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:** 28/08/2025	**HORA:** Inicio: 11:00 am Final:12:00 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Leidy Johana Muñetones

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Grupo de apoyo, manejando mis miedos

OBJETIVO GENERAL:

Facilitar un espacio seguro donde los participantes puedan identificar, compartir y comenzar a elaborar sus miedos, promoviendo herramientas psicológicas de afrontamiento y fortalecimiento personal.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover la identificación de estrategias personales y colectivas de afrontamiento ante situaciones que generan miedo o inseguridad.
- Brindar un espacio de contención grupal, donde las personas puedan compartir experiencias relacionadas con sus miedos sin ser juzgadas.

METODOLOGÍA:

La metodología a usar en la actividad es la psicoeducativa, la cual busca identificar los recursos y reforzar las fortalezas propias de los y las ciudadanas, que contribuyen a fomentar una manera diferente de pensar y de actuar ante una adversidad o un problema, por medio de la identificación de vivencias, fortalecer su conocimiento a fin de llevarle a resolver situaciones que mitigan el riesgo de nuevamente desarrollar dinámicas de calle, lo anterior se manejara con la línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, en una actividad transversal.

Adecuación

Se reunirá a los participantes en un espacio dentro de la comunidad de vida, el cual sea adecuado para la interacción y posterior desarrollo de la actividad que dará respuesta a los objetivos planteados, se preparara el espacio con el fin de generar un ambiente de reflexión, escucha y construcción del tema a abordar.

Primer momento

Se realizará una actividad dinámica con el fin de reconocer algunas de esas palabras o pensamientos que en ocasiones crean barreras hacia nuestro desarrollo personal, se generará este espacio buscando propiciar los sentimientos de empatía al igual que brindar motivación ante la actividad a realizar seguidamente se mencionara que se hablará sobre **los miedos** y cómo estos afectan nuestras decisiones, relaciones y bienestar.

Segundo Momento

Se procederá a continuar con el ejercicio, realizando la conceptualización de las temáticas centrales, generando preguntas orientadoras, como ¿Qué me diría mi miedo si pudiera hablar? y así compartirlo con el grupo individualmente. Posterior se en ronda se invitará a compartir algún miedo actual (si desean). Pueden usar frases como:

- "Tengo miedo de…"
- "Siento miedo cuando…"
- "A veces el miedo me hace…"

Se escuchará activamente, validando emociones de cada uno de los asistentes.

Tercer momento

Se finalizará la actividad realizando un espacio de introspección individual, con el fin de generar un espacio de análisis personal, con respecto al tema desarrollado, y del aprendizaje logrado a partir de la temática. Se brindarán herramientas para enfrentar el miedo con alternativas.

- Respirar profundo cuando siento miedo.
- Nombrarlo en vez de huir.
- Buscar un "par" o referente para hablarlo.
- Hacer algo pequeño que me dé sensación de control.

Reacondicionamiento del espacio

Se solicitara a los ciudadanos organizar el espacio y los elementos utilizados.

Temas

¿Qué es el miedo?

El miedo es una emoción básica y natural que se caracteriza por experimentar sensaciones desagradables y relativamente intensas ante la percepción de un peligro o daño, ya sea real o imaginario. Se trata de una reacción de alerta producida por nuestro sistema nervioso central ante un estímulo potencialmente amenazante.

El miedo es una emoción que compartimos con otros animales, aunque en el ser humano los estímulos que lo activan son mucho más variados. No solo están presentes los temores antes peligros físicos, como incendios, accidentes, que puedan amenazar nuestra integridad física. Si no que también el miedo en los humanos se activa ante otros peligros que pueden dañar nuestro bienestar e integración social. Como son el rechazo, la crítica, la soledad, el abandono, etc.

▷ ¿Cómo se manifiesta? Síntomas y efectos

El miedo puede manifestarse de diversas maneras, tanto a nivel físico, emocional y cognitivo. Todas son reacciones difíciles de ignorar, y es que el cuerpo se ha activado, como veremos, para protegernos. Aunque cada persona tiene su propia manera de responder, estas son las respuestas más habituales.

- Síntomas físicos: aumento del ritmo cardíaco, sudoración, tensión muscular, temblores, dificultad para respirar, para conciliar el sueño. Todos estos síntomas vienen relacionados con la activación del sistema nervioso simpático y la producción de ciertas sustancias (cortisol, adrenalina, noradrenalina).
- Síntomas cognitivos: aumento de la atención, hipervigilancia, aceleración del pensamiento, pensamientos negativos centrados en la amenaza y sus consecuencias y soluciones o salidas, etc.
- Síntomas emocionales: inseguridad, estrés, ansiedad, incertidumbre, sensación de opresión en el pecho, etc.

▷ El circuito cerebral del miedo

Cuando percibimos un peligro, se producen en nuestro cerebro una cascada de reacciones químicas y eléctricas en apenas unas milésimas de segundo. Esto es lo que se conoce como el circuito cerebral del miedo. Ante una amenaza se pone en marcha nuestro sistema límbico, que es el conjunto de estructuras cerebrales implicadas en el procesamiento de las emociones. En el caso concreto del miedo, no se localiza en un lugar concreto del cerebro, sino que participan varias estructuras que actúan de forma interactiva.

- La amígdala: es como un "botón" del miedo. Un núcleo cerebral que se activa ante una amenaza y envía una rápida señal al resto del cuerpo, coordinándose con otras zonas del cerebro para responder. Sabemos que el funcionamiento arcaico de este botón es fascinante, ya que puede activarse incluso antes de que nosotros mismos seamos conscientes del peligro. Por lo tanto, se trata de una respuesta automática y no siempre consciente. En realidad, la amígdala no deja nunca de funcionar. Y es que está siempre analizando el contexto en búsqueda de estímulos potencialmente dañinos.
- El hipotálamo: se activa y manda señales para la liberación de hormonas del estrés como el cortisol. También induce los cambios corporales (aumento del pulso, respiración, sudoración).
- El hipocampo: almacena y recupera las memorias relacionadas con experiencias de miedo.
- La corteza cerebral: activa procesos de atención, pensamientos y memoria. De alguna manera la corteza es la sede de nuestra consciencia y por lo tanto es capaz de conocer y anticipar las consecuencias negativas de una amenaza. En concreto, la corteza prefrontal desempeña un papel en la regulación y el control cognitivo de las respuestas emocionales.

Fuentes:

https://alceapsicologia.com/blog/que-es-el-miedo/

RECURSOS:

Físico: Sillas, mesas, Hojas Blancas,

Humano: Profesional en psicología, Ciudadanos participes de la actividad

RESULTADOS:

- **Cualitativos:** Los ciudadanos asistentes al espacio llegan a la conclusión y manifiestan que el tema principal tratado en el taller les permitió, reconocer esos miedos principales que tienen en su proceso de desarrollo personal, así como los temores al momento de dar culminación a su proceso, de igual forma los ciudadanos entienden que la función del miedo es prepararnos para la supervivencia, para dar una respuesta rápida y eficaz ante una amenaza. Asimismo, que es un mecanismo de defensa, provocado por cosas específicas y que funciona como una alarma para una reacción para la integridad física y el bienestar individual.
- **Cuantitativos:** En la actividad desarrollada asistieron y participaron activamente 8 ciudadanos todos de género Masculino.

FIRMA DERESPONSABLE: Leidy Manotanes.

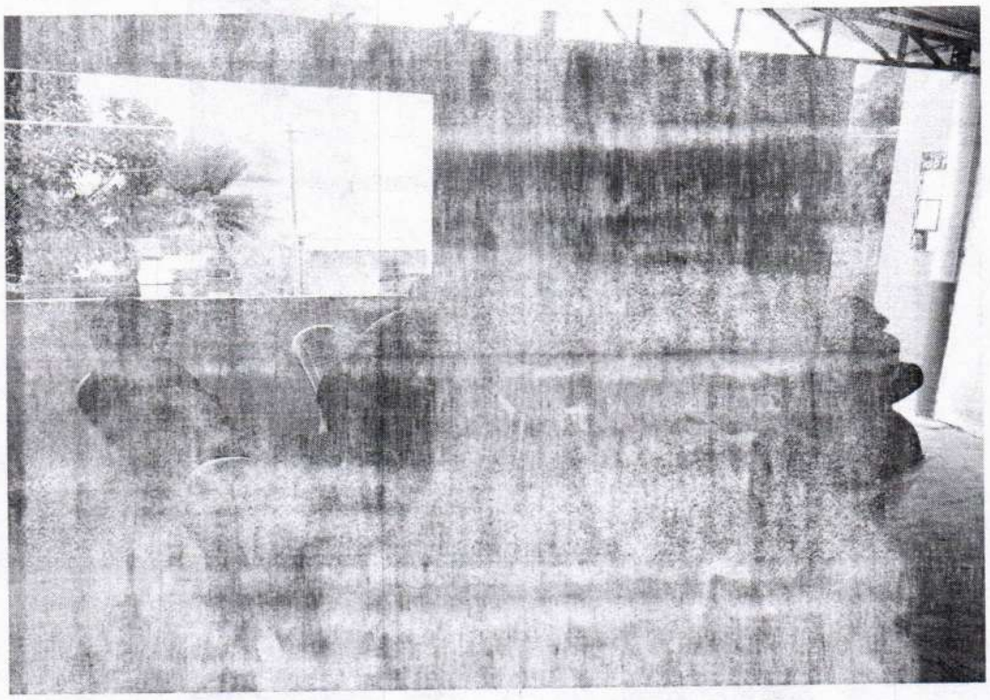
FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Grupo de apoyo, manejando mis miedos.
LINEA DE ATENCION IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
Actividad transversal.
Fecha: 28/08/2025
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: GRUPO DE APOYO, MANEJANDO MIS MIEDOS

4. Fecha: 28/08/2025

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	80174190	Nicolás Gomez	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	1012470081	OSCAR GONZALEZ	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					OSCAR	
3	CC	80165336	JOHAN MURCIA	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	1026553260	OSCAR BARAHONA H	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	80901369	WIS PADILLA	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					WIS.P	
6	CC	19465932	MILTON ROJAS	63	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	74186668	Oscar J Mila	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	80166545	LUIS ANTONIO OÑUELA	61	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Luis Pw.	
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: LEDY MUÑETON H.

14. Cargo o rol del responsable: PSICOLOGA

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129
		Versión: 1
		Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019
		Página: 1 de 4

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el rosario		**FECHA:** 28/08/2025	**HORA INICIO:** 02:00 p.m. **FINAL:** 03:30 p.m.
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jhon Hermes Vaca Ocampo	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ceremonia de ascensos, mes de agosto.

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer el sentido de pertenencia y el compromiso con los procesos de desarrollo personal y comunitarios de los y las participantes de la comunidad de vida El Rosario, a través de ceremonias periódicas de reconocimiento que visibilicen el avance individual y colectivo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover la motivación y el compromiso de las y los participantes en el proceso a través del reconocimiento de sus logros y avances.
- Fortalecer el sentido de comunidad, de manera periódica donde se hará el reconocimiento a los participantes que hayan logrado dar cumplimiento a los indicadores establecidos.
- Recalcar la importancia de los logros y metas alcanzados.

METODOLOGÍA:

Se realizará la ceremonia de conmemoración teniendo en cuenta a Línea de atención IV: Dinamización de la Atención Integral Basada en Comunidad de Vida. Se llevará a cabo el ascenso de etapas de los participantes atendidos en la Comunidad de Vida El Rosario, conforme a sus avances individuales, el cumplimiento de objetivos planteados en cada etapa y su adherencia al manual de acuerdos para la convivencia. Esta ceremonia incluirá el desarrollo de un protocolo de evento interno, con la realización de actividades culturales, artísticas y lúdicas, con el propósito de motivar la continuidad de sus procesos de desarrollo personal y el fortalecimiento de sus capacidades. Asimismo, el evento permitirá a los equipos de referencia llevar un control y seguimiento del progreso de cada participante en sus respectivas etapas, además, de facilitar la elaboración de indicadores que reflejen el avance colectivo e individual.

Con el fin de fortalecer el sentido de comunidad, se hará el reconocimiento a los participantes que hayan logrado dar cumplimiento a los indicadores establecidos para cierto momento y por eso deberán "ascender" en su proceso en una ceremonia conmemorativa que permita resaltar el cumplimento de metas y objetivos personales e individuales de los y las participantes.

Esta actividad se hará en el espacio del comedor, organizando una mesa y las sillas tipo auditorio en el horario de 2:00 P.M. de 3:30 P.M. tiempo donde toda la comunidad y el equipo profesional y promotor de turno esté presente; Dentro del protocolo estará:

- Palabras de reconocimiento
- Relación de participantes a ascender
- Acto conmemorativo
- Cierre lúdico - artístico

Protocolo:

Ambientación música de marcha triunfal (grados)

CEREMONIA DE ASCENSOS EL ROSARIO

"Tu esfuerzo abre nuevas puertas".

Lectura protocolo:

1. Palabras de apertura (a cargo de la auxiliar administrativa Eliana Salazar)
2. Discurso realizado por un profesional de turno asignado, por medio del cual se resaltará el logro alcanzado por cada ciudadano y ciudadana permitiendo valorar los esfuerzos realizados y anfitrión del mes (a cargo de la Terapeuta Ocupacional Stefany Rosas).
3. Himno nacional de Colombia
4. Himno de Bogotá

5. Oración a la serenidad.
6. Relación de participantes a ascender. En este momento el profesional del equipo psicosocial de turno, mencionará los logros alcanzados en cada etapa recalcando las acciones llevadas a cabo por las y los ciudadanos:
   Recordatorio de etapas:
   - **ETAPA 1 DE RECONOCIMIENTO Y ADAPTACION (1 MES)**
     Objetivo: Comprender los beneficios, dinámicas y acuerdos para la convivencia del servicio, con el fin de lograr la sinergia entre la propuesta metodológica y el proyecto de vida.
   - **ETAPA 2 IDENTIFICACION (2 MESES)**
     Objetivo: Reconocer aspectos a nivel personal, familiar, comunitario y ocupacional que requieren ser reestructurados en favor del proyecto de vida.
   - **ETAPA 3 DE ELABORACION (3 MESES)**
     Objetivo: Facilitar la apropiación de herramientas que permitan gestionar y transformar las problemáticas identificadas en favor del proyecto de vida.
   - **ETAPA 4 DE FORTALECIMIENTO (2 MESES)**
     Objetivo: Fortalecer la implementación de herramientas adquiridas respondiendo a las dinámicas de la vida fuera de calle favoreciendo el proyecto de vida.
   - **ETAPA 5 DE PREPARACION PARA LA INCLUSION SOCIAL (3 MESES)**
     Objetivo: Facilitar un proceso de transición y ajuste personal que conduzca al desprendimiento del servicio y fomente la autonomía, sostenibilidad e inclusión social.

   (Entrega de diploma y detalle)
   Etapa 1 a etapa 2 (Luisa Pinzón) palabras de reconocimiento y fotografías
   Etapa 2 a etapa 3 (Julio Cesar) palabras de reconocimiento y fotografías
   Etapa 3 a etapa 4 (Jorge Banguera) palabras de reconocimiento y fotografías
   Etapa 4 a etapa 5 (Promotor de turno) palabras de reconocimiento y fotografías
7. Ceremonia de la luz: participantes próximos a egresar (Psicóloga Daniela García).
8. Acto conmemorativo: se realizará la entrega de los kits escolares a los y las estudiantes de CIPREIA (Pedagogo Hermes Vaca)
9. Premiación cometas a cargo de Leonel Malagón.
10. Entrega de reconocimientos (a cargo del equipo de promotoría entrega de diplomas) a los y las participantes que brindan su máximo esfuerzo a mantenerse en el proceso y su capacidad de resiliencia pese a las dificultades que se presentan en el camino y por supuesto la corresponsabilidad con la comunidad.
11. Presentaciones culturales, artísticas y lúdicos (talleristas culturales y promotoría).
    - Presentación del grupo de Danza de promotoria.
12. Punto cultural y lúdico de cierre a cargo del equipo de promotoria.

