner, 2008; Taylor, Sallis y Needle, 1985), varias instituciones han confeccionado guías con prescripciones de ejercicio físico para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades en la población general (Bull y the Expert Working Groups, 2010; Generalitat de Catalunya, 2007; USDHHS, 2008a; Whitelaw, Swift, Goodwin y Clark, 2008). Paralelamente, se han delimitado las directrices y recomendaciones sobre el tipo, cantidad e intensidad de ejercicio adecuado para que se consigan estos efectos beneficiosos sobre la salud (Blair, LaMonte y Nichaman, 2004; Haskell et al., 2007; Pate et al., 1995; USDHHS, 2008b). Asimismo, a lo largo de los últimos años, un número importante de autores han explorado la eficacia del ejercicio físico en el tratamiento de diversas patologías, tanto médicas (Pedersen y Saltin, 2006) como psiquiátricas (Daley, 2002; Stathopoulou, Powers, Berry, Smits y Otto, 2006; Wolff et al., 2011), elaborándose guías y manuales específicos (Durstine, Moore, Painter, y Roberts, 2009; Generalitat de Catalunya, 2009; Moore, 2004). Concretamente, en el ámbito de las enfermedades psiquiátricas, se ha comprobado la utilidad del ejercicio físico como tratamiento complementario en el abordaje de la depresión (Dimeo, Bauer, Varahram, Proest y Halter, 2001; Knubben et al., 2007; Lawlor y Hopker, 2001; Mead et al., 2009), la esquizofrenia (Holley, Crone, Tyson y Lovell, 2011) y el trastorno bipolar (Wright, Everson-Hock y Taylor, 2009), entre otros. En relación con el consumo de sustancias psicoactivas, no solo se ha observado una asociación negativa entre la práctica regular de ejercicio físico y el consumo de sustancias (Goodwin, 2003; Kaczynski, Manske, Mannell y Grewal, 2008; Pate, Heath, Dowda y Trost, 1996), sino que además se ha identificado la ausencia de actividad física como una variable predictora del consumo de sustancias psicoactivas en la adolescencia (Aveyard y Ussher, 2007; Korhonen, Kujala, Rose y Kaprio, 2009; Kujala, Kaprio y Rose, 2007). Asimismo, el ejercicio físico regular ha sido sugerido como una actividad alternativa al consumo de sustancias psicoactivas, siendo altamente recomendado como elemento facilitador del cambio de estilo de vida (Marlatt, 1985), así como estrategia útil para la prevención de recaídas (deRuiter y Faulkner, 2006). Entre los mecanismos mediadores y/o explicativos de los efectos positivos del ejercicio en el tratamiento de la dependencia de sustancias psicoactivas (Marlatt, 1985; Read y Brown, 2003), se encuentran: (i) conseguir estados placenteros similares a los producidos por el consumo, mediante la activación de los mecanismos de neurotransmisión y las áreas de refuerzo, (ii) la reducción de la sintomatología ansiosa y depresiva inducida durante la abstinencia y, en general, la mejora de los estados de ánimo, (iii) el incremento de la autoeficacia, (iv) la promoción del ejercicio como una alternativa positiva al consumo, con el objetivo de progresar hacia un cambio de estilo de vida más saludable, (v) el empleo del ejercicio como estrategia de afrontamiento y reducción del estrés, (vi) como técnica que facilite la reducción del craving y, (vii) como estrategia para incrementar las relaciones interpersonales y el apoyo social cuando el ejercicio se realiza en grupo.

Debido a la ausencia de una revisión que sintetice la evidencia disponible sobre la utilidad del ejercicio físico como intervención coadyuvante en el tratamiento de la dependencia de las diferentes sustancias psicoactivas tanto legales como ilegales, el presente artículo tiene como objetivo revisar la literatura existente sobre la efectividad del ejercicio físico como intervención coadyuvante en el tratamiento de la dependencia de sustancias psicoactivas.

Fuentes:

https://cepsicologia.com/tipos-sindrome-de-abstinencia/#:~:text=El%20s%C3%ADndrome%20de%20abstinencia%20o,%2C%20coca%C3%ADna%2C%20u%20otros%20estupefacientes

https://www.redalyc.org/journal/559/55965387012/html/

http://www.asociacionbetania.org/2017/03/el-deporte-en-la-rehabilitacion-de-personas-con-problemas-de-adicciones/

RECURSOS:

Físico:

- Sala de tv, computador, marcadores, Tv.

Humano:

- Talento humano, ciudadanos participes de etapa 4

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el desarrollo del taller a través de la actividad física y el reconocimientos de alternativas deportivas como acciones no convencionales o modificados, partiendo del estado corporal y físico de cada uno de los ciudadanos, se logra incentivar a los ciudadanos a cambiar conductas no saludables, moderar el manejo de la ansiedad por medio del desgaste energético, a través de las actividades lúdico- deportivas, despejando la mente y salir de la cotidianidad, de igual manera es un método en donde se puede trabajar aspectos que favorecen durante su proceso, cada uno de los participantes son conscientes de la importancia que genera la actividad física para mantener adecuadamente el síndrome de abstinencia que se pueda presentar en su día a día dentro de la comunidad de vida.

Cuantitativos: Se contó con la participación de 09 ciudadanos, los cuales todos de genero masculino perteneciente a enfoque diferencial.

FIRMA DERESPONSABLE: Angie Murcia

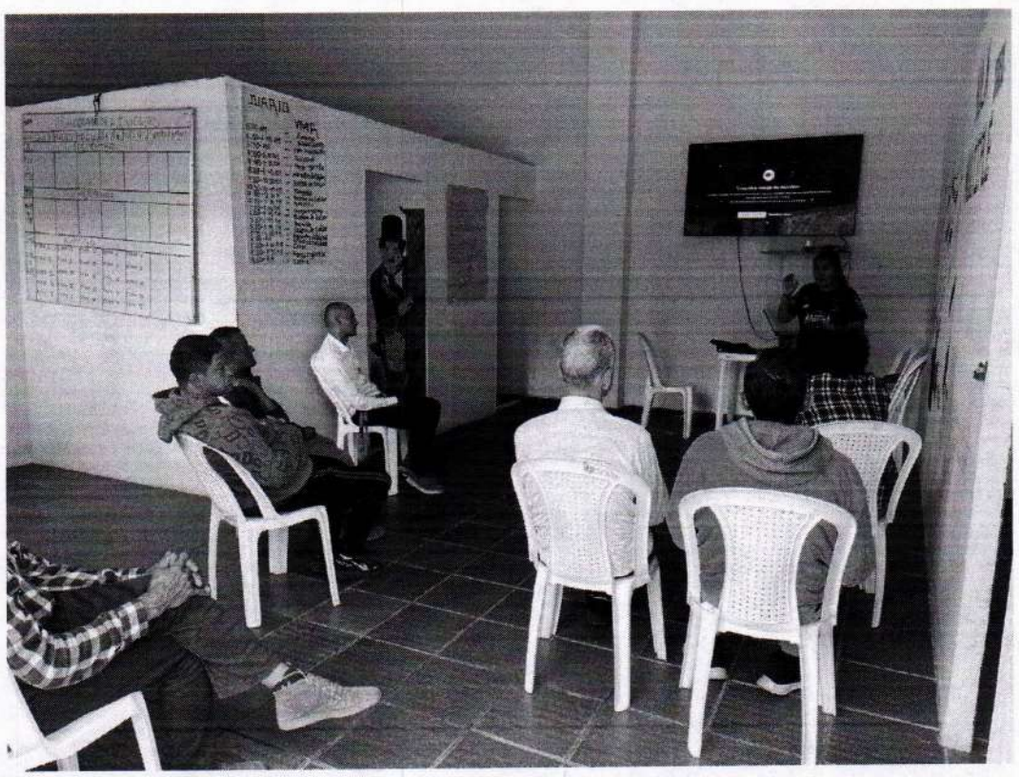
FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

Registro fotográfico

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Manejo del síndrome de abstinencia por medio de la actividad física. Línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social. Fecha:04/08/2025, etapa 4.





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Manejo del sindrome de abstinencia por medio actividad fisica

4. Fecha: 04/08/2025.

5. Hora: 02:00pm.

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	1048436145	Rafael orozco	39	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	79742575	MAURICIO P. MENIEL	49	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	8726226	Caballero D.	62	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	1049267313	JOSE ORTIZ	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	80901369	LUIS PADILLA	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	19325609	Eduardo Figueroa	66	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	1065555857	Diego Pinto	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	1122660	Jairo Cuesta Restrepo	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
9	CC	5.821.88	ALEXANDER DIAZ A.	44	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Anggie Paola Murcia

14. Cargo o rol del responsable: Educación Fisica

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 El Rosario		**FECHA:** 04/08/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 p.m. FINAL: 03:30 p.m.
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Stefany Nieto Dionicio	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: etapa 5: Bienestar integral			

OBJETIVO GENERAL:

Promover el bienestar integral de las y los participantes, fomentando por medio de herramientas y estrategias pedagógicas de autocuidado y cuidado, su salud física, emocional, social y espiritual, mediante acciones que fomenten hábitos saludables, equilibrio personal y participación activa en la comunidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Impulsar la integración social, favoreciendo la participación en redes comunitarias, espacios culturales y actividades colaborativas que fortalezcan el sentido de pertenencia.
- Estimular el desarrollo personal, por medio de la reflexión sobre el propósito de vida, la práctica de valores y el fortalecimiento de la autoestima.
- Consolidar rutinas y proyectos de vida sostenibles, que garanticen la continuidad de los logros alcanzados en las etapas anteriores del proceso.

METODOLOGÍA:

Durante el desarrollo del taller de formativo con etapa 5, se trabajará con los y las ciudadanos por medio de una metodología lúdica- pedagógica, con el propósito de guiar a los participantes en un un espacio de reflexión y expresión personal para que por medio de su proceso re educativo, reconozcan en el bienestar integral herramientas y estrategias pedagógicas de autocuidado y cuidado, de su salud física, emocional, social y espiritual, mediante acciones que fomenten hábitos saludables, equilibrio personal y participación activa en la comunidad. De este modo, acompañar el proceso de desarrollo personal y social de los participantes a través de talleres interdisciplinarios que promueven habilidades para la vida en su proceso individual desde su diversidad y particularidad, en aras, de potenciar su capacidad emocional, de integración social y de construcción de un proyecto de vida significativo y por lo tanto, promover en los y las participantes el sentido de pertenencia y la interacción positiva entre sus pares desde los valores del respeto y la empatía. Esta actividad se dará bajo la Línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social.

Adecuación: se adecua el kiosco para iniciar la actividad y se organizan las sillas en modo de mesa redonda, en aras de dar continuidad a los siguientes momentos:

Primer momento: se realiza una ronda de participación y de escucha activa frente a la temática del día para verificar los saberes previos de los participantes.

Se realizan dos preguntas orientadoras:

¿Qué es el bienestar integral?

¿Qué tiene que ver el bienestar integral en mi proceso de desarrollo personal y en mi diario vivir?

Segundo Momento: con base en las respuestas de las preguntas anteriores, se les solicita a los participantes que expresen de manera verbal una palabra lo que para ellos significa el desarrollo integral.

Tercer momento: momento de reflexión, se lee en voz alta la siguiente frase: "No se trata de ser perfectos, sino de reconocer lo valioso e importante que es implementar en mi rutina diaria acciones que permitan mi bienestar integral desde mi autocuidado y el cuidado de mi entorno."

Lluvia de ideas en paleógrafo: "¿Qué acciones me impiden tener un bienestar integral?"

Se agrupan en categorías (emocionales, sociales, académicas, etc.)

Discusión guiada: ¿Cómo estas barreras se pueden transformar?

Cuarto momento: dada la discusión anterior, se solicita a los y las participantes que respondan o que escojan una de las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál es mi rutina diaria?
2. ¿Cuánta actividad física realizo a la semana?

3. ¿de qué manera genero una estimulación cognitiva diariamente para favorecer la salud de mí cerebro?

"Mi compromiso de bienestar" (expresión verbal)

Cada participante expresa una pequeña acción concreta que puede hacer esta semana para cuidar su bienestar. Por ejemplo:

- Esta semana voy a caminar 20 minutos cada mañana.
- Voy a dormir temprano al menos dos días.
- Voy a hablar con alguien en quien confíe si me siento mal.
- Voy a investigar cómo puedo gestionar mis citas médicas de manera autónoma en los días asignados.
- Voy a investigar mis redes de apoyo institucionales para tener claridad de los beneficios que tengo en aras, de apoyar mi bienestar integral.

