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:** 10/09/2025	**HORA:** INICIO: 04:00 pm FINAL: 05:00 pm
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andres Fabian Lopez Cano	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada de distension (nado libre)

OBJETIVO GENERAL:
Promover el bienestar físico, emocional y social de los ciudadanos y ciudadanas de la comunidad de vida, a través de actividades de natación estilo libre que favorezcan la distension, la recreación y el fortalecimiento de hábitos saludables.

objetivos especificos:

- Fomentar la relajación y reducción del estrés, mediante ejercicios de respiración, flotacion y desplazamiento en el agua.
- Estimular la confianza y seguridad en si mismo, desarrollando habilidades basicasdel estilo libre (patada, brazada, respiración).
- Contribuir al fortalecimiento físico general (resistencia, coordinación, y tono muscular) en un ambiente lúdico y no competitivo.

METODOLOGÍA:

La actividad se llevará a cabo, a partir de línea de atención 2: Promocion de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades. que permitirá el aprendizaje de habilidades, destrezas y ejercicios acuaticos, motivando a todos los ciudadanos presentes para mejorar la regulación de cargas emocionales y además su condición física y personal.

- **Adecuación**: Se realizará la invitación a los ciudadanos que participarán de la actividad y se adecuara el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad en piscina.

- **Primer momento:** Se explicarán los objetivos y las actividades propuestas mediante el modo de ejecución y su metodología a seguir.
- **Segundo Momento:** Se le informara a los ciudadanos que existen unas reglas y normas las cuales deben de implementarse para mantener la higiene y el buen uso del espacio (piscina).

  - Se deberá llegar al ingreso de la piscina duchado.
  - Cada ciudadano debe de portar como modo de indumentaria, sus chanclas, toalla de secado.
  - El traje de baño para los hombres debe ser de dos piezas – (boxer y pantaloneta)
  - El traje de baño paras las mujeres debe ser de tres piezas – (panti, short-pantaloneta y top)
  - No realizar entradas al agua arriesgadas o que comprometan la integridad física.
  - Se implementara ejercicios y recorridos en el estilo crol (libre). Como modo recreativo y lúdico.
  - **Tercer momento:** Se llevará a cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su día.

- **Reacondicionamiento del espacio**: Se invitará a los ciudadanos a dejar el espacio en óptimas condiciones.

TEMAS:

NATACION
Es el conjunto de técnicas que permirte al ser humano nadar. El movimiento y desplazamiento dentro y sobre el agua empleando los brazos y las piernas sin aditamientos o ayudas mecánicas de ningún tipo. Se trata de una actividad recreatvia y deportiva.

CROL

El crol frontal se ha empleado desde la antigüedad. En el mundo occidental, el crol frontal fue visto en primer lugar en una competición que se realizó en Londres en 1844, donde fue nadado por dos indígenas

americanos del pueblo *ojibwa*, que ganaron fácilmente a los nadadores británicos que usaban el estilo braza. Sin embargo, los caballeros ingleses consideraron que este estilo, con sus relativamente grandes salpicaduras, era «no británico».

John Arthur Trudgen aprendió el crol frontal de los yámanas, onas o tehuelches durante un viaje a Sudamérica en algún momento entre 1870 y 1890 (se desconoce la fecha exacta, pero se cree que fue en 1873). Sin embargo, Trudgen usó por error la patada de tijera, que era la que más se usaba en Gran Bretaña para la braza, en vez de la de batido, que era usada por los indios americanos. A este estilo híbrido se le llamó *Trudgen* y se popularizó rápidamente por su velocidad.

En España fue el nadador Enrique Granados Gal, hijo del famoso compositor Enrique Granados, el que nadaría por primera vez en este estilo en la década de 1920.

HABILIDADES DEPORTIVAS

Las habilidades que los deportistas deben aprender son equivalentes a las que se realizan en otros ámbitos. Asimismo, esta clasificación ayuda a destacar los aspectos próximos y diferenciales entre las habilidades en el deporte y en otras actividades humanas. El deporte es una actividad humana. Aunque frecuentemente se aborda el deporte desde una perspectiva fisiológica en la que se destaca el esfuerzo que debe realizar el deportista, creemos que también es útil hacerlo desde un enfoque conductual centrado en las habilidades que han de adquirir los deportistas y los instrumentos que han de aprender a utilizar. De igual manera, todas las personas a lo largo de su vida aprenden muchas habilidades y manejan diversos instrumentos. Por consiguiente, creemos que es posible establecer una vinculación entre los comportamientos y habilidades en el deporte con los que se dan en otras actividades humanas, respetando, sin embargo, la especificidad de los objetivos y los procedimientos de cada actividad.

JORNADAS LUDO-RECREATIVAS EN NATACION

Este tipo de prácticas, que se suelen tratar como novedosas, han acompañado a nuestra sociedad desde siempre, aunque los estudios e investigaciones sobre los mismos sean recientes (Moreno y Medrano, 1995). En su regazo tienen cabida, y son parte importante, aquellas que poseen un componente fundamental de actividad física. Ello ha dado lugar a una cierta ambigüedad y confusionismo en lo que se refiere a su denominación, merced a su relación con el término deporte. De esta manera, conviven términos como deporte para todos, deporte recreativo, deporte de tiempo libre, deporte alternativo, etc., todo para conceptualizar una misma cuestión y diferenciarla claramente del deporte competición o deporte de rendimiento. Sin embargo, aun proviniendo muchas prácticas físicas recreativas de algún tipo de deporte, se destaca que otras tantas tienen su procedencia en juegos populares, prácticas informales creadas en torno al medio urbano, parques, espacios naturales, gymcanas, juegos de fiestas, etc., (Martínez del Castillo, 1986). 2 Pues bien, tal cuestión, independientemente del concepto que se utilice, reúne unas características propias y que la definen. Entre algunas de estas características se destacan las que De Knop en 1989 estableció: - Búsqueda del placer y la diversión dentro de la misma actividad (objetivo intrínseco). - Pueden participar todo tipo de personas. - El participante puede elegir de entre una amplia gama de actividades. - Ausencia de normas rígidas. Los participantes, de manera consensuada, las adaptan a sus gustos y necesidades. - Se juega "con el compañero", no "contra él". - Requiere que exista aprendizaje. - Ha de haber esfuerzo.

Fuente de consulta:

Riera, J. R. (2001). Habilidades deportivas, habilidades humanas. Apunts. Educación física y deportes, 2(64), 46-53.
Moreno, J. A., Rodríguez, P. L., & Pérez, S. (1996). Las actividades acuáticas recreativas: un planteamiento para todos. *SEAE/INFO*, *32*, 12-17.

RECURSOS

Físicos:

- Piscina, flotadores, silbato, cronometro, planilla de asistencia.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, Profesionales de educación física, talento humano.

RESULTADOS:

Cualitativos:

La jornada de distension dirigida a los ciudadanos de la comunidad de vida, logro evidenciar un notable incremento en la participación, en la disposición y el respeto por las normas establecidas, fortaleciendo así sus habilidades sociales. Ya que los ciudadanos manifestaron sentirsen mas tranquilos, motivados y confiados ya que reducen sus niveles de estrés y ansieda. También con la jornada se logro que los ciudadanos interiorizaran en sus hábitos saludables, con la promoción de la actividad física como una buena estrategia de bienestar integral y factor para favorecer la autorregulacion emocional a través de un espacio ludocreativo.

Cuantitativos:
Durante el encuentro asistieron un total de (20) ciudadanos, de los cuales (19) de ellos son de género masculino, y (1) de ellas de genero femenino, y (1) de enfoque diferencial.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Andres F. Diaz Cano.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

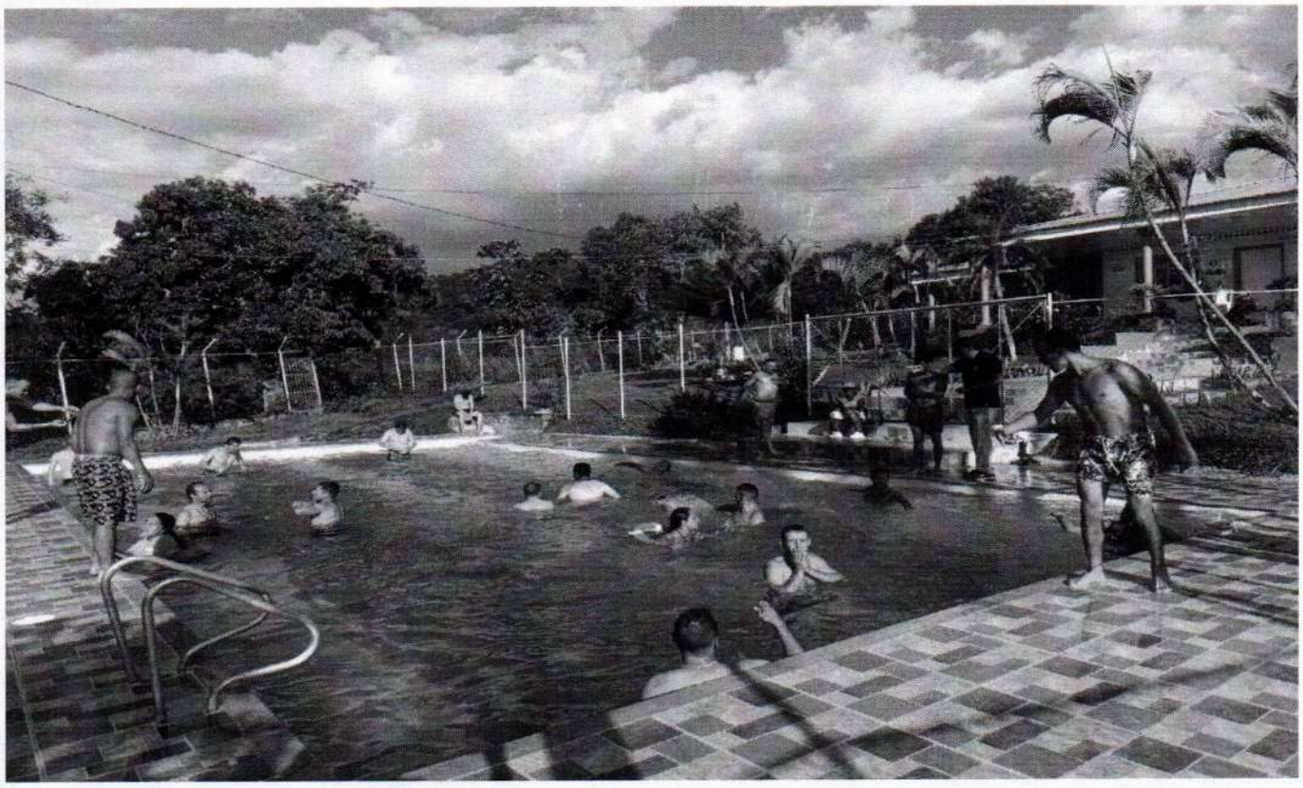
Registro fotográfico

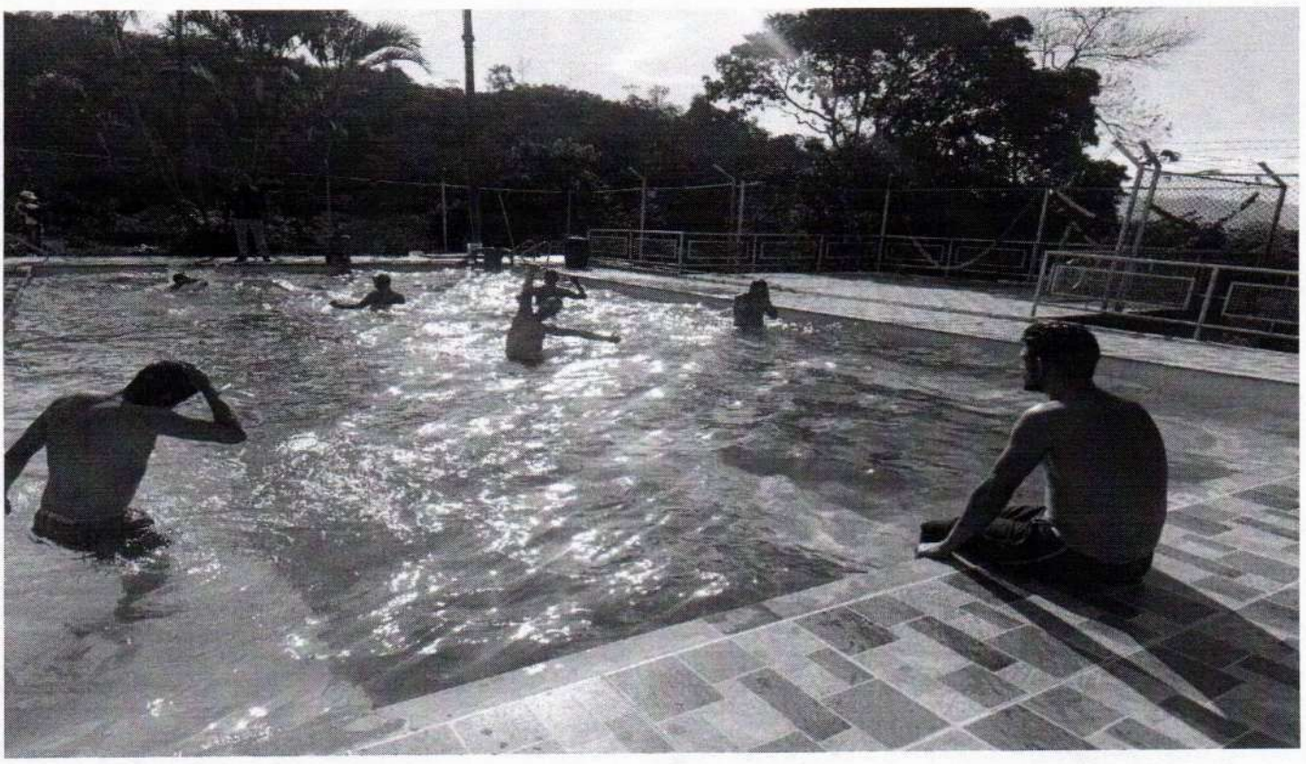
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada de distension (nado libre)

Línea de atención 2: Promocion de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

10/09/2025

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: Jornada de distensión — nado libre.
4. Fecha: 10/09/2025
5. Hora: 04:00 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			Jeison f. Guzman	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80174190	NICOLAS GOMEZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1033698518	Anyelson Aguilar	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Fabian F.	
4	CC	1017318199	Jhon Gonzalez	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1033685130	Andres DIAZ	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80002769	JOHN MOLANO	55	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOHN M.	
7	CC	1032381114	WILMAN FORERO B.	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Wilmar.	
8	CC	1032660451	Brayan	20	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80815506	OSCAR COMACHO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80236354	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80155613	Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X					GOMEZ	
12	CC	1057929557	ELGIN RAVE	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	7997775	Blanca munar	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79950581	Pablo Rodriguez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1032440322	ANDRES ESTEBAN HUERTAS	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	80016960	JAVIER HUERFANO	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80813105	DANIEL ARCHILA	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1024355534	Dayron Vidal	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1033809	Raul Fonseca	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	1032837501	ALVARO ALDANA	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Andres Felipe Lopez Cano
14. Cargo o rol del responsable: educador físico
15. Firma del responsable de la actividad: Andres F. Lopez C.

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 11/09/2025	**HORA:** INICIO: 09:00 a.m. FINAL: 12:00 p.m.
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Stefany Nieto Dionicio	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PRE ALISTAMIENTO ACTIVAD DE IMPACTO			

OBJETIVO GENERAL:
Realizar detalles simbólicos que promuevan la conmemoración del amor y la amistad a partir del reconocimiento de habilidades artísticas entre las y los ciudadanos de comunidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Recolectar materiales reciclables para la elaboración de detalles
- Diseñar detalles que recalquen el amor y amistad en comunidad
- Acompañar activamente en la elaboración de los detalles con un enfoque simbólico que promueva el sentido de amistad en comunidad.

METODOLOGÍA:
La metodología a trabajar durante la actividad previa de este mes será la psicoeducativa y la lúdico-pedagógica, orientada a fortalecer los vínculos socio afectivos mediante actividades simbólicas que promuevan la solidaridad, la gestión de emociones y el respeto por la diferencia, a través de la elaboración de detalles de la dinámica de "amiga y amigo secreto en comunidad", se generarán espacios de integración, adaptabilidad y sana convivencia, en coherencia con la Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Adecuación:
Teniendo en cuenta la actividad previa realizada con los ciudadanos, se procede a ubicarse en el comedor, espacio donde en compañía de los profesionales ubicaran los materiales y materia prima para dar inicio de la jornada.

Primer Momento
Siendo las 9:00 am se da por iniciada la actividad, donde se le facilitan los materiales de trabajo a los participantes, los cuales se caracterizan por ser rocas de un tamaño moderado con superficie apta para ser pintadas. Estas piedras son seleccionadas por los mismos participantes. Antes de hacer el diseño se le socializa a cada uno la intención de estos detalles simbólicos, lo cual refleja el sentido de amistad y solidaridad en comunidad.

Segundo Momento
Posterior a la inducción y explicación simbólica del ejercicio, se inicia por parte del equipo de referencia numero 5 la elaboración de los detalles. Las figuras seleccionadas son principalmente animales, personajes de películas y paisajes, estos son elegidos a partir de lo que cada ciudadano conoce de sus compañeros del equipo numero 4, y reconocen que les puede generar un gesto de felicidad

Tercer momento
Por último, se compartirán los diseños entre el equipo de referencia numero 5 para ultimar los detalles de cada piedra y ponerlos en un lugar cálido para dejarlos secar. En simultaneo se redactan los mensajes que acompañarán las rocas y serán entregadas por cada participante el 18 de septiembre del 2025, como una de las actividades que enmarcan la conmemoración de la fecha de amor y amistad

Responsabilidades para la jornada

- Recolección de rocas
- Selección de diseños
- Pintura en rocas
- Secado y mensaje

TEMAS:

Amor y Amistad

Hablar de amor y Amistad es hablar de lo Más profundo del ser Humano. Son sentimientos que nos acompañan desde siempre y que nos ayudan a seguir adelante, incluso en los momentos más difíciles. Para quienes han pasado por la experiencia de vivir en la calle, estas palabras pueden sonar lejanas o incluso dolorosas, pero también pueden convertirse en la llave que abre nuevas posibilidades de vida y de encuentro con los demás.

El amor no es solo una relación de pareja ni un sentimiento romántico. El amor comienza con uno mismo, con la capacidad de reconocerse como una persona valiosa y digna. Muchas veces, la vida en calle deja heridas profundas: rechazo, soledad, estigmatización. Por eso, volver a mirarse al espejo y decir "soy importante" es un acto revolucionario. Como decía Carl Rogers (1997), aprender a aceptarse es el primer paso para sanar y construir nuevas relaciones. Sin amor propio, es difícil entregarle algo sano a los demás.

La amistad también juega un papel fundamental. Un verdadero amigo es aquel que está dispuesto a escuchar, a brindar apoyo, a compartir alegrías y también tristezas. No se trata de cuántas personas nos rodean, sino de la calidad de esas relaciones. La amistad se sostiene en la confianza, en la sinceridad y en la solidaridad. Para alguien que estuvo en la calle, poder confiar otra vez en alguien puede ser todo un reto, pero cuando se logra, se convierte en un regalo inmenso. Tal como señala Martínez (2021), las redes de apoyo que se forman a través de la amistad ayudan a reducir la soledad y a dar esperanza para seguir adelante.

El amor y la amistad Tambien son medicina para el corazón y la mente. La Organización Mundial de la Salud (2022) nos recuerda que las relaciones positivas protegen frente a la depresión, la ansiedad y otros problemas emocionales. Cuando uno se siente querido y acompañado, encuentra fuerzas para superar los obstáculos. De la misma manera, cuando uno se atreve a dar cariño, respeto y solidaridad, se fortalece también su propio bienestar.

Pero no se trata solo de sentir afecto, también de practicarlo. El amor solidario es compartir lo poco o lo mucho que se tiene, tender una mano al que está pasando por un mal momento, reconocer al otro como hermano de camino. En la comunidad, esto se vive cuando nos apoyamos, cuando celebramos los logros de los demás y cuando aprendemos a respetar las diferencias. Como afirma Yalom (2010), el encuentro humano nos da sentido y nos recuerda que no estamos solos.

Ahora bien, es importante aclarar que no todo lo que parece amor o amistad lo es realmente. Hay relaciones que pueden hacer daño, que se sostienen en la dependencia, la manipulación o la violencia. Aprender a reconocer los límites, a comunicarse de manera clara y a cuidar de uno mismo es parte de lo que significa amar de verdad. El amor y la Amistad sanos nos hacen crecer, no nos destruyen.

En conclusión, hablar de amor y amistad con personas que han dejado atrás la vida en la calle es hablar de segundas oportunidades, de reconstrucción y de esperanza. Es reconocer que cada ser humano merece sentirse amado, valorado y acompañado. A través del amor propio, de la amistad sincera y del apoyo solidario, es posible volver a creer en uno mismo y en los demás. Estos sentimientos son los que permiten levantar nuevas historias de vida, más dignas, más libres y llenas de sentido.

Fuente de consulta:

- Fromm, E. (2004). *El arte de amar.* Paidós.
- Martínez, C. (2021). Redes de apoyo y resiliencia en poblaciones vulnerables. *Revista Colombiana de Psicología, 30*(2), 55–68. https://doi.org/10.15446/rcp.v30n2.90015
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Promoción de la salud mental: fortalecer nuestras comunidades.* OMS. https://www.who.int/es
- Rogers, C. (1997). *El proceso de convertirse en persona.* Paidós.
- Yalom, I. (2010). *El don de la terapia.* Editorial Emecé.

RECURSOS:

Físicos:

- Temperas
- Pinceles
- laca

Humanos:

- Talento Humano
- Ciudadanas y ciudadanos de Equipo numero 5

RESULTADOS:

Cualitativos:

Se conto con la participación activa de los ciudadanos de equipo 5 quienes MOSTRARONinterés por la elaboración de los detalles simbólicos, reconociendo el valor de un obsequio, no simplemente desde lo material, sino desde lo simbólico y cariño de quien da y agradecimiento de quien lo recibe.

Cuantitativos:

Cuantitativos:
Se conto con la participación de (7) ciudadanos de los cuales (2) son mujeres, (2) y (1) perteneciente a la comunidad LGTBIQ+

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Hernay Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad:" PRE ALISTAMIENTO ACTIVAD DE IMPACTO"

Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Fecha: 11/09/2025





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: pre alistamiento actividad de Impacto

4. Fecha: 11/09/2025

5. Hora: 09:00am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	cc	1069[illegible]386	Jessica Vargas	35	No aplica	No aplica	No aplica				X				Jessica	
2	cc	1019062950	Carlos Chaparro	34	No aplica	No aplica	No aplica				X					
3	cc	52560[illegible]6	MAYERLY SANCHEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica				X				MAYERLY	
4	cc	7467546	Juan C. Garcia	52	No aplica	No aplica	no aplica				X					
5	cc	1350[illegible]7646	Dario Castro	49	No aplica	No aplica	No aplica				X					
6	cc	80913495	JESUS BERNARDO	44	No aplica	No aplica	No aplica				X				JESUS BERNARDO	
7	cc	1057[illegible]358	ALEJANDRO MORENO	37	No aplica	No aplica	No aplica				X					
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: 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 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:** 11/09/2025	**HORA:** 09:00 AM 12:00 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jorge Eliecer Banguera Gomez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PREALISTAMIENTO ACTIVIDAD DE IMPACTO.

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer vínculos afectivos, habilidades socioemocionales y creatividad en la población habitante de calle, a través de la elaboración de figuras en origami como símbolo de amor y amistad, fomentando la expresión de emociones y la construcción de lazos positivos.
OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la creatividad y concentración mediante la práctica manual del origami.
- Fomentar la expresión de emociones y sentimientos vinculados al amor y la amistad, como parte del fortalecimiento de las habilidades sociales.
- Generar un espacio de integración grupal que permita la construcción de vínculos positivos y la valoración del otro como parte de una red de apoyo.

METODOLOGÍA: El taller se estructura desde la Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades. La metodología del taller se sustenta en un enfoque teórico–práctico, en donde la experiencia vivencial es el eje central. Se busca que los participantes no solo aprendan una técnica manual (origami), sino que también puedan reflexionar sobre los valores del amor, la amistad y el vínculo social, favoreciendo así procesos de inclusión y fortalecimiento personal.
Adecuación: Se organiza junto a las ciudadanas y los ciudadanos el escenario seleccionado para el desarrollo de la actividad, se organizan los recursos necesarios para su función.

Momento 1: Se convocará al grupo de referencia con el fin de brindar las orientaciones sobre la actividad a desarrollar. Durante la sesión se entregarán los materiales necesarios para la práctica, entre los cuales se incluyen papeles de colores, tijeras, pegante y otros implementos. Posteriormente, el equipo profesional presentará la proyección de un video que servirá como guía para la elaboración de la figura de origami, actividad que contará con la participación activa de los ciudadanos del equipo 1.

Momento 2: Actividad central: Se dará inicio a la elaboración de las figuras de origami con el grupo, tomando como referencia el video previamente proyectado, el cual proporciona el paso a paso para su construcción. Los ciudadanos realizarán la actividad con el acompañamiento, guía y supervisión del equipo profesional de referencia, quienes estarán atentos para orientar, colaborar y apoyar en el adecuado desarrollo de la actividad.

Momento 3: Cierre reflexivo: Se procederá al cierre de la actividad mediante la socialización de las figuras de origami elaboradas por los ciudadanos. Se abrirá un espacio para que cada participante presente su creación y comparta brevemente cómo se sintió durante el proceso. Como reflexión central se resaltará la idea de que, *"así como un papel sencillo puede transformarse en algo bello, cada persona tiene la capacidad de reinventarse y construir nuevas formas de relacionarse"*. Finalmente, se agradecerá la participación de todos los asistentes y se les invitará a continuar fortaleciendo los lazos de amistad y solidaridad dentro de la comunidad.

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

TEMAS:

. El valor de los vínculos sociales en la inclusión

El ser humano es un ser social que necesita de la interacción y la construcción de lazos afectivos para su bienestar. En contextos de vulnerabilidad, como el de la población habitante de calle, los vínculos positivos pueden convertirse en factores protectores frente a la exclusión, la soledad y la recaída en dinámicas de riesgo.

El trabajo social sostiene que las redes de apoyo (familiares, comunitarias e institucionales) son claves en los procesos de inclusión y reintegración. Desde esta perspectiva, la amistad y el amor se comprenden como expresiones de confianza, cuidado y reconocimiento mutuo, que permiten fortalecer la identidad y el sentido de pertenencia.

Expresión emocional y salud mental

La psicología plantea que la capacidad de identificar, expresar y regular las emociones constituye una de las competencias socioemocionales más relevantes para la adaptación social y el bienestar personal.

El amor y la amistad son emociones que contribuyen al fortalecimiento de la autoestima, la construcción de confianza y la disminución de la ansiedad y la depresión. En contextos de exclusión social, fomentar la expresión emocional positiva es esencial para contrarrestar sentimientos de rechazo, desvalorización y aislamiento.

Creatividad y concentración como estrategias de intervención

El origami, arte tradicional japonés de plegar papel, no solo es una actividad estética, sino también una herramienta terapéutica que favorece la concentración, la motricidad fina, la tolerancia a la frustración y la capacidad de resolver problemas paso a paso.

Desde la psicología, la práctica de actividades creativas manuales como el origami se vincula con la atención plena (mindfulness), ya que requiere foco en el presente, disminuye pensamientos intrusivos y genera sensación de calma.

Asimismo, desde el trabajo social, se entiende como un recurso pedagógico para el fortalecimiento de habilidades sociales y la construcción de significados colectivos: el objeto creado (una flor o un corazón) se transforma en un símbolo de amistad, afecto y cuidado hacia el otro.

Autonomía, resiliencia y sentido de pertenencia

Finalmente, el taller articula la actividad manual con la construcción de sentido, es decir, que los participantes no solo elaboran una figura de papel, sino que también le otorgan un significado emocional y social.

Esto conecta con el principio de autonomía, entendido como la capacidad de tomar decisiones, expresar sentimientos y proyectar vínculos, aun en medio de situaciones adversas. La resiliencia se fortalece cuando las personas reconocen que pueden transformar su realidad, al igual que transforman el papel en una figura con valor.

FUENTES:

- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Heller, A. (2002). *Sociología de la vida cotidiana*. Barcelona: Península.
- Payne, M. (2014). *Teorías contemporáneas del trabajo social*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Van Gordon, W., Shonin, E., & Griffiths, M. D. (2016). Meditation awareness training for the treatment of sex addiction: A case study. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(2), 363–372.
- Yoshizawa, A. (2006). *Origami: Arte de papel*. Tokio: Japan Publications.
- Muñoz, J. & Vélez, C. (2019). Creatividad y resiliencia en procesos de intervención social. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 17(2), 45–61.
- OMS (2001). *Informe sobre la salud en el mundo 2001: Salud mental, nuevos*

conocimientos, nuevas esperanzas. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.

RECURSOS:

- Listado de asistencia, hojas blancas y hojas de color, marcadores, computador, silicona liquida y celular con cámara.

RESULTADOS:

Cualitativos: Se contó con la participación de los ciudadanos pertenecientes al grupo de referencia número 1, donde se inició la preparación de la actividad de impacto programada para el mes de septiembre, mediante la elaboración de figuras en origami. Estas creaciones serán destinadas a los ciudadanos del grupo de referencia en la actividad de "amigo secreto", favoreciendo así la construcción de vínculos solidarios y el fortalecimiento de lazos comunitarios.

Durante el desarrollo de la actividad se evidenció la participación activa de los ciudadanos, quienes mostraron disposición para seguir las orientaciones dadas por el equipo profesional, manteniendo una adecuada manipulación y cuidado de los materiales entregados. Este ejercicio no solo promovió la creatividad y la concentración, sino que también aportó a la generación de un ambiente de cooperación y sentido de pertenencia frente a las actividades colectivas del servicio.

Cuantitativos: Se tuvo la participación de 12 ciudadanos del grupo de referencia 1, participantes masculinos con orientación sexual heterosexual.

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 12 ciudadanos.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Hemay Diaz

Registro fotográfico: 11/09/2025

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Prealistamiento actividad de impacto.
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.
TIPO DE ACTIVIDAD: grupos de referencia.





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: PRE-LISTAMIENTO ACTIVIDAD DE IMPACTO
4. Fecha: 11/09/2025
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	7995058	Pablo Rodriguez	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	1032238117	Wilmar Forero	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	1033[illegible]208	Brayan Hurtado	30	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	1023004551	Brayan Nicolas Martinez A	30	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	1030571332	Juan [illegible] Rojas	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	8726226	Caballero C.	62	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	2994083	Roberto lombana	65	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	C.C	80220064	Cesar Teatino.	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	5.824.330	Alexander Villa	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	80235394	Juan Carlos Castro	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	7142671	Hector Gonzalez	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	1032387[illegible]	Jesus Castro	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: JORGE E. BANGUERA
14. Cargo o rol del responsable: TRABAJO SOCIAL
15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 11/09/2025	**HORA:** 9:00 am a 12:00 pm
ÁREA: Equipo psicosocial	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	María Camila Pardo	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Prealistamiento actividad de impacto

OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar la creatividad, el trabajo colaborativo y el fortalecimiento de vínculos sociales entre los ciudadanos, mediante la elaboración manual de regalos para el juego de amigo secreto, como estrategia para promover la convivencia y el sentido de pertenencia en la comunidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la expresión creativa y el uso funcional de las habilidades motrices finas a través de la elaboración manual de los regalos.
- Favorecer el desarrollo de habilidades sociales como la cooperación, la comunicación y el respeto por el otro durante la actividad grupal.
- Reforzar el valor simbólico del gesto de regalar, como medio para fortalecer la amistad y las relaciones positivas en la comunidad.

METODOLOGÍA:

La metodología de intervención será de orden Psicoeducativo, y luego práctica. Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Primer momento:

Se dará la bienvenida a los participantes y se explicará el objetivo de la actividad, resaltando la importancia del gesto de regalar como una expresión de amistad y cuidado por el otro. Se abrirá un espacio de diálogo donde los ciudadanos podrán compartir brevemente qué significa para ellos la amistad y por qué es valioso hacer un detalle con sus propias manos.

Segundo Momento

Los participantes recibirán los materiales (hilo, palos de pincho y otros insumos disponibles) y se les explicará paso a paso la técnica para elaborar los detalles. Durante la actividad, se fomentará el trabajo colaborativo, el intercambio de ideas y la ayuda mutua entre los participantes, reforzando las habilidades sociales y la paciencia. La terapeuta y el tallerista acompañarán el proceso, resolviendo dudas y motivando a los ciudadanos a personalizar sus creaciones como símbolo de aprecio.

Tercer momento

Al finalizar, se dispondrá de un espacio para que los ciudadanos compartan su experiencia durante la actividad, qué sintieron al elaborar un regalo para alguien más y qué esperan que su detalle transmita a quien lo reciba. Se reforzará la idea de que los pequeños gestos contribuyen a construir una convivencia positiva y a fortalecer el sentido de comunidad.