Responsabilidades:

- Montaje y creación de la decoración para los ascensos a cargo del Talleristas Leonel Malagón.
- Apoyo en montaje de decoración y logística de la organización y gestión de los ascensos a cargo de Carlos Figueroa y Hosmar Escobar.
- Recolección de firmas para el listado de asistencia a cargo de promotoría.
- Creación de diplomas, detalles y reconocimientos.
- Elaboración de un cartel con el eslogan de este mes "Tu esfuerzo abre nuevas puertas".. A cargo del tallerista Leonel Malagón.
- Palabras de reconocimiento a cargo del coordinador del servicio Herney Diaz.
- Anfitrión del mes a cargo de la Terapeuta Ocupacional Stefany Rosas.
- Encargado del sonido, video beam y de la gestión en cada momento del protocolo equipo de promotoria.
- Entrega de diploma y detalle:
  Etapa 1 a etapa 2 (Luisa Pinzón) palabras de reconocimiento y fotografías
  Etapa 2 a etapa 3 (Julio Cesar) palabras de reconocimiento y fotografías
  Etapa 3 a etapa 4 (Camila Pardo) palabras de reconocimiento y fotografías
- Etapa 4 a etapa 5 (Promotor de turno) palabras de reconocimiento y fotografías
- Fotografías a cargo de equipo psicosocial de turno.
- Acto conmemorativo a cargo del Jhon Hermes Vaca entrega de kits escolares a los y las estudiantes de CIPREIA
- Entrega de reconocimientos a cargo de promotoría.
- Presentaciones culturales, artísticas y lúdicas a cargo de Talleristas culturales y promotoría
- Punto cultural y lúdico a cargo del equipo de promotoria de turno.

Para las presentaciones culturales, artísticas y lúdicas, se adelantarán ensayos, para motivar la participación de todos y todas en la comunidad.

Adecuación: Esta actividad se realizará en el comedor central donde contara con una mesa principal, en la cual están ubicados los diplomas y cuatro profesionales de turno quienes realizaran la respectiva entrega. La decoración tendrá una temática de ceremonia de grados, se brindará un espacio de sensibilización acerca de los objetivos a cumplir en cada etapa y con la colaboración de los participantes se llevará a cabo actos culturales, artísticos y lúdicos estos dados por los participantes.

- **Primer momento:**

Se iniciará la actividad con la bienvenida y se hará la lectura del acto protocolario, el himno nacional de Colombia, himno de Bogotá y la oración de la serenidad para empezar la actividad con el desarrollo de la agenda del día. Se darán las palabras de reconocimiento iniciales para dar apertura al espacio donde se buscará generar el interés sobre la importancia de los ascensos y el cumplimento de objetivos en la comunidad.

- **Segundo momento:**

Se dará lectura el protocolo anteriormente descrito, seguido se realizarán los actos conmemorativos y entrega de los diplomas a todas y todos los participantes que hacienden al cual se llamaran por momentos a la hora de recibir su diploma; este será entregado por los profesionales que estén de turno, los cuales conocen a mayor grado cada proceso y con esto dar ese reconocimiento y vos de aliento para continuar con su proceso de manera adecuada.
Una vez terminado los actos conmemorativos se dará paso a las presentaciones culturales por pate de los ciudadanos mencionados anteriormente los cuales estarán dirigidos por los talleristas culturales

- **Tercer momento:**

Para finalizar se realizará la actividad lúdica

Reacondicionamiento del espacio:
Una vez terminada la jornada, se les pide a los participantes que dejen el espacio organizado, limpio y nuevamente disponible para otras actividades.

TEMAS:

¿Qué es un ascenso?
Para saber lo que es ascenso laboral, hay que definirlo como la promoción a un puesto de mayor responsabilidad y mejor remuneración dentro de una organización. Este avance puede estar basado en varios factores, como el desempeño laboral, la experiencia laboral, y la formación continua. Además, un ascenso no solo implica un cambio en el título del puesto, sino también en las responsabilidades y expectativas asociadas.
¿Cómo lograr un ascenso en la vida?
La movilidad social es un concepto que se refiere a la capacidad de una persona para cambiar de posición social a lo largo de su vida. Es un indicador importante de igualdad de oportunidades y justicia social en una sociedad. La movilidad social puede ser ascendente, cuando una persona mejora su posición social, o descendente, cuando una persona experimenta un descenso en su estatus social. La movilidad social ascendente es especialmente importante, ya que permite a las personas mejorar su calidad de vida y romper el ciclo de la pobreza.
Resumen

- La movilidad social es la capacidad de una persona para mejorar su posición socioeconómica.
- La educación, las habilidades blandas y el ambiente social son factores clave que influyen en la movilidad social.
- La educación es fundamental para mejorar la movilidad social, ya que aumenta las oportunidades de empleo y mejora el nivel de vida.
- Las habilidades blandas, como la comunicación y el trabajo en equipo, son importantes para el ascenso social, ya que permiten a las personas destacarse en el trabajo.
- El ambiente social, incluyendo la familia y la comunidad, puede influir en la movilidad social al proporcionar apoyo y oportunidades.

Factores que influyen
Varios factores influyen en la movilidad social de una persona. Uno de los factores más importantes es el estatus económico. Las personas que nacen en familias de bajos ingresos tienen menos oportunidades y recursos para mejorar su posición social. La educación también desempeña un papel crucial en la movilidad social. Las personas con niveles más altos de educación tienden a tener más oportunidades laborales y salarios más altos, lo que les permite ascender en la escala social.
El entorno social en el que una persona crece también puede influir en su movilidad social. Las personas que crecen en entornos desfavorecidos pueden enfrentar mayores barreras para el éxito y tener menos acceso a recursos y oportunidades. Además, el género también puede afectar la movilidad social. Las mujeres a menudo enfrentan desigualdades en la educación y el empleo, lo que limita sus oportunidades de ascenso social. Por último, las habilidades y capacidades individuales también juegan un papel importante en la movilidad social. Las personas con habilidades y talentos únicos tienen más posibilidades de tener éxito y mejorar su posición social.

¿Qué es la motivación?

Generalmente, al hablar de motivación nos referimos a las fuerzas internas o externas que actúan sobre un individuo para disparar, dirigir o sostener una conducta. En términos técnicos, muchos autores la definen como "la raíz dinámica del comportamiento", lo cual quiere decir que **toda forma de conducta nace en algún tipo de motivo**.

Dicho en términos más sencillos, **la motivación es la energía psíquica que nos empuja a emprender o sostener una acción** o una conducta. Su desaparición acarrea necesariamente el abandono de lo que se hace. Por eso, es mucho más difícil alcanzar objetivos cuando se carece de motivación.

La motivación la que nos permite crear hábitos, intentar cosas nuevas, sostener el esfuerzo en alguna tarea que consideremos gratificante o productiva, e incluso es necesaria para satisfacer determinadas necesidades fundamentales.

Por otro lado, se puede distinguir entre:

- **Motivación positiva.** Invita a la acción para obtener un beneficio.
- **Motivación negativa.** Se realizan acciones para evitar una posible consecuencia negativa.

Teorías de la motivación

El estudio de la motivación comprende diversas perspectivas y aproximaciones, desde las distintas ramas y áreas del saber psicológico. A grandes rasgos, podemos identificar cuatro distintas teorías en torno al tema:

- **Teoría del contenido.** Propone la comprensión de la motivación en base a su vínculo con las necesidades humanas, tal y como las comprendía Maslow en su famosa pirámide, en la que representaba la jerarquía de las necesidades humanas. Así, según este abordaje de la motivación, detrás de ella se halla siempre algún tipo de necesidad insatisfecha.
- **Teoría del incentivo.** Esta aproximación supone la motivación como el fruto de un estímulo o incentivo, material o de otra naturaleza, que incide sobre la conducta de manera positiva (incitando a la acción) o negativa (inhibiendo la acción). Dichos incentivos se denominan reforzadores, y sus efectos serán, respectivamente, refuerzos positivos (ofrecen la posibilidad de una recompensa) o negativos (ofrecen la posibilidad de un castigo).
- **Teoría de la reducción de pulsiones.** Esta teoría parte de la consideración de que los seres humanos tenemos pulsiones básicas fundamentales (hambre, sed, etc.) que, conforme pasa el tiempo, cobran fuerza y motivación si se encuentran insatisfechos, y del mismo modo al satisfacerse pierden fuerza, o sea, se reducen.
- **Teoría de la disonancia cognitiva.** No es exactamente una teoría sobre la motivación, pero se puede aplicar a la misma. Establece que los individuos intentan activamente disminuir su sensación de disonancia subjetiva respecto al mundo que los rodea, a sus propios deseos o sentimientos, y a los demás. Es decir, las personas tienen un impulso motivacional que las lleva a emprender acciones para subsanar de manera directa o indirecta otras dolencias y percepciones.

Importancia de la motivación

La psicología se interesa enormemente en la motivación. Por un lado, **es la fuente de energía para completar las tareas** que nos hemos propuesto. Por otro lado, es un factor que **influye en otras variables emocionales** y psíquicas como el estrés, la autoestima, la concentración, entre otras.

Pero en el ámbito cotidiano, la posibilidad de mantenerse motivado es fundamental para desempeñar muchas de las tareas que, de una manera u otra, nos suponen algún tipo de esfuerzo o de postergación del placer. Es tan simple como que, **sin motivación, la acción se hace difícil, lenta o insostenible** en el tiempo.

Ejemplos de motivación

La motivación juega un rol importante en nuestras vidas cotidianas. Cuando nos proponemos emprender un hábito nuevo o abandonar uno que ya no deseamos, nuestro éxito o fracaso en gran medida dependerá de qué tan motivados estemos.

Por ejemplo, **una persona que se disponga a dejar de fumar**, podrá hacerlo con mayor o menor facilidad dependiendo de las motivaciones internas y externas que posea.

Sus motivaciones pueden ser diversas. Por ejemplo, puede sentirse motivado por presiones sociales. O porque el médico le advirtió que posee una enfermedad que el cigarrillo agravaría. Otra motivación sería que su pareja le impuso un ultimátum. Dependiendo de los valores del individuo, le resultará más o menos motivante cada escenario.

Motivación intrínseca y extrínseca

Se reconocen generalmente dos tipos de motivación: la intrínseca y la extrínseca, dependiendo de si provienen de adentro o de afuera del individuo, respectivamente.

- **Motivación intrínseca.** Se trata de la motivación que nace dentro del propio individuo, es decir, en los propios deseos de satisfacción de necesidades, autorrealización y/o determinación personal, independientemente de la validación o recompensa externa que pueda acarrear la conducta. Por lo general es el tipo de motivación más valioso y productivo, ya que genera altos márgenes de compromiso de parte del sujeto.
- **Motivación extrínseca.** A diferencia de la anterior, esta motivación tiene sus raíces fuera del individuo, es decir, en la expectativa de recibir una recompensa (material o no) que surge como subproducto de la acción o la conducta motivada. Este tipo de motivación es más débil que la intrínseca, ya que no proviene del compromiso interior del individuo, sino de la expectativa de un beneficio futuro.

Motivación personal

La motivación personal es el término común que damos a **la energía interiorizada de la que disponemos para emprender cambios y sostener decisiones**. Es nuestra carga de motivación interior enfocada específicamente hacia lo que consideramos nuestros éxitos o nuestros valores. Una persona con mucha motivación personal requiere de poca ayuda para enfilarse hacia lo que quiere o para sostener un hábito que desea. Por el contrario, una con poca motivación personal fluctúa en su deseo, es inconstante y a menudo necesita que otros la conduzcan y la entusiasmen con aquello que, paradójicamente, desea para sí misma.

Motivación laboral

La motivación laboral no tiene que ver directamente con la motivación como la hemos entendido hasta aquí. En realidad, se refiere a **las condiciones emocionales y psíquicas que un trabajo les brinda a sus empleados** para sostener sus tasas de productividad y de compromiso lo suficientemente elevadas a lo largo del tiempo. Los trabajadores altamente motivados rinden más y entregan más que lo mínimo estrictamente necesario. Generalmente esto se debe a que gozan de las condiciones necesarias para asumir el trabajo como algo más profundo, personal e importante, que simplemente una actividad que se desempeña para obtener a cambio una remuneración económica o salario.

La graduación es un momento importante en la vida de cualquier persona. Es la culminación de años de esfuerzo y dedicación en la educación, y marca el comienzo de una nueva etapa en la vida. Pero la graduación también es un concepto más amplio que va más allá de la educación formal. En el mundo empresarial, la graduación puede referirse al ascenso a un nuevo puesto o nivel de responsabilidad. En la vida personal, la graduación puede ser la superación de un obstáculo o la consecución de una meta importante. En este artículo, exploraremos el concepto de graduación en todas sus facetas, desde su significado más literal hasta su aplicación en ctros ámbitos de la vida.

Fuente:

https://sensemaya.online/la-movilidad-social-como-lograr-un-ascenso-en-la-vida/

https://concepto.de/motivacion/#ixzz8XfUTCkRI

https://www.definicionabc.com/general/momento.php

https://es.thefreedictionary.com/momentos

RECURSOS:

Físico: Video Beam, sonido, micrófono, mesas, sillas, bombas, diplomas, cortina dorada, cinta y serpentinas.

Humano: Ciudadanos, ciudadanas y equipo del talento humano

RESULTADOS:

Cualitativos:

A través de la actividad de ascensos realizada en comunidad, se logró realizar un ejercicio dinámico que promovió la motivación por el proceso a partir de actos protocolarios, puntos culturales y reconocimientos tanto individuales como grupales, todo enfocado en recalcar el valor de cumplir con los objetivos. Adicionalmente se evidencio disposición por parte de las y los ciudadanos a reconocer en sus compañeros la multiplicidad de compromisos tales como: estudiantes de CIPREIA, presentación personal, concurso de cometas.

Cuantitativos:

Se conto con la participación de (60) ciudadanos de los cuales (4) son mujeres, (9) personas mayores y (2) personas pertenecientes a la comunidad LGTBIQ+

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: Ceremonia de ascensos, mes de agosto

Línea de atención IV: Dinamización de la Atención Integral Basada en Comunidad de Vida.

Fecha: 28/08/2025

Actividad transversal







157

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: Ceremonia de ascensos mes de agosto

4. Fecha: 28/08/2025

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	1033716729	Andres Leonardo Garcia f	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Garcia	
2	CC	79465737	Milton Rojas	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	74186683	Oscar J Mila	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79587883	Luis G Bueno	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79376876	Carlos f. Ospina	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80243905	Daniel Arevalo	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	52860268	Maylerly Sanchez	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	7032387	Yesid Castro	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	7545755	Mario Gomez Diaz	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	3740304	Alfonso Guevara	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	7026553260	Oscar A Barahona	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	79962854	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	67091728	Yeison Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	52718833	Dandirey Gomez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80921287	Mauricio Rodriguez	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1073688096	Orlando Lopez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80026962	Javier E Huerfano	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1032338867	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	79239602	Fabio Bareño	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	6814782	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jhon Hermes Vaca

14. Cargo o rol del responsable: pedagogia

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: Ceremonia de ascensos mes de agosto.