Reacondicionamiento del espacio: Se invitará a los ciudadanos y ciudadanas, dejar el espacio en el que se trabajó limpio y organizar los materiales utilizados en la actividad.

TEMAS:

Bienestar integral: Las Ciencias de la Complejidad nos enseñan que el organismo humano es un sistema abierto, alejado del equilibrio, contextual y autorregulado, en permanente contacto con el medio, del cual toma y al cual cede, energía, sustancia, información y sentido. Lo complejo admite la incertidumbre y, mientras mayor sea la complejidad, mayor es el peso de la incertidumbre; su futuro, generalmente, es impredecible; lo complejo no es determinista ni lineal ni estable; los fenómenos complejos no se rigen por leyes universales e inmutables, especialmente en los dominios biológicos, ecológicos y humanos; lo complejo se construye y se mantiene por la auto-organización; es un sistema abierto y está siempre en proceso de cambio que revela, a veces, autonomía y, a veces, dependencia, por eso, está lejos del equilibrio; y produce emergencias con propiedades nuevas que no existían previamente en los elementos aislados. Solo en enfoque integrativo basado en los nuevos paradigmas de las Ciencias Médicas y ciencias afines puede abordar estos problemas importantes que tiene la medicina actualmente, como son el alivio del dolor, el control de estrés, el tratamiento de la depresión, el envejecer con calidad de vida ante el aumento creciente de la expectativa de vida, las enfermedades emergentes y las crónicas no transmisibles.

Autoestima: En Educación es primordial conocer las variables psicológicas y neurocognitivas que favorecen el aprendizaje, y la autoestima es una de las más importantes, por ello resulta fundamental analizar las influencias entre autoestima y aprendizaje. El objetivo de este trabajo es doble: por un lado, contrastar la hipótesis de que una autoestima realista o ligeramente positiva, aumenta la percepción del aprendizaje obtenido, mientras que una autoestima baja no lo favorece. Por otro lado, comprobar si se incrementa la correlación entre la autoestima y la autopercepción del aprendizaje al medirlos exclusivamente en aspectos concretos. Para contrastar la primera hipótesis se emplea la metodología de análisis cluster a una muestra de 122 estudiantes universitarios en función de su percepción del aprendizaje obtenido, y partiendo de una novedosa manera de medir la autoestima. Los resultados corroboran la primera hipótesis sugerida; sin embargo, el segundo objetivo sólo se confirma parcialmente. El análisis permite extraer recomendaciones para mejorar el aprendizaje del alumnado.

Aprendizaje en adultos: realizamos una aproximación al concepto de adulto y etapa que nos permiten acercarnos a su estudio desde los diferentes modelos o teorías: motivacional, empírico y clínico. Ello nos facilita el reconocimiento de las características que definen y diferencian cada etapa, de acuerdo a los intereses o necesidades: profesionales, familiares, sociales, físicas, psíquicas, etc.; lo que viene a poner de relieve las diferentes tareas a tener en cuenta respecto al necesario aprendizaje adulto en cada periodo o ciclo vital.

Proyecto de vida: La conceptualización del Desarrollo Humano, desde una perspectiva de formación integral de la persona, no sólo es un tema actual de suma importancia, sino que se halla, a pesar de los avances logrados, abierto a nuevas elaboraciones, consideraciones e integraciones, una de cuyas líneas posibles proponemos en el presente trabajo. En la perspectiva formativa, el diseño de un currículo orientado al desarrollo humano integral debe comprender las bases filosóficas, biopsicosociales y sociopolíticas, de carácter humanista, constructivista, social y liberadora (Villarini A.- 2000, 10-11), con el propósito de promover el desarrollo del potencial humano desde el aprendizaje en interacción social.

Andragogía: En la presente búsqueda se ha hallado que la UNESCO propone el concepto de Andragogía como un neologismo para designar la ciencia de la formación de los hombres, en sustitución del vocablo clásico Pedagogía, de manera que no se haga referencia a la formación del niño, sino a la educación permanente.

El concepto, utilizado por primera vez en 1833 por el maestro alemán Alexander Kapp, para describir la teoría educativa de Platón, fue retomado en el siglo XX por Eugen Rosenback para referirse al conjunto de elementos curriculares propios de la educación de adultos: profesores, métodos y filosofía. Definido por numerosos autores a partir de aquí como disciplina, ciencia o arte, ha suscitado múltiples controversias, pero no cabe duda de que la Andragogía persigue lograr un cambio sustancial de las formas de enseñanza

clásica hacia nuevos enfoques y métodos en la enseñanza de adultos desde todos los componentes humanos: psicológico, biológico y social. Realmente es un concepto novedoso, aunque para muchos, su desarrollo y aportes no lo sean.

Aprendizaje y cerebro: Las Neurociencias han posibilitado que en el último tiempo se revelen los misterios del cerebro - quien da origen a la conducta y el aprendizaje, y su funcionamiento. Consecuentemente, aportan al campo pedagógico conocimientos fundamentales acerca de las bases neurales no solo del aprendizaje en sí, sino de la memoria, de las emociones y de muchas otras funciones cerebrales que son, día a día, estimuladas y fortalecidas en el aula. Que todo agente educativo conozca y entienda cómo funciona el cerebro, llega a ser un requisito indispensable para la innovación pedagógica y la transformación de los sistemas educativos; que tienen a las TICs como un motor importante de cambio y crecimiento. El objetivo del presente artículo es estimular la comprensión de las características y descubrimientos fundamentales de las Neurociencias, contextualizando la relación entre el aprendizaje y el cerebro finalizando con la unión de la aplicación de las TICs en el contexto educativo, al comprender el aspecto neurocientífico de algunas tecnologías que se utilizan en los escenarios educativos.

Conflicto: refiere a "una situación compleja que se define primero por una determinada estructura de las relaciones sociales. El conflicto puede enfrentar a individuos (conflicto interpersonal), a grupos (conflicto intergrupal), a organizaciones sociales (conflicto social) o a naciones (conflicto internacional)". "En el mismo orden de ideas a partir de definiciones de diversos autores, el conflicto es una marcada divergencia de interés, es una realidad socialmente creada y manejada comunicacionalmente que surge en el seno de un contexto socio histórico que afecta el significado y la conducta, y a su vez es afectado por esa realidad".

Desarrollo humano: plantea la necesidad de reconocer que la verdadera riqueza de las naciones remite a las personas, es decir, el desarrollo centrado en la gente. Esto quiere decir que los mecanismos para la construcción de la convivencia social implementados en los servicios sociales, deben facilitar que las personas habitantes de calle y en riesgo expresen con libertad su individualidad, su ser y su sentir, sus necesidades e intereses, pero también desarrollar las capacidades para la convivencia desde el lenguaje de la inclusión social. Nunca desde la exclusión o la estigmatización.

Escucha activa: Humberto Maturana dice que el lenguaje es una construcción simbólica que nos permite movernos en espacios públicos y privados. Sin embargo, muchas personas y comunidades no son escuchadas; su voz, sus saberes y sus experiencias no son reconocidas. Es por esto que, en cada una de las acciones de los cinco ejes, es necesario la construcción de espacios de escucha para que la población habitante de calle tomé voz y se comprenda sus necesidades y se construyan espacios que permitan mejorar sus condiciones de vida y transformar los entornos que habitan y que invisibiliza su voz. Espacios emancipadores de reafirmación, de aprendizajes colectivos y emprendedores que permitan dar voz a los sin voz.

Fuente de consulta:

Ramos, R. R. (2021). Psicología del bienestar integral. Un nuevo concepto. Medicina naturista, 15(1), 50-53.

González-Pienda, J. A., Pérez, J. C. N., Pumariega, S. G., & García, M. S. G. (1997). Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar. Psicothema, 271-289.

Monreal-Gimeno, C., Macarro, M. J. M., & Muñoz, L. V. A. (2001). El adulto: etapas y consideraciones para el aprendizaje. Eúphoros, (3), 97-112.

Hernández, O. D. (2006). Proyecto de vida y desarrollo integral humano. Rev. Internal Crecemos.(Puerto Rico), 6(1-20), 1-31.

Vidal Ledo, M., & Fernández Oliva, B. (2003). Andragogía. Educación Médica Superior, 17(4), 0-0.

Rodríguez, L. (1996). Educación de adultos y actualidad.

García, C. (2019). El proyecto de vida. Grupo Editorial Patria.

Falco, M., & Kuz, A. (2016). Comprendiendo el Aprendizaje a través de las Neurociencias, con el entrelazado de las TICs en Educación. Revista Iberoamericana de Tecnología en Educación y Educación en Tecnología, (17), 43-51.

Secretaria distrital de integración social (2024). Manual de acuerdos para la convivencia y transformación de los conflictos en los servicios sociales. Alcaldía Mayor de Bogotá D.C.

RECURSOS:

Físicos:

- Computador, acceso a internet y celular.

Humanos:

- Ciudadanos y ciudadanas de la comunidad de vida el Rosario, la profesional y el promotor social de turno.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Las y los participantes mostraron una actitud receptiva y motivada frente a la temática del día sobre Bienestar integral, lo que se reflejó en una participación activa y espontánea durante la jornada. Esto permitió evidenciar un mayor reconocimiento de la importancia del autocuidado y del cuidado mutuo, integrando la salud física, emocional, social y espiritual como elementos esenciales para su bienestar integral. A través de la reflexión guiada y el diálogo, los ciudadanos y las ciudadanas fortalecieron su capacidad de introspección, identificando sus metas personales, valores y propósito de vida. Asimismo, se generaron espacios de interacción positiva y respetuosa que favorecieron la integración social. Finalmente, varias personas manifestaron intenciones concretas de implementar hábitos saludables y rutinas de cuidado en su vida diaria, contribuyendo así a la consolidación de proyectos de vida sostenibles y a su bienestar integral.

Cuantitativos:

Se contó con la participación total de 15 ciudadanos y ciudadanas, entre los cuales se encuentran:
1 mujeres perteneciente a la comunidad LGBTIQ+.
14 hombres entre los cuales se encuentran 6 adultos mayores.
Total: 15 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Josethenay Diaz G

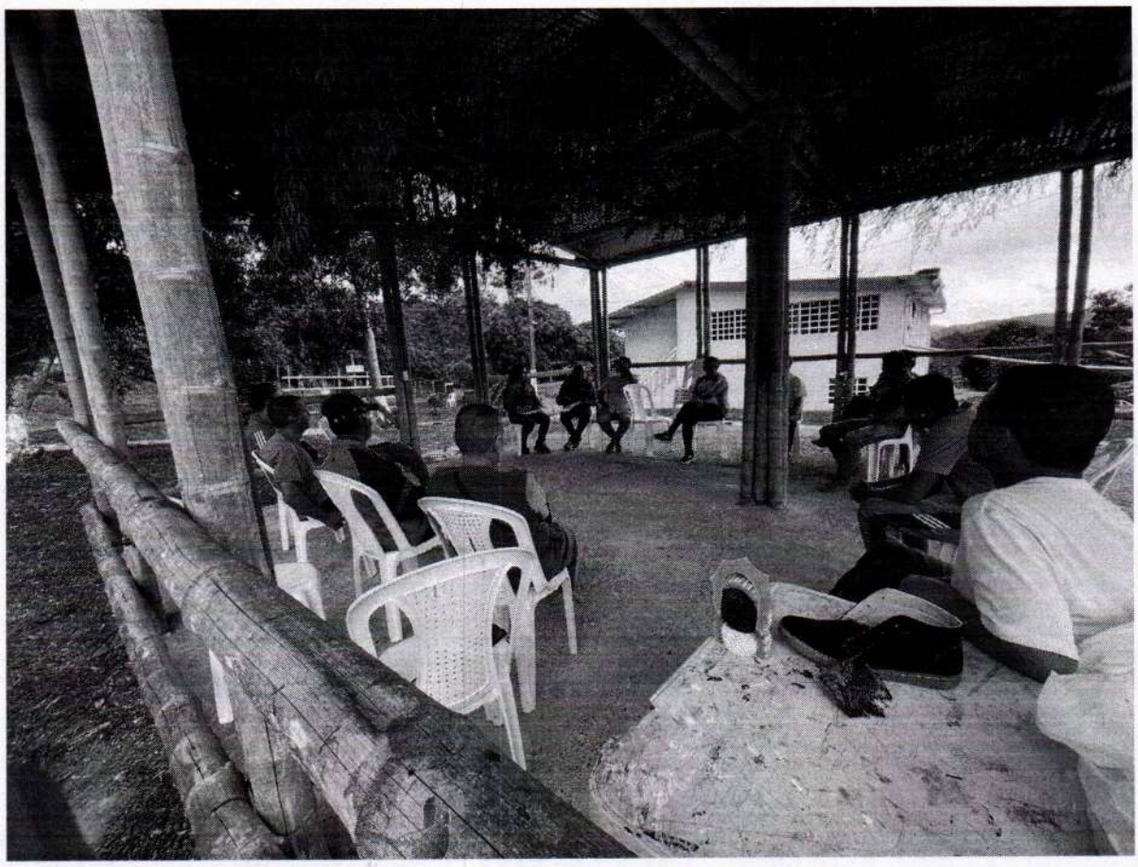
ANEXO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: etapa 5: Bienestar integral

Línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social.