Reacondicionamiento del espacio

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

TEMAS:

Sentido de la amistad y su relación con el bienestar

La amistad es un vínculo social que brinda apoyo emocional, acompañamiento y sentido de pertenencia. Para las personas en procesos de inclusión, especialmente quienes han atravesado situaciones de vulnerabilidad como el habitar en calle, reconstruir relaciones de amistad es fundamental para fortalecer su red de apoyo y generar motivación para mantenerse en el proceso. Desde la Terapia Ocupacional, los vínculos de amistad se reconocen como un componente esencial del área de **participación social**, ya que impactan positivamente en el bienestar emocional y en el desarrollo de habilidades para la convivencia (AOTA, 2020).

La importancia del acto de regalar

Regalar es un acto simbólico que trasciende lo material: representa reconocimiento, empatía y aprecio hacia el otro. El acto de elaborar un obsequio de manera manual potencia el valor del regalo, ya que implica tiempo, dedicación y creatividad. Desde un enfoque terapéutico, la acción de regalar fomenta la **reciprocidad social**, la gratitud y la construcción de relaciones significativas, promoviendo actitudes prosociales que contribuyen a la vida comunitaria (Ruiz & Gallego, 2019).

Creación de manualidades como medio terapéutico

El uso de manualidades en contextos grupales es una herramienta valiosa para el desarrollo de habilidades blandas y sociales. La actividad de elaborar un objeto con las manos promueve:

- **Habilidades motoras finas:** precisión, coordinación y secuenciación de tareas.
- **Habilidades cognitivas:** planificación, organización y resolución de problemas.
- **Habilidades socioemocionales:** trabajo en equipo, tolerancia a la frustración, comunicación asertiva y colaboración.

Además, el trabajo manual ofrece un espacio para la expresión personal y emocional, funcionando como actividad significativa que refuerza la autoestima y el sentido de logro. Al realizar manualidades con la intención de obsequiar a otro, se genera un **propósito social**, fortaleciendo el compromiso con la convivencia y el reconocimiento del otro como parte importante del entorno (Vargas & Ríos, 2020).

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
- 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
- Vargas, P., & Ríos, C. (2020). El tiempo libre como ocupación significativa: Perspectivas desde la terapia ocupacional. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional, 20*(1), 45-59. https://doi.org/10.5354/0719-5346.2020.56789
- Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. *Advances in Experimental Social Psychology, 47*, 1-53. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407236-7.00001-2
- Layous, K., & Lyubomirsky, S. (2014). The how, why, what, when, and who of happiness: Mechanisms underlying the success of positive activity interventions. *The Wiley Blackwell Handbook of Positive Psychological Interventions*, 473-495. https://doi.org/10.1002/9781118315927.ch26

RECURSOS:
Físicos: aula Gabriel García Márquez, sillas, mesa
Humano: Equipo profesional, ciudadanos y ciudadanas
Materiales: Sillas, hilos, palos de pincho, piedras decorativas, silicona

RESULTADOS:

Cualitativos:
Posterior a la realización del taller, se observó en los participantes una actitud colaborativa y entusiasta frente a la elaboración de los regalos, evidenciando disposición para seguir las instrucciones y creatividad en el diseño de cada obsequio. La actividad favoreció el fortalecimiento de vínculos dentro de la comunidad, ya que los ciudadanos expresaron sentimientos de alegría y expectativa por compartir sus creaciones con

otro equipo de referencia. Durante el espacio, se promovió la comunicación asertiva, el trabajo en equipo y la empatía, resaltando la importancia del acto de regalar como símbolo de amistad y respeto. De manera significativa, se trabajó la paciencia y la tolerancia a la frustración, observándose una mejoría en la disposición de los participantes para manejar errores, reiniciar sus trabajos cuando fue necesario y mantener la calma ante dificultades en la elaboración de la manualidad.

Cuantitativos:
Se contó con la participación de veintiún (21) ciudadanos de equipo 2. Tres (3) de ellas, de género femenino, dieciocho (18) de género masculino, y cuatro (4) de ellos, pertenecientes al grupo poblacional persona mayor.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Camila Pardo.

FIRMA COORDINADOR:

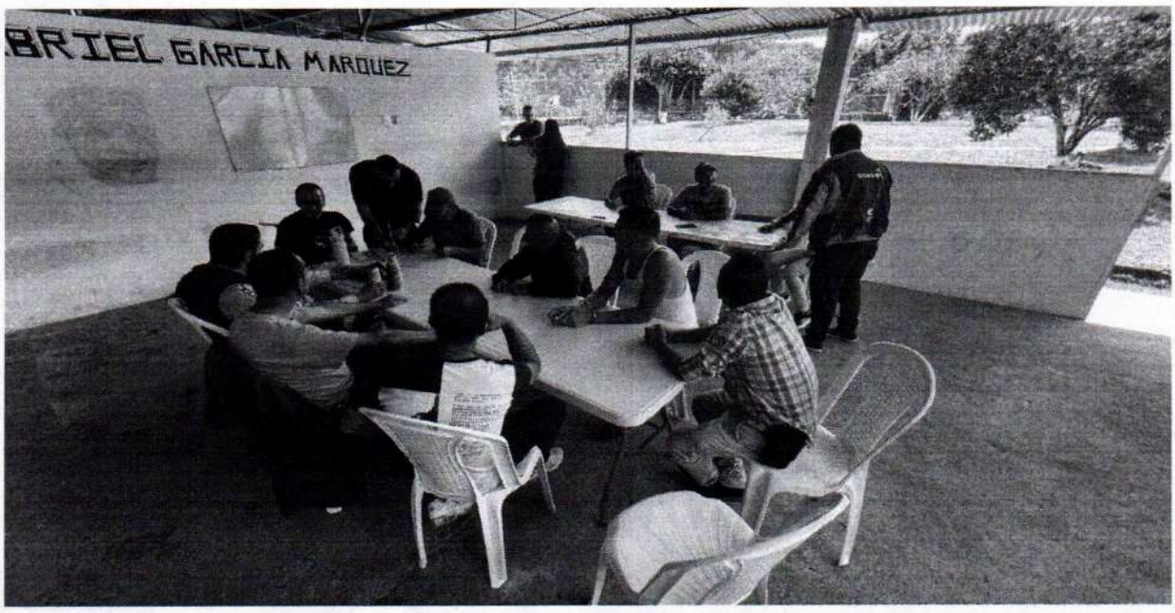
NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

REGISTRO FOTOGRÁFICO

TEMA: PREALISTAMIENTO ACTIVIDAD DE IMPACTO

FECHA: 11/09/2025





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: Prealistamiento actividad de impácto

4. Fecha: 11/09/2025

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	80244819	Alexander Sabeno	42	No aplica	No aplica	No aplica			x						
2	CC	79239602	Fabio Bueno	60	No aplica	No aplica	No aplica			x						
3	CC	79316876	Cecilia Espina	60	No aplica	No aplica	No aplica			x						
4	CC	79951635	Julio Citua	47	No aplica	No aplica	No aplica			x						
5	CC	1032358961	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			x						
6	CC	79581883	Luis G. Bueno	54	No aplica	No aplica	No aplica			x						
7	CC	1033685548	Anderson Aguilar	38	No aplica	No aplica	No aplica			x						
8	CC	1019318199	Jhon Gonzalez	39	No aplica	No aplica	No aplica			x						
9	CC	80016962	JAVIER HUERTANO	43	No aplica	No aplica	No aplica			x						
10	CC	6814782	JORGE GONZALES	73	No aplica	No aplica	No aplica			x						
11	CC	80901769	Luis Pardilla	43	No aplica	No aplica	No aplica			x						
12	CC	80213905	DANIEL AREVALO	45	No aplica	No aplica	No aplica			x						
13	CC	74186668	Oscar J Mila	45	No aplica	No aplica	No aplica			x						
14	CC	1026553200	OSCAR BARAHONA	38	No aplica	No aplica	No aplica			x						
15	CC	1018409044	William Arteaga	34	No aplica	No aplica	No aplica			x						
16	CC	1013639057	Mayerli Yurani Gonzalez	33	No aplica	No aplica	No aplica			x						
17	CC	52763187	LUZ marina	51	No aplica	No aplica	No aplica			x						
18	CC	1022949611	Marcela Duccera	36	No aplica	No aplica	No aplica			x						
19	CC	1024555554	Dayron Vidal	31	No aplica	No aplica	No aplica			x						
20	CC	80855506	OSCAR CORTES	39	No aplica	No aplica	No aplica			x						

13. Nombre del responsable: María 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 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: Prealistamiento actividad de impacto | 4. Fecha: 11/09/2025 | 5. Hora: 9:00am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
21	CC	10532108	Omar A. Bautoje R	70	No aplica	No aplica	No aplica			X					Omr	
22																
23																
24																
25																
26																
27																
28																
29																
30																
31																
32																
33																
34																
35																
36																
37																
38																
39																
40																

13. Nombre del responsable: María Camila Pardo

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:** 11/09/2025	**HORA:** INICIO: 09:00 a.m. FINAL: 12:00 p.m.
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Haider Yerid Chinchilla Martínez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PRE ALISTAMIENTO ACTIVAD DE IMPACTO

OBJETIVO GENERAL:
Acompañar el diseño y la elaboración de detalles simbólicos que promuevan la conmemoración del amor y la amistad a partir de habilidades manuales, artísticas y de la creatividad el grupo, con el fin de contribuir al desarrollo de la actividad de impacto "Una amiga y un amigo en comunidad".

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Imaginar el regalo simbólico para regalar al equipo secreto de referencia.
- Conseguir material reciclado y con el que se cuenta en comunidad de vida para la creación de los detalles simbólicos.
- Otorgar sentido de vida a la actividad propuesta a partir del diseño de los detalles simbólicos.

METODOLOGÍA:
La metodología a trabajar durante la actividad previa de este mes será la psicoeducativa y la lúdico-pedagógica, orientada a fortalecer los vínculos socio afectivos mediante actividades simbólicas que promuevan la solidaridad, la gestión de emociones y el respeto por la diferencia, a través de la elaboración de detalles de la dinámica de "amiga y amigo secreto en comunidad", se generarán espacios de integración, adaptabilidad y sana convivencia, en coherencia con la Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Adecuación:
Teniendo en cuenta la actividad previa realizada con los ciudadanos, se procede a ubicarse en el salón de artes y en el salón de patchwork, espacio donde en compañía de los profesionales ubicaran los materiales y materia prima para dar inicio de la jornada.

Primer Momento
Siendo las 9:00 am se da por iniciada la actividad, donde se le facilitan los materiales de trabajo a los participantes, los cuales se caracterizan por ser retazos de telas, foami, tijeras, silicona líquida, entre otros, de un tamaño moderado con superficie apta para ser personalizadas. Se diseñarán, por un lado, las bolsas con retazos desde patchwork y por otro, las tarjetas de regalo. Antes de hacer el diseño se le socializa a cada uno la intención de estos detalles simbólicos, lo cual refleja el sentido de amor y amistad en comunidad.

Segundo Momento
Posterior a la inducción y explicación simbólica del ejercicio, se inicia por parte del equipo de referencia numero 4 la elaboración de los detalles, se divide el grupo en dos partes, una en patchwork encargada de los bolsitos en tela, y la otra parte en el aula de artes encargada de las tarjetas. Lo anterior, otorgando de sentido la actividad, dando lugar a la creatividad, la participación del grupo y la creación de detalles simbólicos alusivos al mes del amor y la amistad.

Tercer momento
Por último, se compartirán los diseños entre el equipo de referencia numero 4 para ultimar los detalles de cada regalo y ponerlos en un lugar seguro. En simultaneo se imprimen los mensajes que acompañarán las tarjetas y serán entregadas por cada participante el 18 de septiembre del 2025, como una de las actividades que enmarcan la conmemoración de la fecha de amor y amistad

Reacondicionamiento del espacio: se realiza organización del espacio buscando dejar los recursos físicos utilizados en su respectivo lugar.

TEMAS:

Amor y Amistad
Hablar de amor y Amistad es hablar de lo Más profundo del ser Humano. Son sentimientos que nos acompañan desde siempre y que nos ayudan a seguir adelante, incluso en los momentos más difíciles. Para quienes han pasado por la experiencia de vivir en la calle, estas palabras pueden sonar lejanas o

incluso dolorosas, pero también pueden convertirse en la llave que abre nuevas posibilidades de vida y de encuentro con los demás.

El amor no es solo una relación de pareja ni un sentimiento romántico. El amor comienza con uno mismo, con la capacidad de reconocerse como una persona valiosa y digna. Muchas veces, la vida en calle deja heridas profundas: rechazo, soledad, estigmatización. Por eso, volver a mirarse al espejo y decir "soy importante" es un acto revolucionario. Como decía Carl Rogers (1997), aprender a aceptarse es el primer paso para sanar y construir nuevas relaciones. Sin amor propio, es difícil entregarle algo sano a los demás.

La amistad también juega un papel fundamental. Un verdadero amigo es aquel que está dispuesto a escuchar, a brindar apoyo, a compartir alegrías y también tristezas. No se trata de cuántas personas nos rodean, sino de la calidad de esas relaciones. La amistad se sostiene en la confianza, en la sinceridad y en la solidaridad. Para alguien que estuvo en la calle, poder confiar otra vez en alguien puede ser todo un reto, pero cuando se logra, se convierte en un regalo inmenso. Tal como señala Martínez (2021), las redes de apoyo que se forman a través de la amistad ayudan a reducir la soledad y a dar esperanza para seguir adelante.

El amor y la amistad Tambien son medicina para el corazón y la mente. La Organización Mundial de la Salud (2022) nos recuerda que las relaciones positivas protegen frente a la depresión, la ansiedad y otros problemas emocionales. Cuando uno se siente querido y acompañado, encuentra fuerzas para superar los obstáculos. De la misma manera, cuando uno se atreve a dar cariño, respeto y solidaridad, se fortalece también su propio bienestar.

Pero no se trata solo de sentir afecto, también de practicarlo. El amor solidario es compartir lo poco o lo mucho que se tiene, tender una mano al que está pasando por un mal momento, reconocer al otro como hermano de camino. En la comunidad, esto se vive cuando nos apoyamos, cuando celebramos los logros de los demás y cuando aprendemos a respetar las diferencias. Como afirma Yalom (2010), el encuentro humano nos da sentido y nos recuerda que no estamos solos.

Ahora bien, es importante aclarar que no todo lo que parece amor o amistad lo es realmente. Hay relaciones que pueden hacer daño, que se sostienen en la dependencia, la manipulación o la violencia. Aprender a reconocer los límites, a comunicarse de manera clara y a cuidar de uno mismo es parte de lo que significa amar de verdad. El amor y la Amistad sanos nos hacen crecer, no nos destruyen.

En conclusión, hablar de amor y amistad con personas que han dejado atrás la vida en la calle es hablar de segundas oportunidades, de reconstrucción y de esperanza. Es reconocer que cada ser humano merece sentirse amado, valorado y acompañado. A través del amor propio, de la amistad sincera y del apoyo solidario, es posible volver a creer en uno mismo y en los demás. Estos sentimientos son los que permiten levantar nuevas historias de vida, más dignas, más libres y llenas de sentido.

Fuente de consulta:

- Fromm, E. (2004). *El arte de amar*. Paidós.
- Martínez, C. (2021). Redes de apoyo y resiliencia en poblaciones vulnerables. *Revista Colombiana de Psicología, 30*(2), 55–68. https://doi.org/10.15446/rcp.v30n2.90015
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Promoción de la salud mental: fortalecer nuestras comunidades*. OMS. https://www.who.int/es
- Rogers, C. (1997). *El proceso de convertirse en persona*. Paidós.
- Yalom, I. (2010). *El don de la terapia*. Editorial Emecé.

RECURSOS: Telas, hilos, tijeras, foami y silicona.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Se conto con la participación activa de los ciudadanos de equipo 4 quienes denotaron interés por la elaboración de los detalles simbólicos, reconociendo el valor de un obsequio, no simplemente desde lo material, sino desde lo simbólico y cariño de quien da y agradecimiento de quien lo recibe. El grupo mostró interés en crear y diseñar, en participar de manera activa y se logró desarrollar un trabajo en equipo que permitió la creación de 35 detalles simbólicos. Los detalles fueron pensados por el grupo como un regalo simbólico elaborado con las propias manos y con cariño, para dar al equipo secreto y al área de servicios generales.

Cuantitativos:

Se conto con la participación de (15) ciudadanos de los cuales (1) es mujer, y (14) son hombres. En su totalidad se reconocen dentro de la orientación heterosexual.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

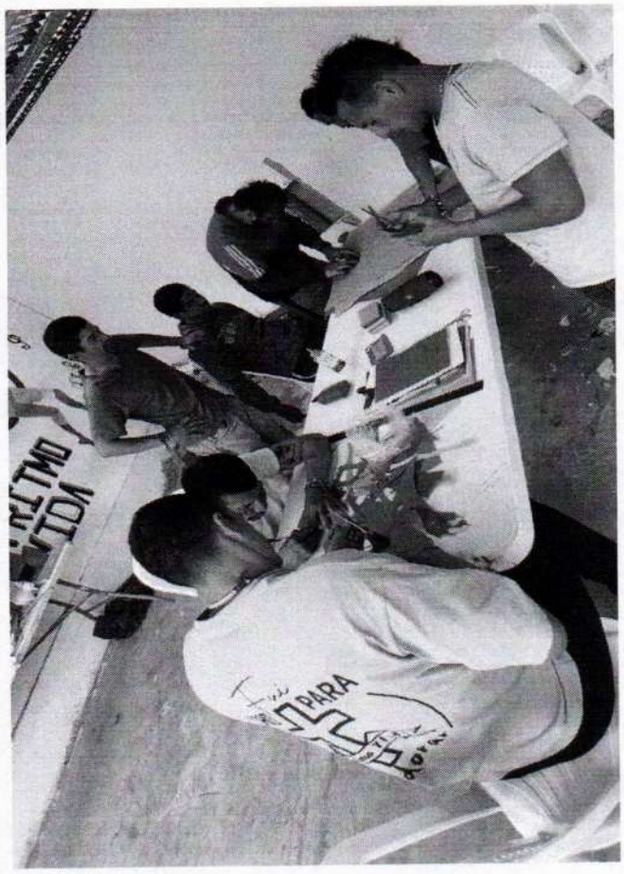
FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

Registro fotográfico: 11/09/2025
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Recursos personales, realidad y oportunidades.
Línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Equipo de referencia 4







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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Pic alistamiento actividad de impacto.

4. Fecha: 11/04/2025

5. Hora: 09:00

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	1012470091	OSCAR Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1024773502	ALVARO PULIDO	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	11ECS1860	[illegible]	45	No aplica	No aplica	No aplia			X						
4	CC	80902493	Juan Daniel Rivera	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1117514631	JESSON ABELLO	34	No aplica	No aplica	No aplia			X						
6	CC	2947776	Rosa Maria	66	No aplica	No aplica	No aplia			X						
7	CC	80926713	Jose ortiz	43	No aplica	No aplica	No aplia			X						
8	CC	79884692	Alejandro Vilbamiz	47	No aplica	No aplica	No aplia			X						
9	CC	6883968	Jose Corzo	64	No aplica	No aplica	No aplia			X						
10	CC	1033716726	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplia			X						
11	CC	80116545	[illegible]	61	No aplica	No aplica	No aplia			X						
12	CC	79643205	Jerson Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplia			X						
13	CC	80.129.687	Juan Victoria	41	No aplica	No aplia	No aplia			X						
14	CC	8190362	FRANCISCO PULIDO	69	No aplica	No aplica	No aplia			X						
15	CC	80135335	JOHAN MURCIA	45	No aplica	No aplica	No aplia			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Haider Chinchilla

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social

15. Firma del responsable de la actividad: Haider Ch.

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:** 11/09/2025	**HORA:** INICIO: 02:00pm FINAL: 03:30pm
ÁREA: TALLERISTA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Figueredo	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: labores de eficiencia en producción

OBJETIVO GENERAL:

- Facilitar a las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle herramientas dentro del ámbito cotidiano donde podamos especificar las labores para que las desarrolle en producción y pueda hacer las eficientes en pro de su proyección.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reducir en el participante los tiempos muertos que se pueden encontrar en las labores de la producción y asociarlos en una forma adecuada para que sea beneficiosos dentro de cada proyecto
- Aprender a manejar cada labor en pro de una buena producción para que pueda enfocarse en forma eficiente y aproveche sus tiempos y pueda estar ampliando sus metas.
- Implementar en el participante nuevas ideas sobre la eficiencia en el mundo de los negocios para que puedan ser productivos en varios campos de la parte agrícola y de formas sostenible.

METODOLOGÍA:

La actividad se llevará a cabo dentro de la metodología de la sensibilización por medio oral a las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle en un espacio donde puedan compartir sus conocimientos y sean reforzados por la teoría que el taller denominado labores de eficiencia en producción, les está dando ha conocer en su momento haciendo que se realice un estudio participativo de los temas y las ideas que se pueden mejorar y consolidar como forma incluirse y adaptarse en forma sostenible en las distintas comunidades.

- **Adecuación**: Se realizará el llamado a los participantes después de la hora del almuerzo y se convoca al aula para que estén presto al taller y prestar la atención de la eficiencia en labores en producción.

- **Etapa 1:** Se reunirá a los participantes, se diligenciará lista y se brindaran indicaciones sobre el tema a tratar para que se enteren y puedan integrarse.

- **Etapa2:** se empieza a presentar el desarrollo del tema con los participantes y a poner en contexto a todos para que participen sobre lo que conocen he interpreten fácil los términos de la jardinería.

- **Etapa 3 :** se retro alimenta a los participantes sobre los temas que hemos tratado y las preguntas que tienen por resolver para que puedan crear sus ideas propias y claras sobre la jardinería.

- **Etapa 4:** se lleva a cabo el cierre de la actividad y se indaga con los participantes sobre los temas que no entendieron o algún proceso para resolver y que estén a satisfacción de los temas tratados.

TEMAS

Las labores de eficiencia en producción

Son aquellas que buscan optimizar los procesos de producción para maximizar la productividad y reducir el desperdicio de recursos.

Tareas para mejorar la eficiencia

Son trabajos ha desempeñar en el menor tiempo posible para que las tareas muevan los productos finales mas rápidos puede ser una labor o una mercancía elaborada o comprada optimizando siempre tiempo, persona y costos.

Analizar el flujo de trabajo

Siempre se mide cuantos trabajos extras están saliendo y si este le da la finalidad a cada acción o por el contrario da un tiempo adicional y no mejora la calidad del ejercicio de la eficiencia y nos aumenta costos sin beneficios.

Invertir en tecnología avanzada

El logro de las tecnologías siempre mejora los trabajos y aumentan la eficiencia en las labores una calculadora, una registradora un celular o un computador siempre nos ayuda encontrar la forma de mantenernos más hábiles ante la oportunidad por la capacidad de tabular datos que al final de un tiempo prudencial me dan la medición correcta para poder evaluar los diferentes ejercicios de las labores.

Mejorar la mano de obra

En cuanto a mejoras de mano de obra solo se puede hablar de mejorar la mano de obra cuando podemos apoyarnos en las experiencias de los diferentes empleados o de los sectores educativos que nos dan articulación con nuestros desempeños en las distintas acciones de enseñanza o de lo contrario se invierte tiempo y no se logra una eficiencia sobre los procesos.

Adoptar el mantenimiento preventivo

Si se maneja maquinaria o sistemas se debe tener en cuenta que cada máquina o aparato debe tener mensual una programación de mantenimiento sin este tipo de mantenimiento los procesos se pueden alterar de manera negativa a lo cual es importante mantener una agenda de verificación que lleve una ruta para tener una alternancia de labores sobre los días de mantenimientos y no afecten la producción.

Reducir el desperdicio de material

Cuando se trabaja con productos agrícolas se puede presentar desperdicio a lo cual se debe generar un segundo trato de diferentes subproductos que nos dé una finalidad acorde con la eficiencia de la producción.

Planificar la producción

Las diferentes cadenas productivas exigen ser planificadas con el tiempo justo para poder ser más eficientes entrando a labores haciendo que cada acción durante su ejecución sea para el aporte oportuno dentro de la cadena productiva.

Asignar recursos de manera eficiente

La asignación de recursos se ve aplicada a cada acción como publicidad, movilidad, comercialización o presentación de productos pues estos nos generan costos adicionales y se pueden cubrir, pero demandan tiempo a lo cual se necesita una persona idónea en estas áreas preferible que pueda ser un administrativo.

Mejorar la calidad

La calidad de un producto es la entrada a todo un ramo de mercados en espera de buenas calidades y mejoras en eficiencias que pueden ser presentaciones, manufacturas, embalajes que mejoran en favor de los clientes o de adquisición de los productos y aumentan la confiabilidad en el mercado.

Reducir los tiempos de producción

Tener los tiempos justos para una producción es la mejor parte, pero si el mercado o el producto presenta una mejora en su devolución en ganancias por estar antes del tiempo propuesto se debe tener un plan b que de manera eficiente se puede tener y es aumentar en tiempos de procesos y pidiendo los resultados de cada acción antes de la propuesta que estaba planteada y así aumentamos las horas de trabajo y disminuimos la llegada del producto final.

Beneficios de la eficiencia en producción

Los beneficios de estas acciones se ven reflejados cuando podemos mantener la calidad de un producto y reducimos los costos gradualmente aumentando la confianza del proceso y el producido que a lo largo del tiempo vemos un crecimiento favoreciendo las ganancias el capital y el activo diario.

Identificar cuellos de botella

Estos le dan a las labores la aplicación obligatoria de planes de eficiencia dentro do los posesos y reacomoda todo los niveles de la producción buscando versatilidad en todas las acciones que se realicen.

Mejorar la productividad y rentabilidad

Cada proceso en la cadena productiva de generar una rentabilidad mínima que al ser evaluado aporta a un total positivo, para poder mantener la eficiencia de lo contrario, se redefine cada proceso y este debe ser ajustado y verificado para no perder la rentabilidad.

Lograr mayores ingresos

Cada vez que la eficiencia en las labores mejore mejorara los ingresos pero estos aumentos de ben ser gradualmente medidos y registrados para poder mantener las líneas, no se debe saltar el registro pues este me mostrara siempre los cambios realizados y las secuencias a seguir en pro de la producción.

Mantener una buena calidad de los productos

Se habla de mejoras en la eficiencia pero también se debe mantener una línea productiva con la calidad que el mercado me exige la eficiencia siempre estar de la mano von la buena calidad

Lograr un buen equilibrio entre la minimización de costos y la maximización de recursos

Fuente:

https://upkeep.com/es/learning/production-efficiency/

https://wautechnologies.com/noticias/calcular-y-optimizar.

https://www.mrpeasy.com/blog/es/eficiencia-productiva/

RECURSOS:
Físicos:

- Aula
- Ciudadanos y talleristas

RESULTADOS:
Cualitativos:

- las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle crean la idea a cerca de manejar la eficiencia en labores como poder participar en un empleo o en su propio emprendimiento para desempeñarse en su inclusión.
- Comprenden que la eficiencia en la labores de producción tiene un buen desempeño dentro del área de empleo y desarrollo de proyectos y se puede ampliar con facilidad.
- El participante encuentra la forma de entrar a la sociedad en una forma proyectada sobre una idea de negocio que los ubica y puede ampliar sus ideaales de trabajo.

Cuantitativos:
Se cuenta con la participación de 3 mujeres y 8 hombres que asisten al taller.

FIRMA DEL RESPONSABLES: _____

FIRMA DEL COORDINADOR: _____

NOMBRE DEL COORDINADOR: José Hernal Dal

Registro fotográfico

Nombre de actividad: labores de eficiencia en producción
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha:11/09/2025
Tipo de actividad: Taller





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: Labores de eficiencia en producción

4. Fecha: 11-09-2025

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	35	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Andres Garcia	
2	CC	1069763556	Jessica Cargos	30	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Jessi	
3	CC	1024481502	Alex Rojas	35	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Alex	
4	CC	1032387118	JESID CASTRO	42	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					[illegible]	
5	CC	52860869	MAYERLY SANCHEZ	40	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					MAYERLY	
6	CC	80770867	Diego camilo roberto	41	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Diego roberto	
7	CC	1024555534	Dayron Vidal	31	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					[illegible]	
8	CC	1022949601	Marcela Docasara	36	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					[illegible]	
9	CC	80220064	Cesar Tejino	43	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Cesar Tejino.	
10	CC	1032381114	Wilmar Forero	38	Noaplica	Noaplica	Noaplica			X					Wilmar.	
11	CC	1023004591	Brayan Martinez M.	30	No aplica	No aplica	Noaplica			X					[illegible]	
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Profesional Apoyo

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de 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:** 11/09/2025	**HORA:** 02:00 PM 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jorge Eliecer Banguera Gomez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ACTIVOS PERSONALES PARA LA INCLUSIÓN ¿QUÉ QUIERO Y QUE PUEDO OFRECER?

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer en los participantes el reconocimiento de sus activos personales (habilidades, experiencias y potencialidades) como base para la construcción de proyectos de vida orientados a la inclusión social y ocupacional, en el marco de su proceso de adaptación.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar las capacidades, talentos y experiencias previas de los participantes como recursos significativos para la inclusión.
- Promover la reflexión sobre los deseos y expectativas personales frente al futuro y su aporte a la comunidad.
- Fomentar la autovaloración y el agenciamiento de capacidades como parte del proceso de adaptación social y ocupacional.

METODOLOGÍA: El taller se estructura desde la Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades. Se plantea el taller sobre un enforque teórico-práctica, en el que los ciudadanos habitantes de calle son reconocidos como sujetos activos de derechos, portadores de saberes, experiencias y capacidades significativas para su proceso de inclusión social y ocupacional.

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

Momento 1. Integración y motivación": Este primer momento busca generar un espacio de confianza, apertura y disposición para la participación. Se propone la dinámica *"La mochila de talentos"*, que consiste en invitar a cada participante a reconocer y expresar un aspecto positivo de sí mismo: una habilidad, una experiencia significativa o un talento personal.

El trabajador social presenta la actividad dibujando en el tablero una silueta de mochila o entregando una hoja con esta figura. A cada ciudadano se le brinda un papel en el que debe escribir o dibujar aquello que considera lleva consigo y que le representa un valor personal. Posteriormente, cada participante pega su aporte en la "mochila colectiva", mientras comparte brevemente con el grupo la razón de su elección.

El ejercicio permite visualizar que, así como una mochila guarda objetos útiles para un viaje, cada persona carga con recursos que pueden servirle en su proceso de vida. Este reconocimiento inicial es clave para fortalecer la autoestima y la valoración de capacidades individuales, elementos necesarios para avanzar hacia la inclusión social y ocupacional.

Momento 2. Actividad participativa y reflexión colectiva: Este es el núcleo del taller y su propósito es favorecer el autorreconocimiento y la reflexión sobre los activos personales como base para la inclusión social. La actividad central se denomina *"¿Qué quiero y qué puedo ofrecer?"*.

En un primer paso, cada participante recibe dos tarjetas. En la primera, titulada "¿Qué quiero?", escribe los deseos, expectativas o metas que tiene para su vida en este momento (ejemplo: acceder a un empleo, recuperar contacto con la familia, dejar el consumo de sustancias, tener una vivienda digna). En la segunda tarjeta, titulada "¿Qué puedo ofrecer?", escribe las capacidades, talentos o saberes que puede aportar a los demás o que podrían convertirse en recursos para su propio desarrollo (ejemplo: sé cocinar, tengo experiencia en construcción, soy responsable, sé escuchar a otros, hago artesanías).

Una vez diligenciadas las tarjetas, los participantes se organizan en grupos pequeños de tres a cinco

personas, donde comparten lo escrito y dialogan sobre coincidencias y diferencias. Este espacio íntimo favorece la comunicación, el reconocimiento de intereses comunes y la construcción de vínculos.

Posteriormente, en plenario, cada grupo socializa y va ubicando sus tarjetas en un mural colectivo dividido en dos columnas: "Lo que queremos" y "Lo que podemos ofrecer". El trabajador social facilita la construcción de sentido, resaltando cómo los deseos individuales pueden conectarse con los recursos que ya existen en el grupo y cómo estos activos se constituyen en una base para la inclusión social y ocupacional.

La reflexión se orienta hacia comprender que, más allá de las dificultades, todos poseen habilidades y experiencias significativas que pueden ser resignificadas y puestas al servicio de su proyecto de vida y de la comunidad. Se destaca que la inclusión no solo implica recibir, sino también aportar desde lo que cada uno es y puede dar.

Momento 3. Cierre y evaluación participativa: El cierre tiene como objetivo consolidar los aprendizajes del taller, promover la autorreflexión y realizar una evaluación participativa de la experiencia vivida.

Se propone la actividad *"Palabra que me llevo"*, en la que cada participante comparte una palabra o frase breve que represente lo que aprendió, lo que descubrió de sí mismo o lo que se lleva como motivación para continuar con su proceso. Palabras como "esperanza", "confianza", "fuerza", "talento" o "unidad" suelen emerger en este tipo de ejercicios.

El trabajador social realiza una síntesis de los principales hallazgos del taller, subrayando tres ideas centrales:

1. Todos poseen activos personales valiosos que son recursos para avanzar hacia la inclusión.
2. El reconocimiento de lo que se quiere y lo que se puede ofrecer fortalece la autonomía y el agenciamiento de capacidades.
3. El grupo, como comunidad, también constituye un recurso protector y un espacio de apoyo mutuo.