4. Fecha: 28/08/2025

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	2028085558	Cristian Lopez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
22	cc	3956503	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
23	cc	80765655	Jhon Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
24	cc	79685313	Erick Nieto	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
25	cc	70774916	Julio Cesar Marquez	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
26	cc	79374780	Juan Motta	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
27	cc	1033165130	Andres Diaz	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
28	cc	2994083	Roberto Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
29	cc	79957635	Julio Cicua	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
30	cc	1023907523	Luis Bernate	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
31	cc	1023907454	Dayron Vidal	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
32	cc	79677546	Juan Carlos García	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
33	cc	1032403228	Andres Asertas	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
34	cc	79643205	Gerson Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
35	cc	1075409094	Willyn Arteaga	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
36	cc	29477765	Blanca Munar	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
37	cc	79950557	Pablo Rodriguez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
38	cc	80766545	Luis Oyuela	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
39	cc	1047376957	Diego Velez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
40	cc	1076060356	Julian David Cristiano	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jhon Hermes Vaca

14. Cargo o rol del responsable: Pedagogica

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: Ceremonia de ascensos mes de Agosto

4. Fecha: 28/08/2025

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		
41	cc	79046470	Carlos A. U.	61	No aplica	No aplica	No aplica			x					Carlos A U.	
42	cc	80802984	Andrei Velandia	40	No aplica	No aplica	No aplica			x						
43	cc	52763187	Luz Marina	51	No aplica	No aplica	No aplica			x					Bujiga So	
44	cc	1014[illegible]	Jessica Vargas	30	No aplica	No aplica	No aplica			x						
45	cc	1052[illegible]	Alex Polido	35	No aplica	No aplica	No aplica			x						
46	cc	79735844	Luis E Rodriguez	50	No aplica	No aplica	No aplica			x					Luis E	
47	cc	91.21461	Rafael A. Mendoza	64	No apl	No aplica	No aplica			x						
48	cc	80.92673	José ortiz S.	43	No aplica	No aplica	No aplica			x					JOSE	
49	cc	75051066	Jorge William Diaz	44	No aplica	No aplica	No aplica			x						
50	cc	80135569	Jaime asorio	55	No aplica	No aplica	No aplica			x						
51	cc	1022957390	ALVARO ALVARADO	26	No aplica	No aplica	No aplica			x					ALVARO	
52	cc	80236394	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			x						
53	cc	7192071	Hector Cordero	42	No aplica	No aplica	No aplica			x					Hectorio	
54	cc	71284886	FURIO RIVERA	44	No aplica	No aplica	No aplica			x						
55	cc	1014140605	YEISON GARCIA	37	No aplica	No aplica	No aplica			x					YEISON GARCIA	
56	cc	98585364	Freddy Vobiguer	53	No aplica	No aplica	No aplica			x					Freddy M	
57	cc	1010606	Eliecer	64	No aplica	No aplica	No aplica			x					Eliecer	
58	cc	1033691859	Raul Farieta	38	no aplica	no aplica	No aplica			x						
59	cc	80902934	Juan David Quintero	41	no aplica	No aplica	No aplica			x						
60	cc	1037604	Eduardo Figueroa	66	no aplica	no aplica	No aplica			x						

13. Nombre del responsable: Hermes Vaca

14. Cargo o rol del responsable: pedagogica

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:** 29/08/2025	**HORA:** **INICIO** 10:30 AM **FINAL** 12:00 M
ÁREA: Tallerista	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandro Bejarano

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Danza ritmo y vida – Grupo de Danza – Magalenha

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la expresión emocional y el desarrollo de habilidades sociales a través de la escuela de formación de dazas y del baile Magalenha, con el fin de Mejorar la comunicación, la autoconfianza y las habilidades motrices.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la participación activa de los y las ciudadanas en la toma de decisiones.
- Mejorar la comunicación y la colaboración mediante la danza en grupo, lo que fomenta la empatía y el respeto mutuo.
- Mejorar la coordinación y control motor grueso de todo su cuerpo.

METODOLOGÍA
Para el desarrollo de la actividad se implementará una metodología psicoeducativa, la cual se desarrollará en taller de interés, teniendo en cuenta la línea de atención 1: desarrollo personal para la inclusión social., por la cual se dará inicio con:

1. aprendizaje activo la cual comprende ejercicios prácticos y participativos
2. Enseñanza personalizada la cual se trabajará con atención individualizada a cada uno de los y las participantes
3. Trabajo en equipo que está comprendido de coreografías grupales
4. Improvisación y creatividad
5. Retroalimentación constructiva

Se explicará de forma colectiva el primer ritmo escogido (joropo), por lo que la observación por parte de los y las participantes y la imitación al tallerista por parte de los y las alumnas serán dos pilares de la metodología de la danza además de una atención individualizada para aclarar conceptos, posiciones o movimientos que presenten mayor dificultad de asimilación. La repetición servirá también para sustentar la base metodológica. Estas repeticiones se realizarán dividiendo a la clase en grupos que trabajarán los ejercicios propuestos de forma encadenada y continuada, de tal modo que, al no participar todos los alumnos al mismo tiempo durante la ejecución de los ejercicios, podrán observar a sus compañeros, recapacitar sobre el ejercicio en cuestión y hacer suyas las correcciones que le hagan a otros compañeros (enseñanza recíproca). generando así espacios de ocio y de interés.

Adecuación:
Se notificará a los y las participantes mediante los tableros informativos que el taller se realizará en el aula renacer donde se conectará el sonido con el fin de enseñar la canción de Malagenha con la que se realizará el montaje de la coreografía.

Primer momento:
Se convocará a las y los ciudadanos que participan del taller, que se llevará a cabo en el aula renacer, se dará inicio con el objetivo del día que será, trabajar la motricidad y la coordinación rítmica necesaria para la realización de la coreografía

Segundo momento
Se realizará un estiramiento preventivo con el fin predisponer el cuerpo a la actividad física que se realizará y así evitar lesiones:

1. Movilidad articular general
2. Tren inferior
3. Tren superior

460

Activación entrada en calor con ritmización en aeróbico, esto con el fin de fortalecer la motricidad gruesa necesaria para la escuela de formación y mitigar la ansiedad con el desgaste energético como estrategia.

Se dará comienzo con el montaje de la primera parte del baile, donde se les explicará que la coreografía se realizara con cuatro parejas, las pareja deberán ubicarse dos al lado derecho del salón y las otras dos personas al lado izquierdo, se desplazaran cruzándose en forma de X para quedar ubicados en un cuadrado, cada pareja en una esquina, la mujer deberá ir al lado izquierdo del hombre y deberá llevar el sombrero del hombre en la mano izquierda

Tercer momento reacondicionamiento del espacio
Se les solicitará a los y las ciudadanas que dejen el espacio limpio, se recogerá el sonido y se dará finalización a su rutina diaria.

TEMA

La danza como plan de mejoramiento personal

Pensar en la danza como un arte nos lleva a muchos significados. Si se piensa en la danza como baile, se podría definir como un arte donde se utiliza el movimiento del cuerpo. Algunas veces con el acompañamiento de la música, los movimientos son ejecutados con cierto compás y ritmo con los que se expresan sentimientos y emociones usando un lenguaje no verbal, llegando a ser un medio de comunicación, una forma de expresión y de interacción social con fines artísticos y educativos.
Este tipo de comunicación, este lenguaje donde no se necesitan palabras es lo que mueve a los individuos cuando están bailando. Cuando acompañamos los pies del amigo, cuando tocamos las manos de nuestro "partner", cuando nos dejamos llevar por una canción emocionante, aquí hablamos de un lenguaje corporal donde el diálogo se realiza en la conexión con el otro.

Desde la antigüedad la danza ha sido parte de la cultura humana. A lo largo de la historia, la danza ha sido un medio para la expresión, la comunicación y la unión de las personas. En la sociedad actual, la danza sigue siendo una herramienta valiosa para fomentar el vínculo social y fortalecer la cohesión comunitaria. Por ejemplo, disfrutamos alegremente de la danza en plataformas virtuales durante reuniones sociales, nos conectamos con nuestros familiares mientras disfrutamos de encuentros afectuosos. Al bailar juntas, las personas pueden fortalecer sus relaciones y desarrollar un sentido de pertenencia a un grupo.
La danza también puede ser una herramienta para unir a las personas de diferentes orígenes culturales, es común encontrar personas extranjeras buscando clases de danza para involucrarse con la cultura local. A través de ella, las personas pueden aprender sobre diferentes culturas y tradiciones, y también pueden apreciar la diversidad cultural. Es común que la danza sea partícipe de los procesos en tratamientos psicológicos, debido a que esta forma de arte puede trascender las barreras lingüísticas y culturales, desarrollar el autoconocimiento y promover la comprensión y el respeto entre las personas.
En la fase escolar los estudiantes necesitan cierto tipo de vínculo que muchas veces no son capaces de desarrollar con palabras. En la etapa primaria, los estudiantes están predispuestos al aprendizaje. En esta etapa, la danza se presenta con estrategias como el juego. Utilizando actividades lúdicas se puede conseguir el desarrollo íntegro, consciente y afectuoso. En la fase de la adolescencia la danza se desarrolla como herramienta educativa y, además, como modelo de disciplina y concentración. Se puede afirmar que la danza mejora la presencia y permanencia de individuos con dificultad de integración. Su impacto se refleja en la vinculación con el potencial de crecimiento, específicamente en las nociones de amistad, respeto y conexión, tan importantes en las relaciones sociales.

Adicional, la danza posee un carácter deportivo. Este arte estimula las nociones físico/corporales, explora las competencias motoras y principalmente fomenta el trabajo en equipo, ya que los bailarines deben coordinarse y colaborar entre sí para crear una presentación armoniosa.
Podemos concluir que la danza es una herramienta valiosa para el vínculo social. La expresión corporal modifica las actitudes hacia las barreras sociales y mejora la calidad de vida. El movimiento permite a las personas conectarse entre sí a través de la expresión, de la música y de los pasos. Abrir sus horizontes frente a los problemas, relajar la mente y calmar las emociones en situaciones angustiantes. Al bailar juntos, las personas pueden fortalecer sus relaciones, elaborar el sentimiento de pertenecer a una comunidad, aprender sobre las tradiciones y estimular el afecto frente a los seres más cercanos.

FUENTE:
https://www.colegiocanadiense.edu.co/la-danza-como-estrategia-para-la-integracion-social/#:~:text=Podemos%20concluir%20que%20la%20danza,m%C3%BAsica%20y%20de%20los%20pasos.
https://es.wikipedia.org/wiki/Joropo

RECURSOS

Recursos Humanos

- Tallerista, participantes

Recursos físicos

- Bafle y música.

RESULTADOS:

Cualitativos:

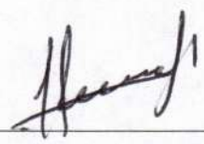
Asistieron ciudadanos y ciudadanas de diferentes etapas y equipos de referencia, en el cual se logró visibilizar un interés por parte de los y las participantes, compromiso y disciplina para poder comenzar con el montaje de la coreografía.

Dando cumplimiento a los objetivos, en este taller se contó con una excelente participación por parte de los y las asistentes, donde se pudo lograr evidenciar la motricidad propia de cada uno gracias a la metodología que se está manejando ya que les parece adecuada y los motiva para querer avanzar en el proceso, puesto que la actividad se realizo en grupo se fomenta el trabajo en equipo, la colaboración, la comunicación y el desarrollo de habilidades sociales.

Cuantitativos:

Ingresan al taller 16 participantes distribuidos de la siguiente manera, cuatro (4) mujer, doce (12) hombres de diferentes equipos de referencia y diferentes etapas todos con buena disposición.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
ACTIVIDAD TRANSVERSAL
29/08/2025
Danza ritmo y vida – Grupo de Danza – Magalenha





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: Danza Ritmo y Vida - Grupo de Danza - Magalenha

4. Fecha: 29/08/2025

5. Hora: 10:30 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	1016050358	[illegible]	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1022903223	ANDRES [illegible]	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79643205	Jeison Moreno	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80174490	Nicolas Gomez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1073[illegible]	[illegible]	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79884692	Alejandro Villamizar	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	528606	MAYERLY SANCHEZ	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					MAYERLI	
8	CC	1032381	Yesid CASTRO	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	7[illegible]	Alejandro Moreno	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1033685130	ANDRES DIAZ	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	79735841	Luis E[illegible]guez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	52[illegible]	Pilar G	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	29477776	BLANCA M	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Blanca M	
14	CC	1033715729	Andres Leonardo Garcia	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Andres Garcia	
15	CC	1032439502	ALVARO AVIDO	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1070972325	JESSICA VARGAS	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandra Bejarano

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la 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:** 29/08/2025	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 3:30 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Leidy Muñetones

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Capacidad del carácter: Identidad

OBJETIVO GENERAL:

Orientar a la población tratante sobre el tema de identidad como capacidad de carácter, con el fin de resaltar la individualidad, así como el entendimiento del concepto como la conciencia de sí mismos

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar entre los y las ciudadanas la importancia del reconocimiento de la identidad y examinen como el entorno ha aportado a su desarrollo
- Generar entre los participantes conciencia frente a su identidad y el rol que cumplen a nivel individual, social y familiar.

METODOLOGÍA:

La metodología a usar para el desarrollo del taller es la psico educativa que hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano evitar una recaída. 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 desarrollo personal. Bajo la línea de atención IV Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida con los y las ciudadanas de etapa

Adecuación

Se convocará a los y las ciudadanas para el desarrollo de la actividad, en apoyo con el área de promotoría quienes realizaran el llamado a los participantes que se encuentran en etapa 1 para la asistencia al taller.

Primer momento

Se realizará la introducción de la actividad, se explicará la temática y metodología a desarrollar, inicialmente se llevará a cabo una actividad rompe hielo a fin dinamizar el taller, esta consiste en que los asistentes escribirán en un poster alguna cualidad que los identifica y los reconoce como únicos y auténticos, se pegarán en una cartelera y al finalizar se leerán conjuntamente en el grupo.

Segundo Momento

Seguidamente se les presentaran unas diapositivas con el contenido principal del como definición de carácter, las 8 capacidades del carácter, vertientes positivas y negativas de la capacidad del carácter identidad, conductas adecuadas e inadecuadas de la misma.

Se genera espacio para que los asistentes realicen preguntas y debatir sobre las mismas.

Tercer momento

Se escucha la canción SOY YO de (bomba estéreo) para luego sacar las conclusiones de la letra y de esta la enseñanza que le deja a cada uno.

Luego de esto se realizan las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Que responden cuando te preguntan quién eres?
- ¿Cómo eras hace diez años y como te gustaría ser dentro de 3 años?
- ¿Eres responsable de quién eres?
- ¿Qué tendrá de especial tu persona?

Por último, se deja como reflexión la visualización de la persona más completa que puedas imaginar.