Fecha: 04/08/2025

Comunidad de Vida el Rosario





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Bienestar integral

4. Fecha: 04/08/2025

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	79884692	Alejandro Villamizar	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	5858236[illegible]	Freddy Velasquez	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79374180	Juan Motta	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	6.914.792	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79607546	Joal Carlos Garcia	52.	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	01066558	Cristian Lopez	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80373373	Cesar Sonaro	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	7142671	Hector Gonzalez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	10532408	Omar Pantoja R	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1032444047	Sharlotte Amaranto	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79.959.635	Julio Cleus	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80236394	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	6883965	Jose Cora	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	8190362	Francisco Pulido	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	79239602	Fabio barrero	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Dronca

14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga

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_ln_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 el Rosario		**FECHA:** 05/08/2025 06/08/2025	**HORA:** Inicio: 9:00 am Final: 11:45am
ÁREA: tallerista cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leonel Malagón	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Taller del maestro (cometas)

OBJETIVO GENERAL: Diseñar y combinar colores en la elaboración de cometas con las y los ciudadanos donde les ayuda a desarrollar la autoestima y confianza en habilidades propias y realizar una actividad social el compartir y la colaboración con otros.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Habilidades emocionales auto estima y confianza
- La creatividad y resolución de conflictos
- Mejorar las Habilidades sociales

METODOLOGÍA:

la actividad se llevará acabo con la por medio de metodología ludico-pedagogia desde donde se deben seguir el paso a paso donde se incluye el conocimiento de materiales, técnicas, diseños, terminados en la elaboración de cometas

Adecuación:
se realizará la notificación del taller por medio de tableros informativo que el taller se realizará en el área polifuncional de arte, donde se adecuaran mesas y sillas para inicio de la actividad. elaboración de cometas

Etapa 1:
se dará la información de cada una de las actividades a realizar metodología a desarrollar, se realizará el llamado a las y los ciudadanos que deseen participar del taller enseguida se dará explicara como realizar una cometa,

Etapa 2:

una vez se haya realizado de manera artesanal y las diferentes formas de realizarlas con bambú colores de papel el ensamble y pegado del papel

Etapa 3:

seguido se dará la iniciación del taller escogiendo material, medir, corte de bambú de hilos y para la elaboración de las cometas, una vez terminado la elaboración se realizará una minisiosa verificación de la elaboración y terminados

Reacondicionamiento del espacio:
se solicitará a las y los ciudadanos de manera atenta dejar el espacio limpio y sin residuos de materiales recogiendo las sillas y ubicando de manera adecuada las mesas de trabajo, para dar así la finalización de la actividad

Tema: ha sido a lo largo de la historia. La cometa es un ejemplo de cómo un objeto o utensilio pasa de una cultura a otra y es asumido a veces con su uso original o transformándolo en un instrumento con una nueva función a veces muy distinta. Hay muchos tipos de cometas, tantos como historia tiene este instrumento. La cometa tiene su origen legendario en China, pues allí es donde se encuentran las fuentes más antiguas que nos hablan de estos objetos voladores. Su uso tenía claros matices místicos, religiosos y rituales. En su difusión a través de las distintas civilizaciones sufrió un proceso de adaptación y transformación de su uso. Las cometas son uno de los instrumentos educativos menos utilizados por los docentes de Educación Física para el desarrollo de su asignatura. Resulta casi incomprensible que no tengan en cuenta este elemento educativo con la cantidad de ventajas que presenta a nivel de bajo coste de materiales, multitud de actividades a realizar, desarrollo de valores sociales y aprovechamiento del medio natural para la realización de una actividad física sin ningún efecto sobre el medio ambiente. El papel de la cometa como instrumento didáctico ha perdurado hasta nuestros días, destacando que no solo puede ser empleado en el estudio de las ciencias experimentales, sino que posee un abanico amplio como "objeto guía" en el desarrollo de una gran variedad de asignaturas. De entre muchas de las ventajas educativas que se obtienen de este objeto está el hecho de que el conocimiento de esta actividad aporta conceptos relacionados con otras áreas de conocimiento como por ejemplo la física, la historia, la tecnología, En Europa hacía el 1350 se utilizó como lanzamiento de explosivos. Tiene una doble utilidad (militar y científica). El escocés Alexander Wilson (1749) utilizó un tren de tres cometas con unos termómetros acoplados para medir la temperatura del aire a diferentes alturas. Benjamín Franklin (1752) estudió las corrientes eléctricas durante una tormenta, y fue un gran avance para la meteorología. George Pocock estudió las fuerzas de tracción que ejercen las cometas (un carro unido a dos cometas puede alcanzar los 35 km/h), y es con la ayuda de cuatro cuerdas con las que se van dirigiendo las cometas, variando el ángulo longitudinal y lateral de las mismas en función del viento. Hoy en día se utiliza en Holanda para tirar de los patinadores en los canales helados. En muchas ocasiones se utilizaron las cometas para la tracción, y el arrastre de carros, barcos, vehículos, torpedos. Pero sobre todo se utilizaron como medio de observación de, y fue Samuel Cody quien invento y lo denomino "man-lifting sistema". Consiste en un tren de hasta seis cometas, y la última es la más grande y la que tiene una barquilla donde se instala el observador. Este sistema de observación se quedo en desuso por la aparición de las avionetas, pero se siguieron usando en los submarinos. Guillermo Marconi el se ayudo de una cometa para mandar ondas de radio a través del océano. Clement Adler y los hermanos Wright la utilizaron para estudios aeronáuticos precedentes a la aviación. El francés Jover (siglo XIX) inventó una cometa de salvamento para la recuperación de náufragos en el mar. E. J. Cordner también se inclinó por su uso para el salvamento marítimo a través de las cometas. Se elevaba desde el barco naufragado un tren de cometas, que arrastraban una pequeña barca para trasportar a la persona hasta la orilla. Arthur Butute (1888) las utilizó para realizar las primeras fotografías aéreas, y el ejército lo utilizó como un medio de observación muy interesante. Otro uso de las cometas en la guerra, fue su uso como blanco móvil para adiestrar a los artilleros. Ésta se controlaba mediante dos hilos desde el suelo. Otro uso fue como barrera antiaérea en protección de los convoyes de suministros americanos a Inglaterra. Fue construida por Harry C. Sauls. Es una cometa de doble caja con un velo central, que era arrastrada por los barcos. Se añadió un dispositivo mecánico al del hilo de la cometa, para que cuando el avión enemigo impactará contra el mismo se activara un explosivo que subía a través de él alcanzando el avión. Las cometas también se usaron para pescar. La cometa esta hecho con hojas de plantas, y se a hacía volar desde la orilla arte (diseñando nuestras propias cometas... etc.) Con este trabajo, pretendemos difundir el uso recreativo, lúdico y deportivo de la cometa, así como las innumerables ventajas educativas de que disponen los docentes de la actividad física para conseguir tal fin Para hacer cometas se necesitan habilidades manuales como el uso de tijeras, reglas, pegamento y, en algunos casos, una máquina de coser para telas, así como habilidades geométricas para diseñar la estructura y aplicar conceptos de simetría. También se requiere creatividad para el diseño, paciencia para el proceso y, opcionalmente, conocimientos de carpintería para los marcos y diseño para los adornos.

Habilidades Técnicas y Manuales.

- Corte y Medición : Se necesita precisión para cortar el papel o la tela y las varillas de soporte.
- Pegado: Habilidad para usar pegamento y cinta adhesiva para unir las partes de la cometa.
- Costura: Si se usan telas, se requiere habilidad para coser, ya sea a mano o con una máquina de coser.
- Ensamblaje Saber cómo colocar y fijar las varillas en la estructura de la cometa para que quede estable.

Habilidades Creativas y de Diseño Capacidad de crear formas y patrones, como un espacio en blanco para dibujar, o para representar animales, naturaleza o diseños abstractos.

Coloreado y Decoración: Habilidad para pintar y decorar la cometa, lo que puede implicar la aplicación de conceptos matemáticos como simetría.
Conocimientos de Geometría y Física

Conocimiento de Figuras Geométricas: Entender las formas planas, polígonos y circunferencias es útil para diseñar la cometa.

Comprensión de la Aerodinámica Saber cómo el viento interactúa con la forma de la cometa y conceptos como el ángulo diedro para la estabilidad es crucial para que vuele correctamente.
Habilidades Personales

Paciencia: El proceso de construcción requiere tiempo y cuidado para lograr un resultado exitoso.

Resolución de Problemas Habilidad para ajustar el diseño o el proceso de construcción si la cometa no vuela como se espera.

Atención al Detalle Es importante prestar atención a los pequeños detalles en cada paso para asegurar la durabilidad y funcionalidad de la cometa.

REFERENCIA:
https://www.google.com/search?q=elaboracion+de+cometas+en+material+reciclados&sca_esv=2fdb4996cfdf24b0&rlz

RECURSOS:
Físicos:

- Sillas, mesas, bambú, colbón, papel de colores, pinzas, planilla de asistencia esferos.

Humanos:

- Tallerista Cultural ciudadanos

RESULTADOS:
Cualitativos: se da cumplimiento a los objetivos, en este taller se contó con una excelente participación por parte de los y las asistentes, donde se logra evidenciar que los ciudadanos demuestran sus s al momento de la elaboración de cometas para el festival de verano siguiendo el paso a paso que se indica durante el taller, , cada uno su habilidad manual, creatividad de lo realizado,

Cuantitativos:
05/08/2025 Ingresan ciudadanos los cuales se dividen de la siguiente forma: hombres mujeres población LGTBI de diferentes etapas, todos con buena disposición para realizar los trabajos en bisutería siguiendo el paso a paso ingresan 9 ciudadanos 8 hombres 1 mujeres
06/08/2025 ingresan 10 ciudadanos 9 hombres 1 mujer de diferentes etapas con una disposición para la elaboración de cometas para festival de verano

DEL RESPONSABLE: LEONEL MOLINA

FIRMA COORDINADOR:

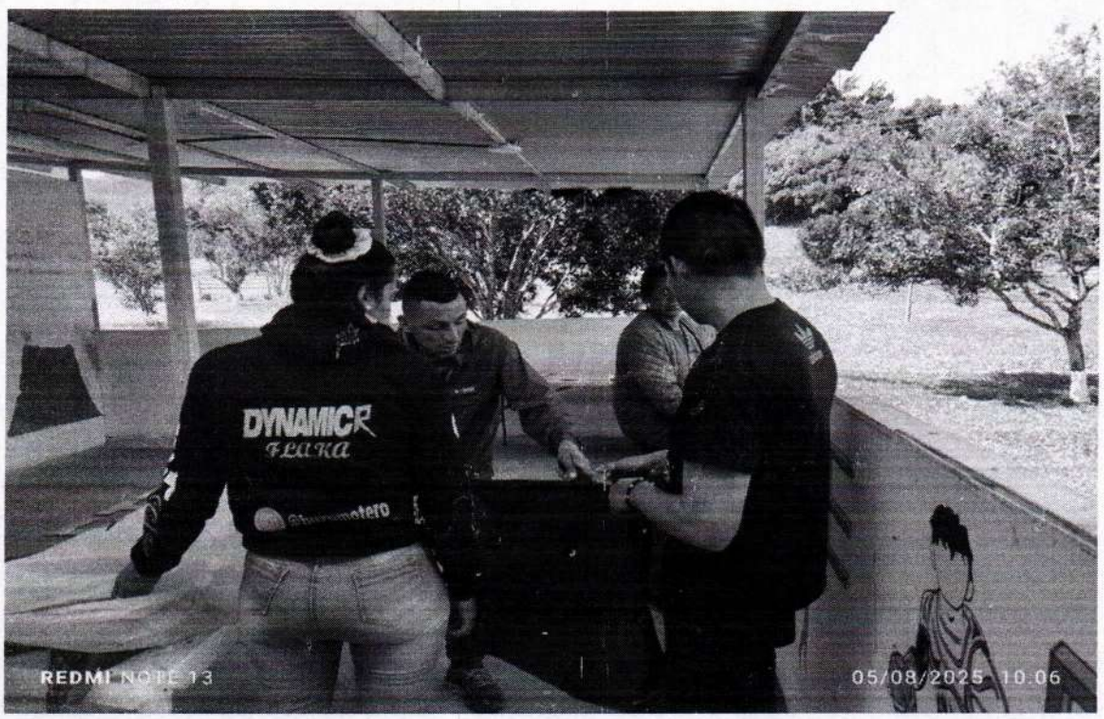
NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: taller del maestro (Elaboración de cometas)