Finalmente, se agradece la participación y se recuerda que cada palabra compartida es un compromiso simbólico con el propio proceso de vida.

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

TEMAS:

Activos personales y capital humano

Los activos personales pueden entenderse como el conjunto de habilidades, talentos, conocimientos, experiencias y recursos simbólicos que posee una persona y que le permiten afrontar la vida cotidiana, generar oportunidades y participar de manera activa en su comunidad. Estos se relacionan con la noción de capital humano y capital social propuesta por Pierre Bourdieu (1986), quien plantea que los sujetos cuentan con recursos no solo materiales, sino también simbólicos y relacionales que determinan su inclusión o exclusión en el sistema social.

Desde esta perspectiva, reconocer los activos personales en la población habitante de calle implica visibilizar capacidades invisibilizadas por la exclusión social, otorgando valor a experiencias de vida, saberes prácticos y talentos que pueden resignificarse como recursos para la construcción de proyectos de vida.

Inclusión social y ocupacional

La inclusión social y ocupacional se comprende como un proceso dinámico en el que los ciudadanos acceden y participan de manera plena en espacios comunitarios, laborales, educativos y culturales. Amartya Sen (1999), a través de su Enfoque de las Capacidades, sostiene que el desarrollo humano debe medirse no únicamente por los recursos materiales disponibles, sino por la libertad real de las personas para elegir y actuar en función de lo que valoran como importante en sus vidas.

Aplicado al contexto del habitante de calle, la inclusión no se reduce a la reinserción laboral o económica, sino que implica el fortalecimiento de capacidades, el reconocimiento de la autonomía y el acompañamiento para que cada ciudadano pueda identificar qué quiere y qué puede ofrecer en su proceso de integración social.

Autonomía y agenciamiento

La autonomía se entiende como la capacidad de las personas para tomar decisiones sobre su propia vida, reconociéndose como sujetos de derechos y actores de su propio desarrollo. Desde el trabajo social, se relaciona con el concepto de agenciamiento, entendido como la posibilidad de los individuos de reconocerse con poder de acción y transformación frente a su entorno (Freire, 1970).

Paulo Freire, en su Pedagogía del Oprimido, plantea que los procesos de educación y acompañamiento social deben partir de la experiencia concreta de los sujetos y promover un diálogo crítico que facilite la toma de conciencia. De esta manera, reconocer activos personales se convierte en un ejercicio de autonomía, ya que permite que los ciudadanos se descubran como portadores de saberes y capacidades que pueden proyectar hacia su proceso de inclusión.

FUENTES:

- Bourdieu, P. (1986). *The forms of capital*. In J. Richardson (Ed.), *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (pp. 241–258). Greenwood.
- Freire, P. (1970). *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI Editores.
- International Federation of Social Workers – IFSW. (2014). *Global Definition of Social Work*. Disponible en: https://www.ifsw.org
- Sen, A. (1999). *Development as Freedom*. Oxford University Press.
- Ander-Egg, E. (2000). *Métodos y técnicas de investigación social*. Editorial Lumen.
- De Robertis, C. (2011). *Metodología de la intervención en trabajo social*. Editorial Siglo XXI.

RECURSOS:

- Listado de asistencia, hojas blancas, lápices, papel kraft, marcadores y celular con cámara.

RESULTADOS:

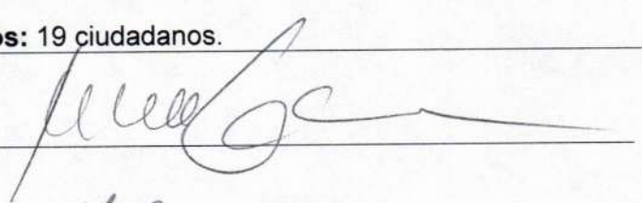
Cualitativos: Durante el desarrollo de la actividad se evidenció una actitud de disposición y participación por parte de los ciudadanos asistentes al taller. A lo largo de la dinámica se logró identificar y visibilizar las capacidades y experiencias que cada uno ha construido en su trayectoria de vida.

Asimismo, surgieron reflexiones individuales en torno a los deseos y expectativas frente a lo que pueden y quieren aportar en la sociedad en un eventual proceso de pos egreso del servicio. Este ejercicio permitió no solo el reconocimiento de sus talentos, sino también la proyección de cómo dichas habilidades pueden convertirse en aportes significativos para su incursión nuevamente en la sociedad.

El espacio culminó con una reflexión colectiva, en la cual se fomentó la valoración de las habilidades personales que poseen y el valor de dar proyección a lo positivo. se resaltó la importancia de fortalecer las habilidades para la inclusión y la construcción de proyectos de vida alejados de la dinámica de calle.

Cuantitativos: Se conto con la participación de 19 ciudadanos del género masculino, los cuales se identificas en su orientación sexual como heterosexuales.

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 19 ciudadanos.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heiney Diaz

Registro fotográfico: 11/09/2025

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Activos personales para la inclusión ¿qué quiero y que puedo ofrecer?
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.
TIPO DE ACTIVIDAD: Etapa II.





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: ACTIVOS PERSONALES PARA LA INCLUSIÓN ¿QUE QUIERO Y QUE PUEDO OFRECER?
4. Fecha: 11/09/2025
5. Hora: 2:00 PM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80174190	NICOLAS GOMEZ	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	79764623	JUAN F. GERMAN	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	1019062950	Carlos Chaparro	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	80902437	Juan David Ospina	41	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	1033685130	Andres Diaz	39	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	80165336	JOHAN MURCIA	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	1030571332	Jhon Rojas	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	94'511403	Diego Benavides	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	71784846	FARITH RIVERA	49	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	1014190665	YEISON GARCIA	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					YEISON GARCIA	
11	CC	1033442631	Brayan Huertas	30	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	79581883	Luis G. Bueno	54	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	CC	1012318149	Jhon Gonzalez	39	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14	CC	1030588318	Anderson Agudelo	39	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Fabian	
15	CC	79645705	Jesus Moreno	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
16	CC	79931687	Cesar G. Ospina	60	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
17	CC	79733804	Luis Eduardo	50	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
18	CC	10114916	Julio Cesar	62	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
19	10	75	Jaime Gomez	55	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
20																

13. Nombre del responsable: JORGE E. BANGUERA
14. Cargo o rol del responsable: TRABAJO SOCIAL
15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida El Rosario	**FECHA:** 11/09/2025	**HORA:** **INICIO:** 02:00 p.m. **FINAL:** 03:30 p.m.
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Lina Carolina Millán

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Proyecto de vida

OBJETIVO GENERAL:

Ayudar a los participantes a crear un plan personalizado para alcanzar un futuro satisfactorio, implementando sus valores, metas y aspiraciones que les permita desarrollar habilidades y competencias para alcanzar el éxito.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar valores, fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas.
- Establecer metas claras y alcanzables.
- Crear un plan de acción que sea efectivo.

METODOLOGÍA: La actividad se llevará a cabo bajo el enfoque de la línea de atención 2: "Promoción de la inclusión ocupacional desde el agenciamiento de capacidades" Etapa 3.

Fomentar la participación activa de los ciudadanos y las ciudadanas en su propio proceso de aprendizaje, interactuar e intercambiar ideas entre ellos enfocándose en la aplicación de conceptos y herramientas para la creación de un proyecto de vida.

- **Adecuación:** Se realizará la invitación con anterioridad a los participantes de etapa 3 al taller que se desarrollará en el área del kiosco, con el fin de fortalecer sus expectativas durante su proceso en comunidad de vida.

- **Primer momento:** se socializará con los participantes el tema a tratar y la metodología a implementar durante el desarrollo del taller.

- **Segundo Momento:** Se realizarán preguntas puntuales, donde cada uno aportará su opinión y determinará su objetividad ante los demás asistentes.

- **Tercer momento:** Los participantes realizarán su aporte de manera escrita donde plasmarán su proyecto de vida, indicando sus fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas. Seguidamente se socializará con el grupo para que cada uno fortalezca sus objetivos y metas a cumplir.

EVALUACIÓN

1. Participación en la dinámica del taller.
2. Adquirir conocimiento y comprensión sobre la creación de un proyecto de vida.
3. Desarrollar habilidades y competencias para crear e implementar un proyecto de vida.
4. Obtener un impacto positivo en la vida de los participantes.
5.

- **Reacondicionamiento del espacio:**

Se solicita a los ciudadanos dejar limpio y organizado el espacio utilizado para próximas actividades.

TEMAS:

Proyecto de vida

Un proyecto de vida es un plan integral que guía a una persona en la toma de decisiones y en la consecución de sus objetivos a lo largo del tiempo. Este plan abarca diversos aspectos de la vida, incluyendo lo personal, académico, profesional y social. Es una hoja de ruta que ayuda a orientar tus acciones diarias hacia las metas propuestas, asegurando que cada paso que tomes esté alineado con tus valores y aspiraciones.

1. ¿Quién soy?
2. Misión
3. Visión
4. Familia
5. Metas
6. Fortalezas, oportunidades, debilidades, amenazas (FODA).

Pasos a seguir:

. **Reflexiona sobre tu vida actual:** Evalúa tu situación actual en las diferentes áreas y determina dónde te gustaría estar en el futuro.
. **Define tus metas:** Establece metas claras y específicas para cada área de tu vida.
. **Crea un plan de acción:** Desarrolla un plan detallado de las acciones que necesitas tomar para alcanzar tus metas.
. **Monitorea tu progreso:** Revisa regularmente tu progreso y ajusta tu plan según sea necesario.

REFERENCIAS

https://virtual.uniminuto.edu.co

https://www.corporacióngilberto echeverri.gov.co

RECURSOS:

Físicos.

- Mesa, sillas, formato de asistencia, hojas de block, lápices, colores.

Humanos.

- Ciudadanos y promotores.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante el desarrollo de la actividad se obtuvo la participación activa de cada uno de los participantes, donde se evidenció conocimiento del tema y opiniones más concretas, las cuales se debatieron obteniendo respuestas muy positivas ante las situaciones que se puedan presentar durante la ejecución del proyecto de vida que establecieron individualmente en beneficio de mejorar su calidad de vida.

Objetivo

Participación fluida, manejo del tema con el propósito de planear y ejecutar su proyecto de vida.

Cuantitativos:

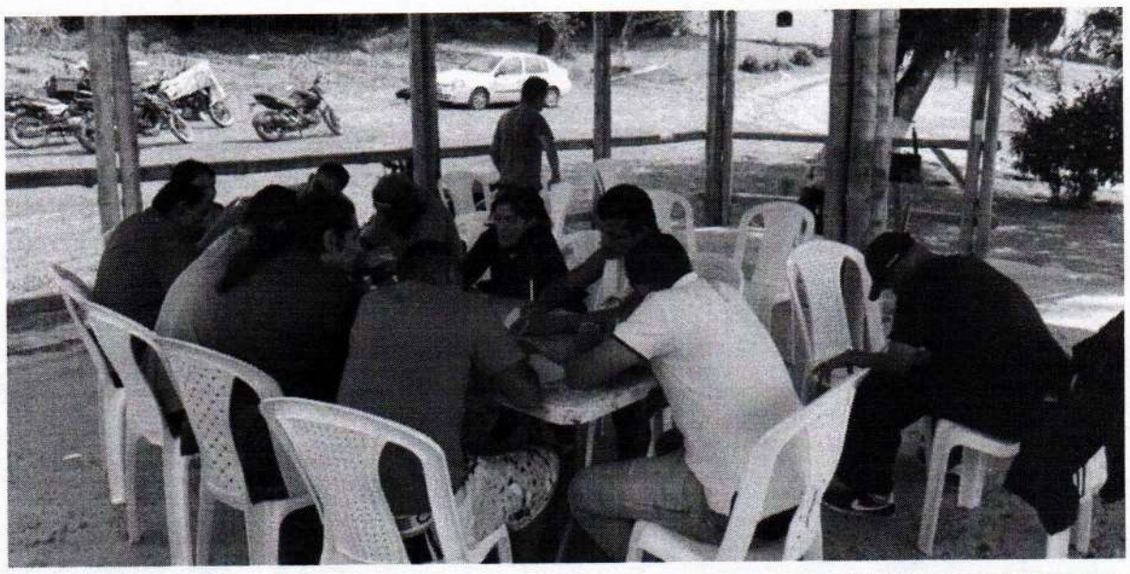
Total, de participantes: 18
Total, hombres: 16
Total, Mujeres: 2

FIRMA DEL RESPONSABLE: Lina C. Millán

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE ACTIVIDAD: Proyecto de vida
LÍNEA DE ATENCIÓN 2: Promoción de la inclusión ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
FECHA: 11/09/2025
TIPO DE ACTIVIDAD: Taller formativo







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: Proyecto de Vida
4. Fecha: 11/09/2025
5. Hora: 02:00 p.m.

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1016060358	Dolan D. Cristiano	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80249818	Alexander Galeano	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	29777265	Blanca Munar	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79950581	Pablo Rodriguez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80323585	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80002176	John Molano	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80116545	Luis A Cubillos	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	C.C.	80243905	DANIEL AREVALO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1015	William Arteaga	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80.038.7	Leonardo Amado	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	52763187	Luz Marina	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80120487	Juan. Viloria	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	91.214.618	Rafael A. Mendoza	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	75929584	ELISEO RAVE A	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	9565051	Samuel R.	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1073461577	Luis Briñez	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80161646	Jaime Ramirez	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1026553000	Oscar Barahona	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19																
20																

13. Nombre del responsable: Lina Carolina Millán
14. Cargo o rol del responsable: Promotora Social
15. Firma del responsable de la actividad: Lina Millán

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:** 11/09/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 pm FINAL: 03:30 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Manejo de la frustración

OBJETIVO GENERAL:

Fomentar en las y los ciudadanos el desarrollo de estrategias efectivas para la gestión asertiva de la frustración, comprendiendo su origen, impacto y formas saludables de afrontarla, promoviendo el fortalecimiento de su proceso de crecimiento personal y el bienestar emocional, a través de un taller psicoeducativo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar situaciones que generan frustración en su proceso de cambio y reintegración social.
- Comprender la frustración como una emoción natural y desarrollar una actitud resiliente ante ella.
- Explorar y practicar estrategias de regulación emocional y afrontamiento adaptativo.
- Reflexionar sobre la importancia del manejo de la frustración en la construcción de proyectos de vida.

METODOLOGÍA:

A partir de la Línea de atención II: Promoción de la Inclusión Socio Ocupacional desde el Agenciamiento de Capacidades, se implementará la metodología psico-educativa, por medio de la cual, los ciudadanos construyen desde su propio conocimiento y vivencias personales herramientas que favorecen su autorregulación para afrontar la frustración de manera adecuada, este taller se direccionará bajo el enfoque mitigación del riesgo, así mismo de desarrollará con las y los ciudadanos de etapa 5.

- **Adecuación**:

Se organizarán los recursos físicos que se van a implementar durante el taller, tales como sillas, mesas, tablero acrílico, entre otros, posteriormente se convocará a las y los ciudadanos al espacio. Así mismo se realizará el pre-alistamiento de elementos audiovisuales.

- **Primer momento:**

Se dará inicio al espacio brindando el saludo de bienvenida así mismo, se invitará a las y los ciudadanos a presentarse brevemente y compartir cómo se sienten en el momento. Así mismo, se desarrollará la siguiente dinámica inicial, denominada "La cuerda tensa", en donde se solicitará a las y los participantes que sostengan una cuerda entre todos y la tensen poco a poco hasta que alguno la suelte o se rompa. Luego, se reflexiona sobre cómo la tensión representa la frustración y la importancia de manejarla antes de que "se rompa". Posteriormente, se realizará la presentación del tema, se indicarán los objetivos y se realizará una lluvia de ideas, en donde se indagarán los conocimientos previos que tienen los ciudadanos respecto a la frustración.

- **Segundo Momento:**

Durante el segundo momento de la actividad, se explorará más a profundidad el concepto de frustración a través de un conversatorio, que pretende fomentar el diálogo a partir de la siguiente pregunta orientadora: ¿qué situaciones generan frustración en sus vidas?, luego de generar la escucha activa y recopilar las ideas brindadas por todos los y las ciudadanas, se procederá a entregar una hoja con las siguientes preguntas, las cuales deberán responder de manera individual:

- ¿Qué te frustra con más frecuencia?
- ¿Cómo reaccionas cuando te frustras?
- ¿Qué consecuencias tienen esas reacciones en tu vida?

Luego de que las y los participantes hayan respondido las preguntas, se generará un espacio para que quienes deseen compartir de manera voluntaria sus respuestas, fomentando el compartir de experiencias como un elemento transformador. Seguidamente, se generará la siguiente pregunta: *"¿Cómo podríamos manejar mejor la frustración?"*, la cual se orientará para que se responda de manera colectiva a partir de los conocimiento y habilidades con las que cuentan las y los participantes

- **Tercer momento:**

Luego de generar las respectivas reflexiones, se procederá a dar una explicación breve sobre técnicas de regulación emocional, como la respiración profunda, reestructuración del pensamiento y la tolerancia a la

incertidumbre, indicando que la practica de estas herramientas permitirán el afrontamiento asertivo de la frustración, transformando esta emoción en la oportunidad para el aprendizaje y el crecimiento personal. De la misma manera se llevará a cabo un ejercicio práctico, el cual consiste en proponer la técnica "La Pausa de los 5 Segundos", donde los participantes practicarán detenerse, respirar y elegir una respuesta antes de reaccionar impulsivamente. Finalmente se proyectará un video motivacional que menciona como el sentimiento de frustración que puede generar el fracaso, puede ser la oportunidad para mejorar, avanzar e intentar esforzarse más, para conseguir los objetivos que se esperan alcanzar.

- **Reacondicionamiento del espacio:**

Una vez culminado con el cierre de taller, se le solicitará a las y los participantes dejar organizado el espacio utilizado (recogiendo sillas y mesas).

TEMAS:

Manejo de la frustración

La Frustración en sí misma no es mala porque nos obliga a movilizar nuestros recursos y a esforzarnos por conseguir lo que queremos y a tener paciencia.

El problema de la baja tolerancia a la frustración

La baja tolerancia a la frustración implica una sensibilidad excesiva hacia las emociones desagradables. Como una lente magnifica el lado malo de las situaciones. Desde este punto de vista la vida está llena de tragedias y acontecimientos estresantes que te llevarán al desánimo y querrás abandonar tus propósitos.

Aprender a superar la frustración es un proceso de aprendizaje que se inicia desde la infancia misma y nunca se acaba.

La frustración en si misma es una emoción que no te define como persona.

La percepción de nuestras capacidades

Nuestra percepción de lo que somos capaces de hacer es subjetiva y muchas veces no corresponde con nuestra capacidad real:

Sobre-estimamos nuestras capacidades: La «prepotencia» tiene un papel importante en la frustración porque nos llevará a buscar retos más difíciles de lo que realmente somos capaces de resolver y nos llevará a frustraciones mayores.

Tenemos una percepción «acertada»: Saber de lo que realmente eres capaz de hacer y hasta donde puedes llegar juega un papel fundamental a la hora de elegir tus desafíos y poder desarrollarte de forma óptima.

Subestimamos nuestras capacidades: La «impotencia» aquí reside el miedo para movilizar nuestros recursos y sacarles el máximo partido. Normalmente nos lleva a buscar tareas sencillas e impedirá mejorar tus habilidades. Por lo que siempre te quedarás estancando en este miedo.

Aspectos para superar la frustración

Reconoce tu emoción de frustración

Es un paso fundamental para superar la frustración con éxito. Para ello es imprescindible aceptarlas y tomárselo como una parte de tu crecimiento personal.

Reconoce tus debilidades y carencias aunque te sientas desilusionado. Estas no te convierten en una persona débil.

Confía en tu potencial

Es imprescindible que seas consciente de tus capacidades reales para elegir tareas de dificultad similar para desarrollar al máximo tu potencial.

Busca una dificultad de tarea acorde a tu nivel de capacidad.

Conoce tus limitaciones

No todo es capacidad, también hay que conocer tus carencias. Tenemos nuestras torpezas que difícilmente desarrollaremos por diferentes motivos así que ojo donde te metes. A veces es más sabio resolver estos problemas de otras formas.

Con esto no quiere decir que seas mediocre y que no aspires a mejorar. Tan sólo quiero que seas consciente de hasta donde eres capaz de llegar y que elijas bien tus desafíos. Lleva tu expectativa acorde a tus limitaciones y los desánimos serán más llevaderos.

No te tomes nada personal

Sí, se que cuesta pero piensa que tú no eres tus fracasos. Si las cosas no te salen como tu quieres por una serie de cuestiones que tienen solución. No te invalides completamente porque no lo consigas.

Piensa que cada fracaso te da una oportunidad de aprender algo muy valioso.

No te compares con otras personas

Las comparaciones son peligrosas. Acepto que mires con el fin de inspirarte y aprender a como resolver el problema pero cuando entramos en la comparación instantáneamente surge un pensamiento que nos invalida. Porque pensamos que la otra persona es quien lo hace bien y yo mal. Huye de esto.

Como todos tienes tus capacidades y limitaciones. Acepta tu situación actual y a partir de ahí empieza a trabajar en la dirección deseada con la inspiración de otros ejemplos.

Piensa antes de actuar

Obtendrás mejores resultados si te paras a contemplar tu objetivo y como alcanzarlo de la mejor manera posible. Tómate un poco de tiempo antes de actuar. Verás como consigues mejores resultados si diseñas una pequeña estrategia. Esto nos lleva al siguiente punto.

Invertir un poco de tiempo en recoger información, analizar y planificar te puede ahorrar horas de fracasos.

Divide y vencerás

Si te planteas una meta muy dura probablemente no lo conseguirás a menos que lo desmenuces en tareas más sencillas.

Muchas de nuestras metas se componen de otras tareas y objetivos que podemos resolver de manera independiente. Pues bien, esto es lo mejor que puedes hacer. Atenderlas de manera individual con el tiempo que te sea necesario.

No tengas el foco de atención en la meta

Si vives con los ojos en la meta no disfrutarás del camino.

Cuando las cosas se compliquen magnificarás los problemas y querrás abandonar porque nunca llegas a la meta final. Sin embargo, si te planteas todo lo que ya has conseguido verás que ya tienes un avance más motivador.

Celebra tus pequeñas victorias

Recuerda que la frustración te hace equivocarte, aprender, desarrollar tus habilidades ¡Todo un desafío que requiere de esfuerzo y compromiso! Celebrando tus logros y tus aprendizajes verás como amortiguas las emociones de frustración, te lo harás más llevadero y te mantendrás motivado.

Valora tus esfuerzos y celebra tus victorias por insignificantes que te parezcan.

Desahógate: A veces tenemos unas emociones muy fuertes que necesitamos aliviar cuando sentimos que ya no podemos más. Aunque es un aspecto muy personal hay varias formas de conseguir esto:

Comparte tus emociones, despotrica si lo necesitas: ¡Haz ejercicio, y mucho!

Sencillamente desconecta y descansa por un tiempo. Intercala actividades de ocio de placenteras

Recuerda las razones por las que quieres seguir adelante. Muchas personas exitosas en los negocios tienen el hábito de meditar diariamente por los beneficios que les aporta. Aquí tienes una técnica de relajación basada en Mindfulness muy recomendable.

Descansar, serenarte y gestionar estas emociones son algunos de sus puntos más fuertes. Comprobarás como tras una pequeña meditación luego podrás volver mejor a la carga.

Poniendo todo esto en práctica

Resumidamente el proceso para superar la frustración acaba siendo de la siguiente manera:

Tienes tu objetivo final, que en si mismo es complejo y difícil. Lo desmenuzas en otros más pequeños y observas de lo que eres capaz de hacer y de lo que no. Entonces averiguas que necesidades tienes para conseguirlo.

Celebra siempre tus pequeñas victorias.

Durante todo este proceso, no tengas tus ojos en la meta final. Tan sólo plantéatelo como un camino a recorrer y te recomiendo que lo disfrutes. No te lo tomes como algo personal. Te ayudará a no quemarte y mantendrás mejor el ánimo. Y por supuesto, no te des por vencido

Comprobarás que superar la frustración es una cuestión de actitud en la que cambiarás tu forma de

pensar, de comportarte y finalmente tu manera de sentir.

Referencias:

Dueñas (2002) *Manejo de la frustración: un nuevo reto para la orientación educativa*. Recuperado de: https://www.redalyc.org/pdf/706/70600505.pdf

RECURSOS

Físicos:

- Tablero acrílico, marcadores, reproductor de vídeo y sonido, computador.

Humanos:

- Ciudadanos, profesional del área de psicología

RESULTADOS:

Cualitativos:

El tema abordado sobre manejo de la frustración, le permitió a los ciudadanos reflexionar acerca de las decisiones inadecuadas que han tomado en el transcurso de la vida por no contar o implementar las herramientas necesarias para hacer frente a situaciones estresantes o de alto impacto emocional. Reconocieron que aprender a manejar la frustración implica comprender que no se puede tener el control sobre todo y que en ocasiones es necesario aceptar, adaptarse a los cambios, aprender y continuar. Los participantes realizaron los ejercicios escritos y compartieron sus experiencias con el grupo de manera respetuosa y con actitud colaboradora. A partir de lo anterior, fue posible dar cumplimiento al objetivo de fomentar en las y los ciudadanos el desarrollo de estrategias efectivas para la gestión asertiva de la frustración, comprendiendo su origen, impacto y formas saludables de afrontarla, promoviendo el fortalecimiento de su proceso de crecimiento personal y el bienestar emocional, a través de un taller psicoeducativo.

Cuantitativos:

Se contó con la participación de 7 ciudadanos hombres, dos de ellos pertenecen a la población adulta mayor.

FIRMA DEL RESPONSABLE: OANEHA GARCÍA

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

Registro Fotográfico

Nombre de la actividad: Manejo de la frustración
Línea de atención II: Promoción de la Inclusión Socio Ocupacional desde el Agenciamiento de Capacidades

Fecha: 11/09/2025.
Etapa 5





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

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

3. Tema / Actividad: Manejo de la Frustración | 4. Fecha: 11/09/2025 | 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	79.957.635	Julio Cieva	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	6814782	Jorge Gonzales	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80901369	W.S. padilla	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79236902	Fabio Bereció	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	5.824.830	Alexander Villa	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	7462671	Hector Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80236394	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Daniela García Ramírez | 14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga | 15. Firma del responsable de la actividad: DANIELA

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:** 12/09/2025	**HORA:** 09:00
ÁREA: Primeros auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	KAREM MORENO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Impacto del consumo de SPA en la salud física y mental

OBJETIVO GENERAL: Promover el desarrollo saludable, desde etapas tempranas de la vida, mediante el fortalecimiento de competencias socioemocionales, para evitar el consumo de sustancias psicoactivas y otros riesgos psicosociales. Las acciones se implementan en función de las características y necesidades de la población.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Educar a los ciudadanos sobre los efectos que causa el consumo de SPA en la salud física y mental.
- Implementar talleres y charlas informativas en la comunidad sobre temas relacionados el consumo de SPA resolviendo preguntas y aclarando dudas.
- Concientizar a los ciudadanos los daños que realiza el consumo de SPA a la salud física y mental.

METODOLOGÍA:

LINEA DE ATENCION 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

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 consumo de SPA en la salud física y mental en pro de aportar positivamente en la calidad de vida de los ciudadanos generando conciencia sobre el tema.

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

- **Primer momento:** Se iniciará la actividad, indagando en las y los ciudadanos qué conocimientos previos tienen acercade lo que piensan sobre el impacto del consumo de Spa en la salud física y mental, 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 el consumo de SPA, mediante una charla psicoeducativa haciendo énfasis en recurrir al área de primeros auxilios en este caso, o en su defecto a las entidades de salud si en algún momento tiene dudas.
- **Tercer momento:** Se dará un espacio de aclaración de dudas respecto al tema y la experiencia personal de cada participante. Se mencionará la importancia de estar informados y comprender la importancia de obtener información clara sobre el efecto del consumo de spa en salud mental y física, buscando que los ciudadanos tomen conciencia.
- **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: Impacto del consumo de SPA en la salud física y mental

1. **¿Qué es el consumo de spa?**

Es toda sustancia que introducida en el organismo por cualquier vía de administración (ingerida, fumada, inhalada, inyectada, entre otras) produce una alteración del funcionamiento del sistema nervioso central del individuo, la cual modifica la conciencia, el estado de ánimo o los procesos de pensamiento.

1. **Consecuencias físicas del consumo de SPA.**

Las drogas se suelen clasificar en tres grandes grupos:

1. Drogas depresoras del sistema nervioso central
Como por ejemplo el alcohol, la heroína, el opio, la morfina:
Son aquellas que inhiben o atenúan los mecanismos cerebrales que sirven para mantener el estado de vigilia y pueden producir diferentes grados de efectos desde la relajación, somnolencia, sedación hasta la anestesia o el coma.

2. Drogas estimulantes del sistema nervioso central
Como la cocaína, las anfetaminas, la nicotina (tabaco)...
Son sustancias que producen euforia, aumentan el estado de alerta y la actividad motriz, y hacen que disminuya la sensación subjetiva de fatiga y el hambre.

3. Drogas perturbadoras del sistema nervioso central
Como el cánnabis, LSD, mezcalina...
Son aquellas que se encuentran en plantas, hongos o son productos de síntesis. Distorsionan aspectos relacionados con la percepción, los estados emocionales y la organización del pensamiento.

2. **Consecuencias mentales del consumo de SPA**

El consumo de drogas puede llegar a generar deterioro cognitivo.
Algunas patologías de salud mental asociadas al consumo de drogas o potenciadas por algunas sustancias son:
Trastornos del ánimo (episodios depresivos).
Trastornos de ansiedad (TAG, crisis de pánico, crisis de angustia)

Fuente de consulta: Inteligencia artificial.

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

Cualitativos
Se evidencio interés por parte de los asistentes acerca del tema en general, identificando la importancia de conocer sobre el impacto del consumo de spa en salud mental y fisica.

Cuantitativos
Se logro la convocatoria de - 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

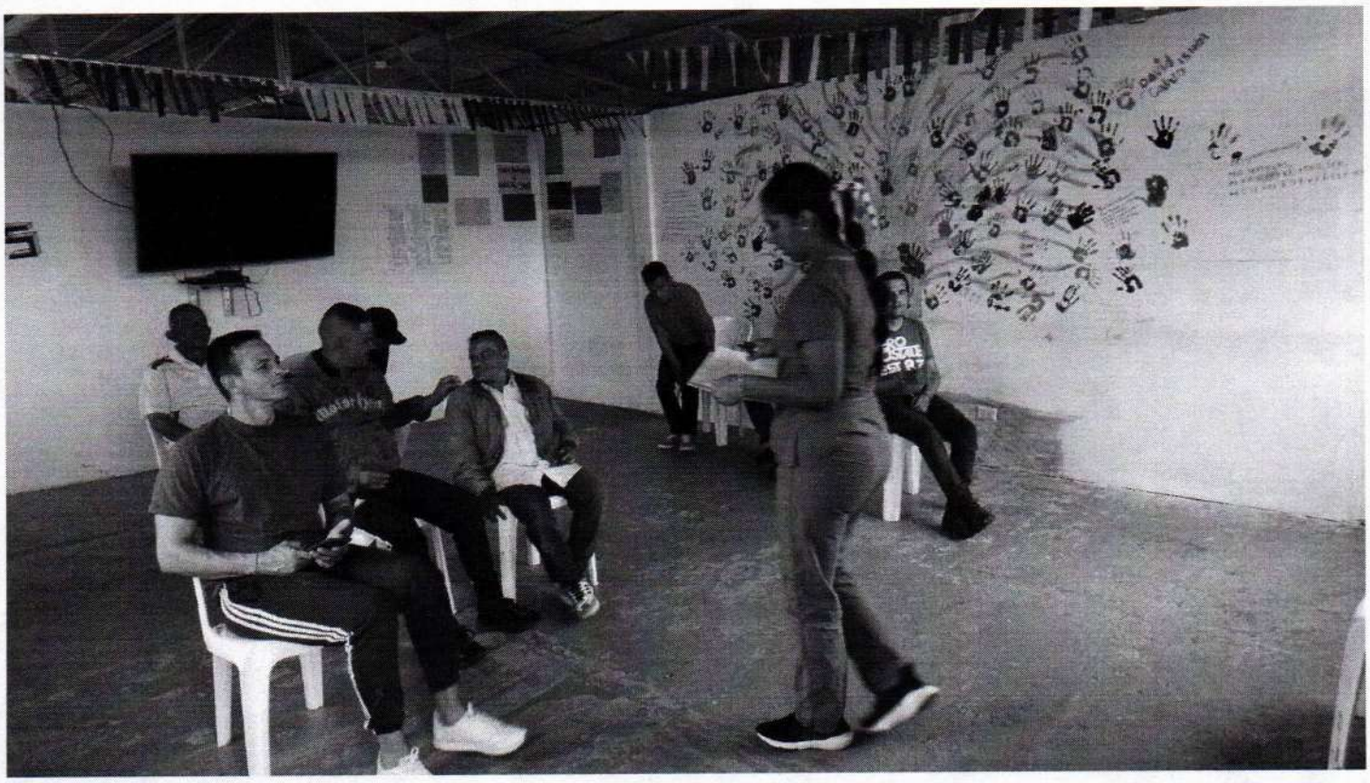
Hombres :10

FIRMA DEL RESPONSABLE: Karem Moreno

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Homero Diaz

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Impacto del consumo de SPA en la salud física y mental
LINEA DE ATENCIÓN 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.
FECHA: 12/09/2025



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: Impacto del Consumo de SPA en salud fisica y mental

4. Fecha: 12/09/2025

5. Hora: 9:00

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1118184350	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80902937	Yuan Paz Ruiz Mo	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80926713	Jose Ortiz	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOSE	
4	CC	80918309	Luis padilla	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis P	
5	CC	8726226	Caballero C	62	No aplica	No aplica	No aplica			X					Caballero	
6	CC	80.038.760	Fernando Arrado	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	7545756	Nicolas Gamez Dor	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	84533968	Jose Cozzo	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80220068	Cesar Tcatino	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					Cesar Tcatino	
10	CC	1019494044	Willym Arteaga	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Karem Moreno

14. Cargo o rol del responsable: Auxiliar Enfermera

15. Firma del responsable de la actividad: Karem Moreno

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 12/09/2025	**HORA:** INICIO: 09:00am FINAL: 10:30 am
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Anggie Paola Murcia Salinas	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividades acuáticas dirigidas.