Reacondicionamiento del espacio

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

Temas

Identidad

Cuando se estudia la identidad desde su perspectiva individual, o del individuo, se entiende, que es éste, el individuo, del que emanan las cualidades y las propiedades para conformar la identidad del mismo. El individuo es identidad, bien entendida como organismo biológico independiente del resto (perspectivas biologicistas), bien porque le caracteriza como tal el conflicto de fuerzas yoicas que tiene lugar en su interior (Psicoanálisis), o porque se entienda que es la experiencia subjetiva de ser único y diferente del resto lo que determina este concepto (humanismo), o finalmente, porque el lenguaje, que es la herramienta con la que construye su propia realidad, determina su existencia excluyéndole de otras realidades Explicaciones Narrativas de la Identidad: el Lenguaje "El lenguaje es factor de identidad, que nos une al pasado y proyecta al futuro. Además, es un vínculo de símbolos que aglutina a la comunidad que comparte el mismo código. No sólo es un método de comunicación, lo trasciende porque es una

institución social, lazo incuestionable que nos une al pasado, que lo mantiene gravitando sobre nuestra actualidad, que aglutina y es un motor de identificación." (Mabel Pruvost, 2011). Para la perspectiva narrativa del estudio de la identidad, el lenguaje es la herramienta a través de la cual podemos interpretar quiénes somos, como es el mundo y cómo nos diferenciamos de él, construir esa imagen de nosotros mismos y comunicarla a nuestro entorno social. Sería el vehículo por el cual construimos y compartimos quiénes somos y como nos ven los demás. "La identidad se convertiría en "una subjetividad comunicable", de carácter simbólico e inherente para los humanos"

Sin duda, el término "identidad" siempre ha estado ligado a la Psicología Social. "Identidad" como "identidad social", como producto emergente de la suma de comportamientos e identidades individuales. El padre de la Psicología Social fue Kurt Lewin, que en 1935 comenzó a contemplar la psicología para la investigación como medio para verificar teorías generales del comportamiento, más que como estudio de fenómenos independientes e inconexos. Este autor estudió la identidad en relación a sus teorías sobre el liderazgo. El estudio, que se realizó en 1939, descubrió como las situaciones sociales influyen en el comportamiento de los individuos. Los distintos tipos de liderazgo moldean el comportamiento de los individuos, dándoles una nueva identidad como integrantes de un grupo. Aunque el individuo (su identidad), dentro de la masa, ya era un tema que Freud o Jung habían tratado ya desde el psicoanálisis, K. Lewin, Gustave Le Bon (Psicología de las Masas, 1895)o Gabriel Tarde (La Opinión y la Multitud, 1901) se desmarcaron del enfoque psicoanalítico, estudiándolo desde un nuevo paradigma recién iniciado, la Psicología Social

Si la personalidad es según Millon (1998) "un patrón complejo de características psicológicas profundamente enraizadas, en su mayor parte inconscientes y difíciles de cambiar, que se expresan de forma automática en casi todas las áreas del funcionamiento del individuo", la identidad es parte inherente a la personalidad. "El quién es la persona" (su identidad), podría relacionarse con estos patrones diferenciales que conforman la personalidad. Identidad y Personalidad son dos conceptos que van unidos: uno es y se diferencia de los demás por esa consciencia de ser único y diferentes del resto. La identidad se correspondería a quién es, como se ve esa persona como diferente del resto; la personalidad se correspondería a cómo se comporta. El estudio de la Identidad dentro del área de la psicología clínica y la psicoterapia es muy reducido. Solo hay que ver el escaso estudio de este concepto para darse cuenta de que es necesario esclarecer este tema e incluir un nuevo paradigma de estudio dentro de la psicoterapia. Para ello, a continuación se va a realizar un recorrido por las diferentes formas de entender la identidad dentro del estudio de los trastornos de personalidad, desde la perspectiva de la psicoterapia o de la psicología clínica. Identidad y Patología en los Estudios sobre Personalidad Definición de Identidad y Desarrollo Evolutivo Pero, antes de estudiar la identidad dentro del ámbito de lo patológico habría que definir qué es lo que se entiende por "identidad" en el ámbito de la "normalidad" de la personalidad y cómo se formó o cuál fue su desarrollo evolutivo. Bowlby creía que la personalidad se forjaba en forma de guiones producto de la interacción entre el individuo y su ambiente. A través de estos guiones filtramos la información que nos llega del exterior dejando fuera lo que es incoherente con nuestra forma de ver el mundo. Para Bowlby, la identidad sería la necesidad de mantener fuera de nuestra conciencia todo aquello que no es congruente con nuestros esquemas internos, algo que es consistente y se mantiene en el tiempo. En relación a estos esquemas consistentes y mantenidos en el tiempo, la psicoterapia sinérgica, que es la selección de diferentes técnicas de diferentes corrientes para una problemática concreta, describe la identidad como un aspecto estructural a explorar, habiendo 4 ámbitos estructurales para la personalidad (imagen de uno mismo, representaciones objetales, organización morfológica y temperamento-estado de ánimo). Dentro de la imagen de uno mismo, se describe la identidad hablando

de su origen en el desarrollo infantil: "... Conforme se va dominando el mundo interior de los símbolos a través de los símbolos, el "torbellino" de acontecimientos que zarandea al niño va dando paso a un progresivo sentido de orden y continuidad. Surge una gran configuración para imponer medidas de continuidad a un entorno que, de otra manera, sería constantemente cambiante, a la percepción de uno mismo como objeto, y a un característico y siempre presente e identificable "yo". La identidad propia emana en gran medida de conceptos extraídos a un nivel de análisis "fenomenológico"; es especialmente significativo para proporcionar una base estable que guíe y de continuidad a la experiencia cambiante. Aunque casi todas las personas mantienen un sentido implícito de "quienes son", los individuos se diferencian notablemente en la claridad y la precisión de sus autointrospecciones."

Identidad como capacidad del carácter

La Identidad es el conjunto de rasgos los cuales resaltan la individualidad de la persona,La identidad también es la conciencia que una persona tiene respecto de sí misma y que la

convierte en alguien distinto a los demás. Aunque muchos de los rasgos que forman la identidad son hereditarios o innatos, el entorno ejerce una gran influencia en la conformación de la especificidad de cada sujeto.

Fuentes:

https://www.psicociencias.org/pdf_noticias/Identidad_y_personalidad.pdf
http://racastellanos20.blogspot.com/2013/11/las-ocho-capacidades-del-caracter.html

RECURSOS:

Físico:

- Sillas, computador, televisor, música

Humano:

- Profesional en psicología, ciudadanos etapa 1

RESULTADOS:

Cualitativos: En el espacio anteriormente ejecutado los asistentes logran reflexionar sobre su identidad, las características y rasgos que perciben de sí mismos y que les permiten definirse frente a los demás, quienes son, que desean y hacia dónde quieren dirigirse en su desarrollo vital personal, relacional, profesional y social, de igual manera comprendieron que la construcción de la identidad se inicia en la infancia y constituye una búsqueda activa y constante a lo largo de la vida, respetando así mismo la diferencia y el pensamiento del otro. Por otra parte, se brindan herramientas que permita que cada participante fortalezca su identidad, como autorreflexión y autoconocimiento, se resalta que la identidad permite tomar decisiones más asertivas y actuar con libertad y responsabilidad.

Cuantitativos: Al taller asisten y participan activamente 15 ciudadanos los cuales 13 son hombres y 2 son mujeres, en donde logran definir la manera de fortalecer y recuperar su identidad.

FIRMA DERESPONSABLE: Lady Muñetones

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G.

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Nombre de la actividad: Capacidad del carácter: Identidad
Línea de atención línea de atención: IV Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha:29/08/2025
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: capacidad del caracter identidad

4. Fecha: 29/08/2025

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	79643205	Jeyson Moreno.	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2		79764623	Jeison Farrey Ocampo	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3		79581883	Luis G. Bueno	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1033	Brayan Hur	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1030571332	Jhon Rojas	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	75051060	Jorge William	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1032437502	Alvaro Pulido	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1070923	Jesica Barbas	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1032403228	Andres Alfonso Huertas	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1032	Jesus Gustavo	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	5866	Mayerly Sanchez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	80026962	Javier Hurtado	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1033	Andres Leonardo G	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1024555574	Dayran Vidal	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	79735844	Luis E Rodriguez	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Jeyson Moreno

14. Cargo o rol del responsable: psicologa

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129
		Versión: 1
		Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019
		Página: 1 de 4

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el rosario	**FECHA:** 29/08/2025	**HORA INICIO:** 2:00 pm **FINAL:** 3:30 pm
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hermes Vaca

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Prevención de violencia familiar

OBJETIVO GENERAL:
Identificar factores de riesgo dentro de la convivencia familiar a partir del reconocimiento de emociones y sentimientos para la prevención de conflictos.

Objetivo Especifico:

- Analizar el concepto de familia en el contexto colombiano
- Realizar reflexiones frente a las problemáticas familiares del contexto en comunidad
- Reconocer la reciprocidad de apoyo en los vínculos familiares.

METODOLOGÍA:
Se realizará el taller formativo prevención de violencia familiar, con base en Línea de atención 4: Dinamización de la Atención Integral Basada en Comunidad de Vida por medio de la cual se pretende acompañar a las y los ciudadanos en la identificación de factores no favorecen a vínculos familiares positivos, en ese sentido, es importante contemplar una metodológica investigación acción participativa, por medio de la cual las y los ciudadanos deconstruyan los conceptos de la familia y puedan reconstruirlos a partir de las actividades planteadas.

Adecuación: Esta actividad se realizará en el aula múltiple, con la facilidad de un tablero de acrílico, materiales para materializar las actividades que el taller propone y un dispositivo de audio para una parte de la actividad

Primer momento:
Se iniciará la actividad con la bienvenida por parte del profesional en pedagogía quien por medio de un árbol genealógico invitará a los ciudadanos a reconocer la parte de un eslabón al que pertenecemos y que re construimos constantemente. Para este ejercicio se utilizará papel craf y colores los cuales permiten a los participantes realizar la construcción de su árbol en particular. Posteriormente cada uno presentara lo que considera representa su árbol genealógico y que recuerda en particular de cada uno. El profesional realizara el ejercicio a la par con los ciudadanos dándoles ejemplo de como se puede consolidar en el caso que se presenten dudas.

Segundo momento:
Posterior a la elaboración del árbol genealógico el profesional desglosara el concepto de familia, a partir de las múltiples concepciones que se tiene de la familia, adicionalmente se presentara un cortometraje basado en la película es juez, donde un hijo que no ha sanado las heridas afectivas con su padre, debe defenderlo en un juicio. A partir de la explicación y la proyección del cortometraje, se pretende mostrar a los ciudadanos como la construcción de una familia no depende solo del lazo de sangre, sino de una constante entrega por los demás, una familia se construye constantemente a partir de la consolidación de vínculos positivos y reparando daños.

Tercer momento:
Por último, en compañía del profesional socializaran las apreciaciones que se dieron dentro de las dinámicas y se redactara una carta para quienes consideren tener una familia con la que deban deconstruir para reconstruir un nuevo vinculo positivo

Reacondicionamiento del espacio:
Una vez terminada la jornada, se les pide a los participantes que dejen el espacio organizado, limpio y nuevamente disponible para otras actividades

TEMAS:

Comunicación y Familia

Una buena comunicación exige una serie de parámetros básicos para el buen desarrollo de la misma. Todo diálogo verídico, acorde y eficaz necesita tener sus bases en el respeto, la ética y el cuidado. En una interlocución los

participantes deben ejercer el derecho mutuo de escuchar y ser escuchados como principio de respeto. Además, establecer un conjunto de principios éticos en los cuales se busque salvaguardar los intereses comunes por encima de los individuales y estos sean aceptados por todas las personas participantes del proyecto. Adicionalmente, se requiere del cuidado basado en el amor entre unos y otros, con el fin de fomentar protección, preservarse y sanar las heridas pasadas y futuras. Por estas razones, "ninguna sociedad del pasado o del presente vive sin un código de conducta (...) Estos vienen acompañados de valores que estimulan el buen vivir y convivir y hacen la vida social menos conflictiva, más segura y equitativa" 102. Lo códigos de conducta son necesarios para el buen vivir de las personas, son los parámetros requeridos para una sana convivencia. Ellos determinan el funcionamiento también en las familias, al no ser claros reflejan la problemática vista en el ejemplo desarrollado en el presente trabajo. La familia al tener un hogar disfuncional no establece códigos para el buen vivir de cada uno de sus miembros y al no tener los códigos, se pierde poco a poco la dignidad de las personas especialmente la de aquellos más vulnerables como le ocurrió a la mujer de nuestro programa. Simultáneamente, a los códigos de conducta, están los códigos éticos, "basados fundamentalmente en las virtudes, cuya centralidad la ha mantenido la justicia, pero también han estado presentes la libertad, la verdad, el amor y el respeto al otro" 103. Estos códigos éticos constituyen la base del respeto en la comunicación, porque sin libertad no existe la verdad, Leonardo. Una ética de la Madre Tierra. ¿Cómo cuidar la Casa Común?, verdad no fluye el amor y sin amor no hay respeto por los demás. Por ello, con estos códigos es importante retomar la base del amor como la fuente principal en todo proceso de resocialización y se hace una invitación a las familias para que recuerden las palabras del Evangelio establecidas en Marcos cuando los escribas le preguntan a Jesús ¿Cuál es el primero de los mandamientos? Y su respuesta es una invitación a amar a Dios y al prójimo como a ti mismo. El amor es la base de cualquier relación humana. Por amor, la mujer en el fondo sale de su cárcel de dolor y decide adentrarse a una nueva experiencia en la búsqueda de ayuda. Por amor, la madre, aunque tarde, acude a la cita para las terapias con su hija. Por amor, la hija descubre los conceptos básicos de perdón para poder lograr una reconciliación con su victimario. Sin embargo, el ser humano debe tener presente y ser consciente de la acción y la reacción de sus actos. "De una manera responsable asumir los efectos de los mismos porque pueden ser benéficos para el mismo y los otros, pero también pueden ser nocivos" 104. Los actos no se desarrollan por si solos requieren de un sujeto actuante, quien tiene la responsabilidad de asumir sus resultados para el mismo y para los demás.

Fuente:

- Perez,J (2022). *La Familia: un techo para sanar las heridas de la vida.* Pontificia Universidad Javeriana. Bogota

RECURSOS:

- Marcadores
- Hojas
- Papel craf
- tv

Humano: Ciudadanos, ciudadanas y profesional

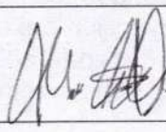
RESULTADOS:

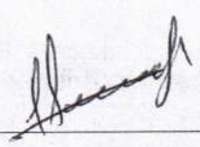
Cualitativos:

A través de la actividad realizada las y los ciudadanos de la etapa numero 3 lograron identificar situaciones que pueden generar conflictos familiares y adicionalmente concurrir en acciones que vayan en contra vía de los fundamentos de una relación sana y asertiva, esto se evidencia a través del dialogo que se genera como reflexión final del taller, ya que en su discurso comienzan a contemplar alternativas para la resolución de conflictos familiares que eviten atentar contra la integridad del núcleo familiar.

Cuantitativos:

Se llevó acabo la actividad con un total de (20) ciudadanos de los cuales (3) son personas mayores, (2) mujeres

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: Taller de formativo "Prevención de violencia familiar"

Etapa III

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

Fecha: 29/08/2025





469

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: Prevención de Violencia familiar

4. Fecha: 29/08/2025

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 NUMERO	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	80724231	Mauricio Rodriguez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	52775833	Dondiney Gomez	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	52929584	ELSIN RAVE	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80444814	Alexander Galeano	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	C.C.	1070917209	yesson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	79560654	Sandro reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80166545	Luis A Guillen	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	3140308	Alfonso Guevara	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80.120.68	Juan. Viloria	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	C.C	80455656	CESAR CONTRERAS	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	52995591	Pilar Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1015900099	Wilson Loteza	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	3235884	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	29977765	Blanca munar	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	79950591	Pablo Rodriguez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	52703187	Luz molina	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	91.244.618	Rafael A. Mendoza	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1010166166	Jorge Eliecer	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1016060758	JUAN D CRISTIANO	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	1023906023	Luis Beltrán	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jhon Hermes Vaca O.