Fecha: 05/ 08 /2025-06/08/2025

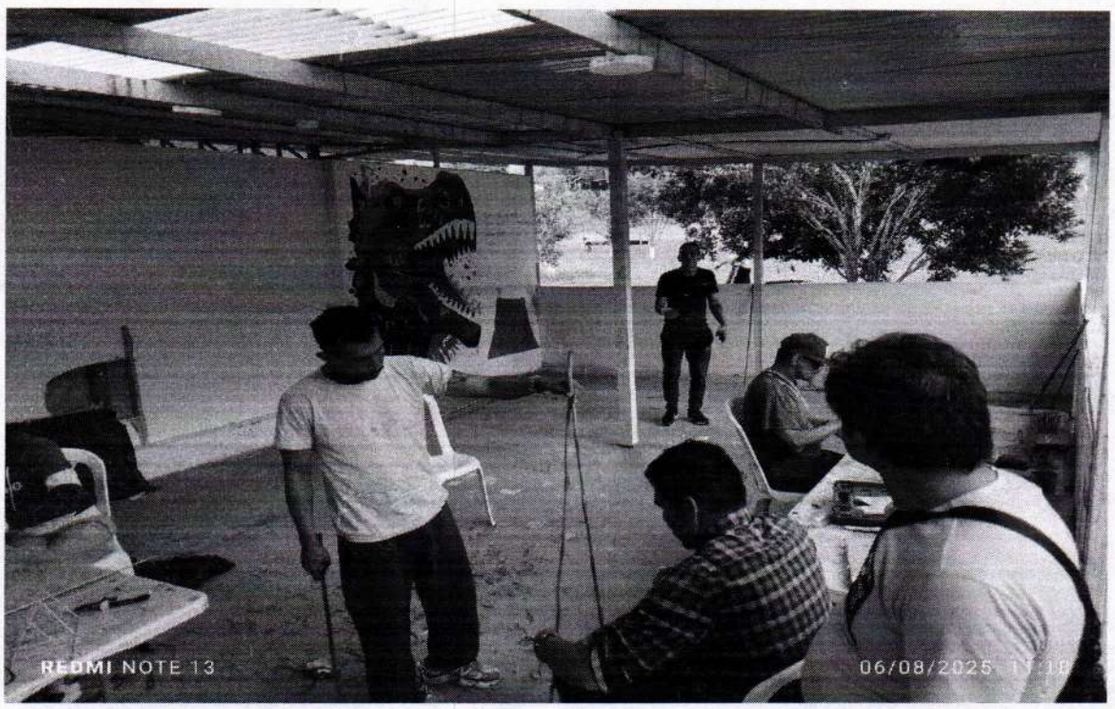


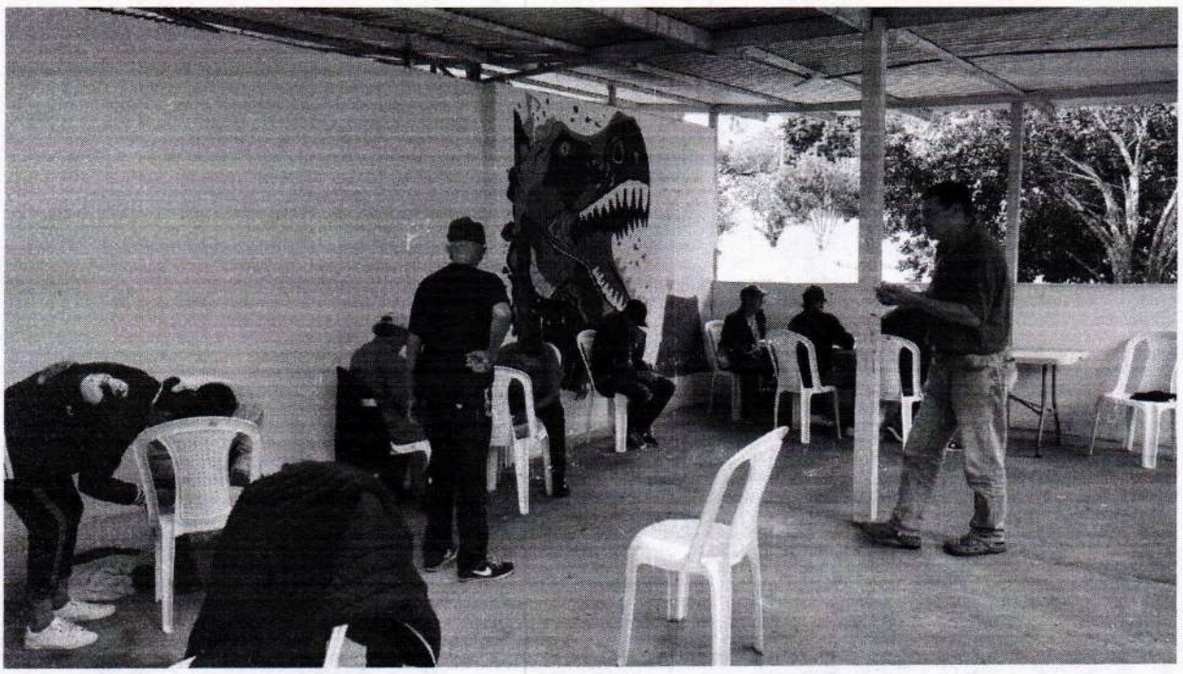


REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: taller del maestro (Elaboración de cometas)

Fecha: 05/ 08 /2025-06/08/2025





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle | 2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: TOMA DEL MERCADO Cometas | 4. Fecha: 05/08/2025 | 5. Hora: 9:00

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	1014196687	YEISON GARCIA	37	No aplica	No aplica	No aplica			X					YEISON GARCIA	
2	CC	71789846	FABIAN RIVERO	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80166515	Luis A Ojeda Bueno	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1047376951	Diego Velez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	52995591	Pilar Gonzalez	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	3457753	Mariaisabel [illegible]	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79046410	Carlos A V.	61	No aplica	No aplica	No aplica			X					Carlos V.	
8	CC	1030332745	Yasid D.	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1033422283	Brayan Hoyos	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Leidel Manrique | 14. Cargo o rol del responsable: TOMA CULTURAL | 15. Firma del responsable de la actividad: Leidel Manrique

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 comunidad de vida para población habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Taller del maestro Cometas

4. Fecha: 06/08/2024

5. Hora: 9:00

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	52995991	Pilar Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Pilar Gonzalez	
2	CC	1117514431	Jeison Agudelo	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79046410	Carlos A Uribe	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	74186668	Oscar J Milan O	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80174190	Nicolás Gomez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	79868540	Juan C. Garcia	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80166545	Luis A Ojeda Cano	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80902937	Juan David Quintero	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1019062950	Carlos Chaparro	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	7642021	Adela Gonzalez	47	No aplica	No aplica	No aplica									
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Leonel Martinez

14. Cargo o rol del responsable: Trabajador Cultural

15. Firma del responsable de la actividad: Leonel Martinez

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 LOS SERVICIOS SOCIALES** **FORMATO FICHA ACTIVIDAD EXTRAMURAL**	Código: FOR-PSS-167 Versión: 0 Fecha: Memo INT. 26754 - 18/05/2018 Página: 1 de 4

OBJETIVO
Acompañar procesos de educación formal ofertados desde el distrito a partir de la articulación con los ejes transversales en el marco de la acción estratégica CIPREIA (Ciclos Pedagógicos Resignificantes de Educación Inclusiva y Autónoma), con el fin de continuar fomentando procesos aprendizajes a partir de la educación formal para las ciudadanas y ciudadanos de comunidad de vida el rosario.

Unidad Operativa:	COMUNIDAD DE VIDA EL ROSARIO
Fecha:	05/08/2025
Lugar:	Salida extramural CIPREIA Bachillerato CDC Britalia - Kennedy.
Horario:	8:00 A.M. – 11:00 A.M.

METODOLOGÍA
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico pedagógica, que permite el afianzamiento de aprendizajes por medio de la interacción con entornos educativos brindados por el distrito. A través del desarrollo de acciones transversales alineadas con el eje de ampliación de capacidades y generación de oportunidades, se promueve el desarrollo personal de los participantes, apoyándolos en la guía y acompañamiento en el cumplimiento de sus metas y proyectos de vida, al tiempo que se avanza en la orientación al logro del objetivo misional del programa dirigido a la dignificación de la población y en la reducción de los factores de riesgo que acentúan las formas extremas de exclusión social en el marco del fenómeno de la habitabilidad en calle. 1) A las 4:00 a.m. se organizarán las y los ciudadanos convocados para esta actividad para posteriormente organizarse en las rutas asignadas para el desplazamiento, esto en compañía del profesional asignado para el acompañamiento (Angie Nieto- Pedagoga) 2) La actividad inicia a las 8: am con la llegada de los buses al punto, en este espacio cada ciudadano en compañía de los respectivos docentes se desplazará hasta el aula asignada y el grado que le corresponde, donde se abordaran las diferentes asignaturas y los trabajos pendientes 3) Por último, retornaran los ciudadanos a la comunidad de vida en compañía del profesional a las 11:00 p.m.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	
HORA	**ACTIVIDAD**
3:45 a.m.	Llamado a la población.
4:30 a.m.	Salida de comunidad de vida el Rosario.
8:00 a.m.	Llegada al CEDID Britalia

8:30 a.m. - 11:00 a.m.	• Organización de los diferentes grupos de trabajo • Clases básicas
10:00 a.m. - 10:30 a.m.	Merienda e hidratación. se realizará entrega de las meriendas a cargo de Equipo profesional de turno
11:00 a.m.	• Refuerzo de Guías • Cierre de clases
02:00 p.m.	• Retorno a la comunidad

INSTITUCIONES A CONTACTAR EN CASO DE EMERGENCIA.
CENTROS DE DESARROLLO COMUNITARIO - CDC BRITALIA - KENNEDY- INTEGRACIÓN SOCIAL, CRA. 80 #43, BOGOTÁ. TELÉFONO: (601) 3 80 83 30 BARRIO BRITALIA EN LA LOCALÍDAD DE KENNEDY DE BOGOTÁ, COLOMBIA. BOMBEROS, B-5 BOGOTÁ CUNDINAMARCA 24 HORAS. DIRECCIÓN: CARRERA 79 # 41D - 20 SUR TELÉFONOS: 601 2 648 343 - 601 2 648 232 HORARIO DE ATENCIÓN: 24 HORAS LÍNEA GRATUITA: LÍNEA DE EMERGENCIA 123 CORREO ELECTRÓNICO INSTITUCIONAL: QUEJASYSOLUCIONES@BOMBEROSBOGOTA.GOV.CO CAI BRITALIA. CORREO. MEBOG.E8@POLICIA.GOV.CO. DIRECCIÓN. CALLE 46 SUR CON CARRERA 81H. ESTACIÓN. ESTACIÓN DE POLICÍA KENNEDY., CORREO: MEBOG.E9@POLICIA.GOV.CO DIRECCIÓN: CALLE 25 # 68D-00 ESTACIÓN: ESTACIÓN DE POLICÍA KENNEDY. TELÉFONO: 123 HOSPITAL DEL SUR UPA BRITALIA 68, DIRECCIÓN # 48-, CRA. 81C #48 SUR25, BOGOTÁ, TELÉFONO: 6013849160 EXTS 6014 – 6001. HORARIO: URGENCIAS 24 HORAS - CONSULTA EXTERNA: LUNES A VIERNES DE 7:00 AM A 4:30 P.M.