OBJETIVO GENERAL:

Promover el fortalecimiento físico, la coordinación motriz y las habilidades de los participantes mediante juegos acuáticos dirigidos, incentivando la cooperación, la recreación activa y el disfrute como espacio de aprendizaje y bienestar.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Ejecutar actividades de que permitan a los participantes reconocer su cuerpo, mejorar su condición física y desarrollar habilidades motoras de forma progresiva.
- Estimular la cooperación y el trabajo en equipo mediante dinámicas acuáticas que requieran comunicación y organización grupal.
- Incentivar el uso de actividades acuáticas como una estrategia de bienestar físico, mental y emocional en la vida cotidiana.

METODOLOGÍA:

La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdica- deportiva, donde se pretenderá plantear una serie de actividades físicas a través del juego como bienestar físico, mental y emocional y así mismo, que trabajen las capacidades motrices de los ciudadanos con el fin de desarrollar los sistemas musculares de estabilización del cuerpo con ayuda de actividades acuáticas, de igual manera se fomentará la práctica de una manera activa teniendo en cuenta el déficit corporal que presenta cada ciudadano. Esta actividad se dará bajo la línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

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

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

Segundo Momento: Seguido a esto se dará inicio a la actividad, con una activación y entrada en calor teniendo en cuenta, movilidad articular y estiramientos, seguido a ello se establecerán los siguientes ejercicios.

- Caminata (dentro de la piscina).
- Ejercicios de resistencia con la presión del agua (sentadillas, elevaciones de rodilla, aperturas de brazos).
- Saltos pliométricos suaves dentro del agua.

Se desarrollará los siguientes juegos acuáticos.

- La búsqueda del tesoro: Se lanzan objetos livianos (aros, pelotas, esponjas) al agua y los participantes deben encontrarlos y recogerlos en el menor tiempo posible.

- Relevos acuáticos: Se forman equipos y deben trasladar una pelota u objeto flotante de un lado al otro de la piscina nadando, caminando o flotando.

- Carreras de flotadores
- Cada participante se sube a un flotador y debe impulsarse con las manos o pies para llegar a la meta.
- Se lanza una pelota grande y los jugadores deben atraparla sin que toque el agua. Puede hacerse en parejas o equipos.

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

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

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

TEMAS:

Actividades acuáticas.

La enseñanza de actividades acuáticas desempeña un papel crucial en el desarrollo integral de habilidades motoras y de seguridad, especialmente en niños y personas que desean mejorar su interacción con el medio acuático. El agua, como entorno de aprendizaje, presenta características únicas que exigen técnicas y metodologías especializadas. Esto ha llevado a numerosos investigadores y educadores a diseñar estrategias lúdicas y motivacionales que faciliten la adaptación progresiva al medio acuático. Entre los trabajos más destacados sobresalen, Castañer y Camerino (2006), quienes desarrollaron propuestas psicomotrices centradas en el uso de actividades lúdicas para fomentar una mejor relación con el agua. Años más tarde, Blázquez Sánchez (2006), exploró cómo el juego y las actividades motivacionales son herramientas efectivas para reducir el temor al medio acuático y promover una experiencia más positiva. Más recientemente, Lizama (2019) presentó una estrategia basada en juegos como herramienta principal para la ambientación y aprendizaje acuático. Su enfoque incluyó dinámicas grupales y ejercicios de flotación que facilitaron la familiarización de los participantes con el agua, estimulando habilidades básicas como la respiración, la flotación y el control corporal. Aunque estas estrategias han demostrado ser efectivas, su implementación enfrenta desafíos adicionales cuando se trabaja con poblaciones específicas, como personas con discapacidad visual. En estos casos, los conocimientos y recursos de los entrenadores acuáticos suelen ser limitados, lo que dificulta el diseño de programas adaptados a las necesidades de esta población. La presente investigación tiene como objetivo proponer actividades adaptadas que permitan a los educadores acuáticos facilitar la adaptación al medio acuático a niños con discapacidad visual. Estas estrategias, centradas en métodos lúdicos y progresivos, buscan superar temores, mejorar habilidades motoras y promover una familiarización efectiva con el agua, contribuyendo significativamente al desarrollo de una enseñanza inclusiva y efectiva en la natación. La integración de juegos en la enseñanza acuática permite abordar de manera efectiva las habilidades motoras necesarias para desenvolverse en el agua. En el diseño de estudios con métodos mixtos, Castañer y Camerino (2006), han demostrado que la combinación de análisis cualitativos y cuantitativos permite evaluar de manera más completa los programas de intervención en educación física. En sus investigaciones, observaron avances significativos en la coordinación motriz de los participantes, especialmente en habilidades como la locomoción y la manipulación de objetos. Blázquez Sánchez (2006), resalta la importancia de una evaluación formativa y continua en el proceso de enseñanza. Esta evaluación debe ser progresiva e incluir tareas motrices adaptadas a las necesidades del alumnado, permitiendo un aprendizaje personalizado que considere tanto los aspectos motrices como los cognitivos y sociales. De igual manera, Lizama (2019), aboga por un enfoque crítico y transformador en la educación física, en el que las actividades estén contextualizadas a las experiencias de vida de los estudiantes y promuevan la reflexión crítica sobre los contenidos educativos. El desafío principal en la enseñanza acuática para personas con discapacidad visual radica en el hecho de que muchas de las experiencias educativas tradicionales se basan principalmente en estímulos visuales. Según Telford y Sawyer (1977), el 85% de las experiencias educativas en un aula convencional dependen de la visión, lo que implica que los estudiantes con discapacidad visual pueden enfrentar un mayor grado de ansiedad o temor ante el entorno acuático. Por lo tanto, es esencial diseñar métodos inclusivos que les brinden la confianza necesaria para participar activamente en las actividades acuáticas. En este sentido, Según Castañer y Camerino (2006), proponen que, los materiales adaptados, como flotadores y tablas, desempeñan un papel crucial al proporcionar seguridad y permitir la práctica de habilidades motoras de manera progresiva. Estos recursos no solo ayudan a superar las limitaciones impuestas por la ausencia de visión, sino que también refuerzan habilidades sensoriales alternativas, como el tacto y el oído, que son fundamentales para el desarrollo en el entorno acuático. A medida que los estudiantes adquieren mayor confianza en sus habilidades, pueden participar en juegos y actividades recreativas que no solo mejoran sus destrezas motrices, sino que también fomentan una integración sensorial en el agua

Entrenamiento Funcional.

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

El entrenamiento funcional, se ha implementado desde varios autores, para tener diferentes finalidades, como un entrenamiento multidimensional, pero hasta este momento en Bogotá Colombia, no se ha logrado llegar a una conceptualización, pero podemos encontrar en desde los artículos encontrados y filtrados, autores generando una conceptualización desde solamente un área del conocimiento en otros contextos, como lo son EE.UU, España, entre otros. El fisioterapeuta Grey citado por (Pinzon, 2015) plantea el entrenamiento funcional como: Una visión acerca del término cadenas cinéticas. Por definición, Entrenamiento funcional significa entrenar con un propósito; buscando obtener un efecto positivo en la

aptitud física (relacionada con la salud o con el rendimiento) o en el deporte que se practica. Este busca un acercamiento integrado multidimensional que mejora la fuerza, resistencia y acondicionamiento total del cuerpo en aquellos que lo aplican.

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

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

El entrenamiento físico ha pasado por múltiples enfoques de acuerdo con la evolución científica, económica y social. Inicialmente buscaba el desarrollo de la fuerza máxima en atletas con la utilización de cargas externas. De este modo apareció el culturismo o bodybuilding, el cual buscó mejorar estéticamente el cuerpo (1), siendo éste un signo de buena salud. Posteriormente, este concepto cambió con la aparición del fitness a fines de los 60´s e inicios de los 70´s. La evidencia científica demostró que el ejercicio cardiovascular afecta positivamente en el rendimiento físico y la salud, definiéndose como el "estado que permite a una persona utilizar su cuerpo en actividades que requieran fuerza, resistencia, flexibilidad, coordinación, agilidad, potencia, equilibrio, velocidad y precisión, sin experimentar fatiga" (2). Hoy en día se propende por el wellnes que promueve técnicas de bienestar y diversión que incluyen el baile, el yoga, tai-chi y el pilates, entre otros, logrando la relajación y el equilibrio mente-cuerpo (3, 4). Actualmente el entrenamiento se ha extendido a múltiples ámbitos de la vida del ser humano, demostrando sus beneficios en la recuperación física y funcional, la prevención de la aparición de lesiones y el alcance de una condición física saludable y no sólo como método de intervención en rehabilitación deportiva. Bajo estos parámetros, aparece el Entrenamiento Funcional (EF) o Functional Training que se basa en la ejecución de patrones de movimiento y cadenas musculares, para desarrollar una actitud tónico postural equilibrada en todas las situaciones cotidianas funcionales del individuo (5), fomentando una modalidad de entrenamiento beneficiosa, efectiva y segura (6) sobre las cualidades de la aptitud física.

Entrenamiento Funcional (EF) y Salud

Desde la perspectiva de la Fisioterapia, la importancia del EF reside en la ganancia de Fuerza Funcional (FF). Esta se define como el "trabajo realizado contra una resistencia de la tal forma que la fuerza generada beneficie directamente la ejecución de AVD y movimientos asociados al deporte" (42). Una revisión del Colegio Americano de Medicina del Deporte reportó que la fuerza muscular mejora aproximadamente un 40% en sujetos "no entrenados", 20% en sujetos "moderadamente entrenados", 16% en sujetos "entrenados", 10% en sujetos "avanzados" y 2% en sujetos "elite", demostrando así una tendencia específica hacia la reducción del ritmo de progresión con la experiencia, hasta llegar al punto conocido como estabilización del entrenamiento o "plateau". El entrenamiento de la FF para optimizar la salud y calidad de vida, depende de la aplicación de un estímulo adecuado, es decir que el fisioterapeuta debe determinar el volumen, la intensidad y ejercicios ideales que suponen una técnica de ejecución correcta y elementos adecuados; así como un aumento progresivo de cargas que asegure adaptación gradual y proteja de sobrecargas y daños al organismo (6). Según García (43), existen factores que modulan el aumento de fuerza, que permiten un mejor desempeño de manera funcional, los cuales pueden orientar la ganancia de la FF, como por ejemplo:

• La hora del día en que se entrena: siguiendo ritmos circadianos; los momentos óptimos son de 10 a 12 de la mañana y de 7 a 10 de la noche (43).

• La temperatura ambiental: influye por las mismas razones que en el caso anterior. Obviamente habrá unos niveles más elevados con temperaturas cálidas (43).

• La edad y el sexo: en el hombre se registra un rápido y notable aumento de fuerza entre los 12 y 19 años, siguiendo una evolución paralela al aumento de su peso corporal; luego el aumento de fuerza crece mucho más lentamente hasta los 30 años; a partir de esta edad comienza un cierto declive. Las mujeres tienen aproximadamente un 30% menos de fuerza, debido a que presentan menores niveles de testosterona, que es un componente esencial del músculo (43).

• El nivel de entrenamiento: el músculo de un individuo entrenado puede contraerse con más fuerza que el de otro que no esté entrenado (43).

• La alimentación: cuanto más adecuada sea ésta, el desarrollo de la fuerza tendrá valores normales y óptimos) (43).

• La forma del musculo: en los músculos fusiformes las fibras discurren paralelas a un eje mayor, que sería la distancia entre tendones, las fibras corren paralelas en toda la longitud del músculo. Este tipo de disposición permite movimientos más amplios y veloces pero poco potentes, sus movimientos son más veloces, pero tienen menos fuerza; están pues más adaptados a la velocidad que a la fuerza; en los músculos peniformes las fibras forman un ángulo a uno o ambos lados del tendón, las fibras tienen una disposición oblicua al eje que forman los tendones y huesos, son de corta longitud. Están más adaptados a la fuerza, que desarrollan en una porción corta de recorrido, que a la velocidad. Son músculos menos veloces y más fuertes (43).

El entrenamiento de FF promueve ganancia de la masa muscular, siendo la alternativa idónea para prevenir lesiones y retrasar la disminución de la fuerza muscular en adultos mayores (44). El EF busca la ganancia de FF, la cual provoca una serie de beneficios que desarrollan independencia funcional, mejoran la salud y por ende su calidad de vida. Por ello, todo programa de entrenamientofísico dirigido a adultos mayores, debe combinar las cualidades físicas o capacidades biomotoras como la resistencia aeróbica, fuerza muscular y amplitud de movimiento.

Fuente de consulta:

- https://mhunters.com/es/blog/entrenamientofuncional/#:~:text=Caracter%C3%ADsticas%20del%20entrenamiento%20funcional,El%20entrenamiento%20funcional&text=Simula%20una%20actividad%20de%20la,%2C%20potencia%2C%20resistencia%2C%20etc
- Argandoña, E. J. C., & Chávez, E. C. (2025). Enseñanza de actividades acuáticas a través de juegos lúdicos para personas con deficiencia visual. Ciencia y Educación, 6(7), 227-237.

RECURSOS:

Físicos:

- Piscina, balones, parlante.

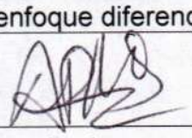
Humanos:

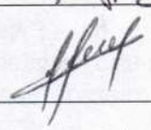
- Ciudadanos de la comunidad de vida, profesional.

RESULTADOS:

Cualitativos: Como resultado de la actividad, los participantes fortalecieron sus capacidades físicas y de coordinación motriz a través de la práctica de juegos acuáticos dirigidos, los cuales favorecieron el desarrollo de habilidades corporales en un ambiente dinámico y recreativo. Del mismo modo, se incentivó la cooperación y el trabajo en equipo, generando espacios de integración y convivencia entre los ciudadanos. La jornada deportiva permitió que por medio de la recreación se convierte en una oportunidad de aprendizaje y bienestar, promoviendo hábitos de vida saludables, aprovechamiento del tiempo libre y el interés por mantener prácticas de actividad física que aporten a la salud y la calidad de vida.

Cuantitativos: Se cuenta con la participación de 14 ciudadanos, los cuales 12 son de género masculino y 2 de genero de femenino, 3 perteneciente a enfoque diferencial.

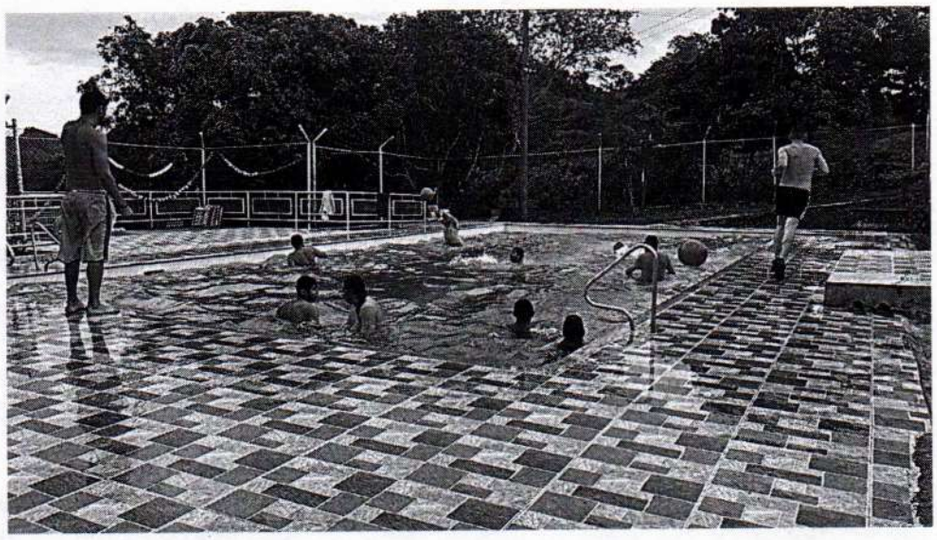
FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Hernan Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividades acuáticas dirigidas.
Línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.
Fecha: 12/09/2025.
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: Actividades acuáticas dirigidas.

4. Fecha: 12/09/2025

5. Hora: 09:00 a m

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1033771879	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Garcia	
2	CC	98585368	Freddy Velasquez	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	29477765	Brayan Quiroga	6C	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	7995055	Pablo Rocha	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1022940960	Marcela Becerra	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1032403228	Andres Fabian Fuentes	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1094364195	Jesús Peñaloza	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jesús Peñaloza	
8	CC	80194190	Nicolas Gomez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1023064553	Nicolas Martinez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1022328114	Wilmar Forero	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1140547661	Johan	25	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80236974	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1030571332	Jhon Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1033732088	Zoya Huertas	30	No aplica.	No aplica	No aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angie Murcia

14. Cargo o rol del responsable: Educación Física

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:** 12/09/2025	**HORA:** **INICIO** 09:00 AM **FINAL** 12:00 PM
ÁREA: Tallerista Cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandro Bejarano	
NOMBRE DE ACTIVIDAD: Sonidos de vida – Grupo musical			

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la expresión, el bienestar emocional y la integración comunitaria a través de la práctica musical colectiva, promoviendo la creatividad, la escucha activa y el desarrollo personal en un entorno de respeto y colaboración.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar la escucha activa, el respeto y la colaboración entre los participantes mediante dinámicas musicales grupales.
- Desarrollar la sensibilidad musical y la creatividad mediante ejercicios de improvisación, ritmo y composición sencilla.

METODOLOGÍA
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, encaminada en la línea de atención II nombrada; promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Enfoque Participativo y Vivencial

- Se prioriza la **participación activa** de todos los integrantes, sin necesidad de conocimientos previos.
- El aprendizaje se da por medio de la **experiencia directa**, el ensayo, la exploración musical y el trabajo grupal.
- Se valora más el proceso que el resultado final.

Trabajo por Etapas Progresivas

Etapa 1: Escucha y Apreciación Musical

- Audición colectiva de bandas de rock en español clásico (Ej: Soda Stereo, Los Enanitos Verdes, Hombres G, Los Prisioneros, etc.).
- Conversatorio: ¿Qué nos dice esta música? ¿Qué emociones despierta? ¿Qué recuerdos o valores transmite?
- Selección participativa de canciones para trabajar en el taller.

Etapa 2: Exploración Instrumental y Vocal

- Introducción a los instrumentos disponibles: guitarra, bajo, batería, percusiones, voz.
- Dinámicas lúdicas para perder el miedo a cantar o tocar.
- Asignación de roles según intereses y habilidades de los participantes.

Etapa 3: Ensayo Guiado

- Ensayos semanales con acompañamiento del tallerista.
- Descomposición de canciones en partes simples (intro, estrofa, coro) para facilitar el aprendizaje.

Trabajo en secciones: rítmica, armónica, melódica y vocal.

- Evaluación Cualitativa Continua
- Observación del progreso grupal e individual.
- Autoevaluaciones simples (¿Qué aprendí hoy? ¿Cómo me sentí?).
- Retroalimentación grupal positiva y constructiva.

Adecuación:
Se notifica a los y las participantes mediante los tableros informativas que el taller se realizara en agro, para cual se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de cada una de las actividades

Primer momento
Se explicarán los objetivos a alcanzar durante el taller que será la elaboración de una batería acústica artesanal y la metodología a desarrollar; Se hará el llamado a los y las ciudadanas que deseen participar.

Segundo momento:
Se iniciará presentando el diseño de la estructura principal de la batería que se ira a realizar la cual se elaborara de ángulos reciclados de camas que ya no se usan, se procederá a escoger las canecas o

calones de jabón reciclados los cuales se usaran con tones de aire, se escogerá la caneca grande reciclada la cual servirá de bombo para iniciar y tomar las medidas e iniciar a cortar el material; se cortara la caneca grande (bombo) a 55 cm de ato, el restante será encajado dentro de la misma para generar mayor estabilidad y acústica, los ángulos serán cortados y soldados en forma de U abierta con 4 soportes superiores en los cuales irán anclado los galones de jabón (tones de aire), a continuación se iniciara a ensamblar las partes realizadas

Tercer momento reacondicionamiento del espacio

Por último, se realizará el cierre y reflexión de lo aprendido durante el taller

- Espacio para compartir experiencias y reflexiones sobre el taller.
- Hablar sobre la importancia de la música en la vida comunitaria.
- Trabajo autogestionado.

TEMA

LA IMPORTANCIA DE LOS USOS DE LA MÚSICA EN LA VIDA DIARIA

La **música** con su **ritmo**, **armonía** y **melodía** siempre ha acompañado a todas las sociedades a lo largo de la evolución. Y es que la música no deja de ser un **lenguaje universal** que causa siempre el conocido efecto de acción-reacción, siempre hay una sensación ante una melodía. Lo cierto es que es uno de los factores más influyentes, además de uno de los principales motores de sentimientos y reacciones, debido a la actividad cerebral que reproduce en las personas. Cualquier actividad con música se hace mucho más llevadera ya que su escucha proporciona una reducción constante del estrés y una sensación de tranquilidad que permite adquirir el confort y la comodidad necesarios para poder llevar a cabo las actividades. ¿A ti también te pasa?

Existen tantos tipos de música como gustos en el mundo. Y es que no para todos es relajante el mismo tipo de música. Está demostrado que la música tiene influencia directa sobre las emociones y los estados de humor de las personas. Por regla general, tras escuchar música disponemos de una actitud positiva frente a la vida. Pero **la música tiene multitud de beneficios para el día a día**. A continuación, te los contamos todos:

Usos y beneficios de la música para el día a día

- **Estimula la actividad cerebral**. La música, además de ser uno de los elementos que más placer genera, libera dopamina, la cual estimula el circuito cerebral subcortical encargado de **generar respuestas a nivel emocional**. Así, cuando los sonidos entran por el conducto auditivo llegan hasta las redes neuronales del cerebro donde se producen respuestas de control y de ejecución de movimientos.
- **Impulsa el aprendizaje**. Los recién nacidos responden antes a las melodías que a los estímulos de sus propios padres. Los dibujos animados suelen incluir canciones porque el manejo de los ritmos permite a los niños la memorización de la información y de los conceptos de una manera más rápida y sencilla. La práctica de la música permite el **desarrollo de la motricidad**, es decir, la **coordinación de los movimientos** y la **orientación en el espacio**.

También son destacables las numerosas ventajas para los músicos. Y es que aquellos que practican música desde edades tempranas tienen una mayor capacidad de memoria.

- **Aumenta la concentración**. Muchos ven incrementada su **capacidad de concentración** al escuchar música instrumental mientras estudian o realizan trabajos. La música es una técnica de estudio más a través de la cual las tareas se hacen más llevaderas. La música clásica también permite mejorar en un corto período de tiempo la memorización de las tareas ya que su ritmo pausado propicia un efecto calmante y una atmosfera de aprendizaje ideal.
- **Fomenta la positividad**. La conocida como **musicoterapia** es utilizada ya por muchos profesionales para tratar procesos y conductas emocionales. La musicoterapia permite por medio de la exploración de los propios sentimientos realizar cambios de ánimo, aumentar el control sobre las propias emociones, mejorar la sociabilización y aprender a poner en práctica las habilidades para resolver de manera autosuficiente los problemas. De esta forma se trata de mejorar trastornos, deficiencias o problemas psicológicos a través de la música. Ello se consigue gracias a que las melodías tienen una influencia directa sobre el estado de ánimo.
- **Elimina el estrés**. La música es un remedio eficaz para **eliminar los niveles de estrés**. A la música se la reconoce en muchas culturas como un tipo de medicina recuperativa en aspectos afectivos y mentales. Los especialistas han demostrado a través del estudio interno de sus beneficios que la escucha activa de música tiene una influencia positiva sobre el sistema nervioso. Hablamos de la reducción de los latidos del corazón, de una respiración más lenta y de una sensación de tranquilidad total.
- **Aumento de la motivación**. La música está directamente relacionada con la motivación. Una fiesta sin música no es entendida como fiesta, lo mismo ocurre con una clase de baile sin música. La música nos acompaña en nuestras vidas pero es sobre todo durante la **ejecución de actividades físicas** cuando alcanza su máximo nivel motivacional. Los ritmos fuertes, latinos, electrónicos y repetitivos son clave para la motivación general durante actividades como el running, la musculación, el baile o cualquier otro tipo de deporte.
- **Ayuda a conciliar el sueño**. La música, en su mayoría pausada, es utilizada por una parte de la población para llegar a **conciliar el sueño**. Muchos son los que no entienden una noche sin música una vez acostados en la cama. Esto se debe a que la música produce una serie de sustancias químicas en el

cerebro que ayudan a alcanzar la relajación total y a eliminar tensiones, fomentando así una respiración más calmada y una sensación de bienestar que ayuda a conciliar el sueño de una manera más rápida.
La música continuará formando parte de nuestras vidas y de la sociedad en general como disciplina cultural. Pero, sobre todo, será la **transmisión de generación en generación** la que permitirá el mantenimiento de la música en el tiempo como un sello de identidad. Por tanto, la música se mantendrá como la fuerza creativa, comunicativa y emocional primordial del planeta

FUENTES

https://www.zasmusic.com/blog/la-importancia-de-los-usos-de-la-musica-en-la-vida-diaria-b746.html

RECURSOS

Recursos Humanos

- Tallerista, participantes

Recursos físicos

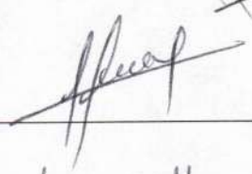
- Galones reciclados, canecas recicladas, equipo de soldadura, pulidora, ángulos reciclados.

RESULTADOS:

Cualitativos: Dando cumplimientos a los objetivos del taller se logro evidenciar un alto compromiso por parte de los asistentes al taller los cuales manifestaron emoción por poder crear un instrumento con sus propias manos y en el proceso aprender de la diferencia de sonidos en la percusión, su la importancia y afinación necesaria para lograr así los sonidos específicos, también se logra observar el respeto y la colaboración entre los participantes compartiendo un mismo objetivo.

Cuantitativos:
Ingresan al taller 8 todos del género masculino de diferentes equipos de referencia y diferentes etapas todos con buena disposición.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Hernay Diaz

REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN II: PROMOCIÓN DE LA INCLUSIÓN SOCIO OCUPACIONAL DESDE EL AGENCIAMIENTO DE CAPACIDADES.
ACTIVIDAD TRANSVERSAL
12/09/2025
SONIDOS DE VIDA – GRUPO MÚSICA





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: Sonidos de vida - Grupo musical

4. Fecha: 12/09/2025

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	[illegible]	Alex Pulido	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Alex	
2	CC	1033776879	Andres Leonardo Garcia	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Andres Garcia	
3	CC	79884692	Alejandro Villami	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
4	CC	11224660	[illegible]	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
5	CC	6883968	[illegible]	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
6	CC	98585367	Freddy Velasquez	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
7	CC	94'511403	Diego Bernardes	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
8	CC	79961854	Mauricio Rio	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro 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:** 12/09/2025	**HORA:** INICIO: 11:00 a.m. FINAL: 12:00 p. m.
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angie Stefany Nieto Dionicio	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Escolarizarte			

OBJETIVO GENERAL:
Acompañar a los y las estudiantes en su proceso de desarrollo personal y de inclusión educativa a través de procesos pedagógicos, orientados en el cumplimiento de sus metas y proyectos de vida, en el marco del fortalecimiento de capacidades y la generación de oportunidades, como parte de la acción estratégica CIPREIA y del objetivo misional para la dignificación de la población y la reducción de factores de riesgo asociados al fenómeno de la habitabilidad en calle.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Desarrollar espacios de formación para la vida que resignifiquen la experiencia educativa y promuevan la autonomía, el sentido de pertenencia y la reconstrucción de la autoestima.
- Contribuir a la reducción de factores de riesgo acentuados en las dinámicas de vida en calle, a través de la implementación de prácticas pedagógicas inclusivas que amplíen las oportunidades de los participantes y refuercen su vínculo con procesos formativos transformadores.

METODOLOGÍA:
Durante el desarrollo de la acción formativa, se trabajará con los y las ciudadanos por medio de una metodología lúdica- pedagógica, con el propósito de acompañar a los y las estudiantes en su proceso de desarrollo personal y de inclusión educativa a través de procesos pedagógicos, orientados en el cumplimiento de sus metas y proyectos de vida, en el marco del fortalecimiento de capacidades y la generación de oportunidades, como parte de la acción estratégica CIPREIA y del objetivo misional para la dignificación de la población y la reducción de factores de riesgo asociados al fenómeno de la habitabilidad en calle. Esta actividad se dará bajo la Línea de atención II: Promocion de la inclusion socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Adecuación: se adecua el espacio de la biblioteca para iniciar la actividad, en esta ocasión se genera un espacio de creación de carta formales y no formales como estimulación a la lectura y la escritura y de refuerzo para estudiar en la acción estratégica de CIPREIA para el próximo semestre, se organizan las sillas y las mesas, en aras de dar continuidad a los siguientes momentos:

Primer momento: se realiza un espacio de escucha activa, para reconocer las dudas e inquietudes de los y las estudiantes frente a sus saberes previos sobre los temas de las unidades de aprendizajes y sobre dudas e inquietudes de las acciones a seguir para dar continuidad a sus estudios y formación académica.

Segundo Momento: de manera conjunta se construyen posibles soluciones a las inquietudes, expuestas en el momento anterior y se realiza una sensibilización sobre la importancia de redactar cartas formales y no formales como una habilidad fundamental en la vida, ya que permite comunicarse de manera clara, respetuosa y efectiva según el contexto y el destinatario. Las cartas formales son esenciales para trámites, solicitudes, reclamos o situaciones laborales y académicas, donde se requiere un lenguaje estructurado y profesional. Por otro lado, las cartas no formales fortalecen vínculos personales, permitiendo expresar emociones, ideas o agradecimientos de forma cercana y espontánea. Dominar ambos tipos de redacción facilita las relaciones humanas, el ejercicio de derechos y deberes, y una mejor participación en la sociedad.

Tercer momento: de manera individualizada se recogen las dificultades identificadas durante el desarrollo de la acción formativa.

Cuarto momento: se genera un espacio colectivo de retroalimentación de los contenidos vistos para charlar sobre los aprendizajes generados durante el encuentro.

Quinto momento: se evidencian los avances de cada estudiante y las necesidades de apoyo que cada uno requiere.

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

TEMAS:

Desarrollo humano, capacidades y oportunidades: Esta investigación realiza un ejercicio juicio de revisión de estado del arte sobre el abordaje del fenómeno de habitabilidad en calle en la ciudad de Bogotá, desde una perspectiva de desarrollo humano, capacidades y oportunidades, que permiten dignificar la vida de las personas que habitan la calle o están en riesgo de estarlo. Transita por temas claves como la exclusión social, el consumo de sustancias psicoactivas, las capacidades evidentes o escondidas en seres humanos que valen igual que cualquier otra persona y las políticas sociales que han transversalizado las vidas humanas en situación de calle. Luego de un ejercicio robusto de recolección de información basada en fuentes primarias y secundarias, se analiza la apreciación y significados que las capacidades humanas (Nussbaum, 2012) representan para las personas habitantes de calle y aquellas personas que se acercan desde la institucionalidad para atenderlas de manera integral. Esto conlleva a la construcción de una propuesta integral que permita el abordaje de las capacidades de las personas habitantes de calle, que promueva nuevas formas de abordaje reconociendo los logros y aprendiendo de las dificultades de varios años de intervención institucional sobre un fenómeno social complejo.

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

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

Dignidad humana: como valor fundante del ordenamiento jurídico, principio constitucional y derecho fundamental que: a) protege la autonomía individual; la posibilidad de diseñar un plan vital y determinarse según las propias características (vivir como se quiere). b) exige unas condiciones materiales de existencia (vivir bien). c) proclama la intangibilidad de los bienes no patrimoniales, integridad física e integridad moral (vivir sin humillaciones).

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

Fuente de consulta:

López-Hernández, D., Brito-Aranda, L., & Torres-Fonseca, A. (2014). Importancia y redacción de la carta al editor. Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas, 19(4), 475-478.