14. Cargo o rol del responsable: Pedagogo

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_t_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.pdf
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, podré 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:** 29/08/2025	**HORA:** 14:00
ÁREA: Primeros auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	KAREM MORENO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PREVENCION DE ENFERMEDADES TRAMISIBLES EN ESPACIOS COMPARTIDOS.

OBJETIVO GENERAL:

Reducir la incidencia y prevalencia de enfermedades infecciosas en la comunidad, mediante la implementación de educación a la población, el cumplimiento de prácticas de higiene y la vigilancia epidemiológica para evitar la propagación de patógenos y proteger la salud colectiva.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Educar a los ciudadanos sobre conductas de riesgo y métodos de transmisión para empoderar a las personas a tomar decisiones saludables,
- Promover la higiene de manos donde se ensenarán los mementos de lavado de manos y el procedimiento correctamente.
- Impulsar campañas que sensibilicen a la comunidad sobre la importancia de adoptar hábitos para prevenir las enfermedades trasmisibles.

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 la atención primaria en salud 'primeros auxilios' en pro de aportar positivamente en la calidad de vida de los ciudadanos generando conciencia sobre el tema.
Adecuación: Se utilizará el aula Gabriel García Márquez, 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 la atención primaria en salud, 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 atención primaria en salud que existen, 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 los servicios de atención de urgencia, 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: PREVENCION DE ENFERMEDADES TRAMISIBLES EN ESPACIOS COMPARTIDOS.

1. **¿Qué son las enfermedades trasmisibles?**

Las enfermedades transmisibles (o infecciosas) se propagan de persona a persona, o de animal a persona, a través de agentes infecciosos como virus o bacterias, por contacto directo, aire, agua o picaduras de insectos.

2. **Agentes y formas de transmisión**

Los agentes infecciosos pueden ser: Bacterias, Virus, Hongos, Parásitos, las enfermedades pueden transmitirse de diferentes maneras, incluyendo:

Contacto directo: A través del contacto físico directo, como besar o tocar a alguien infectado.

Contacto indirecto: Por medio de superficies contaminadas con gérmenes.

Vía aérea: La propagación a través del aire por estornudos o tos.

Fluidos corporales: Como la sangre o los fluidos de una persona infectada.

Vectores: Por medio de picaduras de insectos como mosquitos.

Alimentos y agua contaminados: Al ingerir alimentos o bebidas que contengan microorganismos dañinos.

3. **Enfermedades trasmisibles comunes.**

- Gripe y resfriados
- Sarampión
- COVID-19
- Dengue
- Malaria

4. **¿Como prevenir las enfermedades trasmisibles?**

La práctica de un estilo de vida saludable favorece positivamente al funcionamiento del cuerpo y de la mente, además de prevenir enfermedades crónicas no transmisibles. Los hábitos saludables pueden mejorar la calidad de vida y prevenir la obesidad y la diabetes, padecimientos cardiovasculares y respiratorios. La suma de prácticas, como realizar ejercicio, descansar lo suficiente y mantener una alimentación variada y equilibrada contribuyen al bienestar personal.

Actividad física: Realiza 60 minutos de actividad física o ejercicios al día, de forma continua o fraccionada; puedes caminar, bailar, andar en bicicleta, nadar, hacer algún deporte, pasear al perro, subir y bajar escaleras.

Alimentación correcta: Mantén un estado nutricional adecuado con una alimentación equilibrada y variada de legumbres, cereales integrales y proteínas; consume 5 porciones de frutas y verduras al día, evita alimentos altos en azúcar, ultra procesados, con alto contenido calórico y grasas, y disminuye el uso de sal.

Buen descanso: Dormir lo suficiente y tener un buen descanso ayuda a pensar con claridad, a mejorar el estado de ánimo y mantiene el sistema inmune fortalecido.

Hidratación: Toma agua cada 15 a 20 minutos, como mínimo, y no esperes a tener sed, condición que se presenta cuando el cuerpo ya está deshidratado. Evita fumar y consumir bebidas alcohólicas.

Higiene: Muchas enfermedades contagiosas y peligrosas pueden evitarse manteniendo una buena higiene personal. Lávate las manos y mantén cortas las unas; procura bañarte diario y usar siempre ropa limpia; lávate los dientes tres veces al día y ten limpio y peinado tu cabello.

Visita el médico: Las pruebas de rutina son fundamentales porque ayudan a identificar enfermedades oportunamente o cuando nuestro cuerpo necesita un poco de refuerzo para que no se manifieste.

Vacunas: Mantén actualizada tu cartilla de vacunación. Además de los recomendados durante la infancia, no olvides que hay refuerzos de por vida.

Optimismo: El ser humano es punto de vibración que emite energía: si es negativo, atrae el mismo tipo de ondas. Con esto, la probabilidad de contraer una enfermedad es muy alta.

Sonreír: Las sustancias producidas por la risa fortalecen el sistema inmunológico, además de relajar todo el cuerpo.

Fuente de consulta: https://www.bienestar.gob.mx/sibien/index.php/salud/13-salud/6-prevencion-de-enfermedades#:~:text=Evita%20fumar%20y%20consumir%20bebidas%20alcoh%C3%B3licas.&text=Muchas%20enfermedades%20contagiosas%20y%20peligrosas,limpio%20y%20peinado%20tu%20cabello.

RECURSOS:
Físicos: Sillas 5
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 prevención de enfermedades trasmisibles en espacios compartidos.

Cuantitativos
Se logro la convocatoria de 6 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 :6

FIRMA DEL RESPONSABLE: Karen Moreno

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PREVENCION DE ENFERMEDADES TRAMISIBLES EN ESPACIOS COMPARTIDOS

LINEA DE ATENCIÓN 1: Desarrollo personal para la inclusión social

FECHA: 29/08/2025





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: Prevención de enfermedades trasmisibles en espacios compartidos.

4. Fecha: 29/08/2025

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	7595755	Marco Gomez	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	2994083	Roberto Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80926913	JOSE ORTIZ	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	1115784358	ALEJANDRO MORE	37	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	80156455	JHON GOMEZ	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	10105564	Carlos Zuluaga	64	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Karen Moreno

14. Cargo o rol del responsable: Auxiliar Enfermería

15. Firma del responsable de la actividad: Karen 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:** 29/08/2025	**HORA:** 02:00 PM 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Haider Yerid Chinchilla Martínez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Recursos personales, realidad y oportunidades

OBJETIVO GENERAL: Producir procesos de socialización o conversacionales entre las y los ciudadanos de comunidad de Vida el Rosario a través del diálogo como estrategia para experimentar vivencias estructuradas y orientadas hacia la generación de lenguajes de cambio enfocados en la materialización de nuevos planes de vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover la participación del grupo.
- Generar procesos reflexivos en torno a la realidad personal.
- Orientar los casos para la activación de rutas de atención.

METODOLOGÍA: El grupo de formación será una reunión con la etapa 5: preparación para la inclusión social, que se centrará en generar procesos socioeducativos que parten desde la narrativa de dilemas morales y fomentan procesos de socialización basados. El grupo de trabajo se llevará a cabo de acuerdo a la línea de atención 4: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, y promoverá el desarrollo de habilidades sociales y capacidades, la participación activa y el ejercicio de reconocimiento de los beneficios, dinámicas y acuerdos de convivencia.

Adecuación: Se organizará 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: *Socialización,* se socializa al grupo los objetivos de la actividad y se realizan una lluvia de ideas acerca del tema de realidad y problemas sociales.

Momento 2: *Proyección,* el segundo momento se reduce a la presentación de preguntas orientadoras, una vez habilitado el escenario de la actividad, se realiza la proyección de la misma al tener listos los elementos requeridos para tal fin: vídeo vean, sonido y espacio. Es importante mencionar que se construyen unas preguntas orientadoras que guiarán los procesos dialógicos. ¿Cuál es el aporte que brindará a la sociedad en su futuro egreso? ¿Cómo planea alcanzar sus metas? ¿Cuáles son las actividades y acciones que realizará para alcanzar sus objetivos?

Momento 3: *Foro,* se desarrollará en este momento la dinámica conversacional, se desarrollarán las preguntas generadoras que despierten la participación y la opinión de las y los ciudadanos respecto de la película proyectada, diálogo que será orientado hacia la generación de procesos reflexivos en torno al agenciamiento, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades en el marco de la materialización de sus proyectos de vida.

Reacondicionamiento del espacio: Se indica dejar el lugar mejor de como 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:

PROYECTO DE VIDA: Cuando empezamos a introducirnos al tema del plan de vida, es necesario saber si la persona está encaminada a definir las coordenadas hacia dónde quiere dirigir su vida. Este plan de vida es todo lo que una persona quiere ser y hacer. Es un proyecto que busca encaminarse hacia todo lo que deseamos en un futuro y que estamos dispuestos a hacer para lograrlo. Que tanto compromiso y constancia tenemos, para enfocarnos y cumplir nuestras metas.

PLANEACIÓN ESTRATÉGICA PERSONAL: La Planeación Estratégica Personal se conceptualiza como la forma en que una persona organiza su vida a futuro, es decir cinco, diez o más años y el autor propone el siguiente Modelo de Planeación Estratégica Personal: Conocimiento de ti mismo (Fortalezas y debilidades), Valores, Visión, Misión, Metas, Aspectos (Espiritual, Intelectual, Afectivo/emocional, Familiar,

Recreativo, Social, Corporal, Ocupacional y Económico) y temas de apoyo como son: Potencial, Autoestima y el Precio del éxito.

AUTOCONOCIMIENTO: Consiste en identificar las fortalezas y debilidades para proyectar la vida, en razón que no se puede construir sobre un terreno, cuyas características se desconocen. Para ello es necesario dar respuesta a las siguientes preguntas: ¿Quién soy?, ¿Cuáles son mis fortalezas?, ¿Cuáles son mis defectos? y ¿A dónde voy si no cambio?

VALORES: Se refiere a las creencias, principios y actitudes a las cuales se les da una cuantía, en razón que lo que se hace, dice y piensa se basa en ellos. El autor proporciona una vasta lista de valores (Familia, amigos, honestidad, trabajo, belleza, amor, salud, diversión sana, comunidad, seguridad económica, superación familiar, logro, conocimiento, libertad, sabiduría, responsabilidad, deporte, naturaleza, disciplina, autenticidad, compromiso, respeto, creatividad, determinación, bondad, alegría, paz interior, eficacia, fe, lealtad, sentido del humor, justicia, orden, planeación, prevención, perseverancia, sinceridad, tolerancia, valentía, voluntad, templanza y puntualidad)

VISIÓN: Es la forma como se imagina ser en el futuro y responde a las siguientes preguntas: ¿Cómo te ves dentro de cinco, diez, veinte, cincuenta años? ¿Es deseable? ¿Serás mucho mejor de lo que eres ahora? Luis Castañeda afirma que los sueños representan la visión, en ellos se ve logrando lo que ahora parece imposible, en la imaginación no hay imposibles, no hay retos que no se puedan vencer y no hay muros que no se puedan derribar.

MISIÓN: Es una declaración escrita del cometido, propósito, llamado y vocación de vida, No es rígida en virtud que puede cambiar en otros momentos de la vida, aunque cambie, no pierde su valor, en razón que mientras está vigente proporciona un motivo para vivir, motivar y alienta a seguir adelante, asimismo se convierte en un credo y compromiso consigo mismo.

METAS: Constituyen un fin deseable, propósito u objetivo que una persona debe lograr, y debe cumplir con ciertos requisitos: • Estar por escrito, • Ser específica, sin ambigüedades que provoquen mala interpretación, • Ser medible, • Realizable, • Debe tener fecha de inicio y de fin, • Ser congruente con los valores, principios y creencias, • Digna de la grandeza de cada persona y • Visualizable.

PRÁCTICAS DIALÓGICAS: "Prácticas dialógicas y códigos sociolingüísticos Ambos conceptos, prácticas dialógicas y códigos sociolingüísticos, se enmarcan en los campos de las ciencias sociales, la sociolingüística y las prácticas psicosociales. Contienen perspectivas de abordajes epistemológicos, teóricos y metodológicos que, en sus trabajos investigativos, reflexivos y de intervención integran planteamientos, especialmente, de las perspectivas: sistémica, construccionista social y filosofía del lenguaje. Más aún, son construcciones complejas cuyo foco de atención es lo dialógico y lo relacional, desde donde las personas en interacción producen acciones creativas para afrontar situaciones difíciles en sus vidas, tal como puede verse en aquello que comúnmente es denominado momentos de crisis."

"Las prácticas dialógicas y los códigos sociolingüísticos son formas de lenguajes que utilizan diversas comunidades sociales, con el fin de expresar algo sobre algo o alguien. Ambas se co-construyen en la interacción humana y están presentes en los diálogos entre hablantes cuando intercambian diversas ideas sobre asuntos comunes o diferentes, cuyas expresiones verbales y no verbales contienen las voces creadas en la historia de vida de cada hablante. Al estar presentes en las formas de lenguaje y de vida de los sujetos, las prácticas dialógicas y los códigos sociolingüísticos acompañan las conversaciones y los diálogos externos e internos de las personas para crear significados, cuya interpretación sólo es posible en un contexto interactivo articulado a las formas de vida del ser humano y de su forma de expresar. Como dice Wittgenstein (2007), las expresiones tienen relación con la localización corporal, es decir, lo que tiene que ver con el impacto fisiológico de la expresión. En este sentido, las palabras unidas a la expresión del rostro humano son significativas y orienta los significados y los sentidos de lo que es recordado y la manera como se recuerda."

"Las prácticas dialógicas como los códigos son formas de lenguajes, conexiones sociolingüísticas entre los hablantes que regulan las interacciones y reflejan patrones relacionales, cuyas características están ligadas al contexto interactivo co-construido por las personas. Los códigos que acompañan las prácticas dialógicas de los hablantes son el resultado de un aprendizaje que adquiere todo sistema humano en sus relaciones familiares y sociales y, en este ámbito, tienen la posibilidad de transformarse. Cuando en una práctica dialógica prima una forma de código para acompañar y regular las relaciones, esta forma sociolingüística puede mantener o transformar las experiencias cotidianas de los sujetos dentro del sistema familiar (Sánchez-Jiménez, 2013, 2015, 2016; Patiño-López, 2017).

En este marco epistemológico, la creación de significado, la experiencia y el conocimiento son procesos constructivos con capacidad potencial de transformar las pautas de relación social entre las personas. Desde la diversidad de diálogos, la creatividad y las oportunidades dialógicas cada quien explora la emergencia de alternativas para salir de los conflictos y problemas, la creación de nuevas formas de relación hacia soluciones satisfactorias, las innovaciones y el reconocimiento de los recursos que transforman tanto las conversaciones como a quienes participan en el proceso (Fried- Schnitman, 2008). Es decir, el cambio emerge cuando las personas obran desde la creatividad, el reconocimiento, la integración de diálogos, las oportunidades para co-construir nuevos contextos y nuevos proyectos de vida tanto personales como familiares. Bajtín plantea que los diálogos son tan amplios, múltiples, diversos y complejos que no puede haber un plano único para su estudio. La diversidad de ellos depende de su tema, situación y participante. Van en la combinación de voces propias y ajenas, lo que se construye entre el yo y lo otro, en lo que da identidad a las personas (Bajtín, 1997, 2000, 2011; Bubnova, 2006; García, 2012). Por lo tanto, es en el diálogo donde la identidad de las personas y sus relaciones se construyen, permanecen o se transforman."