OBSERVACIONES (Este ítem se diligencia posterior a la salida)
RESULTADOS: Cualitativos: Durante el espacio los ciudadanos y las ciudadanas se mostraron receptivos y expectantes frente a la temática del día con la acción estratégica de CIPREIA, por lo que su participación fue activa, pues, por medio de la formación académica, la reflexión y la transversalidad se busca potenciar las habilidades individuales de cada ciudadano en su proceso de desarrollo personal, en pro de reducir los factores de riesgo asociados al fenómeno de habitabilidad de calle.

Cuantitativos:

Se contó con la participación total de 22 ciudadanos y ciudadanas, entre los cuales se encuentran:
1 mujer perteneciente a la comunidad LGTBIQ+
21 hombres entre los cuales se encuentran 4 personas adultos mayores.
Total: 22 participantes.

Nombre del Profesional responsable de la salida:
Angie Nieto Pedagoga

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: Salida extramural CIPREIA Bachillerato CDC Britalia - Kennedy.
Línea de atención I: Desarrollo Personal para la inclusión social
Fecha: 05/08/2025
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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: CIPREIA Bachillerato CDC Britalia - Kennedy
4. Fecha: 05/08/2025
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	1015404044	Willy Arteaga	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79950581	Pablo Rodriguez	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	7142671	Héctor Bernal	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80807984	Andres Velandia	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1032444047	Shantal Ramirez	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	6883968	José Porto	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1010917209	Yeison Wilches	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80821281	Jaime Rodríguez	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1016065558	Cristian Lopez	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80179009	Jhon Ramirez	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80003464	Oscar Martinez	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80373873	Cesar Soriano	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	9721468	Rafael Mendoza	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	19465137	Milton Rojas	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1023907583	Luis Beltrán	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	80902937	Juan David Quintero	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	79957635	Julio Picua	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	79962854	Mauricio Rico	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1026552512	Diego Prieto	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	8790362	Francisco Pulido	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Orozco
14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga
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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: CIPREIA Bachillerato CDC Britalia - Kennedy

4. Fecha: 05/08/2025

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		
21	CC	80244817	Rey Galeano	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
22	CC	75099764	Andrés Castaño	51	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andrés C.	
23																
24																
25																
26																
27																
28																
29																
30																
31																
32																
33																
34																
35																
36																
37																
38																
39																
40																

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Dionicio

14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga

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 el Rosario		**FECHA:** 05/08/2025	**HORA:** Inicio: 09:00 am Final: 10:30 am
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sebastián Delgado	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividades Cognitivas

OBJETIVO GENERAL: potencializar las habilidades y capacidades de los y las participantes, con actividades recreativas, mentales, cognitivas y deportivas. Para mejorar sus salud física y mental, pensado en su desarrollo cognitivo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Estimular las capacidades cognitivas de los ciudadanos, con el fin de mantener las funciones mentales superiores y frenar su deterioro, fortaleciendo así las habilidades de procesamiento que les permite concentrarse y mejorar la agilidad mental.
- Fomentar las actividades deportivas, mentales y pensadas en la salud mental de los y las participantes para ayudarlos a mejorar sus condiciones físicas y de memoria. Con actividades cognitivas

METODOLOGÍA: La actividad se desarrollará el marco de la línea de atención I: desarrollo personal para la inclusión social, donde se utilizará la metodología lúdico-terapéutica la cual se basa en lo lúdico como medio de expresión de pensamientos y emociones, donde mediante actividades cognitivas les ayudará a mejorar sus capacidades motrices y físicas, también les ayudará a redecir sus niveles de ansiedad y a si poder mejorar sus hábitos de vida saludable en su desarrollo personal.

Adecuación:
Se iniciará la actividad en la cancha de futbol donde previamente se alistarán los materiales con los que se trabajarán, también se les realizara el llamado a los y las participantes para realizar el taller de interés.

Primer momento:
Se iniciará el taller de interés, dándoles la bienvenida a los y las participantes que llegaron a el taller.
Luego de ellos se les explicara la metodología a llevar durante las diferentes actividades a realizar, se comenzará con una actividad lúdica que buscará integrar a los y las participantes, consistirá en un trabajo en equipo y poder llegar a la meta final, esto con el fin de que puedan realizar trabajo en equipo y poder mantener una comunicación asertiva entre ellos.

Segundo momento:
Después de esa actividad, se dará inicio a los diferentes retos cognitivos y lúdicos, en donde se les informa las respectivas reglas y como se manejará la puntuación, los retos serán basados en la temática cognitiva, adicional a esto se harán aclaraciones a inquietudes de los ciudadanos frente a las diferentes actividades a realizar.

Tercer momento:
Finalizara la actividad, resaltando la importancia de realizar diferentes actividades de destreza mental para que las desarrollen durante sus espacios de ocio y esparcimiento, esto con el fin de mejorar sus habilidades y capacidades cognitivas, dando como resultado una mejor calidad de vida.

Reacondicionamiento del espacio:
La zona del comedor, cancha de futbol y cancha de tejo, se utilizará para el taller, quedará ordenada y libre de basura o de cualquier objeto que afecte la imagen o el cuidado de este espacio.

TEMAS:
Concepto de Cognición.

La cognición o las funciones cognitivas son los procesos mentales que nos permiten recibir, procesar y elaborar la información. Es decir, permiten al sujeto tener un papel activo en los procesos de interacción, percepción y comprensión del entorno lo que le permite desenvolverse en el mundo que le rodea.

Las habilidades cognitivas nos permiten llevar a cabo cualquier tarea, por ello las utilizamos continuamente para aprender y recordar información, integrar la historia e identidad personal, manejar información relativa al momento en el que nos encontramos y hacia dónde nos dirigimos. Además, también posibilita mantener y distribuir la atención, reconocer distintos sonidos, procesar diferentes estímulos, realizar cálculos o representar mentalmente un objeto.

Todas las actividades que realizamos requieren la utilización de nuestras funciones cerebrales, lo que implica millones de conexiones neuronales repartidas por los lóbulos cerebrales y la activación de diferentes áreas del cerebro para desenvolvernos adecuadamente con nuestro entorno y procesar la información que obtenemos por diversos canales.

Juego:

La palabra *juego* proviene del latín *locus*, que quiere decir 'broma'. Un juego es una actividad desarrollada por uno o más individuos, cuyo propósito inmediato es entretener y divertir. Sin embargo, además de entretener, otra función de los juegos es el desarrollo de habilidades y destrezas intelectuales, motoras y/o sociales.

Este tipo de actividad es practicada tanto por los seres humanos como por los animales. Con la práctica del juego, los seres vivos aprenden formas de socialización y adquieren habilidades necesarias para la supervivencia en su respectivo hábitat.

Por ejemplo, cuando los gatos juegan con objetos en movimiento, están aprendiendo a cazar. Asimismo, cuando los perros juegan a las "mordidas" entre ellos, están aprendiendo a socializar con sus congéneres y a defenderse.

El mismo fenómeno ocurre con el ser humano. Cuando los niños practican juegos con normas, aprenden a negociar, llegar a consensos y a socializar. Por lo tanto, los juegos en los humanos cumplen la misma función, a pesar de que luzcan como una simple forma de entretenimiento. ¿Qué los distingue, entonces, de otras formas de educación y desarrollo cognitivo?

El Tejo o Turmequé:

Es el único deporte autóctono colombiano Este deporte empezó a ser practicado desde hace más de 500 años por los Muiscas, habitantes de los departamentos de Cundinamarca y Boyacá. En ese entonces se le conocía como "turmequé" y hacía parte de sus fiestas ceremoniales.

Turmequé era un centro de gran importancia, ya que allí se reunían los indígenas a comercializar productos, hacer trueques y concursos deportivos: De ahí que el primer nombre para el tejo, del lugar donde se practicaba.

El turmequé se jugaba con un disco de oro llamado "zepguagoscua", que era conseguido por el trueque o canje que hacían con indígenas de otras partes del país. El tejo desde sus inicios ha consistido en lanzar el disco, ya sea, el de oro que usaban los Muiscas, o el metálico, con el que actualmente se practica. Se utiliza una cancha de arcilla de 18 metros de largo, para lanzar los discos y hacer explotar las "mechas", es decir, las papeletas de pólvora, que se encuentran colocadas allí.

El tejo es un deporte de competencia, en el cual se enfrentan jugadores en forma individual o también por equipos. Hay varias adaptaciones del tejo: la más tradicional consiste en introducir el tejo dentro de un círculo metálico conocido como tejín o bosín, en los bordes del círculo se colocan cuatro mechas. Quien logre hacer explotar el mayor número de mechas, gana la partida.

Otra variedad es conocida como minitejo, que es lo mismo que el tradicional tejo, pero en proporciones (medidas) más reducidas. Allí solo se coloca una mecha y gana puntos quien la estalle. En ambos casos se juega en dos canchas que están frente a frente. Lanza primero quien quede más cerca del bosín y así sucesivamente.

Este deporte ha llegado a otros países de sur América. Los ecuatorianos y venezolanos son los rivales de los campeones colombianos. También se juega en países como España, México, Estados Unidos y Perú.

Puntuación

Mano (1 punto): la obtiene el equipo que ubique el tejo más cerca al bocín.

Mecha (3 puntos): cuando el tejo lanzado golpea la mecha y se produce explosión, llama o humo suficiente.

Embocinada (6 puntos): cuando el tejo lanzado queda enterrado dentro del bocín y con la base superior hacia el tablero.

Moñona (9 puntos): cuando el tejo cae correctamente dentro del bocín (embocinada) y a su vez, explota simultáneamente la mecha.

el resto de los jugadores, ganando el punto el equipo que ubique el tejo más cerca al bocín.

Marcador electrónico o manual para llevar la cuenta del puntaje.

Tejos metálicos con medidas máximas de 9 centímetros de diámetro en su base inferior, 4 centímetros de altura y un diámetro de 5.5 centímetros en su base superior.

Elementos para la limpieza del tejo: generalmente se usa un costal de fique, gancho para sacar los tejos de la greda o plastilina, un pistón para alisar la superficie (elemento metálico con el que se pisa la superficie de la greda o plastilina).

REFERENCIAS

- https://www.significados.com/juego/
- https://www.neuronup.com/actividades-de-neurorrehabilitacion/actividades-para-funciones-cognitivas
- https://neuronup.com/actividades-de-neurorrehabilitacion/actividades-para-funciones-cognitivas/funciones-o-habilidades-cognitivas-que-son-ejemplos-y-ejercicios/#:~:text=La%20cognici%C3%B3n%20o%20las%20funciones,el%20mundo%20que%20le%20rodea.
- https://www.culturarecreacionydeporte.gov.co/es/bogotanitos/recreaccion/tejo

RECURSOS:

Físicos:

- Participantes y promotor social.

Humanos:

- Mesas, sillas, sopas de letras, balón de futbol, ajedrez, listado de asistencia, pelotas, cajas de cartón, cuerdas, cubos rubik

RESULTADOS:

Cualitativos:

- En el transcurso del taller se evidencio que los y las ciudadanos participan activamente de las actividades, ya que esto los motiva, los mantienen concentrados, mejorar sus habilidades sociales y destrezas, adquiriendo la capacidad de resolver problemas. Los ciudadanos expresaron que es de su agrado este tipo de actividades y juegos, ya que les ayuda a ejercitar la mente, los mantiene ocupados y a no pensar en cosas malas o recuerdos tristes. Se evidencio que varios participantes, realizaron las actividades del taller en los tiempos correspondientes, esto con el fin de medir su nivel cognitivo a la hora de solucionar problemas y ejercicios las actividades cognitivas.

Cuantitativos:

Se contó con la participación de (8) participantes de los cuales todos son hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Sebastian Delgado

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Actividades cognitivos

Línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social.

Fecha: 05/08/2025

Taller de interés.





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Actividades Cognitivos.

4. Fecha: 05-08-2025

5. Hora: 9:00 am

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 VÍNCULO		
1	CC	1014140605	YEISON GARCIA	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					YEISON GARCIA	
2	CC	79742575	MAURICIO PUENTES	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	A1234845	Carlos Rivera	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80973495	JESUS Bolivar	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					JESUS Bolivar	
5	CC	79688462	Alejandro Villamizar	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79881785	Oswaldo Espitia	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1033680548	Anyerson Aguilar	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Fabian A	
8	CC	79239602	Fabio Bareño	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					FABIO B	
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Sebastian Delgado

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad: Sebastian Delgado

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_t_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 El Rosario		**FECHA:** 05/08/2025	**HORA:** INICIO: 11:00 am FINAL: 12:00 pm
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andres Fabián Lopez cano	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Entrenamiento funcional.