Cely López, E. T. Habitantes de calle en Bogotá: formas de vida a través de sus trayectos territoriales.

Pérez Salamanca, J. C. Desarrollo humano y procesos de inclusión social para las personas habitantes de calle de la ciudad de Bogotá (Master's thesis, Buenos Aires).

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

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

RECURSOS:

Físicos:

- Hojas de papel, sillas, mesa, marcadores y lápices.

Humanos:

- Ciudadanos y ciudadanas de la comunidad de vida el Rosario y la profesional.

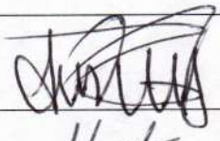
RESULTADOS:

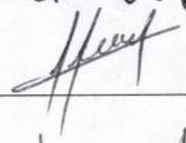
Cualitativos:

Durante el espacio, los ciudadanos y las ciudadanas se mostraron receptivos y expectantes frente a la temática del día, por lo que su participación fue activa, pues, por medio de la reflexión y la transversalidad se busca potenciar las habilidades individuales de cada ciudadano en su proceso de desarrollo personal, en pro de reducir los factores de riesgo asociados al fenómeno de habitabilidad de calle y la ampliación de sus capacidades.

Cuantitativos:

Se contó con la participación total de 20 ciudadanos y ciudadanas, entre los cuales se encuentran:
3 mujeres
17 hombres entre los cuales se encuentran 2 adultos mayores.
Total: 20 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Heiney Diaz

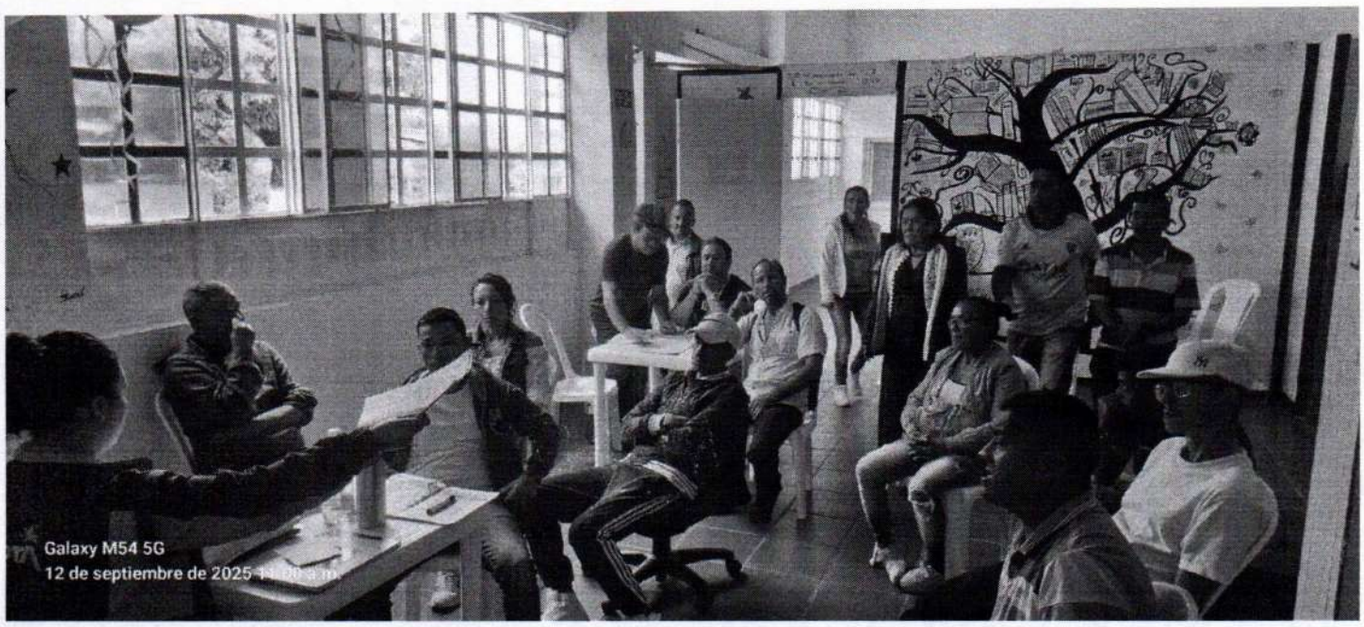
ANEXO FOTOGRÁFICO

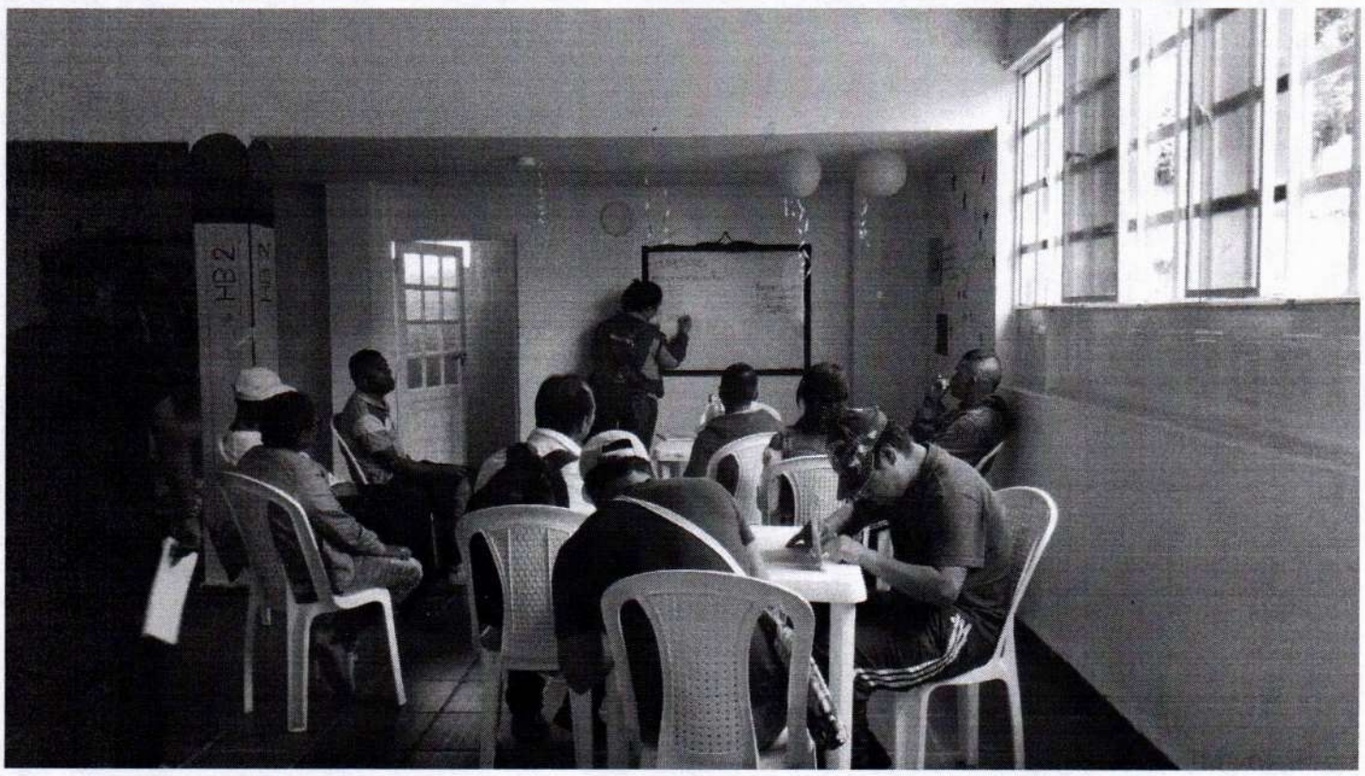
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Escolarizarte

Línea de atención II: Promocion de la inclusion socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Fecha: 12/09/2025

Comunidad de Vida el Rosario





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Escolarizarte

4. Fecha: 12/09/2025

5. Hora: 11:00 a.m.

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80902937	Juan David Quintero	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79643205	Jerson Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1024555534	Dayron Vidal	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80926655	JHON GOMEZ	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	39565631	Sandra Rojas	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1033711084	Brayan Hueto	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	74186668	Oscar J Mila	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1030571832	Juan Reales	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79472715	Blanca Mana	66	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	7[illegible]5	Julio Rodrigu	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1073680996	Orlando	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	[illegible]	Oscar Contacto	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	[illegible]	Marcela Becerra	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	52763107	Luz marina	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80926213	Jose ortiz	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	80901369	luis padilla	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	1145784358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	79957635	Julio Ojeda	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1085409074	Willyn Arteaga	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	91.246[illegible]	Rafael Mendoza	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Dionicio

14. Cargo o rol del responsable: Pedagoga

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012 me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_tn_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario	**FECHA:** 12/09/2025	**HORA:** INICIO: 02:00pm FINAL: 03:30pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela García Ramírez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: La decisión de estar y permanecer

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer la toma de decisiones asertivas en las y los ciudadanos a través de técnicas de análisis, reflexión, identificación de opciones, oportunidades y probabilidades que les permita la resolución de conflictos o situaciones de la cotidianidad de una manera adecuada promoviendo la consolidación del proyecto de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Brindar psico-educación a las y los ciudadanos acerca del proceso de toma de decisiones asertivas.
- Dar a conocer las diferentes técnicas de toma de decisiones que pueden ser utilizadas en la cotidianidad ante la resolución de conflictos o situaciones que puedan presentarse.
- Identificar la relación existente entre la toma de decisiones asertivas y la consolidación de proyectos de vida, como estrategia para la superación personal.

METODOLOGÍA:

Esta actividad se llevará a cabo a partir de una metodología psico-educativa, desarrollando las habilidades y destrezas, con el fin de aprender a identificar las variantes pertinentes del proceso de la toma de decisiones. Esta actividad se desarrollará a partir de la línea de atención II: Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades y oportunidades y se realizará con las y los ciudadanos de etapa 1.

- **Adecuación**:

Se realizará una convocatoria previa en la cual se mencionará a las y los ciudadanos pertenecientes a etapa 3 que la actividad se desarrollará en la sala de tv de casa 2, en donde se adecuará el espacio con el equipo de cómputo y el televisor.

- **Primer momento:**

Para iniciar, se llevará a cabo una lluvia de ideas en la cual se indagarán los conocimientos previos con los que cuentan las y los ciudadanos acerca de la toma de decisiones; posteriormente, se preguntará acerca de cuáles han sido las decisiones que consideran han sido las más complejas de tomar y en qué se basaron para llegar a esta elección.

- **Segundo Momento:**

Posteriormente, se procederá dar a conocer los conceptos teóricos que implican la toma de decisiones por medio de una presentación en power point, en la cual luego de definir cada concepto se dará un espacio para identificar si se logró la comprensión de los términos por parte de la ciudadanía. Adicionalmente, se solicitará a la población que brinden ejemplos acerca de cómo han tomado decisiones en etapas anteriores de sus vidas, haciendo énfasis en la relación que tiene la toma de decisiones con la adecuada gestión emocional. Ante esto, se explicará a las y los participantes cómo se da esta relación y la necesidad de aprender a regular las emociones de tal manera que estas no incidan de manera negativa en la toma de decisiones. Adicionalmente, se expondrán algunos casos de situaciones en los cuales se deben tomar decisiones a fin de generar debates entre los participantes y posteriormente reflexionar respecto a cada una de las opiniones.

- **Tercer momento:**

En el tercer momento de la actividad, se proyectará un vídeo en el cual se resumirá el proceso de la toma de decisiones a partir del funcionamiento cerebral y las áreas que inciden en este proceso: https://www.youtube.com/watch?v=Arr7_VKvLvg. Para finalizar, se solicitará a las y los participantes que mencionen los aprendizajes adquiridos durante el espacio y mencionen qué aspectos de la toma de decisiones resulta la más compleja y de qué manera fortalecerán dicha capacidad.

Así mismo, se reflexionará acerca de la decisión de llegar a la comunidad de vida y permanecer, identificando todos aquellos beneficios y cambios obtenidos durante el tiempo que llevan realizando el proceso, así como también aquellos obstáculos que se han presentado y que les ha permitido aprender y fortalecer el desarrollo personal, motivándolos a continuar y a avanzar pese a las dificultades que se

puedan presentar en la cotidianidad.

- **Reacondicionamiento del espacio:**

Se solicitará a las y los ciudadanos organizar el espacio recogiendo las sillas y mesas utilizadas.

TEMAS:

TOMA DE DECISIONES

La toma de decisiones **es un proceso que atraviesan las personas cuando deben elegir entre distintas opciones**. Diariamente cada individuo está ante situaciones en las que debe optar por algo, y esa decisión no siempre resulta simple. El proceso de la toma de decisiones se activa cuando se presentan conflictos en diversos ámbitos de la vida a los que hay que encontrarles la mejor solución posible.

Proceso de toma de decisiones

A la hora de enfrentar una situación a resolver es importante que el individuo siga ciertos pasos:

- **Definir el problema.** Análisis de la situación que se enfrenta.
- **Detectar las alternativas posibles.** Definición y reconocimiento de las combinaciones de acciones que se pueden tomar.
- **Prever los resultados.** Asociación y detección de las posibles consecuencias de cada una de las alternativas y estudio del contexto en el que se lleva a cabo la decisión.
- **Optar una alternativa.** Elección de alguna de las opciones.
- **Control.** Monitorear los resultados de la opción elegida, se debe ser responsable y tener una actitud participativa en el proceso.
- **Evaluación.** Análisis de las ventajas y desventajas de la decisión tomada, este paso es fundamental para el aprendizaje y la toma de decisiones futuras.

Tipos de toma de decisiones

El proceso de toma de decisiones se da de manera periódica y constante en la vida de un individuo. Muchas veces responde a conflictos que se presentan de manera diaria y otros son ocasionales; algunos se dan dentro del ámbito privado y otros dentro de empresas u organizaciones.

Según las diferentes características, el proceso de toma de decisiones puede ser:

- **Racional.** Proceso en el que se analizan las posibles alternativas utilizando el raciocinio en base a fuentes y pruebas comprobables.
- **Intuitivo.** Proceso en el que el individuo toma en cuenta la intuición y la experiencia personal para volcarse hacia alguna de las alternativas.
- **Personal.** Proceso de toma de decisión de un individuo dentro del ámbito privado.
- **De rutina.** Proceso que realiza un individuo o grupo de manera periódica, suelen ser situaciones que no resisten mucho análisis ni tratan sobre temas complejos.
- **De emergencia.** Proceso que un individuo o grupo realiza para tomar una decisión frente a una situación nueva y excepcional.
- **De grupo.** Proceso que se realiza en conjunto entre los miembros de un grupo en el que prima el consenso y se toma la alternativa que genera más adhesión.
- **Individual.** Proceso que ejecuta una persona de manera autónoma dentro de un contexto como una organización o empresa.
- **Organizacional.** Proceso que realizan uno o varios individuos miembros de una organización para tomar una decisión que repercute en el futuro de la institución.

Características de la toma de decisiones

- **Claridad.** Refiere a la importancia de tener en claro el objetivo a alcanzar en el proceso y la situación a resolver.
- **Impacto.** Refiere a las consecuencias que puede traer cada una de las alternativas a elegir. Es importante tener en cuenta que todas las opciones tendrán consecuencias, por lo que se debe elegir la alternativa que genere el impacto más favorable.
- **Periodicidad.** Refiere a la regularidad con la que los individuos o grupos toman decisiones, hay algunas decisiones que son diarias, y otras que se dan cada un cierto período de tiempo que puede ser aleatorio o determinado.
- **Actores.** Refiere a los individuos que forman parte del proceso de toma de decisiones, que pueden ser tomadas de manera individual o grupal según cada caso.
- **Reversibilidad.** Refiere a si se puede o no dar marcha atrás en la elección de una alternativa. Mientras más irreversibles sean las consecuencias de alguna de las alternativas a elegir, más atención se deberá prestar al proceso de decisión.

Relación entre las emociones y la toma de decisiones

La toma de decisiones es el proceso cognitivo mediante el cual seleccionamos una opción entre varias alternativas posibles, a través de este proceso, evaluamos los pros y los contras de cada opción y elegimos la que consideramos óptima para alcanzar nuestros objetivos.

Es esencial para la vida diaria, ya que nos permite enfrentar problemas y desafíos de manera efectiva, además, la calidad de nuestras decisiones determina en gran medida nuestro éxito en el

ámbito personal y profesional.

Para Sigman (2020) "el mecanismo de tomar decisiones se constituye sobre un principio extremadamente sencillo, el cerebro elabora un paisaje de opciones y da inicio a una carrera que tendrá a un único ganador". Las personas a lo largo de nuestra vida, debemos tomar decisiones

constantemente. Este es un proceso complejo, en el que las emociones las preparan para adaptarse y responder a su entorno.

Probablemente has escuchado que las decisiones se deben tomar sin la influencia de nuestras emociones, por ejemplo, en frases como "las decisiones se toman con la cabeza fría", pero la realidad es que necesitamos de nuestras emociones para tomar decisiones.

De acuerdo con el portal Europa Press TIC, "las personas tomamos una media de 35,000 decisiones al día y solo somos conscientes de una mínima parte de ellas. En concreto, el

99.4% de las decisiones se toman de forma automatizada por nuestro cerebro, sin que tengamos una percepción real de que hemos dedicado esfuerzo a realizar una determinada acción". Este proceso inconsciente al ser automatizado por nuestro cerebro nos ayuda a ahorrar energía.

Con base en lo anterior significa que el 0.6% de las decisiones que tomamos durante el día, alrededor de 206, lo hacemos de forma consiente. Dentro de estas decisiones se encuentran, por ejemplo, la elección de la ropa que usaremos durante el día, las canciones que escucharemos de camino a la escuela y/o trabajo o el sabor del helado, así como algunas de mayor relevancia como la elección de amistades, la elección de pareja, la carrera a cursar etc.

Algunos estudios en neurociencias sostienen que somos, principalmente, seres emocionales que aplicamos a la razón. A nivel neurofisiológico, asocian la actividad racional con el cortéx, así como nuestra emocionalidad con el sistema límbico y consideran que las decisiones dependen de las interacciones entre estos los centros racionales y emocionales.

El proceso de la toma de decisiones se relaciona con elegir la alternativa que más te convenga, en general la toma de decisiones está relacionada tanto con alternativas positivas y negativas, pero también está influenciada por las variables internas y externas que a continuación se detallan:

Las variables internas son:

• Personalidad, Aspectos socioemocionales, Temperamento, Carácter, Valores, Ideología

Las variables externas son:

• Contexto, Medio, Cultura, Recursos materiales, Normas sociales

Los aspectos socioemocionales desempeñan un papel determinante en la toma de decisiones. Ante la existencia de diferentes alternativas, el cerebro es capaz de crear una presentación, aunque muy fugaz de cada alternativa, es decir, puede imaginarse como serían las cosas si se toma decisión entre las opciones, a, b, c, y d, además, evoca una idea de la emoción placentera o desagradable,

¿qué provocaría la situación en nosotros si se convirtiera en realidad?, por ejemplo, ¿si te invita a salir la chica o el chico que te gusta? o también si te invitara a salir tu ex, el cerebro comienza a evaluar las ventajas y desventajas de estas dos alternativas que tienes.

Para Öhman (2008) "las emociones son esenciales en la existencia del ser humano y pueden ser determinantes a la hora de tomar decisiones cruciales durante todo el ciclo vital de las personas. Los adolescentes y jóvenes se encuentran inmersos en una etapa fascinante que exige de ellos un estado de forma física, mental y emocional que les facilite la transición a la etapa adulta en las mejores condiciones. Las decisiones sobre su futuro académico y profesional son las primeras que realizarán y sus consecuencias perdurarán, probablemente, durante el resto de su vida" (p. 709)

Fuente de consulta:

https://concepto.de/toma-de-decisiones/#ixzz6eZpdTzNB

RECURSOS:

Físicos:

- Computador, presentación en power point, lista de asistencia, lapicero.

Humanos:

- Profesional de psicología, ciudadanos participes de la actividad

RESULTADOS:

Cualitativos
La actividad se llevó a cabo con las y los ciudadanos que se encuentran en etapa de adherencia, evidenciando que cuentan con la disposición de aprendizaje y con la motivación para avanzar en su adaptación a la comunidad de vida. Los participantes se mostraron receptivos, manifestaron sus opiniones de manera respetuosa y mostraron interés por el tema. Durante el espacio se generó la reflexión acerca de la importancia de aprender sobre las emociones, la importancia de aprender a manejarlas y como estas inciden en la toma de decisiones. A partir de lo anterior, fue posible dar cumplimiento al objetivo planteado de fortalecer la toma de decisiones asertivas en las y los ciudadanos a través de técnicas de análisis, reflexión, identificación de opciones, oportunidades y probabilidades que les permita la resolución de conflictos o situaciones de la cotidianidad de una manera adecuada promoviendo la consolidación del proyecto de vida.

Cuantitativos
Se contó con la participación de 5 ciudadanos hombre y 1 ciudadana mujer, para un total de 6 participantes

FIRMA DEL RESPONSABLE: DANIELA GARCÍA R.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Horney Diaz

Registro fotográfico
Nombre de la actividad: La decisión de estar y permanecer
Línea de atención II: Inclusión socio ocupacional para el agenciamiento de capacidades y oportunidades
Fecha: 12/09/2025
Etapa 1





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: La decisión de estar y Permanecer

4. Fecha: 12/09/2023

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	80067962	JAVIER HUERFANO	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1033771629	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Garcia	
3	CC	1082467552	Alex Rubio	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Alex	
4	CC	1082975855	Jesica Vargas	30	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jesica	
5	CC	1032403228	ANDRES ESTEBAN HUERTAS	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80770861	Diego camilo Roberto	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Roberto	
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Daniela García R

14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga.

15. Firma del responsable de la actividad: DANIELA GARCÍA R

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_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:** 12/09/2025	**HORA:** 2:00 pm a 3:30 pm
ÁREA: Equipo psicosocial	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carol Cuesta Arango	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Redes de apoyo			

OBJETIVO GENERAL:

- Reconocer la importancia de las redes de apoyo personales, institucionales y comunitarias para la vida cotidiana y los procesos de inclusión social.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar las diferentes redes de apoyo (personales, institucionales y comunitarias) que acompañan y fortalecen la vida de los participantes.
- Favorecer la reflexión sobre el valor de recibir y brindar apoyo en la construcción de vínculos solidarios y de confianza.
- Promover la participación activa en dinámicas grupales que fortalezcan el sentido de pertenencia y la inclusión social.

METODOLOGÍA:

La metodología de intervención será de orden psicoeducativo, y práctico. Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Primer momento:

Se dará la bienvenida a los participantes y se explicará el objetivo de la actividad. Se dispone el grupo en círculo una persona sostiene el ovillo y dice el nombre de alguien que le ha ayudado en algún momento (ej: una hermana, una amiga, un funcionario, o institución). Luego se lanza el ovillo, sin soltar la punta. La siguiente persona hace lo mismo. Al final, se forma una red simbólica. Y se generan las siguientes preguntas ¿Qué pasa si uno suelta la cuerda? ¿Cómo podemos fortalecer esta red?

Segundo Momento

Se forman grupos y se reparten tarjetas. Cada grupo debe contar o representar (con dibujos, juego de roles o ejemplos) cómo esa red puede ayudar en momentos difíciles (salud, alimentación, apoyo emocional, empleo)

Tercer momento

Luego socializan en plenaria usando las siguientes frases "¿A quién llamas si...?" y hacer que los grupos respondan actuando o mostrando una tarjeta.

Reacondicionamiento del espacio

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

TEMAS:

Redes de apoyo

Las redes de apoyo constituyen un recurso fundamental para el bienestar y la inclusión social, pues abarcan distintos niveles de acompañamiento. Las redes personales están conformadas por familiares, amigos o personas cercanas que brindan apoyo emocional y práctico en la vida cotidiana (Brooks et al., 2020). Las redes institucionales corresponden a las entidades del Estado, organizaciones sociales o instituciones de salud y educación que generan oportunidades de acceso a derechos y servicios (Adams et al., 2019). Finalmente, las redes comunitarias se expresan en la participación solidaria de colectivos, vecinos y grupos sociales que fortalecen el sentido de pertenencia y la resiliencia frente a situaciones de vulnerabilidad (Pérez Becerra & Movilla, 2022).

En conjunto, estas redes permiten a las personas enfrentar mejor sus desafíos y fortalecer su integración social.

REFERENCIAS:

- Adams, A., Fleuren, B., & de Rijk, A. (2019). Toward an institutional perspective on social capital health interventions: Lay community health workers as social capital builders. *Sociology of Health & Illness, 41*(1), 1–15. https://doi.org/10.1111/1467-9566.12992
- Brooks, H. L., Bee, P., Rogers, A., Bosley, S., & Lovell, K. (2020). Negotiating support from relationships and resources: A qualitative study of service users' experiences of personal social networks in severe mental illness. *BMC Psychiatry, 20*(1), 1–12. https://doi.org/10.1186/s12888-020-2458-z
- Pérez Becerra, F. N., & Movilla, E. E. A. (2022). Redes comunitarias y de soporte social como recurso para el cuidado y el mantenimiento de la salud. *Salud & Sociedad, 13*(1), 1–14. https://doi.org/10.22267/rsss.221301.117

RECURSOS:

Físicos: aula múltiple, sillas y mesa.
Humano: Equipo profesional, ciudadanos y ciudadanas.
Materiales: Sillas, cartulina, lapices e impresiones.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Posterior a la realización del taller, se evidenció en los participantes una actitud colaborativa y una disposición receptiva para involucrarse en las actividades propuestas. La dinámica permitió reconocer y valorar la existencia de diferentes redes de apoyo, generando un espacio de reflexión sobre su importancia en la vida cotidiana y en los procesos de inclusión social. Así mismo, se identificó que los asistentes comprendieron la relevancia de compartir esta información con sus pares, con el fin de facilitar la búsqueda de ayuda oportuna y el acercamiento a las instituciones pertinentes.

Cuantitativos:

Se contó con la participación de ocho (8) ciudadanos de las diferentes etapas y dos (2) de ellas, de género femenino.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Carol Cuesta

FIRMA COORDINADOR:

Herney Diaz

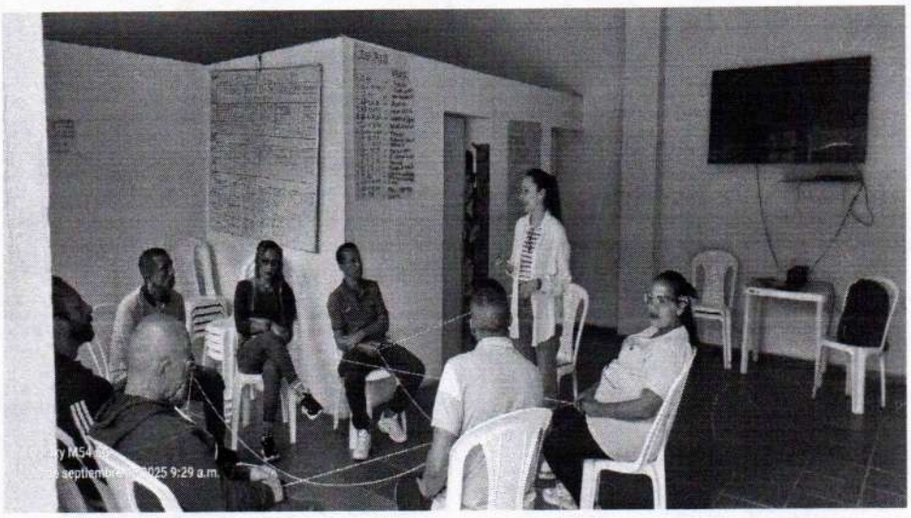
NOMBRE COORDINADOR:

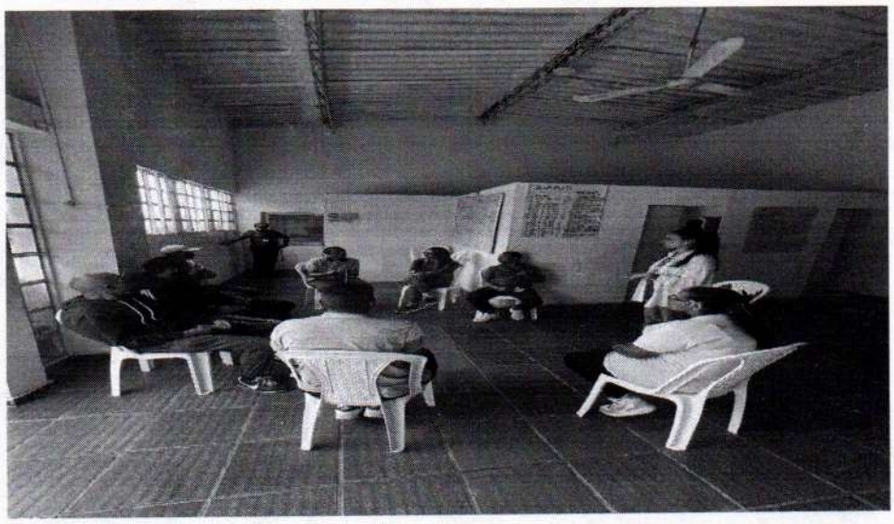
REGISTRO FOTOGRÁFICO

TEMA: FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO, LA GESTIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES.

FECHA: 12/09/2025







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: Redes de apoyo

4. Fecha: 12/09/2025

5. Hora: 9:00 am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VÍNCULO		
1	CC	1013639057	Mayerli Yurani	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1145784338	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	74186668	Oscar J Mila	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1052495582	Alex Pulido	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1075923556	Jesica Vargas	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80174190	Nicolas Gomez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79917598	Fabio Rico	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	7930557	Carlos Garcia	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carol Cuesta Arango

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social

15. Firma del responsable de la actividad: Carol CuestaA.

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:** 12/09/2025	**HORA** **INICIO:** 2:00 pm **FINAL:** 3:300 pm
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hermes Vaca

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: hacer un currículo efectivo

OBJETIVO GENERAL:
Identificar herramientas digitales que le permita a las y los ciudadanos de comunidad la continua actualización de sus currículos para posibles ofertas laborales.

Objetivo Especifico:

- Reconocer plataformas guía para el diseño de currículos
- Realizar ejercicios prácticos de diseño y reacción para un currículo
- Reconocer los puntos clave que debe tener un currículo laboral
-

METODOLOGÍA:
Se realizará el taller formativo Resignificación de estilos vida, con base en Línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades; por medio de la cual se pretende acompañar a las y los ciudadanos en el reconocimiento de redes familiares y vínculos afectivos, en ese sentido es importante contemplar una metodológica teórico-práctica basada en estudios de caso, análisis de consecuencias y reflexiones personales, estas últimas como resultado de los temas planteados como temáticas.

Adecuación: Esta actividad se realizará en el aula múltiple, espacio que cuenta con ayuda audio visual y material físico adecuado para la actividad

Primer momento:
Se iniciará la actividad con la bienvenida por parte del profesional en pedagogía quien iniciara desglosando el concepto de currículo podrán identificar el objetivo de crear y diseñar una hoja de vida, además de comprender que buscan los empleadores cuando revisan los currículos.

Segundo momento:
Para el segundo momento se realizará un ejercicio escrito en perspectiva de lo que las y los ciudadanos creen que debe contener una hoja de vida y como desde su redacción pueden realizarlo. Posteriormente de manera anónima realizaremos correcciones de los ejercicios realizados, para poder identificar los errores puntuales y realizar la respectiva explicación

Tercer momento:
Para final, se presentará la herramienta digital que ayuda a diseñar las hojas de vida actualizadas https://cv-lite.com/ por medio del proyector podrán realizar ejercicios de ensaño con la guía del profesional.

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:
La hoja de vida, también conocida como currículum vitae, constituye una herramienta fundamental en el proceso de inserción, permanencia y proyección dentro del mundo laboral. Más allá de un simple documento, se convierte en una carta de presentación que refleja la trayectoria personal, formativa y profesional de cada individuo, así como sus capacidades y potencialidades. Elaborar una hoja de vida adecuada no solo permite acceder a oportunidades de empleo, sino que también potencia la autovaloración y fortalece la manera en que cada persona narra su historia de vida frente a un mercado competitivo y en constante cambio.

Una hoja de vida bien estructurada ofrece la posibilidad de resaltar no únicamente los logros académicos y laborales, sino también las competencias blandas, aquellas relacionadas con las habilidades sociales, comunicativas y emocionales que son hoy altamente valoradas en los entornos organizacionales. En este sentido, más allá de un listado de datos, la hoja de vida debe reflejar el ser integral de la persona,

transmitiendo no solo lo que ha hecho, sino quién es y cómo puede aportar al bienestar colectivo y al desarrollo de la institución a la que aspira ingresar.

Asimismo, la construcción de una hoja de vida adecuada tiene una dimensión profundamente humana. Redactarla invita a la reflexión sobre la propia historia, los aprendizajes obtenidos, los retos superados y las metas alcanzadas. En este ejercicio se fortalece la autoestima, ya que permite reconocer y dar valor a los propios esfuerzos y a las habilidades desarrolladas, incluso en contextos adversos. Para poblaciones que han atravesado experiencias de vulnerabilidad, como el desempleo prolongado, el desarraigo o la exclusión social, la consolidación de un currículum se convierte en un acto de dignificación personal y en una herramienta concreta de empoderamiento.