ARTE: El arte **es toda forma de expresión de carácter creativo que poseen los seres humanos**. Es la capacidad que tiene el hombre para representar sus sentimientos, emociones y percepciones acerca de sus vivencias y el entorno que lo rodea. A lo largo de la historia, la palabra "arte" se ha ido expandiendo por todo el mundo en todas sus formas. Antiguamente, solo se consideraba arte a algunas disciplinas, como la pintura, el dibujo, el canto, la literatura y la danza. **Hoy el concepto de arte abarca muchas más técnicas y formas**. El avance de la tecnología es uno de los pilares fundamentales que permitieron la creación y el desarrollo de nuevas formas de arte. Sin embargo, no todos los historiadores y filósofos están de acuerdo con la definición de arte actual. Comúnmente, el término "arte" es confundido con el de «artesano». Un artesano es aquel que reproduce múltiples obras y las comercializa, mientras que, tradicionalmente, se considera que el arte se basa en obras únicas e irrepetibles.

FUENTES:

- **https://totenart.com/noticias/periodos-etapas-picasso/#:~:text=Tras%20un%20tiempo%20de%20dolor,prematura%20muerte%20de%20su%20amigo.**
- **https://www.acentoescuelaanimadores.com/post/caracter-vivencial-de-dinamicas-grupo-antonio-matinez-cea**
- **https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000117740_spa**
- **http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1692-715X2017000200027&lng=e&nrm=iso&tlng=es**

RECURSOS:

- Libro; equipo pc portátil; bafle; vídeo vean; listado de asistencia; cámara o celular con cámara.

RESULTADOS:

Cualitativos: El ejercicio logró producir procesos de socialización entre las y los ciudadanos de comunidad de Vida el Rosario, la mayoría de participantes lograron enfocar su energía en rescatar aprendizajes y enseñanzas, los momentos de igual manera se desarrollaron en los tiempos previstos, existieron aportes significativos, se logró dinamizar la actividad a través de las orientaciones y preguntas generadoras, en los lenguajes expresados se resalta los lenguajes del cambio reconocidos en la evaluación de la dinámica.

Cuantitativos: Se logra contar con la participación de 11 personas, de los cuales 1 es mujer que se reconoce heterosexual identificada en el género femenino, y 10 hombres reconocidos dentro del género masculino y con orientación heterosexual.

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 11

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

Registro fotográfico: 29/08/2025

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Recursos personales, realidad y oportunidades.
Línea de atención 4: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Momento: Taller de formación





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: Recursos personales, realidad y oportunidades

4. Fecha: 29/08/2025

5. Hora: 02:00

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	7767540	Juan Carlos Garcia	52	No refiere	No refiere	No refiere			X						
2	CC	7147291	Hector Cepeda	47	No refiere	No refiere	No refiere			X						
3	CC	98585368	Freddy Velasquez	53	No refiere	No refiere	No refiere			X						
4	CC	1006568	Cristian Lopez	31	No refiere	No refiere	No refiere			X						
5	CC	94259602	Fabio Barrera	60	No refiere	No refiere	No refiere			X						
6	CC	80236394	Juan Carlos Castro	44	No refiere	No refiere	No refiere			X						
7	CC	1013639057	Maryerli Gonzalez	33	No refiere	No refiere	No refiere			X						
8	CC	8190362	Francisco Pulido	68	No refiere	No refiere	No refiere			X						
9	CC	6814782	Jorge Gonzalez	73	No refiere	No refiere	No refiere			X						
10	CC	79374180	Juan Motta	54	No refiere	No refiere	No refiere			X						
11	CC	80729609	Jhon Javier Ramirez	42	No refiere	No refiere	No refiere			X						
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Haidn Chinchilla

14. Cargo o rol del responsable: Trabajador 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:** 30/08/2025	**HORA:** **INICIO** 08:0 Am **FINAL** 12:00 pm
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Ivan charry

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.

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 (62) sesenta y dos, (1) una población diferencial LGTBQI, (5) cinco mujeres, para un total de 56 ciudadano.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Ivan Rodrigo Charry Garzón

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

480

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: 30/08/2025







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

4. Fecha: 30/08/2025

5. Hora: 8:00 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	79735844	Luis E Rodriguez	50	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
2	CC	29477765	Blanca R Ruda	66	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
3	CC	1069955[illegible]	Jesica Vargas	30	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
4	CC	52763187	Luz marina	51	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
5	CC	39566631	Sandra Pyrez	45	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
6	CC	52941591	Pilar Gonzalez	42	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
7	CC	51860[illegible]	MARGARITA SANCHEZ	44	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
8	CC	1[illegible]	Farith Rivera	44	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
9	CC	1022358220	Yesid Castro	42	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
10	CC	1033697[illegible]	Raul Faneta	38	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
11	CC	79962854	Mauricio Rico	48	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
12	CC	75099[illegible]	Andres Castaño	49	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
13	CC	79957635	Julio Cirva	47	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
14	CC.	1024555534	Dayron Vidal	31	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
15	CC	1032437502	Alvaro Pulido	35	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
16	CC	75051068	Jorge William Diaz	44	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
17	CC	19405[illegible]	Martin Rojas	63	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
18	CC	80862934	Juan David Quintero	41	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
19	CC	79041440	Carlos A V.	61	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						
20	CC	1[illegible]	Julio Marquez	62	NO Aplica	NO Aplica	NO Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Ivan Charry

14. Cargo o rol del responsable: Promotor 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

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

4. Fecha: 30/08/2025

5. Hora: 8:00 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		
21	CC	1014146605	YEISON GARCIA	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					YEISON GARCIA	
22	CC	1117519431	Jeison Abello	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
23	CC	[illegible]	Jhon Rojas	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
24	CC	1033[illegible]	[illegible]	30	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
25	CC	1032403228	Andres [illegible]	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
26	CC	1033776729	Andres Leonardo Garcia	35	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Andres Garcia	
27	CC	7988,9785	Osbaldo Espitia	60	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
28	CC	1033885120	Andres Diaz	39	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
29	CC	79186668	Oscar Mila	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
30	CC	80765336	JOHAN MURCIA	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
31	CC	[illegible]	Harold Castillo	31	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
32	CC	1033[illegible]	Anderson Aguilar	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					FABIAN M	
33	CC	80213905	DANIEL AREVALO	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
34	CC	2945581	Pablo Rodriguez	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
35	CC	79790280	Mauricio Rodriguez	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
36	CC	52775887	Deyvy Forero	41	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
37	CC	1070917709	yeison Wilches	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
38	CC	1032358[illegible]	Carlos Moreno	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Carlos Moreno	
39	CC	79643705	Jeison Moreno	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
40	CC	1015[illegible]	ofinado	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						

13. Nombre del responsable: Ivan Charry

14. Cargo o rol del responsable: Promotor 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_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.
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

4. Fecha: 30/08/2025

5. Hora: 8:00 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		
41	CC	1015440494	Willyn Arteaga	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
42	CC	24643205	Sergio Moreno	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
43	CC	80729004	Jhon J Ramirez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
44	CC	1010665550	Kristian Lopez	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
45	CC	80811556	Oscar Sanchez	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
46	CC	3[illegible]755	Mauricio Diaz	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
47	CC	3140304	Alfonso Guevara	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
48	CC	1026553260	Oscar A. Barahona	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
49	CC	1047376461	Diego Vélez	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
50	CC	1014[illegible]671	[illegible]	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
51	CC	79675[illegible]	Juan C. Garcia	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
52	CC	80[illegible]44[illegible]	[illegible]	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
53	CC	7[illegible]4[illegible]8	Juan Motta	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
54	CC	8037[illegible]	[illegible]	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
55	CC	1[illegible]0[illegible]36[illegible]	Luis Rondon	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
56	CC	9[illegible]3[illegible]4	Juan Carlos Castro	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
57	CC	359295[illegible]	Elvin Raul	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
58	CC	1[illegible]5[illegible]4[illegible]8	Alejandro Moreno	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
59	CC	1937[illegible]	Eduardo Figueroa	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
60	CC	[illegible]12068[illegible]	Juan Urueña	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Ivan Charry

14. Cargo o rol del responsable: promotor 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_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: Ornato

4. Fecha: 30/08/2025

5. Hora: 8:00 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		
61	CC	7795081	Pablo Rodriguez	47	NO APLICA	No Aplica	No Aplica			X						
62	CC.	1024555559	Dayron Vidal	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
63																
64																
65																
66																
67																
68																
69																
70																
71																
72																
73																
74																
75																
76																
77																
78																
79																
80																

13. Nombre del responsable: IVAN Ohrarry

14. Cargo o rol del responsable: Promotor 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:** 30/08/2025	**HORA:** Inicio: 9:00 am Final: 10:30am
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Karen Dayana Aguirre

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: MENTE EN MOVIMIENTO.

OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar el cuidado integral de la salud física y mental mediante la práctica deportiva de voleiboll y actividades participativas que promuevan el autocuidado, la regulación emocional y el bienestar personal.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer la importancia de la actividad física como estrategia preventiva para el cuidado de la salud mental.
- Identificar cómo el deporte favorece la canalización y regulación de emociones.
- Incentivar hábitos de vida saludables a través de la práctica de voleiboll.

METODOLOGÍA:

La metodología está conformada por una adecuación del espacio donde se desarrolla la actividad, en el marco de la **Línea de atención 4: Dinamización de la atención basada en comunidad**, el taller está conformado por tres momentos fundamentales que corresponden al primer, segundo y tercer momento durante los cuales se pretende dar con el cumplimiento de los objetivos propuestos inicialmente.

Adecuación del espacio:

Preparación de la cancha de voleiboll, balón y convocatoria de las y los ciudadanos a la actividad.

Primer momento:

Se realiza la presentación de la actividad resaltando nombre y objetivos de la misma, con la finalidad de contextualizar a cada uno de los participantes. Luego se da la introducción con una pregunta orientadora ¿Qué relación tiene el ejercicio físico con el bienestar emocional? Se escuchan las opiniones iniciales del grupo.

Segundo momento:

Durante el segundo momento se llevará a cabo la actividad deportiva denominada voleibol, dirigida por un profesional. Para su desarrollo, el grupo se dividirá en dos equipos que competirán entre sí con el objetivo de obtener la mayor cantidad de anotaciones. El equipo que logre más puntos será el ganador. Además de fomentar la actividad física, esta dinámica busca promover la cooperación, el trabajo en equipo, la canalización de emociones y la construcción de un ambiente lúdico que favorezca el bienestar colectivo.

Tercer momento:

Durante el tercer momento estara centrado en incentivar hábitos de vida saludables a través de la actividad física y la participación activa. En este espacio se abrirá una reflexión colectiva donde los participantes compartirán cómo la práctica regular de ejercicio, como el voleibol, puede incorporarse en su vida cotidiana para mejorar su bienestar físico y mental. Asimismo, se resaltará la importancia de mantener la constancia en la actividad física como estrategia preventiva y promotora de salud integral, motivando a los ciudadanos a establecer rutinas sencillas y sostenibles que fortalezcan su autocuidado.

Reacondicionamiento del espacio:

Se retroalimenta la actividad recogiendo las impresiones finales de los participantes, reconociendo como se sintieron luego de la participación en la actividad.

TEMAS: MENTE EN MOVIMIENTO.

El deporte, y en particular el voleibol, constituyen una herramienta valiosa para favorecer el bienestar emocional y canalizar de manera adecuada diferentes estados afectivos. Diversos estudios han mostrado que la práctica de actividades deportivas colectivas contribuye al desarrollo de habilidades socioemocionales y a la reducción del estrés, la ansiedad y la tensión acumulada (Mahindru et al., 2023). En el caso específico del voleibol, al tratarse de un deporte de cooperación oposición, los jugadores se ven constantemente implicados en dinámicas de comunicación, trabajo en equipo y autorregulación, lo que favorece la liberación de emociones y la construcción de vínculos sociales positivos (Smith & Merwin, 2020).

Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud (2023) resalta que el ejercicio físico regular, además de fortalecer la salud corporal, estimula la liberación de neurotransmisores asociados al bienestar como la serotonina y las endorfinas, lo que permite experimentar sensaciones de calma y satisfacción. En esta línea, estudios en deportes colectivos han demostrado que la práctica de disciplinas como el voleibol ayuda a mejorar la autoestima, regular la frustración y canalizar emociones de manera constructiva (Wu et al., 2023).

REFERENCIAS :

- Liu, M., Wu, L., & Yao, S. (2020). Dose–response association of screen time-based sedentary behaviour in children and adolescents and depression: A meta-analysis of observational studies. British Journal of Sports Medicine, 54(20), 1251–1258. https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-101765
- Mahindru, A., Singh, R., & Jaryal, A. (2023). Role of physical activity on mental health and well-being: A review. Journal of Family Medicine and Primary Care, 12(1), 10–15. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1332_22
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2023). Physical activity: great for your body, great for your mind. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/physical-activity---great-for-your-body--great-for-your-mind
- Smith, P. J., & Merwin, R. M. (2020). The role of exercise in management of mental health disorders: An integrative review. Annual Review of Medicine, 71, 137–152. https://doi.org/10.1146/annurev-med-052218-025312
-

RECURSOS:

Físicos:

- Cancha voleiboll, balón, esfero y registro de asistencia.

Humanos:

- Ciudadanos, profesional en psicología.

Resultados:

Cualitativos: Los ciudadanos participaron en la actividad de voleibol, en la cual lograron identificar las diferencias percibidas entre el inicio y el final de la jornada, reconociendo el deporte como un medio de regulación y canalización de emociones. Asimismo, se evidenció que la práctica permitió a los participantes compartir e interactuar con otros miembros de la comunidad, lo que fomentó la construcción de vínculos y el fortalecimiento de la cohesión grupal. De igual manera, la experiencia favoreció el desarrollo de habilidades socioemocionales, tales como la comunicación asertiva, la empatía y el trabajo en equipo, constituyéndose en una estrategia preventiva frente a posibles afectaciones de la salud mental y en una herramienta para promover el bienestar integral.

Cuantitativos: participaron 10 ciudadanos, 9 corresponden a sexo (hombres) y 1 a sexo (mujer)

FIRMA DEL RESPONSABLE: Karen Aguirre

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: MENTE EN MOVIMIENTO.
LINEA DE ATENCION 4: DINAMIZACION DE LA ATENCION INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.

Fecha: 30/08/2025





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: Mente en movimiento
4. Fecha: 30/08/2025
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	79581887	Luis Bueno	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79764683	Jeison F. Gozmen	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79046470	Carlos J.	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1020553260	Oscar A Barahona	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	[illegible]	Jessica Vargas	80	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	[illegible]	Rafael Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80174190	Nicolás Gomez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1033691789	Raul Faneyra	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1022880518	Anyesson Aguilar	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79305517	Carlos Garcia	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Karen Dayana Aguirre
14. Cargo o rol del responsable: Psicologia
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 LOS SERVICIOS SOCIALES FORMATO FICHA ACTIVIDAD EXTRAMURAL	Código: FOR-PSS-167 Versión: 0 Fecha: Memo INT. 26754 - 18/05/2018 Página: 1 de 3

OBJETIVO
Incentivar en los participantes el valor por el espacios de recreación y por los recursos naturales que se presentan en el entorno de la zona donde se realizan los procesos de inclusión , a través de la salida hacia el rio, con propósito de brindar un conocimiento de cuidado para el aprovechamiento saludable de estos recursos, que nos brinda el medio donde vivimos, del tiempo libre y el ocio, el bienestar integral, el compañerismo, por medio de las diferentes actividades caminata, baño en el rio y esparcimiento que contribuyan así a mejorar la calidad de vida.