OBJETIVO GENERAL:
Mejorar la salud física, el bienestar emocional y la funcionalidad cotidiana de los participantes en proceso de recuperación por consumo, mediante un entrenamiento funcional adaptado a sus capacidades y necesidades individuales.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fortalecer la condición física general (resistencia, fuerza, flexibilidad y coordinación) favoreciendo el desarrollo de hábitos de vida saludable.
- Desarrollar habilidades funcionales para la vida diaria mejorando la capacidad física y así obtener mayor autonomía y seguridad
- Educar en el conocimiento del cuerpo y el autocuidado, tomando conciencia sobre la importancia del ejercicio en la salud integral.

METODOLOGÍA:

La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdica- pedagógica, donde se pretenderá plantear una serie de actividades físicas que trabajen las capacidades motrices de los ciudadanos con el fin de desarrollar los sistemas musculares de estabilización del cuerpo (Abdominales, abductores y rotadores de cadera), de igual manera se fomentará la práctica de una manera activa teniendo en cuenta el déficit corporal que presenta cada ciudadano. Esta actividad se dará bajo la línea de atención I : Desarrollo personal para la inclusión social.

Adecuación: Con ayuda de promotora se hará el llamado a los ciudadanos que deseen ser partícipes de la actividad planificada para este día, se acomodará el espacio para desarrollar la actividad propuesta.

Primer momento: Se procederá a una charla, dando a conocer a los ciudadanos las actividades diseñadas para la realizar, se comentará la dinámica que se implementará.

Segundo Momento: Seguido a esto se dará inicio a la actividad, con una activación y entrada en calor teniendo en cuenta.

- Liberación miofascial para eliminar las tensiones del cuerpo.
- Después se realizan ejercicios para corregir las posiciones corporales.
- Finalmente se busca el método para realizar la transferencia o integración de dichos movimientos optimizados a la vida cotidiana.

Se procederá con una 5 serie de 10 repeticiones con un lapso de 10 segundos entre cada repetición; de los siguientes ejercicios con ayuda de elementos como el TRX, colchonetas y fitball.

- Rotaciones de tronco o twists.
- Sentadillas o squats.
- Dominadas o pull-up.
- Saltos con soga.
- Abdominales

Se finalizará la actividad con una vuelta a la calma, realizando los respectivos estiramientos para evitar lesiones en los ciudadanos.

Tercer momento: Se dará por finalizado la actividad, se socializará los resultados positivos y negativos que se generaron en el momento que la culminación de la actividad, respecto a los objetivos propuestos para este día.

- Reacondicionamiento del espacio: Se invitará a los ciudadanos y ciudadanas, dejar el espacio en el que se trabajó limpio y organizar los materiales utilizados en la actividad desplazándolos al cuarto implementos deportivos, de inmediato seguir su vida cotidiana.

TEMAS:

Entrenamiento Funcional.

El entrenamiento funcional ha sido implementado como una forma de mejorar capacidades físicas y coordinativas, en un entrenamiento de alta, mediana o baja intensidad, en varias disciplinas dentro de las cuales encontramos la fisioterapia, medicina, educación física y el
entrenamiento deportivo; desde cada área disciplinar se le ha concebido de manera distinta a este tipo nueva tendencia debido a la funcionalidad dentro del área de conocimiento.

El entrenamiento funcional, se ha implementado desde varios autores, para tener diferentes finalidades, como un entrenamiento multidimensional, pero hasta este momento en Bogotá Colombia, no se ha logrado llegar a una conceptualización, pero podemos encontrar en desde los artículos encontrados y filtrados, autores generando una conceptualización desde solamente un área del conocimiento en otros contextos, como lo son EE.UU, España, entre otros. El fisioterapeuta Grey citado por (Pinzon, 2015) plantea el entrenamiento funcional como: Una visión acerca del término cadenas cinéticas. Por definición, Entrenamiento funcional significa entrenar con un propósito; buscando obtener un efecto positivo en la aptitud física (relacionada con la salud o con el rendimiento) o en el deporte que se practica. Este busca un acercamiento integrado multidimensional que mejora la fuerza, resistencia y acondicionamiento total del cuerpo en aquellos que lo aplican.

Según, (Siff, 2002) afirma que el término entrenamiento funcional se ha empleado de manera errada porque en realidad este entrenamiento es multidimensional, aunque favorable para actividades cotidianas, el término funcional es claramente influenciado por un contexto debido a que los atletas de alto rendimiento y las personas que simplemente hacen actividades diarias en el hogar, no tienen los mismos contextos de desarrollo de este entrenamiento; el entrenamiento "funcional" se ha implementado en círculos científicos y terapéuticos como un entrenamiento multidimensional debido a que maneja amplitud de movimiento al usar varios de los grupos musculares en un solo ejercicio y esto resulta beneficioso en fases de recuperación y actividad física. En entrenamiento específico de deporte este tipo de entrenamiento funcional se refiere a lo general en una fase física especial de preparación y en el entrenamiento específico ciertas necesidades corporales globales tales como hipertrofia músculo-esquelético, estabilización, y metabólica que, aunque vital en toda la preparación deportiva, no es más que un aspecto del proceso global. Si entramos en detalles más técnicos podemos añadir que el entrenamiento funcional implica:

Un énfasis especial en desarrollar los sistemas musculares, trabajando en mejorar la tensión muscular en reposo.

- Mejorar la fuerza del músculo y no su tamaño.
- Un trabajo intenso del «core».
- Trabajar habilidades biomotoras.
- Atención en la postura corporal.

Fases del entrenamiento

Casi todas las actividades físicas incorporan fuerza, velocidad, tolerancia física o flexibilidad, o una combinación de estos tres elementos. Los ejercicios de fuerza consisten en superar una resistencia; los ejercicios de velocidad desarrollan al máximo la rapidez y una frecuencia elevada; los ejercicios de resistencia implican largas distancias, larga duración y muchas repeticiones; y los ejercicios de flexibilidad despliegan al máximo la amplitud del movimiento. Los ejercicios de coordinación comprenden movimientos complejos.

Sin duda alguna, la capacidad para realizar ciertos ejercicios varia de un atleta a otro, y las capacidades heredadas (o genéticas) de fuerza, velocidad y resistencia física influyen en la capacidad de los atletas para rendir a gran nivel. Dichas capacidades también reciben el nombre de ***capacidades motrices condicionales, cualidades físicas generales, o biomotoras. Motora se refiere al movimiento***, y el prefijo bio designa la naturaleza biológica (el cuerpo) de estas capacidades.

Zona de core

Core no es un concepto descrito en los tratados clásicos de anatomía, sino un concepto funcional utilizado habitualmente para referirse de forma conjunta a las estructuras musculares y osteoarticulares de la parte central del cuerpo, sobre todo, del raquis lumbo-dorsal, la pelvis y las caderas1, 2. Este concepto se ha utilizado especialmente en el ámbito deportivo, ya que las estructuras referidas participan conjuntamente en el mantenimiento de la estabilidad del tronco y en la generación y transferencia de fuerzas desde la parte central del cuerpo hacia las extremidades en actividades tan diversas como correr, lanzar o golpear1, siendo el centro de las cadenas cinéticas que participan en estas acciones3.

Core stability o estabilidad de la zona central del cuerpo es un concepto que está muy de moda sobre todo en el fitness, en el entrenamiento y en la medicina del deporte, ya que ha sido señalado como uno de los factores clave para la prevención y tratamiento del síndrome de dolor lumbar4, 5, 6, así como un factor destacado en la prevención de lesiones en los miembros inferiores1, 3, 6. Aunque ambas aplicaciones son relevantes, destaca especialmente su posible rol en la prevención y tratamiento del síndrome de dolor lumbar, ya que este tiene una alta prevalencia y es una de las causas principales de los elevados costes sociosanitarios de las sociedades industrializadas7, 8, 9. Así, por ejemplo, según la Encuesta Nacional de Salud de España, correspondiente a los años 2011/12, la prevalencia de este síndrome en la población española mayor de 16 años es del 18,61%.

Sin embargo, a pesar de que entrenadores, preparadores físicos y monitores de fitness reconocen la utilidad e importancia de la core stability para la mejora funcional y el desarrollo de los deportistas, son

pocos los estudios que han analizado la relación entre el desarrollo de la estabilidad del core y la mejora del rendimiento deportivo10. Además, el uso del término core stability es ambiguo, existiendo cierto debate sobre su correcto significado tanto en la literatura científica como en el ámbito profesional3, 11.
En este trabajo presentamos una revisión de la literatura científica más relevante sobre core stability con el objeto de clarificar el significado de este concepto y su relación con el rendimiento y la patología.

Fuente de consulta:

- https://mhunters.com/es/blog/entrenamientofuncional/#:~:text=Caracter%C3%ADsticas%20del%20entrenamiento%20funcional,El%20entrenamiento%20funcional&text=Simula%20una%20actividad%20de%20la,%2C%20potencia%2C%20resistencia%2C%20etc
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2017). Periodización del entrenamiento deportivo. Paidotribo.
- Vera-García, F. J., Barbado, D., Moreno-Pérez, V., Hernández-Sánchez, S., Juan-Recio, C., & Elvira, J. L. L. (2015). Core stability. Concepto y aportaciones al entrenamiento y la prevención de lesiones. Revista andaluza de medicina del deporte, 8(2), 79-85.

RECURSOS:

Físicos:

- Colchonetas, pesas, balón Medicinal, discos (10-12-25 lbs), barra z, mancuernas.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, profesional.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el desarrollo de la actividad se brinda a cada uno de los ciudadanos este espacio en donde a través del desgaste energético que conlleva realizar entrenamiento funcional, e iniciar un proceso de adaptación de rutinas personalizadas donde no solo mejoran su condición física si no también el proceso de desintoxicación corporal y cognitivo, ayudando a mantener adecuado proceso de desarrollo y crecimiento personal, dejando a un lado aquellas conductas asociadas al fenómeno de habitabilidad en calle.

Cuantitativos: Se conto con la participación de (8) ciudadanos de los cuales todos son de genero masculino, 1 perteneciente a enfoque diferencial.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Andres F. Jolon Cano

FIRMA COORDINADOR:

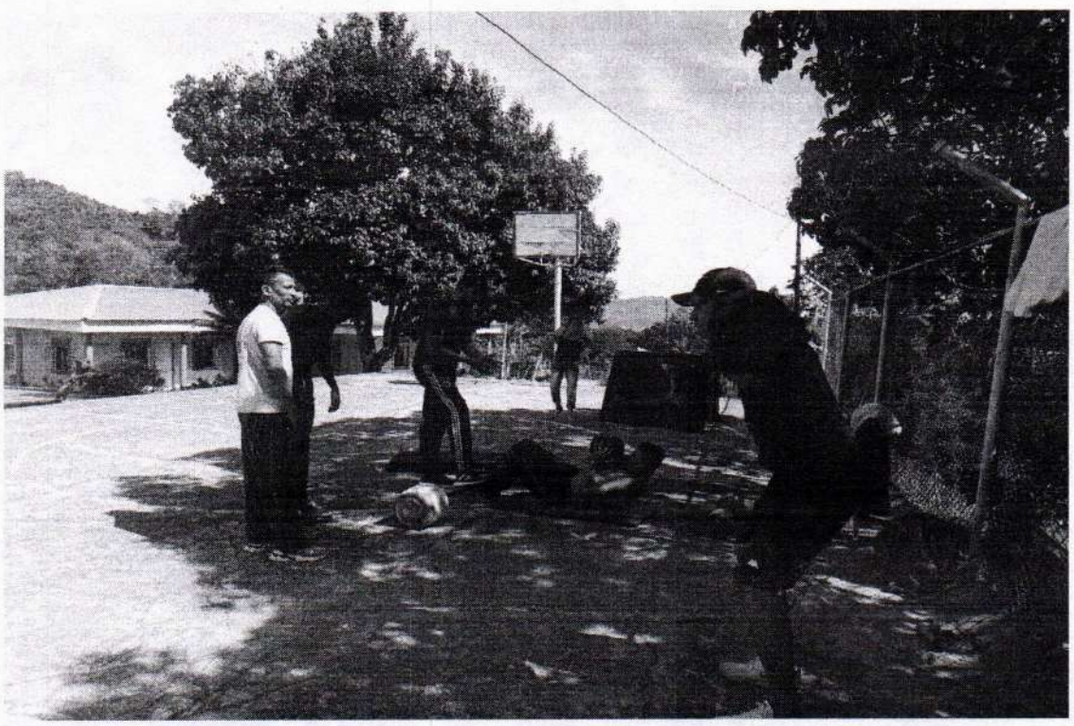
NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Entrenamiento funcional
fecha: 05/08/2025
Línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social

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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Entrenamiento Funcional.