En términos prácticos, contar con una hoja de vida clara, organizada y actualizada incrementa las posibilidades de ser considerado en procesos de selección laboral. Las empresas suelen recibir gran cantidad de postulaciones, por lo que un documento coherente, estético y adaptado al perfil del cargo facilita la visibilidad del candidato. Además, el currículum actúa como una herramienta estratégica en procesos de networking y en la apertura a nuevas oportunidades, dado que comunica de manera sintética lo más relevante de la trayectoria de un individuo.

Por otra parte, la hoja de vida cumple también una función social y ética: es un medio para establecer vínculos laborales más justos, donde la valoración de la persona no se limita a lo estrictamente técnico, sino que reconoce su integridad y capacidad de aportar al tejido organizacional desde la experiencia de vida. Al mismo tiempo, permite que los empleadores identifiquen talentos diversos y construyan equipos más inclusivos y resilientes.

En conclusión, consolidar una hoja de vida adecuada es un proceso que trasciende lo administrativo. Implica reconocer la propia historia, proyectar el futuro y abrir caminos hacia el desarrollo personal y colectivo. Es, en última instancia, una herramienta de transformación social que fortalece la confianza en uno mismo y crea oportunidades reales de inserción laboral, favoreciendo el crecimiento humano y profesional en contextos que cada vez exigen mayor preparación, claridad y autenticidad.

Referencias

- Chiavenato, I. (2017). *Administración de recursos humanos*. McGraw-Hill Interamericana.
- Fernández, A., & Pacheco, D. (2020). El currículum vitae como estrategia de inserción laboral. *Revista de Estudios Sociales y Humanos*, 18(2), 45-56.
  Gómez, J., & Restrepo, L. (2019). Competencias blandas y empleabilidad en el mercado laboral actual. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 10(1), 112-127.
- Ocampo, S., & Rincón, M. (2021). Inserción laboral y capital humano: desafíos para la educación y el trabajo. *Revista Latinoamericana de Desarrollo Humano*, 5(1), 23-39.
- Pérez, R. (2022). La importancia del currículum vitae en la era digital: retos y perspectivas. *Revista Iberoamericana de Educación y Trabajo*, 12(3), 65-78.

RECURSOS:

Físico:

- Tv, computador, hojas

Humano: Ciudadanos, ciudadanas y profesional

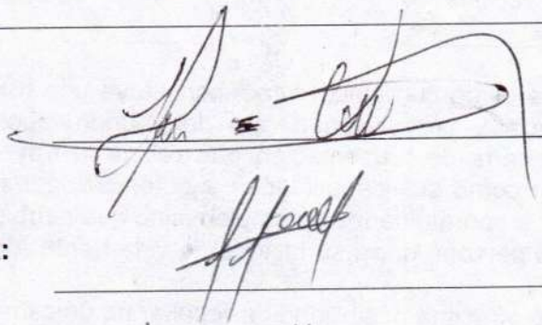
RESULTADOS:

Cualitativos:

Se lleva acabo la actividad donde se evidencia por medio de los ejercicios prácticos, las habilidades y herramientas que posibilitan para las y los ciudadanos un pleno y eficiente diligenciamiento y creación de sus hojas de vida, teniendo en cuenta sus cualidades , experiencia y experticia para aplicar a convocatorias laborales

Cuantitativos:

Se conto con la participación de 17 ciudadanos de los cuales (4) son personas mayores, y (3) mujeres

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: Taller de formativo "hacer un currículo efectivo"

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

Fecha: 12/09/2025





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: Hacer un Corrillo efectivo

4. Fecha: 12/09/2025

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	C	79477765	Nancy Yuyna	66	no aplica	no aplica	no aplica			X						
2	C	79780361	Pablo Cabrera	66	no aplica	no aplica	no aplica			X						
3	CC	80245905	DANIEL AREVALO	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	CC	1032358861	Carlos Morano	52	no aplica	no aplica	no aplica			X						
5	CC	1016080238	JULIAN D CRISTIANO	31	no aplica	no Aplica	no aplica			X						
6	CC	1047376951	Diego Velez	40	no aplica	no aplica	no aplica			X						
7	CC	1006646	Jose Eriecs	64	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	CC	1014140605	YEISON GARCIA	37	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9	CC	80224819	Alexander Galeano	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
10	CC	80058760	fernando Arado	44	no aplica	no aplica	no aplica			X						
11	CC	91.214.618	Rafael A. Mendoza	64	no aplica	no aplica	no aplica			X						
12	CC	80800476	JOHN MOLANO	55	no aplica	no aplica	no aplica			X						
13	CC	1026555220	OSCAR BARAHONA	38	no aplica	no aplica	no aplica			X						
14	CC	32922839	PM — 6	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
15	CC	39565632	Sorche Rojas	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
16	CC	80120669	Juan Vilora	41	no aplica	no aplica	no aplica			X						
17	CC	79617596	JUAN COCA	52	no aplica	no aplica	no aplica			X						
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: 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 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:** 12/09/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 pm FINAL: 03:30 pm
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andres Fabian Lopez Cano	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Beneficios de la actividad física como medio de reducción de daños.

OBJETIVO GENERAL:
Promover la actividad física como una estrategia integral para la reducción de daños físicos, mentales y sociales, contribuyendo al bienestar general y la mejora de la calidad de vida de las personas, especialmente en contextos de riesgo o vulnerabilidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer situaciones que motiven a los participantes a realizar actividad física diaria para su buen desarrollo personal.
- Realizar actividad lúdica recreativa de inclusión social con la población de la Comunidad de Vida.
- Reducir los niveles de estrés, ansiedad y depresión mediante rutinas de ejercicio adaptadas a las necesidades psicológicas de los participantes.

METODOLOGÍA:

La actividad se lleva a cabo, por medio de una metodología lúdica, que favorece el fortalecimiento de competencias que motiven a los ciudadanos de todas las edades a desarrollar esta práctica deportiva cumpliendo los protocolos de bioseguridad vigentes.

- **Adecuación**: Se realiza la invitación a los ciudadanos que participarán de la actividad definiendo los conceptos a tratar durante la sesión, proponiendo estrategias adecuadas a la edad, y tipo de población.
- **Primer momento:** Se explican los objetivos a alcanzar durante la ejecución de la actividad y la metodología a desarrollar.
- **Segundo Momento:** Se forma el grupo en posición circular donde todos estén separados mínimo a dos metros uno del otro, para la charla previa a toda la actividad, donde describimos las condiciones, reglas y elementos necesarios para el desarrollo de este taller.
  Se maneja temática inicial hacia la practica de la importancia a la actividad física, se manejara por medio de unas diapositivas en donde se dará a explicar los beneficios, el manejo, las prevenciones y otras cosas más.
- **Tercer momento:** Se lleva a cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su vida.

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.

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).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que la inactividad física causa en conjunto 1,9 millones de defunciones a nivel mundial y que causa en torno a un 10% a 16% de los casos de cáncer de mama, cáncer colorrectal y diabetes mellitus, y aproximadamente un 22% de los casos de cardiopatía isquémica.

Beneficios de la actividad física vs prevención de daños

La hipertensión arterial (HTA), es uno de los trastornos de salud más comunes, asociado a una mayor incidencia de todas las causas cardiovasculares de mortalidad. La modificación del estilo de vida es la mejor forma de prevención, tratamiento y control de la HTA, con el ejercicio como componente esencial. Los programas de ejercicio que involucraron principalmente la actividad aeróbica combinada con el trabajo de contra-resistencia ayuda a prevenir el desarrollo de la hipertensión y ayuda a disminuir la presión arterial (PA) en aquellos con hipertensión, de este modo, se tiene que la PA disminuye aproximadamente 5-7 mmHg después de una sesión de ejercicio aislado, la PA se mantiene reducida hasta 22 horas después de una serie de ejercicios, esto conlleva a una posible disminución crónica de 7.4/5.8 mmHg. Se ha encontrado tras varias semanas de entrenamiento físico, una reducción de 3 mmHg en la presión sistólica y estuvo asociada con una reducción del 5-9% en la morbilidad por causas cardíacas, una reducción del 8 al 14% en la morbilidad por accidentes cerebrovasculares, y del 4% en la mortalidad por todas las causas relacionadas. Además, pequeñas disminuciones en PAS y PAD de 2 mmHg pueden reducir el riesgo de accidente cerebro vascular en un 14 al 17%, y el riesgo de accidente coronario en un 6- 9%. El mecanismo pe el cual se da la reducción de la PA por efecto del ejercicio incluye adaptaciones positivas del organismo, tales como mejoramientos vasculares y estructurales, así como la disminución de los agentes que intervienen negativamente en la PA, disminuye la resistencia periférica total, mejora la sensibilidad a la insulina y mejora la función de los vasodilatadores y vasoconstrictores. Conclusión: La HTA es una enfermedad frecuente que pasa desapercibida sin producir síntomas, por tal razón puede ser letal. El ejercicio físico aeróbico combinado con ejercicio de contra-resistencia (además del uso de los fármacos prescritos por el médico) son el mejor medio para la prevención y el tratamiento posible para las personas con esta enfermedad, ya que se pueden reducir los factores de riesgo, controlar la frecuencia cardiaca, mejorar la capacidad funcional, la capacidad cardiovascular y disminuir los niveles de ansiedad y depresión.

Actividad física y salud

Las actividades físicas y el deporte son manifestaciones culturales presentes en todos los grupos y sociedades, suponiendo una parte importante del bagaje socio-cultural del individuo. Podemos decir que la practica de la actividad física y deportiva se ha popularizado mucho, sobre todo en las sociedades desarrolladas, y mas en concreto en el siglo actual. La relación que se atribuye entre actividad física y salud suele ser simple y parcial, centrándose en aspectos muy concretos, no relacionando dicha actividad física con una noción completa de bienestar, tanto a nivel físico, como psicológico y social.

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.

Hernández, M. R. (2012). La actividad física en la prevención y tratamiento de la hipertensión arterial. *InterSedes*, *13*(26).

Bascon, M.A.P. (1994). Actividad física y salud. Obtenido de https://archivos. Csif. es/archivos/andalucia/enseñanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_42/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01pdf.

RECURSOS:

Físicos:

- Sala de Tv
- Computador
- Listado
- Tabla
- Esfero

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, Promotoría, Profesional de educación física.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante la actividad se logro una alta participación e interés por parte de los ciudadanos. Expresando haber tomado conciencia sobre los beneficios de la actividad física no solo para la salud física, sino también como una herramienta para el manejo del estrés, la ansiedad y la reducción del consumo de sustancias. Se generó un espacio de diálogo en el que varios participantes compartieron experiencias personales, lo que favoreció el sentido de comunidad y apoyo mutuo. Al finalizar, algunos manifestaron su intención de incorporar rutinas de ejercicio en su vida diaria como una alternativa saludable para afrontar situaciones difíciles, sin dejar de lado el acompañamiento y criterio del profesional del área para evitar generar daños a nivel físico.

Cuantitativos:

Durante el encuentro asistieron un total de (9) ciudadanos todos de genero masculino, (3) de ellos perteneciente a enfoque diferencial.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Andres F. Lopez C.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Hernay Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO.

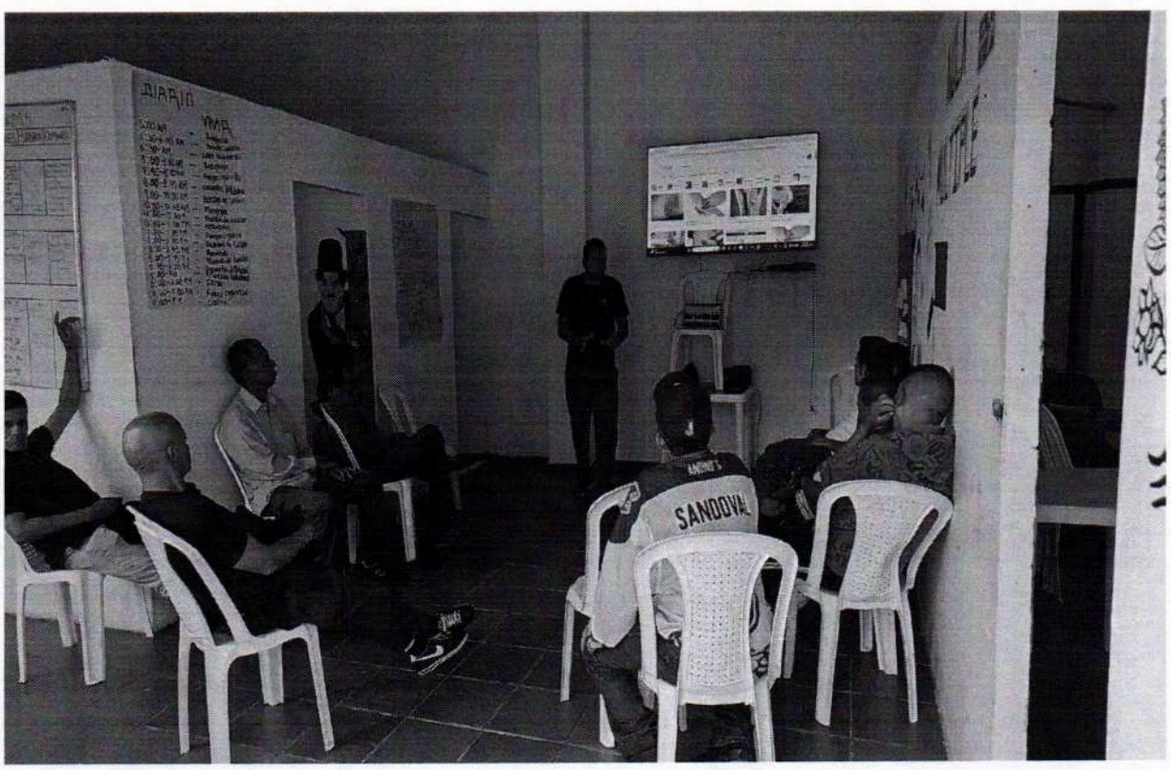
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Beneficios de la actividad física como medio de reducción de daños.

FECHA: 12/09/2025,

línea de atención 2: Promoción para la inclusión socio-ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Taller de formación personal.





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: Beneficios de la actividad fisica como medio de reducción de daños.

4. Fecha: 12/09/2025

5. Hora: 02:00PM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1140947411	Kelson Wilches.	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	1054040944	Willyn Arteaga	37	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	1065864358	Alejandro Moreno	37	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	80926773	JOSE	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					JOSE	
5	CC	1504976	Gladys Castiblanco	49	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	2994083	Roberto Lombana	65	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	7545755	Nazlo Correa Dix	62	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	8726726	Caballero	62	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Caballero.	
9	CC	7986985	Osbaldo Espitia	50	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Andres Felipe Ibeza Cano

14. Cargo o rol del responsable: educador fisico

15. Firma del responsable de la actividad: Andres F. Ibeza C.

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida el Rosario		**FECHA:** 12/09/2025	**HORA:** 02:00 PM 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Paula Andrea Contreras	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: RUTINA EQUILIBRADA ENTRE TRABAJO, AUTOCUIDADO Y COMUNIDAD.

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer en los participantes la capacidad de organizar y mantener una rutina equilibrada que integre el trabajo, el autocuidado y la participación comunitaria, como base para su preparación hacia la inclusión social y ocupacional.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer la importancia de construir rutinas que integren el cuidado personal, el desarrollo laboral y la vida en comunidad.
- Identificar prácticas cotidianas que favorecen el equilibrio entre productividad, bienestar físico y emocional, y vínculos sociales.
- Diseñar de manera participativa una propuesta de rutina diaria/semanal adaptada a las capacidades y metas de cada ciudadano.

METODOLOGÍA: El taller se estructura desde la Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades. La metodología se fundamenta en el enfoque socioeducativo donde el aprendizaje se construye de manera conjunta a partir de la experiencia, la reflexión crítica y el diseño de estrategias aplicables a la vida cotidiana.

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

Momento 1. Apertura y sensibilización: Este primer momento tiene como finalidad generar un clima de confianza y motivación, además de introducir el tema central del taller.

Dinámica de integración "El día perfecto": cada participante, de manera breve, comparte cómo sería un día ideal para él, qué actividades incluiría (trabajo, descanso, alimentación, recreación, comunidad). Pueden expresarlo oralmente o con dibujos simples en una hoja.

Objetivo pedagógico: reconocer que todos, de manera natural, buscamos un balance en nuestra vida, pero muchas veces no lo logramos por falta de organización, exceso de carga laboral o abandono del autocuidado.

Preguntas detonantes:

- ¿Qué es lo más importante en tu día a día?
- ¿Qué pasa cuando dedicamos todo el tiempo solo al trabajo? ¿Y cuando no trabajamos en nada productivo?
- ¿Qué actividades te hacen sentir bien contigo mismo y con los demás?

Momento 2. Exploración y construcción colectiva: Este es el momento central del taller, donde se realizan actividades participativas que permiten visualizar la importancia de equilibrar las diferentes áreas de la vida.

Actividad grupal "Construyendo mi rutina":

- Se forman grupos pequeños.

- Cada grupo recibe tarjetas con actividades diversas (ejemplo: dormir, trabajar, comer, bañarse, compartir con la familia, ir a una cita médica, recreación, participar en la comunidad, descansar, ver televisión, caminar, leer, etc.).
- Con estas tarjetas, los participantes deben organizar una propuesta de rutina equilibrada (día o semana), ubicándolas en un esquema que represente el tiempo disponible.

Los grupos discuten y negocian qué actividades priorizar y en qué cantidad de tiempo.

Discusión guiada en plenaria:

Cada grupo presenta su propuesta y se analizan los puntos comunes y las diferencias.

Se hace énfasis en los riesgos de los desequilibrios:

- Rutinas centradas solo en el trabajo - agotamiento, recaídas, pérdida de motivación.
- Rutinas centradas solo en el ocio/autocuidado - falta de productividad, riesgo de exclusión social.
- Rutinas sin espacio comunitario - aislamiento, debilidad de redes de apoyo.

Reflexión colectiva: se guía a los participantes a concluir que una rutina equilibrada fortalece la estabilidad, la salud, la productividad y las relaciones sociales, lo que es clave para mantenerse en procesos de inclusión social.

Momento 3. Cierre y compromiso personal: Este último momento busca consolidar los aprendizajes y generar un compromiso práctico.

Actividad "Mi plan de equilibrio": cada ciudadano recibe una hoja dividida en tres columnas:

1. Actividades de trabajo/productividad.
2. Actividades de autocuidado.
3. Actividades comunitarias/sociales.

Deben escribir al menos una actividad diaria que quieran mantener o incorporar en cada dimensión.

Puesta en común: quienes deseen voluntariamente, comparten su plan. Se fomenta el reconocimiento positivo entre pares.

Cierre reflexivo y motivacional: el trabajador social destaca que la rutina equilibrada no es una carga, sino una herramienta de cuidado personal y de sostenibilidad del cambio, fundamental para avanzar en la inclusión social y evitar recaídas.

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

TEMAS:

La rutina como estructura de la vida cotidiana

La rutina puede entenderse como la organización de actividades que se realizan de manera frecuente en la vida diaria. Para Berger y Luckmann (1996), la vida social se construye a partir de hábitos y repetición de acciones que generan orden y sentido. En este sentido, la rutina no solo organiza el tiempo, sino que también brinda estabilidad psicológica, previsibilidad y control sobre la vida cotidiana.

En el caso de la población habitante de calle, muchas veces la ausencia de rutinas estructuradas se asocia con la desorganización del tiempo, la pérdida de hábitos de autocuidado y la dificultad para sostener procesos de inclusión. Por ello, construir rutinas equilibradas se convierte en un recurso clave para la adaptación a la vida comunitaria, la reintegración social y el acceso a oportunidades laborales.

El autocuidado como base del bienestar

La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2013) define el autocuidado como la capacidad que tienen las personas, familias y comunidades para promover su propia salud, prevenir enfermedades y mantener su bienestar. Esto incluye acciones relacionadas con la higiene, la alimentación, el descanso, la gestión de emociones y el cuidado del cuerpo y la mente.

El autocuidado es un pilar fundamental en los procesos de inclusión social, ya que permite a los ciudadanos habitantes de calle recuperar la dignidad, mejorar su autoestima y desarrollar hábitos sostenibles que favorecen la autonomía. Además, es un factor preventivo frente a recaídas en dinámicas de habitabilidad en calle o consumo de sustancias.

El equilibrio trabajo–vida personal

El concepto de *work-life balance* (equilibrio entre vida laboral y personal) se refiere a la capacidad de las personas para armonizar sus responsabilidades laborales con el cuidado personal y las relaciones sociales (Greenhaus & Allen, 2011).

Un desequilibrio puede llevar a:

- Sobrecarga laboral: agotamiento físico y emocional, falta de motivación y riesgo de recaídas.
- Exceso de ocio o falta de actividad productiva: pérdida de estructura, aislamiento y desmotivación.

El reto en los procesos de inclusión social es que el ciudadano logre un equilibrio dinámico, donde el trabajo se complemente con espacios de descanso y participación comunitaria. Este balance no solo fortalece la productividad, sino también la salud mental y la sostenibilidad de la vida social.

La comunidad como red de apoyo y sentido de pertenencia

La dimensión comunitaria es esencial en la construcción de una rutina equilibrada. Putnam (2000) señala que la participación en actividades comunitarias fomenta el capital social, entendido como las redes de confianza, cooperación y reciprocidad que fortalecen a los individuos y a las sociedades.

Para las personas en proceso de inclusión social, vincularse a la comunidad representa:

- Reconstrucción de lazos sociales.
- Disminución del aislamiento y la soledad.
- Generación de oportunidades de apoyo mutuo y colaboración.

De esta manera, la comunidad se convierte en un espacio de aprendizaje y sostenimiento de los cambios adquiridos, aportando al desarrollo de proyectos de vida estables.

El enfoque de capacidades y la autonomía

Amartya Sen (1999), desde el enfoque del *agenciamiento de capacidades*, plantea que el desarrollo humano no depende solo de los recursos materiales, sino de la capacidad de las personas para elegir y llevar la vida que valoran. En este sentido, contar con una rutina equilibrada fortalece el poder de decisión, la autodisciplina y la autonomía, permitiendo que los ciudadanos habitantes de calle avancen hacia una inclusión social sostenible.

El trabajo social, en este marco, promueve la conciencia crítica y la acción transformadora (Freire, 1970), acompañando a los ciudadanos a identificar barreras, construir hábitos y generar cambios significativos en sus vidas.

FUENTES:

- Berger, P., & Luckmann, T. (1996). *La construcción social de la realidad*. Amorrortu.
- Freire, P. (1970). *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI.
- Greenhaus, J. H., & Allen, T. D. (2011). *Work–family balance: A review and extension of the literature*. Journal of Management, 37(1), 17-47.
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2013). *Autocuidado: un compromiso con la salud*. OPS.
- Putnam, R. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2019). *Comportamiento organizacional*. Pearson.
- Sen, A. (1999). *Development as freedom*. Oxford University Press.

RECURSOS:

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

RESULTADOS:
Cualitativos:

El taller permitió que las ciudadanas y los ciudadanos reflexionaran en torno a sus propias necesidades, reconociendo cuáles de ellas son más relevantes para su bienestar y cómo establecer un orden de prioridades frente a las mismas. Este ejercicio de identificación fue fundamental, ya que les brindó la posibilidad de diferenciar entre lo urgente y lo importante, comprendiendo que la organización de sus necesidades constituye un primer paso hacia la construcción de un proyecto de vida más equilibrado y consciente.

De igual manera, a partir de los escenarios particulares de cada participante, se generó un proceso de análisis en el que se exploraron las rutinas cotidianas. Esta reflexión individual y colectiva facilitó que los participantes tomaran distancia de sus hábitos y conductas diarias, valorando cuáles aportan de manera positiva a su desarrollo y cuáles, por el contrario, requieren ajustes o cambios. El reconocimiento de estas dinámicas permitió comprender que las rutinas no son únicamente actos repetitivos, sino estructuras que inciden directamente en la calidad de vida.

Mediante este proceso, se destacó la importancia de establecer horarios definidos como una herramienta para fortalecer la disciplina, el orden y la organización personal. Los participantes lograron reconocer que contar con tiempos específicos para realizar actividades no solo ayuda a optimizar el día a día, sino que también contribuye al cumplimiento de metas y a la reducción de situaciones de estrés o improvisación. Este hallazgo permitió resignificar la idea de las rutinas como un recurso que, lejos de limitar, ofrece mayor estabilidad y control sobre la propia vida.

Finalmente, el taller permitió resaltar la relevancia de contar con rutinas claras y estructuradas especialmente en el momento de egreso de los procesos comunitarios o institucionales en los que los ciudadanos participan. La construcción de hábitos y horarios establecidos se consolidó como un factor clave para facilitar la transición hacia nuevas etapas de vida, ya que ofrece seguridad, continuidad y herramientas para enfrentar los cambios. De esta manera, el taller no solo promovió la reflexión sobre el presente, sino que también sembró bases para que las y los participantes proyecten un futuro con mayor autonomía, organización y bienestar.

Cuantitativos: El total de participantes son 9, entre estos una mujer con una edad de 33 años y ocho hombres entre 43-73 años de edad

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 1 ciudadana y 8 ciudadanos

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Hernay Orta

Registro fotográfico: 12/09/2025

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Rutina equilibrada entre trabajo, autocuidado y comunidad.
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.
TIPO DE ACTIVIDAD: Etapa V.





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: Rutina equilibrada entre trabajo, autocuidado y comunidad

4. Fecha: 12/09/2025

5. Hora: 2:00 p.m.

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	cc	1224660	Jorge [illegible] Pardes	95	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	cc	1013639657	Mayerli Ramirez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X					MRAM	
3	cc	79239602	Fabio Bareno	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Fabio B	
4	cc	5.824.830	Alexander Vela	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					Alexander Vela	
5	cc	80901369	Wis. padilla	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					W.S.P	
5	cc	80036394	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
7	cc	79677546	Jon Carlos Garcia	52	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
8	cc	6814782	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jgm	
9	cc	78585267	Freddy Velasquez	53	No aplica	No aplica	No aplica			X					Freddy M	
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Paula Andrea Contreras

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** 13 /09/2025	**HORA:** Inicio: 9:00 am Final: 12:00pm
ÁREA: tallerista cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Milena Cárdenas Salazar

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: CORRIENTE DE ALEGRIA PISCINA

OBJETIVO GENERAL: Promover el bienestar físico, emocional y social de los participantes a través de una actividad en piscina, fomentando la integración, la confianza y el disfrute colectivo en un espacio seguro y saludable.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Favorecer la integración grupal forataleciendo la confianza y el compañerismo entre los participantes
- Estimular la actividad física de manera lúdica promoviendo el movimiento, la coordinación y el disfrute de ejercicio en el agua
- Generar un espacio de recreación que contribuya a reducir el estrés y mejorar estados de ánimo a través de actividades que generen entretenimiento

METODOLOGÍA: la actividad se llevará acabo con la por medio de metodología ludico- pedagogia, desde la línea de atención II promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades donde se le indica a los ciudadanos el reglamento dentro de la piscina y las actividades que se pueden realizar dentro y fuera de ella.

Adecuación: se realizará la notificación del taller por medio del tablero informativo que se realizará en el área de la piscina.

Etapa 1: se dará la información de cada una de las actividades a realizar metodología a desarrollar, se realizará el llamado a las y los ciudadanos que deseen participar en la actividad acuática seguido se dará las indicaciones y precauciones para ingresar a la piscina.

Etapa 2: una vez se haya dado las indicaciones se procede a iniciar la actividad adecuando el espacio para realizar la actividad acuática deportiva

Etapa 3: se da inicio a la actividad donde se recomienda el comportamiento de la piscina y el desarrollo de las actividades.

Reacondicionamiento del espacio: se solicitará a las y los ciudadanos de manera atenta dejar el espacio limpio y sin residuos de materiales.

TEMA Una actividad acuática es cualquier deporte, ejercicio o práctica recreativa que se lleva a cabo en el agua, en un entorno natural como el mar, ríos o lagos, o en instalaciones artificiales como piscinas. Estas actividades incluyen una amplia gama de opciones, desde deportes competitivos como el surf y el buceo hasta actividades más lúdicas como el snorkel o el paseo en bote, y también ejercicios terapéuticos y de fitness en el agua. Las actividades acuáticas recreativas son aquellas que se realizan principalmente por diversión y disfrute. Algunos ejemplos de estas actividades pueden incluir nadar en la piscina, hacer snorkel en el mar, jugar a juegos acuáticos o simplemente relajarse en la playa. Estas actividades suelen ser accesibles para personas de todas las edades y habilidades, y pueden ofrecer beneficios tanto físicos como mentales.

- Además de proporcionar una forma divertida de hacer ejercicio, las actividades acuáticas recreativas también pueden ayudar a aliviar el estrés, mejorar el estado de ánimo y aumentar la autoestima. Asimismo, pueden ayudar a mejorar la coordinación, el equilibrio y la flexibilidad, así como a mejorar la salud cardiovascular y respiratoria. Las actividades acuáticas deportivas son aquellas que implican una competencia y requieren un alto nivel de habilidad y entrenamiento. Algunos ejemplos de estas actividades pueden incluir la natación competitiva, el waterpolo, el remo, el surf competitivo y la vela. Estos deportes pueden requerir una gran cantidad de entrenamiento y disciplina, y pueden ofrecer una forma emocionante y desafiante de mantenerse en forma. Los deportes acuáticos no sólo ofrecen una forma emocionante de competir y desafiar a uno mismo, sino que también pueden ofrecer una serie de beneficios para la salud. Esto incluye la mejora de la resistencia y la fuerza física, así como el desarrollo de habilidades de coordinación y equilibrio. Las actividades acuáticas no motorizadas son aquellas que no requieren el uso de un motor para su realización. Algunos ejemplos de estas actividades pueden incluir el remo, el surf, la natación y el buceo. Estas actividades suelen requerir un mayor esfuerzo físico y pueden proporcionar una forma excelente de hacer ejercicio al aire libre. Además de ser una excelente forma de hacer ejercicio, las actividades acuáticas no motorizadas también pueden ser una forma divertida de explorar el entorno natural. Ya sea remando en un lago tranquilo, surfeando en las olas del mar o buceando para explorar el mundo submarino, estas actividades pueden proporcionar una forma única de conectarse con la naturaleza. Las actividades físicas acuáticas son una excelente forma de mantenerse en forma y saludable. Algunas de estas actividades pueden incluir la natación, el remo, el surf y la hidro gimnasia. Estas actividades pueden ayudar a mejorar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular y la flexibilidad, al mismo tiempo que proporcionan un entorno de bajo impacto que es fácil para las articulaciones. Además de los beneficios físicos, las actividades físicas acuáticas también pueden proporcionar una serie de beneficios mentales y emocionales. Esto incluye la mejora del estado de ánimo, la reducción del estrés y la ansiedad, y la mejora de la autoestima y la confianza en sí mismo. Ejemplos de actividades acuáticas Las actividades acuáticas o actividades en el medio acuático son todas aquellas prácticas deportivas o recreativas que se realizan en el agua. Estas pueden llevarse a cabo en diferentes entornos como piscinas, mares, lagos o ríos. Llamamos deportes acuáticos a aquellas actividades físicas se desarrollan en el agua. Podemos clasificarlos en tres grandes grupos: Aquellos deportes que se ejecutan en el agua: natación, waterpolo, saltos, natación sincronizada... Los deportes que se practican bajo el agua: como el submarinismo o el buceo a pulmón.**Deportes en la superficie:** Natación, waterpolo, natación sincronizada, vela, surf, kayak, paddleboard, esquí acuático, y Turing (deslizamiento en una cámara inflable).
- **Deportes bajo el agua:** Submarinismo (o buceo), apnea, pesca submarina, fotografía submarina, y hockey subacuático.
- **Recreación y ocio:** Paseos en bote, snorkel (observación submarina con máscara y tubo), pesca y actividades lúdicas en ríos, lagos o el mar.
- **Ejercicio y fitness:** Gimnasia en el agua, aquagym, y ejercicios de fortalecimiento muscular o mejora cardiovascular que se realizan en el medio acuático.

Beneficios de las actividades acuáticas

- **Salud física:** Mejoran las capacidades físicas como la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular y la flexibilidad.
- **Salud mental:** Fomentan la relajación, reducen el estrés y mejoran el bienestar psicológico.
- **Bajo impacto:** Al reducir el impacto en las articulaciones, son beneficiosas para personas de todas las edades, incluyendo adultos mayores.
- **Diversión y socialización:** Son una forma refrescante y entretenida de disfrutar del tiempo libre y de interactuar con amigos y familia.