Unidad Operativa:	COMUNIDAD DE VIDA EL ROSARIO
Fecha:	30/08/2025
Lugar:	Rio vereda guane.
Horario:	11:00am – 12:00 pm.

METODOLOGÍA
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología recreo pedagógico , que favorece el fortalecimiento de los conocimientos sobre recursos naturales para el disfrute de la zona que motivan a los ciudadanos a cuidar y preservar para seguir disfrutando en otros momentos, fomentando la actividad deportiva, recreativa a través de una caminata que parte de la comunidad hacia el rio que fluye por la vereda guane , y disfrute de baño en estas aguas que permiten el esparcimiento en equipo, manejo de estados de ansiedad y desgaste energético. En primer momento se socializará la caminata para convocar a las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle, que puedan participar de la actividad del día se comparte antes de la merienda para organización y la salida con el protocolo de acuerdo a quienes puedan y no tengan faltas diciplinares. Teniendo en cuenta la participación de 17 personas se realiza la actividad empezando la caminata y el desplazamiento en forma pausada y con calma hacia el rio siendo las 11:00am se organiza la salida en la portería de la comunidad. 1) A las 11:00 a.m. se organiza la población posteriormente se les informará el protocolo para la salida de la comunidad, este espacio está acompañado por la promotora Angela bravo el tallerista artístico Leonel Malagón, Carlos Figueredo tallerista agro. 2) Dentro de la caminata se les prohíbe el consumo del cigarrillo para que sea una caminata ecológica completa y saludable durante el tiempo que pase esta acción. 3) Durante el recorrido del camino se les socializa manejar pausa y disfrute del aire, no ingresar a las fincas aledañas en la ruta a coger frutas, buen comportamiento durante el

trayecto sin aumentar el ritmo del pso para relajamiento del cuerpo y liberación del estrés y puedan nivelar estados.

4) Cuando se hace la entrada al rio se les pide a los participantes espacial atención al momento de compartir el espacio de baño manejar respeto y cuidado a los otros compañeros.

5) Al salir del rio se recomienda que cada participante lo haga en orden, despacio y recoger sus pertenecías para que no hallan perdidas o se genere malos entendidos.

Nota aclaratoria : la salida de caminata recreo ecológica se denomina por su interacción directa con la naturaleza libre de humo y factores de presión o trabajos de responsabilidad caminando en forma pausada y sin apuros y a la entrada de baño al rio puedan relajar y nivelar estados y al volver a comunidad puedan entrar mas tranquilos mas cómodos.

INSTITUCIONES A CONTACTAR EN CASO DE EMERGENCIA.
BOMBEROS, SASAIMA. ANA LUISA CASTILLO, 3108846399. ESTACION DE POLICIA, SUB INTENDENTE ARCINIEGAS, 3102516091. HOSPITAL HILARIO LUGO, URGENCIAS, 3174271880.

OBSERVACIONES (Este ítem se diligencia posterior a la salida)

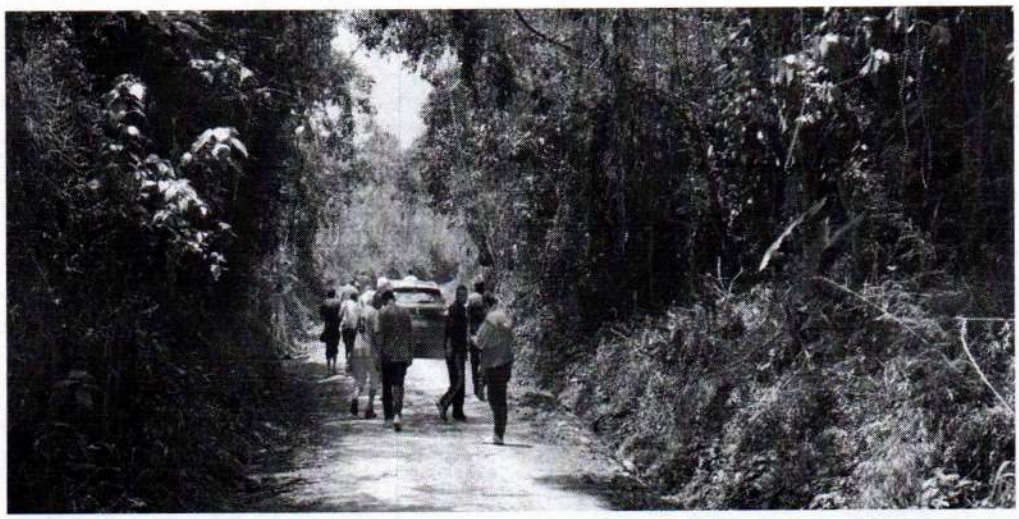
Nombre del Profesional responsable de la salida:
José Herney Diaz Coordinador
Leonel Malagón

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad : caminata recreo ecológica

Fecha: 30/08/2025

Línea de atención IV: Dinamización de la atención Integral basada en comunidad de vida.





188

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: COMUNITO RECOLECCIÓN ECOLOGICO

4. Fecha: 30/08/2025

5. Hora: 11:00 am - 12:00 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	75925558	ELKIN RAVE	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	1074184209	Yeisson Wilches	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	1032437502	ALVARO AVILA	35	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	80876743	Jose Ortiz Sierra	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					JOSE	
5	CC	52860868	MAYERLY SANCHEZ	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					MAYERLY	
6	CC	1032357045	Yesid Castro	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	1033697184	Raul Forero	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	1032[illegible]	Anderson Aguilar	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Fabian A.	
9	CC	79[illegible]	Juan Carmen	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	79462857	Mauricio Rico	48	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	80038.749	Fernando Amado	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	1033437502	ALVARO AVILA	35	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	CC	1070973256	JESICA VARGAS	36	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14	CC	1032403228	Andres Mateo Fuentes	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
15	C.C.	80046962	JAVIER FUENTANO	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					E	
16	CC	1033851130	ANDRES	29	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
17	CC	80761281	Yenis R.	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: CARLOS MOLINA

14. Cargo o rol del responsable: FORMADOR CULTURAL

15. Firma del responsable de la actividad: CARLOS MOLINA

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:** 30/08/2025	**HORA:** 2:00 pm a 3:30 pm
ÁREA: Psicosocial	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	María Camila Pardo	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Caiga en la nota

OBJETIVO GENERAL:

- Promover el aprovechamiento saludable del tiempo libre a través de la actividad lúdica "Caiga en la nota", fortaleciendo habilidades cognitivas y sociales que favorezcan el desarrollo personal y la inclusión comunitaria.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Estimular procesos cognitivos como la memoria, la atención y la agilidad mental mediante la participación en la actividad.
- Fomentar la comunicación asertiva, el respeto por las normas y la cooperación grupal en un contexto lúdico.
- Reconocer la importancia de integrar actividades recreativas y culturales como estrategia de autocuidado y aprovechamiento positivo del tiempo libre.

METODOLOGÍA:

La metodología de intervención será de orden práctica. Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de Vida.

Primer momento:

Se inicia con una breve introducción al tema del aprovechamiento del tiempo libre y la importancia de realizar actividades que potencien tanto el bienestar personal como la interacción social. Posteriormente, se explica la dinámica del juego "Caiga en la nota" y se forman los equipos, generando expectativa y motivación para la participación.

Segundo Momento

Los participantes intervienen en rondas de preguntas de conocimiento general, cultura y memoria, aplicando la dinámica del juego. A medida que avanzan, deben trabajar en equipo para decidir respuestas, lo que promueve la escucha activa, la tolerancia y el pensamiento estratégico. Se refuerza la importancia de seguir reglas y mantener el respeto entre compañeros.

Tercer momento

Finalizada la actividad, se abre un espacio de retroalimentación grupal donde los ciudadanos comparten cómo se sintieron, qué habilidades cognitivas y sociales pusieron en práctica y cómo podrían aplicar este tipo de actividades en su vida cotidiana. Se resalta la importancia de construir rutinas de tiempo libre que integren ocio sano y favorezcan la convivencia.

Reacondicionamiento del espacio

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

TEMAS:

Aprovechamiento del tiempo libre

El aprovechamiento saludable del tiempo libre es una de las áreas ocupacionales que permite a las personas mantener un equilibrio entre productividad, autocuidado y recreación. En el caso de la población exhabitante de calle, la construcción de hábitos de ocio y tiempo libre orientados a la creatividad, el aprendizaje y la interacción social se convierte en un factor protector frente al riesgo de recaídas y aislamiento. Actividades

como "Caiga en la nota" no solo fortalecen la memoria, la atención y la resolución de problemas, sino que también promueven la sana competencia, la autoconfianza y la capacidad de trabajar en equipo, contribuyendo al bienestar emocional y a la inclusión social.

Beneficios de la práctica de "Caiga en la nota"

1. **Fortalecimiento cognitivo**
   - Estimula procesos como la **memoria a corto y largo plazo**, la **atención sostenida y selectiva**, la **concentración** y la **agilidad mental**.
   - Favorece el **razonamiento lógico** y la **toma de decisiones rápidas** en un contexto lúdico, lo que prepara a la persona para reaccionar con mayor flexibilidad frente a situaciones de la vida cotidiana.
   - Al usar preguntas de cultura general, permite **ampliar conocimientos** y mantener la mente activa, lo cual es un factor protector frente al deterioro cognitivo.
2. **Desarrollo de habilidades sociales y comunicativas**
   - El juego fomenta la **comunicación asertiva**, la **escucha activa** y el **respeto por turnos**, elementos fundamentales para la convivencia comunitaria.
   - Potencia la **tolerancia a la frustración**, ya que los ciudadanos deben enfrentar errores o desacuerdos dentro de la dinámica.
   - Refuerza el **trabajo en equipo**, la cooperación y el sentido de pertenencia al compartir objetivos comunes.
3. **Gestión emocional y motivación**
   - A través de la competencia sana, los participantes experimentan emociones como alegría, entusiasmo o nerviosismo, lo cual contribuye a trabajar en la **regulación emocional** en contextos sociales.
   - El logro de aciertos genera **refuerzo positivo**, incrementando la autoconfianza y la motivación hacia nuevos aprendizajes.
   - Reduce el **estrés y la ansiedad**, al brindar un espacio recreativo que equilibra las demandas de la vida cotidiana.
4. **Promoción del aprovechamiento saludable del tiempo libre**
   - Ofrece un modelo de ocio positivo y alternativo al consumo de sustancias o al aislamiento.
   - Estimula la participación en actividades que combinan **aprendizaje, recreación y convivencia**, reforzando la construcción de hábitos adaptativos.
   - Contribuye a la estructuración de rutinas de tiempo libre, aspecto clave en procesos de resocialización y prevención de recaídas.

REFERENCIAS:

- American Occupational Therapy Association. (2020). *Occupational therapy practice framework: Domain and process (4th ed.)*. American Journal of Occupational Therapy, 74(Supplement_2), 7412410010p1–7412410010p87. https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001

- Cuesta, A., & Hernández, M. (2018). Ocio terapéutico como estrategia para la inclusión social en personas en situación de vulnerabilidad. *Revista de Terapia Ocupacional Galicia, TOG*, (27), 54-68.

- López, A., & Rueda, M. (2021). Estimulación cognitiva y actividades recreativas como medio de rehabilitación psicosocial. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud, 12*(2), 89-100. https://doi.org/10.23923/j.rips.2021.12.2

- Ruiz, J., & Gallego, J. (2019). La actividad lúdica como estrategia de aprendizaje y desarrollo de habilidades sociales. *Revista Educación y Humanismo, 21*(36), 25-38. https://doi.org/10.17081/eduhum.21.36.3274

RECURSOS:
Físicos: Comedor, sillas, mesa
Humano: Terapeuta ocupacional, ciudadanos y ciudadanas
Materiales: Sillas, micrófono, bafle y videobeam

RESULTADOS:

Cualitativos:

Posterior al desarrollo del taller, se evidenció una participación activa y motivada por parte de los ciudadanos, quienes manifestaron satisfacción y disfrute al interactuar en un espacio de juego compartido. Se observó fortalecimiento de habilidades cognitivas como la memoria y la atención sostenida, así como el desarrollo de habilidades blandas como la comunicación asertiva, el respeto por las normas y la cooperación. Los participantes reconocieron la importancia de integrar actividades de este tipo dentro de su rutina diaria como alternativa de aprovechamiento positivo del tiempo libre, destacando que les permite aprender, compartir y construir vínculos en un ambiente de respeto y convivencia.

Cuantitativos:

Se contó con la participación de dieciocho (18) ciudadanos de comunidad, de los cuales, tres (3) de ellos, son personas mayores, y una (1) de ellas es de género femenino.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Camila Pardo.

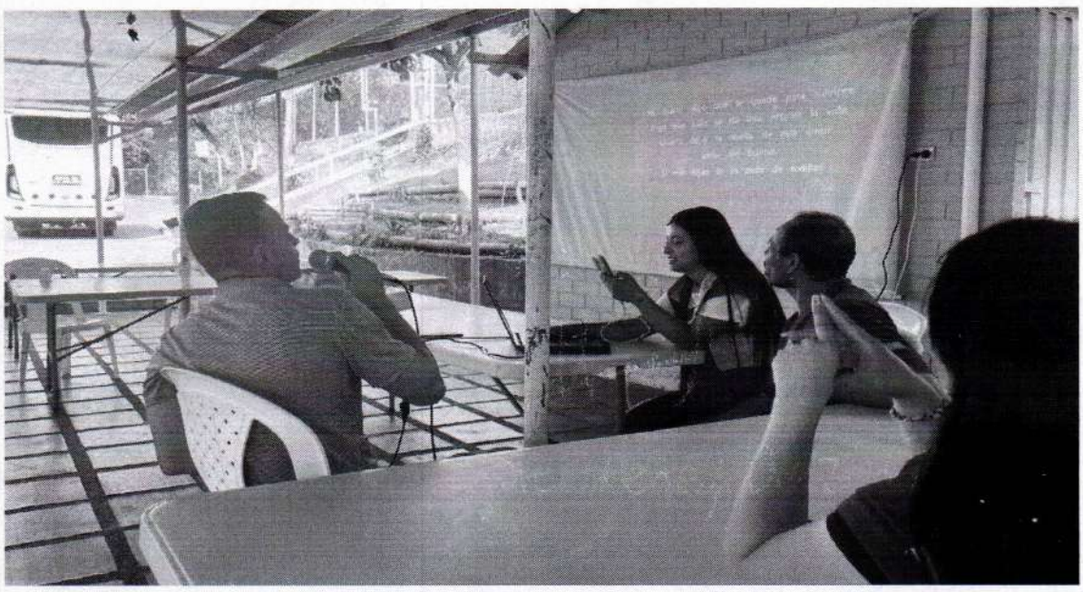
FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

TEMA: CAIGA EN LA NOTA

FECHA: 30/08/2025





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: Caiga en la nota

4. Fecha: 30/08/2025

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	1[illegible]3[illegible]	Jesica Vargas	30	No aplica	No aplica	No aplica			x						
2	cc	1[illegible]	ALEX POLIDO	35	No aplica	No aplica	No aplica			x						
3	CC	79951635	Julio Ciava	47	No aplica	No aplica	No aplica			x						
4	CC	79316816	Carlos Eg Ospina	60	No aplica	No aplica	No aplica			x						
5	CC	1149116	Pablo [illegible]	62	No aplica	No aplica	No aplica			x						
6	CC	1[illegible]	Luis E [illegible]	50	No aplica	No aplica	No aplica			x						
7	CC	79581887	Luis E. Bue[illegible]	54	No aplica	No aplica	No aplica			x						
8	CC	80129059	Jhon J Ramirez	47	No aplica	No aplica	No aplica			x						
9	CC	1033[illegible]	Brayan Hurtos	30	No aplica	No aplica	No aplica			x						
10	CC	1032[illegible]	ALVARO PULIDO	35	No aplica	No aplica	No aplica			x						
11	CC	1070571332	Jhon Jairo Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			x						
12	CC	80038450	Fernando Amado	44	No aplica	No aplica	No aplica			x						
13	CC	80243905	DANIEL [illegible] VIVES	45	No aplica	No aplica	No aplica			x						
14	CC	10532108	Omar Pantoja	70	No aplica	No aplica	No aplica			x						
15	CC	79884692	Alejandro Villamiz	47	No aplica	No aplica	No aplica			x						
16	CC	1032[illegible]	ABD[illegible]SPIAZ	39	No aplica	No aplica	No aplica			x						
17	CC	1033[illegible]	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			x					Andres Garcia	
18		74186668	Oscar J Mila	45	No aplica	No aplica	No aplica			x						
19																
20																

13. Nombre del responsable: Maria Camila Pardo Serrato

14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional

15. Firma del responsable de la actividad: Camila Pardo.

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:** 31/08/2025	**HORA:** INICIO: 09:00 am FINAL: 12:00 pm
ÁREA: Promotor Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Iván charry

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada Deportiva.