4. Fecha: 05/08/2025

5. Hora: 11:00 AM.

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	1024553260	OSCAR BARAHONA	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	80462934	Juan Quintero	41	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	1010646	Jorge Erices	64	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	1224660	Jaime [illegible] Rondon	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	1023907883	Luis Barrera	34	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	1117849051	Jeison Abello	33	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	1048436145	Rafael Ortega	39	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	1033647189	Raul Fonseca	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Andres Felipe Tolosa Cano

14. Cargo o rol del responsable: Educador Físico

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 el Rosario	**FECHA:** 05/08/2025	**HORA:** 14:00
ÁREA: Primeros auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	KAREM MORENO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ESTRATEGIAS PARA PREVENIR RECAIDAS DESDE EL AUTOCUIDADO PERSONAL.

OBJETIVO GENERAL:

Socializar estrategias de autocuidado para la prevención de recaídas, así mismo fortalecer la capacidad de una persona para mantener la sobriedad y el cambio a largo plazo, a través de la identificación y manejo de desencadenantes, el desarrollo de habilidades de afrontamiento saludables, la mejora de la autoconciencia y la construcción de una red de apoyo sólida para evitar el consumo futuro de sustancias.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Aumentar el nivel de conocimiento de la población sobre la importancia de tener hábitos saludables para prevenir recaídas desde el autocuidado.
- Implementar talleres y charlas informativas en la comunidad sobre temas relacionados con prevención de recaídas, para mantener una calidad de vida.
- Impulsar campañas que sensibilicen a la comunidad sobre la importancia de adoptar hábitos saludables para una mejor calidad de vida.

METODOLOGÍA:

LINEA DE ATENCION 1: Desarrollo personal para la inclusión social.
El taller se desarrollará mediante la metodología psico-educativa, generando interés y adaptación al contenido de una forma práctica ya que se busca informar y educar acerca de la importancia de adquirir conocimiento sobre estrategias que se pueden adaptar para prevenir recaídas con autocuidado, en pro de aportar positivamente en la calidad de vida de los ciudadanos generando conciencia sobre el tema.

Adecuación: Se utilizará el aula de artes, adecuándola con sillas con el fin de garantizar la comodidad de los ciudadanos, se utilizará como herramienta una exposición en la cual se socializará acerca de métodos de primeros auxilios y la importancia de tener el conocimiento en ellos, y como pueden aportar en su vida siendo está el eje primordial del contexto.

- **Primer momento:** Se iniciará la actividad, indagando en las y los ciudadanos qué conocimientos previos tienen sobre autocuidado personal, posteriormente se generará la lluvia de ideas, se aclararán las dudas existentes acerca de cada uno de los términos.
- **Segundo Momento:** Se realizará el desarrollo del tema en general interactuando con los ciudadanos acerca del tema socializando puntualmente los hábitos de autocuidado personal en la prevención de recaídas, mediante una charla psicoeducativa haciendo énfasis en recurrir al área de primeros auxilios en este caso, o en su defecto a las entidades de salud si en algún momento tiene dudas.
- **Tercer momento:** Se dará un espacio de aclaración de dudas respecto al tema y la experiencia personal de cada participante. Se mencionará la importancia de buenos hábitos de autocuidado personal, buscando con esto mejorar la calidad y estilo de vida de los ciudadanos.
- **Reacondicionamiento del espacio:**
  Una vez terminado el taller se invitará a los ciudadanos a organizar el espacio como parte del proceso de responsabilidad en comunidad de vida, quienes acatan cumpliendo la solicitud indicada a cabalidad.

TEMAS: ESTRATEGIAS DE AUTOCUIDADO PERSONAL

1. Establece rutinas saludables y cuida tu cuerpo

Duerme bien: Un horario de sueño regular ayuda a tu cerebro a generar sustancias de bienestar y reduce el estrés.

Aliméntate correctamente: Mantener rutinas de alimentación ayuda a controlar la ansiedad, que a veces se confunde con la necesidad de consumir.

Haz ejercicio: La actividad física regular (al menos 3-4 veces por semana) reduce el estrés y mejora tu bienestar.

2. Desarrolla mecanismos de afrontamiento saludables

Maneja el estrés: Practica técnicas como la respiración profunda, la meditación, la relajación muscular o el ejercicio para calmarte.

Encuentra pasatiempos: Dedícate a actividades que disfrutes y te distraigan de los impulsos de recaída, como tocar un instrumento, pintar, o aprender algo nuevo.

Escribe en un diario: Anotar tus pensamientos y sentimientos te puede ayudar a procesarlos y liberar tensiones.

3. Crea un plan de prevención de recaídas

Identifica tus desencadenantes: Reconoce las situaciones, emociones o personas que te ponen en riesgo de recaer y ten un plan para manejarlos.

Construye una red de apoyo: Rodéate de familiares, amigos, grupos de apoyo (como los de 12 pasos) o un profesional de la salud mental a quienes puedas acudir en momentos difíciles.

Ten un plan de acción: Ten a mano un plan que incluya qué hacer si sientes un deseo fuerte de consumir, a quién contactar y cómo distraerte.

4. Practica la autocompasión y la autoconciencia

Sé amable contigo mismo: Trátate con la misma empatía y comprensión que le darías a un amigo.

Sé honesto: Mantén la honestidad contigo mismo y reconoce tus progresos y retrocesos.

Perdónate: Entiende que los contratiempos son parte del proceso de recuperación y que volver a la normalidad rápidamente es una señal de éxito.

5. Prioriza tu salud mental

- **Establece límites:** Aprende a decir no a actividades o situaciones que no te beneficien y que pongan en riesgo tu bienestar.

- **Busca apoyo profesional:** Asistir a terapia, como la terapia cognitivo-conductual (TCC), puede ayudarte a desarrollar habilidades y obtener apoyo emocional.

Fuente de consulta: https://www.emoneeds.com/blog/self-care-strategies-for-relapse-prevention-tips-for-taking-care-of-yourself-during-recovery/

RECURSOS:
Físicos: Sillas 10
Humanos: ciudadanos y profesional de primeros auxilios

Cualitativos
Se evidencio interés por parte de los asistentes acerca del tema en general, identificando la importancia de conocer sobre hábitos de autocuidado para prevenir recaídas.

Cuantitativos
Se logro la convocatoria de 8 participantes, en donde se identifica que la población capacitada se distribuyó de la siguiente manera:
Ciudadanos o Ciudadanas LGBTI: 0
Ciudadanos o ciudadanas TRANSGENERO: 0
Mujeres: 0
Hombres: 8

FIRMA DEL RESPONSABLE: Karem moreno

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Estrategias para prevenir recaídas desde el autocuidado personal.
LINEA DE ATENCIÓN 1: Desarrollo personal para la inclusión social.
FECHA: 05/08/2025





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:

2. Lugar / Localidad:

3. Tema / Actividad: Estrategias para prevenir recaidas desde el autocuidado Personal

4. Fecha: 05/08/2025

5. Hora: 14:00

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	80194190	Nicolas Gomez	12	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80902934	Juan Quinteno	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80665495	Jose Agudelo	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	74186668	Oscar S Hdz	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1033697187	Raul Forero	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1141916	Julio Cesar	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79316876	Cielo Ospino	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1014360996	Olga Rodriguez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Karem Moreno

14. Cargo o rol del responsable: Auxiliar Enfermeria.

15. Firma del responsable de la actividad: Karem Moreno.

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 el Rosario		**FECHA:** 05/08/2025	**HORA:** 02:00 PM 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jorge Eliecer Banguera Gomez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: RESOLUCIÓN PACÍFICA DE CONFLICTOS NORMAS DE CONVIVENCIA Y CORRESPONSABILIDAD.

OBJETIVO GENERAL: Promover en los ciudadanos habilidades básicas para la resolución pacífica de conflictos, como medio de autorreconocimiento, expresión emocional asertiva y fortalecimiento de relaciones interpersonales en la Comunidad de Vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar formas cotidianas de conflicto en la vida comunitaria y personal.
- Reconocer emociones que surgen frente a los desacuerdos y su influencia en la reacción.
- Explorar alternativas pacíficas para resolver conflictos desde el diálogo, la empatía y el respeto.

METODOLOGÍA El taller se estructura desde la Línea de atención 1: desarrollo personal para la inclusión social. La metodología se sustenta en un enfoque teórico-práctico, orientado a que los ciudadanos reconozcan sus emociones, experiencias previas de conflicto y capacidades para transformar esas vivencias en formas de convivencia más saludables dentro de la Comunidad de Vida.

Adecuación: Se organiza junto a las ciudadanas y los ciudadanos el escenario seleccionado para el desarrollo de la actividad, se organizan los recursos necesarios para su función.

MOMENTO 1: "¿Qué me pasa cuando hay conflicto?": El taller inicia con una breve bienvenida que refuerza la importancia del respeto y el espacio de confianza. Luego, se realiza una dinámica denominada "La chispa y el fuego", en la que se reparten tarjetas que contienen frases desencadenantes de conflicto (por ejemplo: "me insultó", "me quitó algo", "me empujó").

Cada ciudadano selecciona una tarjeta y representa cómo reaccionaría o cómo ha reaccionado ante esa situación. A través de una lluvia de ideas, se socializan las respuestas más comunes: gritar, golpear, retirarse, etc.

Posteriormente, el profesional de trabajo social orienta una reflexión colectiva sobre las emociones que emergen en el conflicto: ira, miedo, tristeza, culpa, frustración. Se valida que estas emociones son naturales, pero también se abre la pregunta: ¿qué otras formas de responder podríamos construir?

Se busca explorar las emociones que surgen ante situaciones de conflicto y cómo han reaccionado anteriormente los participantes. Se busca visibilizar que el conflicto es parte natural de la convivencia humana.

MOMENTO 2: "Hablemos sin pelear": Se introduce una actividad llamada "El espejo del conflicto". Los participantes se dividen en grupos de tres personas: uno asume el rol de quien agrede, otro de quien recibe la agresión, y el tercero como mediador.

Cada grupo escoge una situación cotidiana de conflicto (ej. "se pelearon por un plato de comida", "una mala palabra generó discusión", etc.). Representan la escena brevemente y luego el mediador interviene, proponiendo una forma pacífica de resolución.

Después de la dramatización, se realiza una reflexión orientada por preguntas como:

- ¿Qué sentiste al representar ese rol?
- ¿Qué solución propuso el mediador?
- ¿Qué hubieras hecho diferente?

El profesional resalta las herramientas de comunicación asertiva, manejo emocional y negociación, promoviendo la toma de conciencia sobre sus capacidades para actuar de forma no violenta.

Se espera promover el reconocimiento del diálogo, la escucha activa y la empatía como formas de resolución pacífica de conflictos.

MOMENTO 3: "Construyo paz en mí y con otros": Se realiza un círculo de cierre reflexivo donde cada persona dibuja o escribe en una cartulina una palabra o símbolo que represente su compromiso personal para mejorar su forma de afrontar conflictos. Ejemplos: "escuchar", "contar hasta 10", "hablar con respeto", "no responder con rabia".

Luego, en voz alta y de forma voluntaria, comparten su símbolo con el grupo. Este momento se acompaña con una breve frase motivadora entregada por el profesional, como:

"Dialogar no es rendirse, es elegir un camino de respeto para ti y para los demás."

Finalmente, se agradece la participación, se refuerza la idea de que la paz comienza en uno mismo, y se recuerda que la convivencia en la comunidad se construye cada día, con actos pequeños pero significativos.

Reacondicionamiento del espacio: se indica dejar el lugar mejor de cómo lo encontramos, junto a los ciudadanos se opta por organizar el espacio, recoger residuos que pudieran quedar y organizar las sillas y mesas que se utilizaron.