Fuentes https://www.eldivinopastor.com/ciclos-formativos/teco/actividades-en-el-medio-acuatico/

https://www.uma.es/uma-deportes/info/75571/definicion-actividades-acuaticas/

RECURSOS:

Físicos:

- **Bafle, balones y canchas pequeñas (banquitas). Planillas de asistencia esfero**

Humanos: promotor y ciudadanos

RESULTADOS:

Cuantitativos para esta actividad acuática se contó la participación de 23 ciudadanos diferentes equipos de referencia. **20 hombres 3 mujeres**

Cualitativos: durante la actividad los participantes se mostraron motivados y con buena actitud donde realizaron diferentes actividades recreativas dentro del agua, acatan las normas e indicaciones que se dieron al iniciar la actividad,

FIRMA DEL RESPONSABLE: Yilena Cardenas Salazar

FIRMA COORDINADOR: Jose Herney Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: corriente de alegría piscina

Fecha: 13/09/2025





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: Corriente de Alegria Piscina
4. Fecha: 13/09/2025
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	1024555574	Dayron Vidal	31	no aplica	no aplica	no aplica			X						
2	CC	1093697119	Raul Gabriela	36	no aplica	no aplica	no aplica			X						
3	CC	1022449660	Marcela Doccara	36	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	CC	1013621668	Jonatan Perez Pinto	34	no aplica	no aplica	no aplica			X						
5	CC	74186668	Oscar J Mila	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
6	CC	1032437358	AYANO ALEJO	35	no aplica	no aplica	no aplica			X						
7	CC	1090923856	JESIKA VARGAS	30	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	CC	80.770861	Diego camilo roberto	41	no aplica	no aplica	no aplica			X					Diego Roberto	
9	CC	1033776770	Andres Leonardo Garcia	35	no aplica	no aplica	no aplica			X					Andres Garcia	
10	CC	80220064	Cesar Tcatino	43	no aplica	no aplica	no aplica			X						
11	CC	1014403228	Andres Castaño Flemor	37	no aplica	no aplica	no aplica			X						
12	CC	80220864	Juan Carlos Castro	44	no aplica	no aplica	no aplica			X						
13	CC	79147776	Blanco Mario	60	no aplica	no aplica	no aplica			X						
14	CC	79581885	Luis Bueno	54	no aplica	no aplica	no aplica			X						
15	CC	80223514	Juan Carlos Castro	44	no aplica	no aplica	no aplica			X						
16	CC	1033774093	Brayan Hueitas	20	no aplica	no aplica	no aplica			X						
17	CC	1030579332	Ivan Reyes	40	no aplica	no aplica	no aplica			X						
18	CC	80770861	Diego camilo Roberto	41	no aplica	no aplica	no aplica			X					Diego Roberto	
19	CC	13504482	Jose Francisco	55	no aplica	no aplica	no aplica			X						
20	CC	71389846	FABIAN R	49	no aplica	no aplica	no aplica			X						

13. Nombre del responsable: Milena Cardona
14. Cargo o rol del responsable: Promotora Social
15. Firma del responsable de la actividad: Milena Cardona

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: Corriente de alegría Piscina

4. Fecha: 13/09/2025

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		
21	CC	80120687	Juan Urlarte	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
22	CC	6993968	Jose Corzo	64	no aplica	no aplica	no aplica			x						
23	CC	8190362	Francisco Pulido	69	no aplica	no aplica	no aplica			x						
24																
25																
26																
27																
28																
29																
30																
31																
32																
33																
34																
35																
36																
37																
38																
39																
40																

13. Nombre del responsable: Milena Cardenas

14. Cargo o rol del responsable: Promotora Social

15. Firma del responsable de la actividad: Milena Cardenas

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:** 13/09/2025	**HORA:** Inicio: 02:00 Pm Final: 03:30 Pm
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Duvan Palacios

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Juegos de mesa

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar el desarrollo de habilidades cognitivas en los ciudadanos de la comunidad de vida, mediante la implementación de actividades lúdicas como el parqué, el ajedrez y el dominó, estas actividades buscan estimular el pensamiento crítico, la memoria y la toma de decisiones, en un entorno participativo y recreativo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar la interacción social y el trabajo en equipo, fortaleciendo habilidades comunicativas, como la empatía y los lazos comunitarios entre los participantes.
- Incentivar el uso positivo del tiempo libre mediante juegos de mesa que promuevan el desarrollo personal y rompan con la rutina semanal en comunidad.
- Estimular las funciones mentales de los ciudadanos mediante dinámicas lúdicas que fortalezcan la concentración, el procesamiento de información y la agilidad mental, contribuyendo a prevenir su deterioro.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades, donde se utilizará la metodología lúdico-terapéutica la cual se basa en lo lúdico como medio de expresión de pensamientos y emociones, donde mediante juegos cognitivos lograr mantener un buen uso del aprovechamiento del tiempo libre y ocio en comunidad para el fortalecimiento cognitivo y personal para las y los ciudadanos de los diferentes momentos.

Adecuación
Se iniciará la actividad adecuando el área con mesas y sillas con el fin que los ciudadanos puedan disfrutar de actividad cómodamente y dar cumplimiento a la actividad de manera efectiva.

Primer momento
La jornada iniciará con una explicación clara de las dinámicas a desarrollar, incluyendo la distribución de los espacios asignados para cada juego. A continuación, se presentará brevemente el objetivo de la actividad, destacando cómo los juegos de mesa contribuirán al fortalecimiento de las habilidades cognitivas, sociales y emocionales de los participantes.

Segundo momento
Tras la introducción, se dará inicio a la actividad con los diferentes juegos de mesa como ajedrez, parqués y dominó, cada espacio contará con un promotor encargado de supervisar el desarrollo adecuado de los juegos, garantizando el cumplimiento de las reglas y el sistema de puntuación previamente explicados. Esta dinámica busca asegurar que la experiencia sea enriquecedora y alineada con los objetivos de la jornada.

Tercer Momento
Al finalizar la actividad, se resaltará la importancia de incorporar los juegos de mesa en los espacios de ocio y esparcimiento, estas prácticas lúdicas no solo fortalecen habilidades cognitivas como la memoria, la concentración, el razonamiento y la toma de decisiones, sino que también promueven el bienestar emocional, la interacción social y el uso consciente del tiempo libre, como conclusión, se invitará a los participantes a continuar desarrollando estas destrezas en su vida cotidiana, reconociendo el juego como una herramienta valiosa para mejorar la calidad de vida y fomentar la autonomía intelectual en un ambiente de respeto y alegría.

Reacondicionamiento del espacio:
La zona del aula Gabriel García Márquez y Comedor, se utilizará para el taller, quedará ordenada y libre de basura o de cualquier objeto que afecte la imagen o el cuidado de este espacio.

TEMAS:

Concepto de Cognición:

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

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

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

Juego.

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

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

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

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

El ajedrez.

Es un juego estratégico de mesa muy popular no sólo entre pensadores e intelectuales, sino entre niños y jóvenes. Este deporte mental se remonta a épocas de antaño, inventado en Asia, según la versión más aceptada. De ahí pasó a China, Rusia, Persia y Europa, donde se establecieron las reglas con las que actualmente se rige.

Se juega sobre un tablero dividido en 64 cuadros blancos y negros alternados, donde se enfrentan dos jugadores, cada uno de ellos cuenta con 16 piezas con diferente función que puede mover de acuerdo con las reglas. Gana quien consigue dar mate al rey de su contrincante.

El ajedrez lo puede jugar cualquier persona, sin importar edad o condiciones, es de utilidad para el desarrollo de capacidades cognitivas y es una excelente forma de interactuar con los demás. Y no sólo eso, de acuerdo con los científicos estudiosos del cerebro, causa distintos efectos positivos en él.

En la guerra, los negocios, el juego o incluso en el amor, elegir una estrategia adecuada es clave para el éxito.

El Parqués es un juego de mesa colombiano, versión del Parchís que a su vez deriva del Pachisi de la India, donde el objetivo es ser el primero en llevar las 4 fichas propias desde la salida hasta la meta del tablero, lanzando dos dados por turno. El juego combina azar, al depender de los dados, con estrategia, ya que los jugadores deben decidir cómo mover sus fichas para avanzar, evadir a los oponentes y, en algunas variantes, enviarlos de regreso a su base.

Objetivo del juego

Ser el primer jugador en llevar las 4 fichas de su color desde la casilla de salida hasta la casilla de llegada o meta central del tablero.

Componentes principales

Tablero:

Con una forma de cruz, tiene un camino con casillas para el recorrido y una zona central de "cielo" o meta.

- **Fichas:**

Cada jugador tiene 4 fichas de un color específico que se sitúan en su "cárcel" o casilla de salida.

- **Dados:**

Se usan dos dados para determinar cuántas casillas pueden avanzar las fichas en cada turno.

Cómo se juega

1. Inicio:

Los jugadores lanzan los dados para determinar quién inicia la partida. El que saque la puntuación más alta comienza.

2. Movimiento:

En su turno, un jugador lanza los dos dados.

3. Sacar fichas de la cárcel:

Para sacar una ficha de la cárcel al tablero, el jugador debe sacar pares con los dados.

4. Avanzar fichas:

Una vez en el tablero, se avanzan las fichas la cantidad de casillas indicada por la suma de los dados.

5. Atrapar oponentes:

Si una ficha llega a una casilla ocupada por una ficha de otro jugador, esta última puede ser enviada de vuelta a su base.

6. Llegada a la meta:

Las fichas deben recorrer todo el tablero en sentido contrario a las manecillas del reloj hasta llegar a la zona de la meta.

Gana quien...

- El primer jugador en lograr que sus cuatro fichas lleguen a la casilla de meta gana la partida.

El dominó es uno de los juegos más antiguos que existen. El conjunto de fichas occidental habitual consta de 28 piezas, pero a veces se utilizan conjuntos más grandes de incluso 91. Los inuit de América del Norte juegan con un juego que utiliza conjuntos de hasta 148 piezas. Te contamos las fascinante historia del dominó.

El origen del dominó en China

Las primeras fichas: hueso y ébano

En China se usa la palabra 'naipe' para describir los juegos de cartas y las fichas de dominó, y este término ya se mencionan en el siglo X. Las fichas de dominó chinas aparentemente fueron diseñadas para representar todos los lanzamientos posibles con dos dados. Estaban fabricadas de hueso y llevaban a cada lado un alfiler u ojiva que sujetaba una lámina de ébano para ocultar al contrario los puntos. Así nació el famoso y simbólico contraste del blanco y el negro que identifica al dominó.

Popularidad en Latinoamérica

El dominó ha encontrado su hogar en Latinoamérica, donde se ha convertido en un juego muy popular, especialmente en países como Venezuela, Colombia y Cuba. En estas regiones, el dominó no es solo un juego, sino una parte integral de la cultura local.

En Latinoamérica, el dominó se juega con gran pasión y entusiasmo, y las partidas pueden durar horas. La habilidad y la estrategia son fundamentales, y los jugadores a menudo desarrollan un lenguaje propio para comunicarse durante el juego. Esta riqueza cultural ha contribuido a la expansión del dominó en la región, donde se han desarrollado numerosas variantes locales que reflejan las tradiciones y costumbres de cada país.

FUENTES:

- https://www.significados.com/juego/
- https://www.neuronup.com/actividades-de-neurorrehabilitacion/actividades-para-funciones-cognitivas
- https://www.muyinteresante.com/historia/34943.html
- https://rea.ceibal.edu.uy/elp/sudoku/pero_qu_es_el_sudoku.html#:~:text=Pero%20%C2%BFqu%C3%A9%20es%20el%20sudoku?%20El%20sudoku,las%20habilidades%20l%C3%B3gicas%20de%20quien%20lo%20juega.

RECURSOS:

Físicos:

- Mesas, sillas, ajedrez, domino y listado de asistencia.

Humanos:

- Promotores y ciudadanos.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Los ciudadanos expresan gran entusiasmo por participar en actividades lúdicas durante los fines de semana, especialmente aquellas que incluyen juegos de mesa como el ajedrez, el parqués y el dominó, estas dinámicas no solo estimulan sus habilidades cognitivas como la memoria, la concentración y el razonamiento, sino que también les permiten aprovechar el tiempo libre en espacios de disfrute, aprendizaje significativo e interacción social, alejándose de la rutina diaria.

- Durante el desarrollo del taller se evidenció una buena participación por parte de los ciudadanos en las distintas dinámicas lúdicas propuestas, estas actividades no solo ofrecieron momentos de concentración y recreación, sino que también fortalecieron sus habilidades sociales y cognitivas, brindándoles herramientas útiles para la resolución de problemas y el trabajo en equipo.

- Se evidenció que varios participantes lograron completar las actividades del taller dentro del tiempo establecido, lo que permitió evaluar sus habilidades cognitivas, especialmente en la resolución de problemas, la toma de decisiones y el desempeño en ejercicios lúdico-cognitivos. esta participación activa reflejó no solo su capacidad de adaptación y concentración, sino también el valor que otorgan a espacios que promueven el desarrollo mental en un entorno de respeto, inclusión y aprendizaje significativo.

Cuantitativos:

- Se contó con la participación de (12) doce ciudadanos, (2) dos mujeres y (10) nueve hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Diana Palacios

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Horney Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Juegos de mesa

Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Fecha: 13/09/2025





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: Juegos de mesa

4. Fecha: 13/09/2025

5. Hora: 09:00 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	1083437502	ANAIRA RUEDO	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1070923286	JESIDA VARGAS	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1031532332	Jhon Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1033172083	Brayan Huerta	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	95071766	Nodra Coplido	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1085[illegible]	Osbaldo Espitia	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	52995941	pilar gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1117519431	Jeison Abello	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	7545753	Ulzero Gomez Diaz	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80993485	Jesus Bermudez	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	85490110	Ady Palomino	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	8726726	Caballero C	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Owen Palacios

14. Cargo o rol del responsable: Promotor

15. Firma del responsable de la actividad: Owen Palacios

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:** 14/09/2025	**HORA:** **INICIO** 02:00PM **FINAL** 03:30 PM
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Brahyan Millan
NOMBRE DE ACTIVIDAD: Actividades deportivas		

OBJETIVO GENERAL:
Incentivar a los ciudadanos de comunidad de vida el Rosario a realizar actividad física, esto con el fin de mejorar la práctica deportiva, buena salud, la convivencia y el sano esparcimiento de toda la comunidad, donde desarrollen sus capacidades y habilidades físicas de acuerdo a sus intereses para mejorar su calidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Organizar actividades deportivas que involucren el mayor número de participantes
- Fomentar espacios de integración para las y los ciudadanos de la comunidad, en actividades y juegos en donde puedan cambiar la rutina diaria en comunidad.
- Brindar herramientas que permitan acercarse a situaciones reales por medio del deporte para su fortalecimiento físico, intelectual, social y personal de las y los ciudadanos de la comunidad de vida el Rosario.

METODOLOGÍA:
La actividad se llevará a cabo por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que favorece el fortalecimiento de competencias para motivar a realizar el deporte para reforzar sus habilidades físicas, sus capacidades, su flexibilidad, el manejo de respiración para lograr el equilibrio emocional y social, evitando así la monotonía y sedentarismo en Comunidad; Por medio de la línea de atención 4 Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación
Se adecuará el espacio de la cancha de futbol y voleibol, ya que cuenta con la amplitud y ventilación para el desarrollo de la actividad.
Luego se realizará el llamado a los participantes para dar inicio a la actividad planificada para ese día.

Primer momento
Se brindará un saludo de bienvenida y posteriormente se les indica las diferentes actividades que se van a realizar, en donde cada uno de ellos podrá asistir a la actividad.

Segundo momento
Se formará el grupo de asistentes en la cancha de futbol y de voleibol, inicialmente se realizarán ejercicios base sincrónicos para el calentamiento y el desarrollo de la actividad con una duración de 15 minutos, luego de ello se armarán diferentes equipos para el deporte propuesto.

Tercer Momento
Por último, se dará por finalizada la actividad con un estiramiento de 10 minutos para que no exista ninguna lesión al terminar los partidos de futbol y voleibol, se indaga sobre el nivel de satisfacción individual, el buen comportamiento y la importancia de realizar este tipo de actividades lúdicas teniendo en cuenta el trabajo en equipo, el respeto, esto con el fin de mejorar sus habilidades físicas, su resistencia y su físico dando como resultado una mejor calidad de vida.

Reacondicionamiento
Se les indicará a las y los ciudadanos que participaron de la actividad dejar los espacios en perfectas condiciones, recoger los elementos con que se realizaron las actividades.

TEMAS:

Concepto de Actividades deportivas
Activista es un vocablo latino que llegó al castellano como actividad. La noción suele utilizarse con referencia a la acción o la diligencia que lleva adelante un individuo o una entidad. Deportivo, por

su parte, es un adjetivo que alude a lo relacionado con el deporte (la competencia o el juego sujeto a reglas y que requiere entrenamiento para perfeccionarse en su práctica).
Las actividades deportivas son aquellas que suponen la práctica de una de estas disciplinas. Como parte de un deporte, estas actividades deben enmarcarse en un cierto reglamento. El fútbol, por ejemplo, obliga a los jugadores a no poder tocar el balón con las manos, excepto en situaciones especiales (como en un saque de banda, también conocido como lateral) o en el caso del arquero (portero o guardameta). Por lo tanto, quien desea practicar esta actividad deportiva, debe adaptarse a esa y a otras reglas.

La importancia del estado físico

Puede decirse que las actividades deportivas son actividades físicas: siempre requieren algún grado de esfuerzo para mover el cuerpo y hacer frente a las exigencias de la disciplina.
Para practicar tenis, una persona debe desarrollar buena musculatura en sus brazos y manos para impactar la pelota, además de tener resistencia para correr a lo largo de todo el partido.

Actividades deportivas y deportes

Aunque muchas veces resulta difícil distinguir entre las actividades deportivas y el deporte, uno de los rasgos más característicos de este último es que implica la búsqueda de un resultado, la lucha por la victoria en el contexto de un enfrentamiento entre dos o más equipos. En otras palabras, los deportistas asumen el desafío de competir entre ellos. Por otro lado, el concepto de actividades deportivas suele estar más relacionado con reuniones en las cuales el objetivo principal es la realización de ejercicio físico de forma amistosa.
Uno de los ámbitos en los cuales las actividades deportivas suelen aparecer con bastante asiduidad es el centro educativo, ya sea la escuela primaria o secundaria, e incluso la universidad. En estos casos, es común que se organicen celebraciones a finales de año, con el objetivo de que se reúnan padres e hijos y disfruten de diferentes eventos de carácter deportivo, por lo general, sin perseguir ningún título.
Como puede apreciarse, cuando un colegio o una universidad congregan a los estudiantes y sus familias para formar parte de este tipo de actividades deportivas, el ejercicio físico es el punto de encuentro entre todos los invitados, y no el foco de un enfrentamiento por una copa.

Fuente: https://definicion.de/actividades-deportivas/

RECURSOS:

Recursos Humanos:
Promotores, participantes

Recursos físicos:
Bafle, lista de asistencia, esfero, balónes.

RESULTADOS:

Cualitativos:
Durante el desarrollo de la actividad las y los participantes se mostraron con una actitud receptiva a la temática trabajada para el desarrollo de esta, se cumplió con el objetivo de incentivar a los ciudadanos de comunidad de vida el Rosario a realizar actividad física, esto con el fin de mejorar la práctica deportiva, buena salud, la convivencia y el sano esparcimiento de toda la comunidad, donde desarrollen sus capacidades y habilidades físicas de acuerdo a sus intereses para mejorar su calidad de vida.

Cuantitativos:
Se contó con la participación de 8 hombres, 2 mujeres para un total de 10 participantes.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Brayhan Millán

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

LINEA DE ACCION 4: JORNADA DE DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.

NOMBRE DE ACTIVIDAD: ACTIVIDADES DEPORTIVAS

14/09/2025







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: Actividades Deportivas

4. Fecha: 14/09/2025

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	C.C	80174190	Nicolas Gomez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	C.C	1022949641	Marcela Ducuara	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	C.C	1024555534	Darcon Vidal	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	C.C	1033639057	Mayerli Gonzalez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	C.C	80243905	Daniel Arevalo	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	C.C	3140309	Alfonso Guevara	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	C.C	1033716729	Andres Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Garcia	
8	C.C	80038760	Luis Amado	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	C.C	1032381134	Wilmar Foreso	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Wilmar	
10	C.C	1032437502	Alvaro Polido	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Brahyan Smith Millán

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad: Brahyan J.

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la 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:** 14/09/2025	**HORA:** INICIO: 09:00 AM FINAL: 12:00 M
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jean Aponte	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Circuito cognitivo-juegos para identificar emociones

OBJETIVO GENERAL:
Brindar espacios que promuevan el fortalecimiento cognitivo como aprovechamiento del tiempo libre mediante un circuito de estimulación cognitiva y actividades diseñadas para mejorar la agilidad mental desarrollando una óptima mejorar la calidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Crear un espacio de esparcimiento y trabajo en equipo donde los y las participantes expresen sus emociones a través de las manualidades.
- Orientar a los y las ciudadanas acciones y situaciones que los motiven a realizar actividad cognitiva en su tiempo libre para aportar en su desarrollo personal.
- Proporcionar herramientas lúdicas que les permita acercarse a situaciones reales de autocuidado, buenos hábitos, estimulación cognitiva y esparcimiento en su tiempo libre, para su fortalecimiento personal.

METODOLOGÍA:
Este taller se realizará con la línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agendamiento de capacidades, en una actividad transversal. se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que beneficia el fortalecimiento de habilidades cognitivas para motivar a realizar estimulación a través de acciones de índole físico donde les permitirá reconocer la importancia de adaptar estas actividades en su diario vivir en los participantes. Además, orientar en cada una de las funciones que desarrollo el cerebro en el momento de mantener el ejercicio.

- **Adecuación**: Se realizará la invitación por medio de los tableros informativos, también se les realizará el llamado a los y las participantes que participaren en la actividad de fin de semana. Previamente se organizará los espacios donde se ejecutará el taller. Estos serán comedor y piscina.
- **Primer momento:** Se explicarán los objetivos a alcanzar durante la ejecución de la actividad y la metodología a desarrollar durante los diferentes espacios ya que se ejecutarán dos actividades diferentes para lograr que participen la mayor cantidad de participantes.
- **Segundo Momento:** Se formará el grupo en posición donde todos estén separados mínimo a dos metros uno del otro, para la charla previa a toda la actividad, donde se explicará todo lo referente a la importancia de darle buen uso al tiempo libre y su importancia en cada proceso personal, esta actividad se desarrollará en la piscina, buscando una sana participación y el trabajo en equipo.
- La segunda actividad se ejecutará en el comedor, el objetivo de esta actividad será la expresión de emociones mediante las manualidades, se realizarán diferentes cartas en fomi, se les dará la orientación de que las pueden decorar como mejor les parezca o alusivo a el día del amor y la amistad y se las pueden dedicar a una persona especial, se les recomendara mantener el espacio limpio y el buen uso de los materiales.
- **Tercer momento:** Se llevará a cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su vida.

TEMAS: ACTIVIDADES COGNITIVAS.
En el desarrollo cognitivo, según la teoría de Piaget, la etapa pre operacional que comprende la edad entre los dos y siete años, es la etapa del pensamiento y del lenguaje. En esta etapa los niños buscan activamente el conocimiento a través de sus interacciones con el ambiente. El desarrollo cognitivo se desenvuelve de dos formas: la primera, considerada la más amplia, corresponde al propio desarrollo cognitivo, como proceso de adaptación, asimilación y acomodación, el cual abarca la maduración biológica, la experiencia, la transmisión social y el equilibrio cognitivo. La segunda forma de desarrollo cognitivo se refiere a la adquisición de nuevas respuestas para situaciones específicas o a la obtención de nuevas estructuras para determinadas operaciones mentales específicas. Piaget considera que, dentro del aula de clase, la motivación de la situación del desarrollo cognitivo es inherente al estudiante, por ello, para enseñar

se debe primero planear para permitir que el estudiante manipule los objetos de su ambiente, transformándolos, encontrándoles sentido, hasta estar en condiciones de hacer inferencias lógicas y desarrollar nuevos esquemas y nuevas estructuras mentales. Por lo tanto, el desarrollo cognitivo, ocurre a partir de la reorganización de los esquemas y estructuras cognitivas
internas del niño, para que al final del proceso de aprendizaje aparezcan nuevos esquemas y estructuras como una nueva forma de equilibrio. Piaget percibe la formación del pensamiento como un desarrollo progresivo que supone cambios en la capacidad del niño para razonar sobre su mundo. Por lo tanto, el desarrollo cognitivo sufre cambios que le permiten consolidarse cada vez más. Piaget menciona tres tipos de conocimiento que el niño puede poseer, el físico, el lógico−matemático y el social. El conocimiento físico se refiere a los objetos del mundo natural; es decir, al que se incorpora empíricamente, en los objetos, su fuente de razonamiento está en ellos; este conocimiento es el que adquiere el niño a través de la manipulación de los objetos que le rodean y que forman parte de su interacción con el medio a través del proceso de observación: color, forma, tamaño, peso y la única forma que tiene el niño para descubrir esas propiedades es 10 actuando sobre ellos física y mentalmente. De ahí la importancia de brindarle al niño de preescolar variedad de materiales y vivencias lúdicas que le permitan experimentar de diversas maneras su relación con los objetos y con el medio. En el conocimiento lógico−matemático la fuente de razonamiento está en el sujeto y éste la construye por abstracción reflexiva, es decir, de
la coordinación de las acciones que realiza el sujeto con los objetos. Las operaciones lógico matemáticas, requieren en el niño de preescolar la construcción de estructuras internas y del manejo de ciertas nociones que son, ante todo, producto de la acción y relación del niño con objetos y sujetos que le permiten adquirir las nociones fundamentales de clasificación, seriación y la noción de número. La presente propuesta busca fortalecer las habilidades cognitivas de atención y pensamiento lógico ya que preescolar es la base para consolidar los cimientos que permiten llegar a estructuras cognitivas más complejas de acuerdo a su proceso de desarrollo. Dentro de este conocimiento lógico-matemático cabe mencionar la clasificación la cual constituye una serie de relaciones mentales en función de las cuales los objetos se reúnen por semejanzas, se separan por diferencias, la seriación que es una operación lógica que, a partir de un sistema de referencias, permite establecer relaciones comparativas entre los elementos de un conjunto, y ordenarlos según sus diferencias, ya sea en forma decreciente o creciente y el número que es un concepto lógico de naturaleza distinta al conocimiento físico o social, ya que se construye a través de un proceso de abstracción reflexiva y es el resultado de las operaciones lógicas como la clasificación y la seriación. Por último, el tercer tipo de conocimiento es el conocimiento social, el cual se divide en convencional y no convencional. El social convencional, es producto del consenso de un grupo social y la fuente de este conocimiento está en los otros (amigos, padres, maestros, etc.) y el conocimiento social no convencional, sería aquel referido a nociones o representaciones sociales y que es construido y apropiado por el
sujeto. (Piaget, J., & TEORICOS, A. (1976).

Según Jerome Bruner el resultado del desarrollo cognitivo es el pensamiento, la mente
inteligente que se crea a partir de la experiencia, Los resultados más importantes del aprendizaje incluyen no solo la capacidad de resolver conceptos, las categorías y los procedimientos de resolución de problemas concebidos previamente por la cultura, así como la capacidad de crear "idear" por sí mismo. Según Bruner el objetivo de la educación por tanto debe ser la creación de aprendices autónomos, en otras palabras, aprender a aprender, Para Bruner (1961), el propósito 11 de la educación no es impartir conocimiento, sino facilitar el pensamiento del niño y sus habilidades de resolución de problemas que luego pueden transferirse a una variedad de situaciones. Específicamente, la educación debería desarrollar el pensamiento simbólico en los niños. Bruner en 1960, publicó el libro, The Process of Education. La premisa principal de dicho texto fue que los estudiantes son aprendices activos que construyen su propio conocimiento. Propone que los alumnos construyan su propio conocimiento y lo hagan mediante la organización y categorización de la información mediante un sistema de codificación. Él creía que la forma más efectiva de desarrollar un sistema de codificación es descubrirlo en lugar de que el maestro sea quien lo proporcione. El concepto de aprendizaje por descubrimiento implica que los estudiantes construyen su propio conocimiento por sí mismos, lo que también es conocido como el enfoque constructivista. El papel del maestro en el proceso educativo no debería ser dar información mediante el aprendizaje memorístico, sino facilitar el proceso de aprendizaje. Esto implica que un buen maestro diseñará lecciones que ayudarán al alumno a descubrir la relación entre fragmentos de información. El uso del plan de estudios en espiral puede ayudar al proceso de aprendizaje por descubrimiento. Por lo tanto, los sujetos recibirían una enseñanza con aumento gradual, de ahí la analogía con la espiral. Idealmente, el proceso de enseña-aprendizaje debería llevar a que los niños sean cada vez más capaces de resolver problemas por sí mismos. Vergara, C. (2017).

Juegos colaborativos son aquellos donde todos los jugadores trabajan en equipo contra el tablero (las mecánicas del juego generan un rival virtual o villano que actúa en función del azar o como consecuencia de las acciones de los jugadores). La idea de estos juegos es que, si un jugador pierde, todos pierden, y por tanto requieren una estrategia coordinada para ganar (Zagal et al., 2006), por ejemplo, La Sombra de Cthulhu, El Señor de los anillos y Rescate.

La protección que supone la práctica de actividad física respecto al riesgo de cardiopatía isquémica, hipertensión arterial y accidentes cerebrovasculares está firmemente apoyada en una abundante, rigurosa y uniforme investigación epidemiológica. También es consistente el hallazgo de que niveles bajos de actividad física son importantes determinantes del desarrollo y mantenimiento de la obesidad, cuya prevalencia alcanza niveles alarmantes en la actualidad.

La asociación directa entre el sedentarismo y la incidencia de diabetes mellitus es también consistente y reviste una gran importancia para la salud pública. Otros efectos beneficiosos se refieren a la reducción de la incidencia y prevalencia de osteoporosis, disminuyendo el riesgo de caídas y fracturas, y un menor riesgo de trastornos depresivos y de ansiedad.
Por último, aunque la evidencia disponible es menos uniforme, niveles bajos de actividad física se han relacionado con un mayor riesgo de desarrollar cáncer de colon, mama y pulmón. Evidencias preliminares también relacionan la actividad física con un menor riesgo de demencia.
Que son y cómo identificar emociones
El Miedo, la tristeza, la rabia, la ira, la alegría…

Las emociones son un estado afectivo que experimentamos, son como sensores, estímulos de respuesta que traducen como nos afecta un factor o acontecimiento interno o externo, con reacciones neurofisiológicas, conductuales y cognitivas. Cada uno se predispone de forma particular delante una emoción.

Son un elemento importantísimo para desarrollar la inteligencia emocional y madurar personalmente.

¿Por qué es importante identificarlas?
Mayoritariamente, solemos categorizar las emociones, para así poder evitar las que no nos gustan y aceptar las que nos hacen sentir bien. Por lo general, las personas clasifican en dos grupos: las emociones "buenas" y las emociones "malas", aunque, hacerlo condiciona la manera en que establecemos una relación con ellas. Y… ¿A dónde queremos llegar con eso? La cuestión es entender que evitar las emociones no va a beneficiarnos en ningún caso, al contrario, solo sirve para esconder y acumular malas experiencias, que a la larga pueden manifestarse y desfavorecer la salud mental con trastornos depresivos.

Por ello, es fundamental identificar emociones, reconocerlas, comprenderlas, aceptarlas y conducirlas.

¿Cómo hacerlo?
Para identificar emociones debes tener claro que, no hay emociones positivas o negativas, sino que, cada una de ellas tiene una función sana. Así que simplemente se tienen que entender como lo que son y dejar que hagan su función, aceptarlas y afrontarlas de forma sensata.

Evalúa como te sientes, observa tus emociones y reacciones e intenta reconducir las que interpretas como "negativas". Reconocer las emociones y expresarlas te ayudara a canalizar la ansiedad y el mal estar. Concéntrate en las cosas positivas de tu vida y valora lo que es realmente importante.

Muchas veces cuesta detectar que nos provoca un sentimiento, por ello, también es bueno hacer una introspección para detectar si alguna experiencia pasada, está afectando en la emocionalidad del presente. Hacerlo ayuda comprender mejor los límites de cada uno y encontrar la forma de actuar para superarlos.

El pensamiento es un arma de poder, y es necesario para conducir nuestros actos y gestionar aquello que bloquea nuestra capacidad de análisis.

Beneficios de reconocer tus emociones:
Reconocer nuestros estados de ánimo y reflexionar sobre ellos para

Tomar mejores decisiones
Tener autocontrol
Relacionarnos mejor con los demás al reconocer también las emociones de los otros
Entender las situaciones y como suceden de forma real
Atender a nuestras necesidades y bienestar, mejorando así nuestra calidad de vida
Conocernos mejor a nosotros mismos y a los demás
Uno no decide lo que siente, pero si lo que puede hacer con lo que siente. Los pensamientos generan emociones en las personas y desde estas se toman decisiones, determinan cómo te sientes y como actúas, por ello, es vital cuidar la calidad del pensamiento para identificar emociones y gestionarlas a favor del bienestar. Ten en cuenta que la felicidad depende de la calidad de tus pensamientos ¡No permitas que te pongan limitaciones!

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.

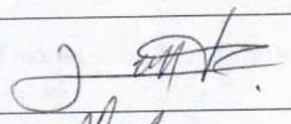
RECURSOS:
Físicos:
- Mesas, sillas, tablero, computador, esfero, hojas, fomi, tijeras, marcadores esferos.