OBJETIVO GENERAL:
Sensibilizar a las y los ciudadanos por medio de deportes convencionales sobre la importancia de fortalecer los hábitos de vida saludable, a través de deportes encaminados para el fortalecimiento y desarrollo de las capacidades motrices básicas, complementarias y además regulación emocional de cada uno de los y las participantes de comunidad de vida, que conlleva a un buen desgaste energético en su diario vivir.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Establecer métodos de entrenamiento, rutinas de índole físico y cognitivo como herramientas para aumentar en bienestar.
- Ejecutar desgaste energético a través de actividad física como un manejo de hábitos saludables
- Brindar por medio de actividades acuáticas, herramientas para mejorar la relajación, el estado físico, manejo de tensión en los ciudadanos.
- Ejecutar desgaste energético a través de actividad física como un manejo de hábitos saludables.

METODOLOGÍA:
La jornada deportiva se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que fomentará un estilo de vida saludable en las y los ciudadanos, mediante un partido de futbol en la cancha de futbol y la piscina en la comunidad de vida, que permita motivar a realizar actividad física, que al finalizar sientan el desgaste energético. Esta jornada se llevará a cabo bajo la línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades

Adecuación: Se hará la adecuación de los espacios y el llamado a las y los ciudadanos que deseen ser partícipes de la actividad planificada para esta jornada.

Primer momento: Preparación y calentamiento

- Lugar: Área de calentamiento o vestuario

- Duración: 15-30 minutos

- Descripción: Los participantes llegan al lugar de la actividad y se preparan para empezar. Se realizan ejercicios de calentamiento muscular y cardiovascular para prevenir lesiones y preparar los músculos para la actividad física. El equipo de organizadores explica las reglas y objetivos de la actividad y responde a cualquier pregunta o inquietud de los participantes.

Segundo momento: Desarrollo de la actividad
- Lugar: Campo de fútbol y piscina
- Duración: 60-90 minutos
- Descripción: Los participantes se dividen en equipos y comienzan a jugar partidos de fútbol. Después de un tiempo determinado, se cambia de actividad y se pasa a la piscina, donde se realizan actividades acuáticas como nado, juegos o ejercicios de resistencia. El equipo de organizadores supervisa la actividad y asegura que se cumplan las reglas de seguridad.

Tercer momento: Enfriamiento y evaluación
- Lugar: Área de enfriamiento o vestuario
- Duración: 15-30 minutos
- Descripción: Después de la actividad física, los participantes se reúnen en un área designada para enfriar y estirar los músculos. El equipo de organizadores agradece a los participantes por su participación y recoge feedback sobre la actividad. Se pueden realizar encuestas o discusiones grupales para evaluar la satisfacción de los participantes y recoger sugerencias para futuras actividades.

Reacondicionamiento del espacio: Se deja en perfectas condiciones el espacio de la cancha de futbol y los contornos de la piscina.

TEMAS:

ACTIVIDAD FÍSICA

La actividad física es entendida como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS, world Health Organization 2005).
El término actividad física también se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de "ejercicio" físico.

Ejercicio físico: es un término más específico que implica una actividad física planificada, estructurada y repetitiva realizada con una meta, con frecuencia con el objetivo de mejorar o mantener la condición física de la persona.
Condición física, es un estado fisiológico de bienestar que proporciona la base para las tareas de la vida cotidiana, un nivel de protección frente a las enfermedades crónicas y el fundamento para el desarrollo de actividades deportivas. Esencialmente, el término condición física describe un conjunto de atributos relativos al rendimiento de la persona en materia de actividad física.
También se le llama "Fitness".

Salud: es un reflejo del bienestar global físico, mental y social de la persona. Este término es mucho más amplio que la mera ausencia de enfermedad. La salud, como todos sabemos, es una característica que no se mantiene estable a lo largo del tiempo y que puede variar a lo largo de un desarrollo continuo desde situaciones próximas a la muerte (mala salud) hasta un funcionamiento fisiológico óptimo (alto nivel de bienestar).

Fuente de consulta:

- https://revistas.um.es/cpd/article/view/113871
  Carless, D. & Douglas, K. (2010). Sport and physical activity for mental health. West Sussex, United Kingdom: Blackwell Publishing Ltd.

RECURSOS:
Físicos:

- Comunidad de vida, cancha de fútbol, balón de futbol, piscina, parlante, planillas asistencia.

Humanos:

- Ciudadanos de launidad de vida, equipo de promotoría y talento humano profesional

RESULTADOS:
Cualitativos: Durante la actividad las y los ciudadanos cumplieron con las recomendaciones brindadas acerca del buen comportamiento en la piscina y campo de futbol hacia la, se mencionó la importancia del buen comportamiento y se resaltó la motivación que sintieron al realizar este tipo de deportes. Adicionalmente, se logró dar cumplimiento al objetivo Para el desarrollo de la jornada deportiva, se logró cumplir con el objetivo de sensibilizar a las y los ciudadanos por medio de deportes no convencionales sobre la importancia de fortalecer los hábitos de vida saludable, a través de deportes encaminados para el fortalecimiento y desarrollo de las capacidades motrices básicas, complementarias y además regulación emocional de cada uno de los y las participantes de comunidad de vida, que conlleva a su buen desgaste energético en su diario vivir

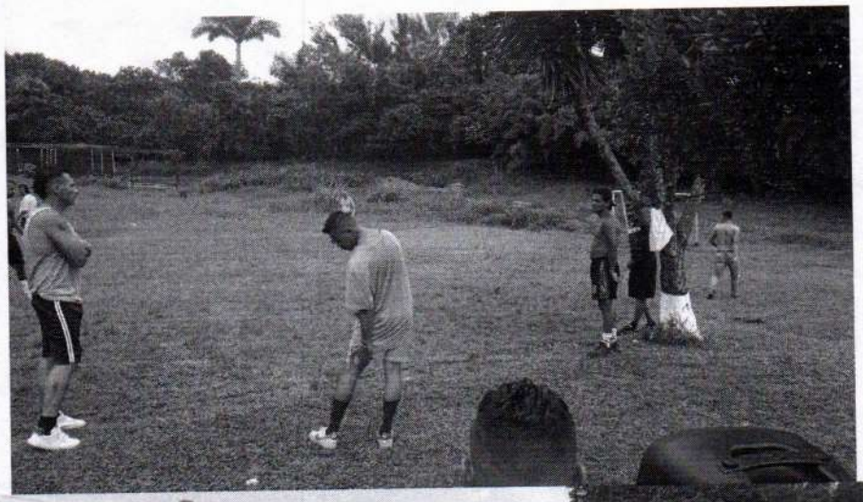
- **Cuantitativos:** Se contó con la participación de Ciudadanos distribuidos de la siguiente manera:
  Hombres: 12

FIRMA DEL RESPONSABLE: Juan Chaney.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR Jose Heney Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
Jornada Deportiva
31/08/2025





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: Jornada Deportiva

4. Fecha: 31/08/2025

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	79884692	Alejandro Villamizar	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	19375604	Eduardo FIGUEROA	66	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	2994083	Roberto lombana	65	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	1047376951	Diego Vélez	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	1019014711	NELSON WICHES	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	80904460	Yichen Valencia	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	80845585	OSCAR CAMACHO	39	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	80648814	Alexander Galeano	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	1012412586	Diego ESPITIA TORRES	33	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	79819785	Espitia SD		NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	80929000	Jhon J FRANCO	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	79234602	Fabio Barrio	60	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Ivan charry

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad: Ivan charry

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:** 31/08/2025	**HORA:** INICIO: 2.00pm FINAL: 3:30pm
ÁREA: TERAPIA OCUPACIONAL/TALLERISTA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Figueredo	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: tiempo de piscina			

OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar en las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle una posible actividad física para que puedan realizar el ejercicio y el esparcimiento con los otros compañeros de la comunidad acogiendo la liberación de tensiones y el disfrute del tiempo en piscina.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Permitir que los participantes se sientan cómodos y seguros en el agua para que puedan realizar actividades de relajación y tranquilidad durante su tiempo de piscina.
- Afianzar en las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle el aprovechamiento de los distintos tiempos en comunidad para las actividades de relajación.
- Enseñar las diferentes formas de recreación a los participantes aprovechando la piscina como una de ellas para hacer parte de su tiempo de esparcimiento.

METODOLOGÍA:

La actividad se lleva a cabo, por medio de Línea de atención 4dinamizacion de la atencion integral basada en comunidad de vida, con una metodología esparcimiento para el fortalecimiento de su confianza personal y que se motiven a realizar estas actividades en los distintos sitios que las distintas comunidades ofrecen y que al terminarla sientan que han logrado ser incluidos en otro campo.

- **Adecuación**: Se realiza el llamado a los participantes que desean participar en la actividad para el aprovechamiento del tiempo libre en el tiempo de la tarde.
- **Etapa 1:** Se reunirá a los participantes, y se diligencia lista, se brindarán indicaciones para poder disfrutar de la piscina.
- **Etapa2:** se procede a realizar la apertura de la piscina y entrar en calma y adecuadamente dentro del espacio
- **Etapa 3 :** una vez allí se pide el buen comportamiento para la disposición de todos dentro de esta área y disfruten de su tiempo de esparcimiento.
- **Etapa 4:** Se lleva a cabo el cierre de la actividad, indagando frente a su momento de esparcimiento y el nivel de satisfacción individual y colectiva, motivación ,se cierra el espacio, verificando que no todo este en orden.

TEMAS

El tiempo en piscina

En general, el tiempo que se tarda en desarrollar habilidades de natación y experimentar beneficios para el desarrollo personal a través de la piscina puede variar. Para aprender a nadar, adultos pueden necesitar entre 20 y 25 horas de clases, mientras que los niños pueden tardar algunos meses o incluso años, dependiente de la constancia y la practica. La natación regular, incluso por periodos cortos, puede mejorar la salud mental y el bienestar, reducir el estrés, mejorar la concentración y aumentar la conciencia de uno mismo. Además, la natación puede ser especialmente beneficiosa con los retrasos en el desarrollo, mejorando la coordinación, la interacción social y la confianza en si mismo.

Desarrollo de habilidades de natación

Adultos:

Se estima que un adulto promedio puede aprender a nadar con habilidades básicas en unas 20 o 25 horas de clases.

Niños :

El tiempo para aprendr a nadar varia, algunos pueden aprender en meses, otros en años dependiendo de la practica y la constancia.

Beneficios para el desarrollo personal

Salud mental

La natación puede reducir el estrés, mejorar la concentración y la conciencia de uno mismo.

Desarrollo físico:

Mejorar la fuerza, resistencia y flexibilidad, además de fortalecer el sistema cardio bascular.

Desarrollo cognitivo :

Estudios sugieren que la natación puede beneficiar el desarrollo cerebral, espacialmente en niños.

Desarrollo social:

Puede fomentar la interacción social, la confianza y al auto estima, espacialmente en niños co necesidades espaciales.

Desarrollo emocional:

El agua puede tener un efecto calmante y ayudar a manejar el estrés.

Recomendaciones:

- Se recomienda nadar al menos 2 a 3 veces por semana para obtener beneficios óptimos.
- La duración de las sesiones pueden variar, pera las clases especializadas suelen durar entre 45 y 40 minutos, con sesiones mas cortas para niños.
- Es importante esperar un tiempo después de comer antes de nadar, generalmente se recomienda esperar de 30 minutos a una hora.

Fuente:

https://www.rededuca.net

https://www.eedeporte.com

https://www.fundacionconectea.org

RECURSOS:

Físicos:

- Piscina.
- Ciudadanos.
- Promotor y tallerista agro.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Participan activamente de una actividad de tiempo de esparcimiento en la que se pueden divertir y interarctuear con agua.
- Regulan estados de ánimo aprendiendo que con la entrada al agua pueden compartir y jugar para aprovechar de su tiempo de esparcimiento.
- Logran sentir abiertamente el beneficio que presenta para ellos el tiempo que pasan en la piscina y lo bien que se puede sentir después de salir de la piscina con nivelación de estado

Cuantitativos:

Se cuenta con la participación de 2 mujeres, 18 hombres, que asisten al tiempo de disfrute de la piscina.

FIRMA DEL RESPONSABLES: _____

FIRMA DEL COORDINADOR: _____

NOMBRE DEL COORDINADOR: Jose Heney Diaz G

Registro fotográfico

Nombre de actividad: tiempo de piscina
Línea de atención 4: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha:31 /08/2025
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: Tienpo de piscina

4. Fecha: 31-08-2025

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	74146668	OSCAR J MILO	45						X						
2	CC	79735849	LUIS E RODRIGUEZ	50						X						
3	CC	79760440	CARLOS A	61						X						
4	CC	29142276	BLANCA MUNAR	66						X						
5	CC	29176581	PABLO RODRIGUEZ	49						X						
6	CC	80174190	NICOLAS GOMEZ	42						X						
7	CC	1032437502	ALVARO PULIDO	35						X						
8	CC	1022837870	ALVARO ALVARado	26						X						
9	CC	1070918580	Jesica Vargas	30						X						
10	CC	1033716729	Andres Leonardo Garcia	35						X						
11	CC	1057571332	JHON RAJAS	40						X						
12	CC	10101646	JOSE GARCIA	64						X						
13	CC	1057571358	ALEJANDRO MORENO	37						X						
14	CC	1033716729	Andres Leonardo Garcia	35						X					Andres Garcia	
15	CC	80026962	JAVIER HUERFANO	93						X						
16	CC	1033685180	Andres DIAZ	39						X						
17	CC	80174190	Nicolás Gomez	42						X						
18	CC	1033697869	Raul Fonseca	30						X						
19	CC	79962854	Mauricio Rica	48						X						
20	CC	1033696006	orlando	49						X						

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

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_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.