TEMAS:

El conflicto como fenómeno social: El conflicto no es en sí negativo; es una manifestación natural de la convivencia humana cuando existen diferencias en intereses, valores, necesidades o percepciones. En contextos como el de la habitabilidad en calle, los conflictos se intensifican por condiciones de exclusión, trauma, consumo de sustancias y carencia de redes de apoyo.

Es importante que los ciudadanos reconozcan el conflicto como parte de la vida comunitaria y personal, y que pueden desarrollar habilidades para transformarlo de forma constructiva.

Resolución pacífica y no violenta del conflicto: La resolución pacífica implica la búsqueda de soluciones a los desacuerdos sin recurrir a la violencia física o verbal. Se basa en principios como la comunicación asertiva, la empatía, la escucha activa y la disposición al diálogo. En poblaciones en proceso de reintegración social, estas herramientas favorecen la convivencia, reducen reacciones impulsivas y fortalecen la autonomía.

Se promueve una transición desde reacciones impulsivas, aprendidas en contextos de supervivencia, hacia respuestas conscientes que favorezcan la permanencia en comunidad.

Emociones y conflicto: comprender para transformar: La emoción es una dimensión clave en el conflicto. Sentimientos como el enojo, la frustración, el miedo o el dolor suelen estar en la base de reacciones violentas. Reconocer, nombrar y canalizar estas emociones permite transformar el modo de relacionarse con los demás.

En personas en situación de calle, que frecuentemente han vivido rupturas afectivas y traumas, la gestión emocional representa un componente fundamental del proceso de identificación y construcción de nuevas relaciones.

FUENTES:

- Galtung, J. (2003). *Tras la violencia, 3R: reconstrucción, reconciliación y resolución. Afrontando los efectos visibles e invisibles de la guerra y la violencia.* Bilbao: Bakeaz.
- Lederach, J. P. (1998). *Construyendo la paz: reconciliación sostenible en sociedades divididas.* Bogotá: Pax Christi.
- Rosenberg, M. (2003). *Comunicación no violenta: un lenguaje de vida.* Barcelona: Editorial Acanto.

- Tuvilla Rayo, J. (2001). *La paz, tarea y utopía. Claves para una educación en la paz.* Madrid: CCS.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional.* Barcelona: Kairós.
- Rogers, C. (1961). *El proceso de convertirse en persona.* Barcelona: Paidós.

RECURSOS:

- Listado de asistencia, hojas, lápices, cámara o celular con cámara.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante la actividad, se propició un espacio de diálogo orientado a identificar las situaciones más recurrentes que generan conflictos en la convivencia comunitaria. A partir de la reflexión colectiva, se reconoció que en algunos casos persisten conductas asociadas a comportamientos adquiridos durante la permanencia en situación de calle, las cuales dificultan la gestión adecuada de desacuerdos.

Los ciudadanos manifestaron comprensión frente a la necesidad de implementar estrategias basadas en el respeto mutuo, el reconocimiento y manejo asertivo de las emociones, y la promoción de ambientes de empatía en las relaciones con sus pares. Asimismo, evidenciaron disposición para fortalecer su corresponsabilidad en el cumplimiento de las normas de comunidad como mecanismo para prevenir conflictos y favorecer la cohesión grupal.

Se resalta que los ciudadanos lograron reconocer prácticas inadecuadas realizadas en el pasado, manifestando su intención de no repetirlas y de incorporar herramientas de resolución pacífica como parte de su proceso de cambio. Esta toma de conciencia refleja avances en la convivencia y en el fortalecimiento de sus habilidades sociales.

Cuantitativos: Se conto con la participación de 17 ciudadanos, de sexo masculino y orientación sexual heterosexuales.

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 17 ciudadanos.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G.

Registro fotográfico: 05/08/2025

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Resolución pacífica de conflictos normas de convivencia y corresponsabilidad.
Línea de atención 1: desarrollo personal para la inclusión social.
TIPO DE ACTIVIDAD: Etapa II.





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 comunidad de vida para poblacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: RESOLUCIÓN PACIFICA DE CONFLICTOS, NORMAS DE CONVIVENCIA Y CORRESPONSABILIDAD

4. Fecha: 05/08/2025

5. Hora: 2:00Pm

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	1032358864	Carlos Moreno	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	80038760	Fernando Tulado	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	79305517	Carlos García	61	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	1073	Orlando Lopez P.	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	1178948	FANITH RIVERO	48	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	79916876	Carlos G Ospina	60	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	80243905	DANIEL ARENAS	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	1151104	Nelson Mendez	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	1019062950	Carlos Chaposio	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	79046410	Carlos A Valbu	61	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	1014490605	YEISON GARCIA	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	1032385130	Andres Diaz	39	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	C	1016060358	JOLIAN D CRISTIANO	31	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14	CC	80251610	Sony Rueda	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
15	CC	1117519431	Jeison Abello	33	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
16	CC	75925884	ELISIN RAA		NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
17	CC	1012470084	OSCAR GONZALEZ	18	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: JORGE E. BANGUERA GOMEZ

14. Cargo o rol del responsable: TRABAJO 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 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 El Rosario		**FECHA:** 05/08/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 pm FINAL: 3:30 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Sentido de vida			

OBJETIVO GENERAL:

Promover la identificación del sentido de vida de las y los ciudadanos, a través de un espacio de reflexión e introspección en el cual reconozcan la relación que tiene este aspecto con el cumplimiento de metas y objetivos personales, fomentando el diálogo y el compartir de experiencias.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Dar a conocer los elementos principales del sentido de vida
- Reflexionar acerca de la identificación del sentido de vida
- Brindar herramientas para la resignificación de eventos dolorosos de la historia de vida que permitieron el aprendizaje.

METODOLOGÍA:

Teniendo en cuenta la línea de atención 1: desarrollo personal para la inclusión social, la actividad se realizará a partir de una metodología psico-educativa en la cual se pretende que las y los ciudadanos se apropien de los conocimientos brindados. Dicha actividad se llevará a cabo con las y los ciudadanos de Etapa III.

Adecuación:

Se convocará a las y los ciudadanos de la comunidad a participar del taller en el aula Gabriel García Márquez; se adecuará el espacio y los elementos a utilizar, para dar inicio a la actividad.

Primer momento:

Se iniciará la actividad con la presentación de la facilitadora y se dará una breve explicación del propósito del taller, posteriormente se realizará una dinámica de presentación rápida en la cual cada participante debe compartir su nombre y una cosa que les hace sentir bien. Así mismo, se darán a conocer las normas del taller, tales como mantener una actitud de Respeto, confidencialidad y participación activa. Seguidamente, se mencionará el concepto de Sentido de Vida, por medio de una charla interactiva en la cual se mencionará la definición, se brindarán ejemplos de diferentes formas en que las personas encuentran sentido y se realizarán unas preguntas orientadoras para la discusión, invitando a los participantes a compartir lo que comprenden por sentido de vida.

Segundo momento:

Durante el segundo momento, se llevará a cabo un ejercicio de reflexión personal, en el cual se hará entrega de una hoja en blanco y un lápiz indicándoles que deberán responder las siguientes preguntas: ¿Qué cosas en tu vida te han dado sentido en el pasado?, ¿Qué valores son importantes para ti?, ¿Qué actividades te hacen sentir vivo/a y realizado/a? Se dará un tiempo de 15 minutos para reflexionar sobre estas preguntas y responderlas y posteriormente se promoverá un tiempo para compartir, indicándole a los ciudadanos que de manera voluntaria compartan algunas de las reflexiones o conclusiones a las que lograron llegar a partir de la resolución de las preguntas.

Posteriormente, se les indicará a los participantes que en grupos de máximo 4 personas, deberán crear una lista de valores importantes y metas significativas y luego de haberlas realizado deberán realizar una discusión en grupos pequeños en donde cada grupo deberá elegir tres valores/metas y discutir cómo pueden integrarlos en su vida diaria. Luego del ejercicio anterior, deberán compartir en plenaria, en donde cada grupo pueda presentar sus conclusiones.

Tercer momento:

Para finalizar, se darán a conocer a los y las ciudadanas las estrategias para Construir un Sentido de Vida, en donde se indicarán los elementos más relevantes y los mensajes claves: tales como 1. Propósito: Es la sensación de que nuestras acciones están orientadas hacia metas y objetivos específicos. Tener un propósito

da una razón para levantarse cada día y nos motiva a seguir adelante. 2. Valores: Los valores son principios y creencias fundamentales que guían nuestras decisiones y comportamientos. Identificar y vivir de acuerdo con nuestros valores nos ayuda a sentirnos auténticos y realizados. 3. Conexión: El sentido de vida también se encuentra en las relaciones significativas y la conexión con otros. Sentirnos parte de una comunidad o tener vínculos profundos con amigos y familia aporta un gran sentido de pertenencia y apoyo 4. Crecimiento Personal: La búsqueda de sentido a menudo implica el crecimiento y desarrollo personal. Enfrentar desafíos, aprender nuevas habilidades y superar obstáculos nos proporciona un sentido de logro y evolución.
Así mismo, se indicará que cuidar de la salud mental y física también aporta a la construcción del sentido de vida.
Como ejercicio práctico, se indicará a las y los participantes que escriban una pequeña acción que pueden hacer esta semana para acercarse a uno de sus valores/metas.

Reacondicionamiento del espacio: Se solicitará a los ciudadanos y ciudadanas organizar el espacio utilizado y se organicen el espacio para la siguiente actividad programada.

TEMAS:
Sentido de vida

El sentido de vida se refiere a la percepción y sensación de que nuestra existencia tiene propósito, dirección y valor. Es la creencia de que nuestras acciones y experiencias están conectadas con algo más grande que nosotros mismos, lo cual nos da un motivo para vivir y nos ayuda a afrontar los desafíos y adversidades con mayor resiliencia.

Concepto de Sentido de Vida

El sentido de vida es un concepto que se ha estudiado en diversas disciplinas, incluyendo la psicología, la filosofía y la teología. Según el psicólogo Viktor Frankl, quien desarrolló la logoterapia, encontrar un sentido en la vida es una de las motivaciones más profundas del ser humano. Frankl sugirió que incluso en las circunstancias más difíciles, las personas pueden encontrar propósito y sentido, lo que les permite superar el sufrimiento y vivir una vida plena.

Componentes del Sentido de Vida:

Propósito: Es la sensación de que nuestras acciones están orientadas hacia metas y objetivos específicos. Tener un propósito nos da una razón para levantarnos cada día y nos motiva a seguir adelante.

Valores: Los valores son principios y creencias fundamentales que guían nuestras decisiones y comportamientos. Identificar y vivir de acuerdo con nuestros valores nos ayuda a sentirnos auténticos y realizados.

Conexión: El sentido de vida también se encuentra en las relaciones significativas y la conexión con otros. Sentirnos parte de una comunidad o tener vínculos profundos con amigos y familia aporta un gran sentido de pertenencia y apoyo.

Crecimiento Personal: La búsqueda de sentido a menudo implica el crecimiento y desarrollo personal. Enfrentar desafíos, aprender nuevas habilidades y superar obstáculos nos proporciona un sentido de logro y evolución.

Proyecto de vida

Un plan de vida se puede definir como un plan básico de supervivencia. Hay varias variables a considerar a la hora de prepararnos, como las necesidades o los objetivos, que pueden coincidir o no con lo que el entorno espera de nosotros. Un proyecto de vida es una obra arquitectónica en curso que sigue una cierta continuidad, pero se adapta a las circunstancias de cada momento. Un plan de vida moviliza y dirige acciones basadas en metas significativas que integran valores con deseos personales legítimos. Es un proceso que no sigue una secuencia estática, sino que se desarrolla a lo largo de muchos años y tiene un propósito u objetivo claro. Es un camino lleno de satisfacciones que también ofrece oportunidades de tropiezos.

Cualidades

Las cualidades son las características que distinguen y definen a las personas, los seres vivos en general y las cosas. El término proviene del latín qualĭtas y permite hacer referencia a la manera de ser de alguien o algo.

Las cualidades son las propiedades o características innatas de alguien o algo, es decir, a los rasgos que conforman parte de su naturaleza, especialmente cuando se trata de rasgos positivos o elogiables. Las cualidades de un objeto suelen ser aquellos rasgos distintivos, que lo hacen diferenciarse de los demás.

Competencias

"Las competencias son un enfoque para la educación y no un modelo pedagógico" (Tobón, 2006, p. 01). Según Tobón, éstas se focalizan en tres aspectos específicos. El primero, la integración de los conocimientos, los procesos cognitivos, las habilidades y los valores, ante los problemas. El segundo, el