Humanos:
- Ciudadanos

- Promotores

RESULTADOS:
Cualitativos: Durante el desarrollo del taller se evidencio que los participantes lograron identificar aquellos factores que favorezca en el en fortalecimiento cognitivo dando cumplimiento al objetivo planteado para el taller, permitiendo en cada uno de ellos apropiar actividades de oxigenación mental como aprovechamiento del tiempo libre y de ocio, así mismo, orientar en aquellas dudas que surgieron en el transcurso de las actividades; los ciudadanos manifestaron la importancia de mantener actividades que ayuden no solo a su bienestar y salud, si no también desde el juego, las manualidades y aquellas actividades mantener la mente ocupada ya que esto los regula y salen de la cotidianidad.

Cuantitativos: Se conto con la participación de 20 ciudadanos, los cuales, 3 es de genero femenino y 17 de género masculino.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Circuito cognitivo-juegos para identificar emociones

Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agendamiento de capacidades

FECHA: 14/09/2025







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: Circuito Cognitivo – Juegos Para Identificar Emociones.

4. Fecha: 14/09/2025

5. Hora: 09/00 a.m

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1115[illegible]358	Alejandro Moreno	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1013634057	Mayerli Gonzalez	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	5527318271	Luz [illegible]	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	29[illegible]	Blanca [illegible]	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	7795[illegible]	[illegible]	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	101755[illegible]	Jolima [illegible]	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1033716729	Andres Garcia	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Andres Garcia	
8	CC	70.037.[illegible]	Fernando Andrade	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79316876	Carlos G Ospina	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	80770860	Diego camilo Roberto	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Diego Roberto	
11	CC	1136216918	Jonatan A Paez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jonatan Paez	
12	CC	[illegible]	Andres [illegible]	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1981[illegible]	Eduardo Segura	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	9509[illegible]	Andres Cardenas	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	8[illegible]	Johan Molano	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Johan M.	
16	CC	1034[illegible]	Jesid Castro	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jesid	
17	CC	1032[illegible]	1032[illegible] Alex Pulido	25	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	1010062950	Carlos Chaparro	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	8006962	Javier Huertano	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79305517	CARLOS A. GARCIA	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Juan carlos Aponte

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:** 15/09/2025	**HORA:** Inicio: 9:00 am Final: 10:30am
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Karen Dayana Aguirre

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: FARMACODEPENDENCIAS: LA QUIMICA DEL CEREBRO

OBJETIVO GENERAL:

- Favorecer la reflexión crítica y la psicoeducación en torno al consumo de sustancias psicoactivas, derribando creencias erróneas y fortaleciendo el conocimiento real para la toma de decisiones responsables.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar los principales mitos y creencias erróneas que circulan sobre el consumo de drogas.
- Promover el pensamiento crítico frente a la influencia de la presión social y cultural en torno al consumo.
- Generar un espacio participativo y lúdico que facilite la expresión de ideas y experiencias personales.

METODOLOGÍA:

La metodología está conformada por una adecuación del espacio donde se desarrolla la actividad, en el marco de la **Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades**, 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 del espacio amplio, sillas, tableros, marcadores y convocatoria a los participantes del taller.

Primer momento:

Se realiza la presentación de la actividad resaltando nombre y objetivos de la misma, luego se explicaran los mitos que circulan en torno al consumo de sustancias psicoactivos que influyen en las decisiones del consumo.

Segundo momento:

Durante el segundo momento se llevará a cabo una actividad lúdica complementaria al tema, esta cual estará conformado por una lista de enunciados con mitos y verdades sobre la temática presentada, esto facilitara a los participantes identificar las principales creencias erróneas que circulan en la sociedad. Adicionalmente se pretende desarrollar un espacio reflexivo que permita la expresión de ideas teniendo en cuenta historias de vida personales.

Tercer momento:

Durante el tercer momento se hará una breve retroalimentación resaltando la importancia de contar con información verídica e informarse de fuentes confiables frente a las consecuencias del consumo de sustancias psicoactivas y no basarse en creencias sociales o mitos. Finalmente se invita a los participantes a compartir qué mito les sorprendió más y qué aprendizaje se llevan del taller.

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: FARMACODEPENDENCIAS: LA QUIMICA DEL CEREBRO.

El consumo de sustancias psicoactivas ha estado rodeado de múltiples creencias que, en muchos casos, dificultan los procesos de prevención y tratamiento. Una de las ideas más difundidas es que la fuerza de voluntad por sí sola es suficiente para dejar las drogas. Sin embargo, la investigación científica ha demostrado que el consumo prolongado genera cambios en el cerebro que producen ansias intensas y comportamientos compulsivos, lo que hace necesario un abordaje integral y especializado para favorecer la recuperación (U.S. Department of Health and Human Services, s.f.). A esto se suma el mito de que la adicción es una elección individual y que las personas que la padecen son responsables de su condición. En realidad, la adicción es un trastorno crónico del cerebro que resulta de la interacción entre factores biológicos, psicológicos y sociales. No obstante, esto no implica que los afectados estén condenados, ya que con intervención profesional es posible revertir o mejorar los cambios cerebrales producidos por el consumo (Association of Intervention Specialists, s.f.; Wikipedia, s.f.).

Otro de los mitos frecuentes es la creencia de que solo es posible tratar la adicción cuando la persona "toca fondo". Contrario a esta visión, la evidencia muestra que la recuperación puede iniciarse en cualquier momento y que las intervenciones tempranas aumentan la probabilidad de éxito, reduciendo además las consecuencias negativas del consumo (U.S. Department of Health and Human Services, s.f.; Association of Intervention Specialists, s.f.). Asimismo, suele pensarse que únicamente las drogas ilegales generan dependencia, cuando en realidad sustancias legales como el alcohol, el tabaco y algunos medicamentos de uso médico (como opioides o benzodiacepinas) presentan un alto potencial adictivo y repercusiones graves para la salud física y mental (SonderMind, s.f.; Kalandra Education Group, s.f.).

De igual manera, persiste la idea de que las personas con problemas de consumo son fácilmente reconocibles y pertenecen a grupos marginales de la sociedad. Esta creencia refuerza estigmas, pero los estudios indican que la adicción atraviesa todos los niveles socioeconómicos y puede afectar a individuos con empleo estable, familias constituidas o buena apariencia física, lo cual dificulta su identificación temprana (Penn Foundation, s.f.; Psychology Today, 2024). A esto se suma el mito de que "una vez adicto, siempre adicto", una afirmación que desconoce la diversidad de trayectorias en los procesos de recuperación. Aunque se reconoce que la adicción puede ser una condición crónica y con riesgo de recaída, muchas personas logran mantenerse en recuperación a largo plazo, consolidando estilos de vida saludables y funcionales (U.S. Department of Health and Human Services, s.f.; Penn Foundation, s.f.).

En síntesis, la persistencia de estos mitos no solo distorsiona la comprensión social sobre la adicción, sino que también limita las oportunidades de prevención y tratamiento. Superarlos requiere promover información veraz, sustentada en evidencia científica, y fomentar una mirada más humana y menos estigmatizante hacia las personas que enfrentan un trastorno por consumo de sustancias.

REFERENCIAS :

- Association of Intervention Specialists. (s.f.). Five consistent myths about drug abuse and addiction. Association of Intervention Specialists. https://www.associationofinterventionspecialists.org/five-consistent-myths-about-drug-abuse-and-addiction/
- Kalandra Education Group. (s.f.). Top 10 myths (and realities) about drug addiction. Kalandra. https://www.kalandra.ac.nz/news/top-10-myths-and-realities-about-drug-addiction
- Penn Foundation. (s.f.). Myths and misconceptions about substance use. St. Luke's Penn Foundation. https://www.pennfoundation.org/news-events/articles-of-interest/myths-and-misconceptions-about-substance-use/

- Psychology Today. (2024). The 10 most common misconceptions about addictions. Psychology Today. https://www.psychologytoday.com/us/blog/addiction-outlook/202409/the-10-most-common-misconceptions-about-addictions
- SonderMind. (s.f.). Mental health myths: Addiction. SonderMind. https://www.sondermind.com/resources/articles-and-content/mental-health-myths-addiction/.
- U.S. Department of Health and Human Services. (s.f.). Myths about substance use disorders. Indian Health Service. https://www.ihs.gov/asap/patients/myths/
- Wikipedia. (s.f.). Disease model of addiction. In Wikipedia. https://en.wikipedia.org/wiki/Disease_model_of_addiction

RECURSOS:

Físicos:

- Tarjetas con enunciados (mitos y verdades), cinta, tablero, marcadores de tablero, esfero y registro de asistencia.

Humanos:

- Ciudadanos, profesional en psicología.

Resultados:

Cualitativos: La actividad permitió identificar en las y los ciudadanos mitos y creencias erróneas sobre el consumo de sustancias psicoactivas, promoviendo la reflexión crítica frente a la presión social y cultural. Adicionalmente el ejercicio facilitó la expresión de experiencias, fortaleciendo el conocimiento real y aportando herramientas para una toma de decisiones más consciente y responsable.

Cuantitativos: En el taller participaron 12 ciudadanos hombres, sin presencia de mujeres ni personas de la comunidad LGTBI.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Harney Diaz

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: FARMACODEPENDENCIAS: LA QUIMICA DEL CEREBRO.
LINEA DE ATENCION 3: FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO, LA GESTION Y EL AROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES.

Fecha: 15/09/2025

REGISTRO FOTOGRAFICO





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: Farmacodependencias: la química del cerebro.

4. Fecha: 15/09/2023

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	75929594	ELKIN RAVEL	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1033716729	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Garcia	
3	CC	7595755	[illegible]	62	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
4	CC	79316876	Carlos Opina		No aplica	No aplica	No aplica			X					Carlos	
5	CC	80338573	[illegible]	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1070963449	cristian M		No aplica	No aplica	No aplica			X					cristian M	
7	CC	5.924.830	ALEXANDER [illegible]	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					ALEXANDER Z.	
8	CC	2994083	Roberto lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80120688	Juan. Viloria V.	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	C.C	80026962	JAVIER HUERFANO A	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	2501769	[illegible]	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	13504487	Jesus Francisco	55	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jesus.	
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_ln_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el rosario	**FECHA:** 15/09/2025	**HORA** **INICIO:** 09:00 am **FINAL:** 10:30 am
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hermes Vaca
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Alfabetización		

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer procesos de lectura y escritura a partir de actividades didácticas con base en el enfoque diferencial que le permita a las y los ciudadanos de comunidad un continuo ejercicio para su código lector.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Recalcar el valor la lectura y la escritura en el diario vivir
- Reconocer fundamentos para la adquisición del condigo de lecto escritura.
- Realizar actividades prácticas para el desarrollo de sus habilidades en relación a los procesos de lecto escritura.

METODOLOGÍA:

Se realizará el grupo focal de alfabetización, con base en la Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades. por medio de la cual se pretende acompañar a las y los ciudadanos en el fortalecimiento de habilidades educativas, en ese sentido es importante contemplar una metodológica teórico-práctica basada en estudios de caso, estas últimas como resultado de los temas planteados como temáticas.

Adecuación: Esta actividad se realizará en la biblioteca, donde se contará con el acompañamiento de promotora y ciudadanos para su organización.

Primer momento:

Se iniciará la actividad con la bienvenida por parte del profesional en pedagogía, quien realizará un recuento de lo abordado en la semana anterior para poder realizar un hilo conector y reforzar el trabajo realizado previamente. Luego de ello, se procede a realizar la entrega de guías calificadas y enviadas por el equipo de CIPREIA, En este momento los ciudadanos deberán ir identificando las falencias y corrigiéndolas para poder aplicar un principio de aprendizaje que recupera el valor en medio de los errores que se hayan cometido.

Segundo momento:

Para el segundo momento, se realizar un intercambio de guías con sus compañeros para poder identificar las fallas comunes y las posibles soluciones en el plan de trabajo que se traza desde el grupo de enfoque diferencial, en ese sentido se realiza oficialmente la entrega de sus guías. Posteriormente se realiza la entrega de nuevo material didáctico para el trabajo de combinaciones y construcción de oraciones sencillas

Tercer momento:

Por último, se realiza un seguimiento de cada caso, llamándolos a la mesa con el profesional y realizando una valoración de avances y dificultades con la producción de la actividad actual de trabajo, para que así se pueda dejar actividades pare realizar en su tiempo libre y presentar tan pronto se terminado cada punto

.

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:

Las funciones ejecutivas son el conjunto de componentes cerebrales que hacen posible el desenvolvimiento funcional de la persona y el alcanzar objetivos complejos. Una de las tareas más complejas para el ser humano es el aprendizaje, que no solo es necesario para la supervivencia, sino que también es un elemento esencial para la estimulación y el desarrollo. Ahora, la relación que existe entre el

aprendizaje y las funciones ejecutivas se produce como un proceso de retroalimentación donde, a medida que aprendemos, mejor será el funcionamiento ejecutivo. Y, a la vez, un mejor desarrollo y enseñanza de las funciones ejecutivas ayudará y facilitará el proceso de aprendizaje. En esta este artículo veremos cómo algunos elementos ejecutivos ayudan a la adquisición de información y desarrollo de habilidades.

Teorías que apoyan la relación del aprendizaje con las funciones ejecutivas

En la última década, se han desarrollado varias teorías que explican la importante relación que tienen las funciones ejecutivas en el aprendizaje. Por ejemplo, algunas investigaciones se centran en el aprendizaje de las matemáticas o de una segunda lengua. La primera se ha observado en una muestra de estudiantes con alto rendimiento en matemáticas que mostraba muy buen rendimiento en pruebas de memoria de trabajo. Esto, a diferencia de los estudiantes con bajo rendimiento en dicha asignatura que, por el contrario, mostraron un rendimiento disminuido en tal función (Begolli et al., 2018). Asimismo, se han hecho descubrimientos parecidos con personas bilingües.

Aquellos que tienen aprendido y presentan fluidez en un segundo idioma muestran un mejor rendimiento en las funciones ejecutivas en comparación con personas que solo manejan un idioma (Marton et al., 2017). La hipótesis del bilingüismo indica que el proceso de enseñanza-aprendizaje y práctica de un segundo idioma estimula no solo áreas del idioma en el cerebro, sino también áreas prefrontales designadas a las funciones ejecutivas. Esta estimulación constante del aprendizaje de un segundo idioma involucra una práctica persistente en la alternancia de dos sistemas lingüísticos. Por lo tanto, es una tarea muy compleja y que demanda mucho manejo ejecutivo de la información.

Memoria de trabajo

La memoria de trabajo es el componente ejecutivo que permite manipular, organizar y trabajar la información en la memoria a corto plazo. Por tanto, es esencial para manejar y calcular números, manipular objetos en el espacio mental y el aprendizaje inicial del lenguaje, siendo fundamental la enseñanza de esta función ejecutiva (Tirapu Ustárroz et al., 2017).

Las áreas encargadas de tal función son el córtex prefrontal dorsolateral y el córtex prefrontal inferior izquierdo. También, encontramos que el córtex parietal inferior izquierdo tiene participación en las tareas que requieren el mantenimiento de la memoria de trabajo más de 8 segundos (Goldstein y Naglieri, 2014).

Para entender cómo funciona la memoria de trabajo en el aprendizaje, te mostramos un ejemplo. Sitúate en un escenario donde debemos multiplicar 12 x 3 de manera mental. Lo primero que hacemos es multiplicar de manera individual el 3 con el 2 y el 1.

Esta tarea es ejercida por la memoria de trabajo gracias a un requerimiento espacial, ya que no solo tenemos que posicionar correctamente los números en un espacio mental, sino que también debemos trazar una acción y reposicionar el resultado en otro espacio. Imaginemos, que utilizamos números más grandes, la labor de la memoria de trabajo será mayor.

Flexibilidad cognitiva

La flexibilidad cognitiva, uno de los componentes ejecutivos, es la habilidad para alternar de manera flexible tareas, operaciones o conjuntos mentales. Normalmente, esta función ejecutiva se utiliza en el aprendizaje a la hora de realizar tareas simultáneas donde la atención se alterna entre dos o más tareas.

Es por esto, que la flexibilidad cognitiva es esencial a la hora de resolver problemas y aprendizajes complejos en los que se requiere adaptarse a los cambios. Ocurre cuando una persona reflexiona sobre un problema desde varias perspectivas y quiere determinar las consecuencias que conllevan estas. El aprendizaje de esta función ejecutiva va a ser fundamental tanto para la educación como para la vida diaria. Ahora, no existe un consenso de las áreas específicas que se encarguen de llevar a cabo tal componente ejecutivo.

Sin embargo, muchos estudios muestran que, generalmente en este componente ejecutivo, se activa el córtex prefrontal dorsolateral izquierdo, córtex prefrontal medial, el giro temporal medial y superior izquierdo, el área motora suplementaria y la ínsula. Para ejemplificar la utilización de la flexibilidad cognitiva, podemos hacer referencia al momento de aprender un segundo idioma. En un principio, se empareja una palabra: *manzana*, con su traducción en inglés: *apple*. Y esto sucede con el resto del vocabulario y estructuras gramaticales. A la hora de escuchar una palabra en inglés, se recurre a la flexibilidad cognitiva para emparejar el sonido "apple" que pertenece al sistema lingüístico inglés aprendido, con su contraparte: "manzana", perteneciente al sistema lingüístico español.

De esta manera, se alterna entre un sistema lingüístico a otro hasta llegar a un punto de **automatizar** dicho proceso. Como resultado, se incorpora el sonido con su concepto sin tener que pasar por el sistema lingüístico español.

Inhibición

Existen diferentes tipos de procesos inhibitorios en el cerebro, entre ellos encontramos el motor, motivacional, ejecutivo y cognitivo. En este caso, nos enfocaremos en la inhibición ejecutiva, que se refiere al control inhibitorio que permite abstenerse o interrumpir acciones, pensamientos y emociones que dificultan o no aportan a la actividad que se realiza (Rojas-Barahona, 2017). Asimismo, interviene en la capacidad para posponer gratificaciones inmediatas a favor de conseguir un objetivo a largo plazo. El control inhibitorio juega un papel importante a la hora de controlar progresivamente la conducta y emociones funcionales a lo largo del desarrollo escolar, construyendo un mayor autocontrol. Además, esta función ejecutiva es fundamental para el proceso de enseñanza y aprendizaje de conceptos académicos.

Según Goldstein y Naglieri (2014) las estructuras que se encargan de realizar el control inhibitorio ejecutivo son el córtex prefrontal dorso medial, córtex prefrontal dorsolateral, córtex parietal, córtex insular, precúneo bilateral y giro temporal angular izquierdo.

Fuente:

- Marton, K., Goral, M., Campanelli, L., Yoon, J. y Obler, L. K. (2017). Executive control mechanisms in bilingualism: Beyond speed of processing. *Bilingualism: Language and Cognition*, *20*(3), 613-631. https://doi.org/10.1017/S1366728915000930
- Milham, M. P., Erickson, K. I., Banich, M. T., Kramer, A. F., Webb, A., Wszalek, T. y Cohen, N. J. (2002). Attentional Control in the Aging Brain: Insights from an fMRI Study of the Stroop Task. *Brain and Cognition*, *49*(3), 277-296. https://doi.org/10.1006/brcg.2001.1501
- Rojas-Barahona, C. (2017). *Funciones ejecutivas y educación: Comprendiendo habilidades clave para el aprendizaje*. Ediciones UC.
- Tirapu Ustárroz, J., Cordero Andrés, P., Luna Lario, P. y Hernáez Goñi, P. (2017). Propuesta de un modelo de funciones ejecutivas basado en análisis factoriales. *Revista de Neurología*, *64*(02), 75. https://doi.org/10.33588/rn.6402.2016227

RECURSOS:

Físico:

- Tv, computador, hojas

Humano: Ciudadanos, ciudadanas y profesional

RESULTADOS:

Cualitativos:

A partir de la actividad realizada se logro promover estrategias para la adquisición del código lecto escritor, esto debido a la motivación presentada por los participantes a la hora de desarrollar las actividades. Es importante recalcar que ciudadanos que no podían elaborar oraciones sencillas, han venido mejorando y comienzan adquirir la capacidad de realizar dictados sencillos.

Cuantitativos:

Se conto con la participación de (9) ciudadanos, de los cuales (1) es persona mayor, (2) mujeres y (1) persona perteneciente a la comunidad LGTBIQ+

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

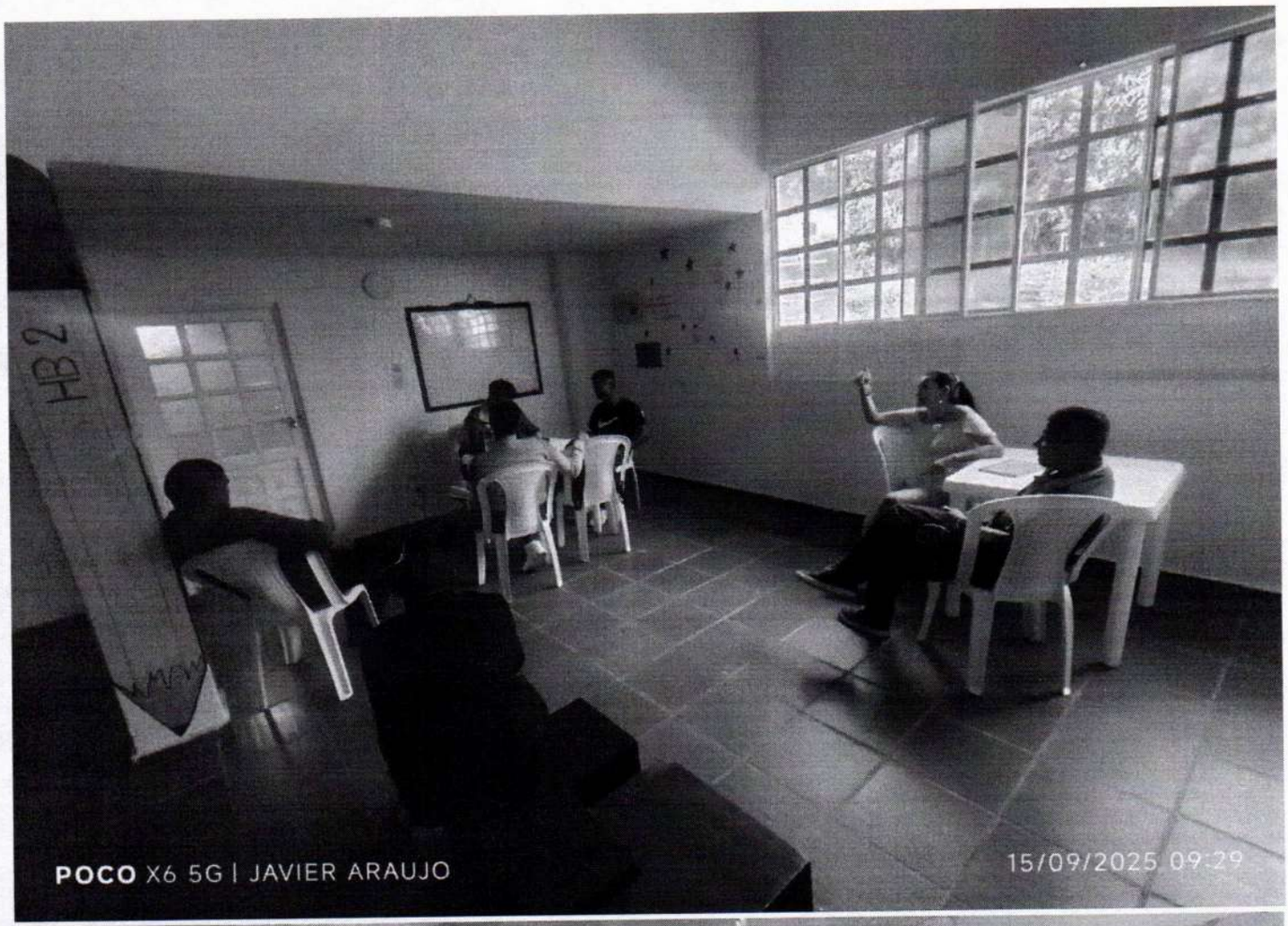
FIRMA COORDINADOR: _____

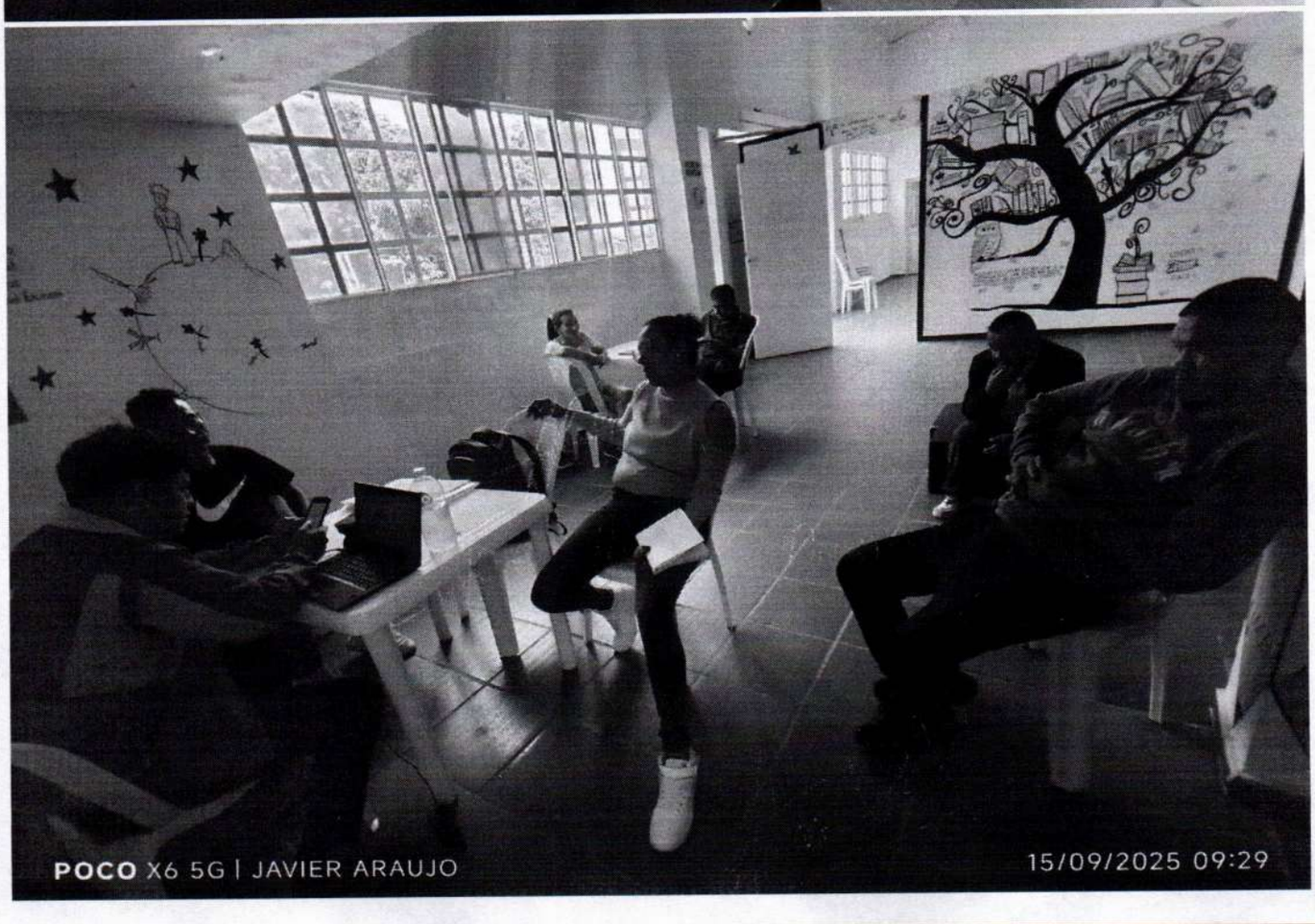
NOMBRE COORDINADOR: Jose Horney Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: Grupo focal "Alfabetización"

Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades. **Fecha: 15/09/2025**





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: Alfabetización

4. Fecha: 15/09/2025

5. Hora: 9:00am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1946802	Luis T	64	no aplica	no aplica	no aplica			X						
2	CC	[illegible]	Cristian Lopez	37	no aplica	no aplica	no aplica			X						
3	CC	9824408	Raquel Mendoza	63	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	CC	714261	Hector Gonzalez	47	no aplica	no aplica	no aplica			X						
5	CC	52763[illegible]	Luz marina	51	no aplica	no aplica	no aplica			X						
6	CC	1073[illegible]	orlando4000	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						
7	CC	80926[illegible]	JOSE ORTIZ	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	CC	8090[illegible]	luis padilla	43	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9	CC	52495[illegible]	Pilar Gonzalez	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Hermes Vera

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/políticas_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:** 15/09/2025	**HORA:** INICIO: 09:00 am FINAL: 10:30 am
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andres Fabián Lopez cano	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Entrenamiento funcional.

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

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

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

METODOLOGÍA:

La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdica- pedagógica, donde se pretenderá plantear una serie de actividades físicas que trabajen las capacidades motrices de los ciudadanos con el fin de desarrollar los sistemas musculares de estabilización del cuerpo (Abdominales, abductores y rotadores de cadera), de igual manera se fomentará la práctica de una manera activa teniendo en cuenta el déficit corporal que presenta cada ciudadano. Esta actividad se dará bajo la línea de atención 3: fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

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

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

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

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

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

- Rotaciones de tronco o twists.
- Sentadillas o squats.
- Dominadas o pull-up.
- Saltos con soga.
- Abdominales (escaladoras, frontales, planchas.)
- Peso muerto. (levantamiento de peso en distintos kg

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

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

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

TEMAS:

Entrenamiento Funcional.

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

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

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

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

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

Fases del entrenamiento

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

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

Zona de core

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

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

Sin embargo, a pesar de que entrenadores, preparadores físicos y monitores de fitness reconocen la utilidad e importancia de la core stability para la mejora funcional y el desarrollo de los deportistas, son pocos los estudios que han analizado la relación entre el desarrollo de la estabilidad del core y la mejora del rendimiento deportivo10. Además, el uso del término core stability es ambiguo, existiendo cierto debate sobre su correcto significado tanto en la literatura científica como en el ámbito profesional3, 11.
En este trabajo presentamos una revisión de la literatura científica más relevante sobre core stability con el objeto de clarificar el significado de este concepto y su relación con el rendimiento y la patología.

Fuente de consulta:

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

RECURSOS:

Físicos:

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

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, profesional.

RESULTADOS:

Cualitativos

Durante la ejecución de la jornada de entrenamiento funcional, se evidencio avances significativos en aspectos físicos, emocionales y sociales de los ciudadanos. Un incremento en la motivación y disposición para la practica de actividad física. Durante la ejecución de los ejercicios se noto una mejora en la coordinación, equilibrio, y resistencia. Acompañado del interés de aprender nuevas rutinas físicas.
La actividad también contribuyo a reforzar los hábitos de autocuidado y disciplina, así como la comprensión de la importancia del ejercicio como herramienta para el bienestar integral.

Cuantitativos: Se conto con la participación de (11) ciudadanos de los cuales (10) son de genero masculino, (1) de genero femenino, y (1) perteneciente a enfoque diferencial.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Julian F. Perez Cano

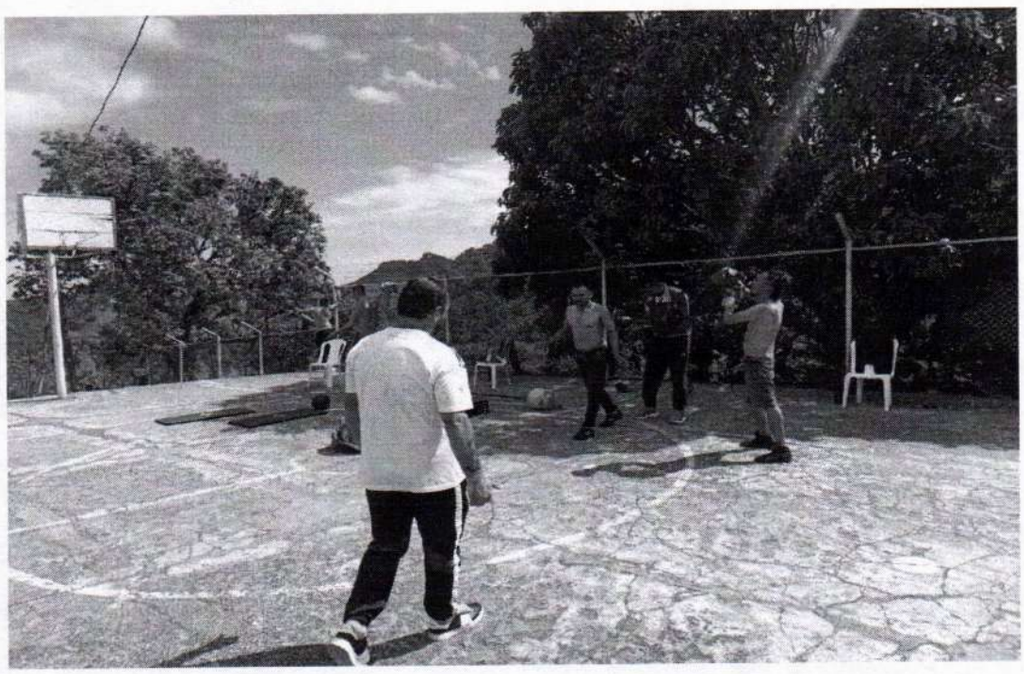
FIRMA COORDINADOR:

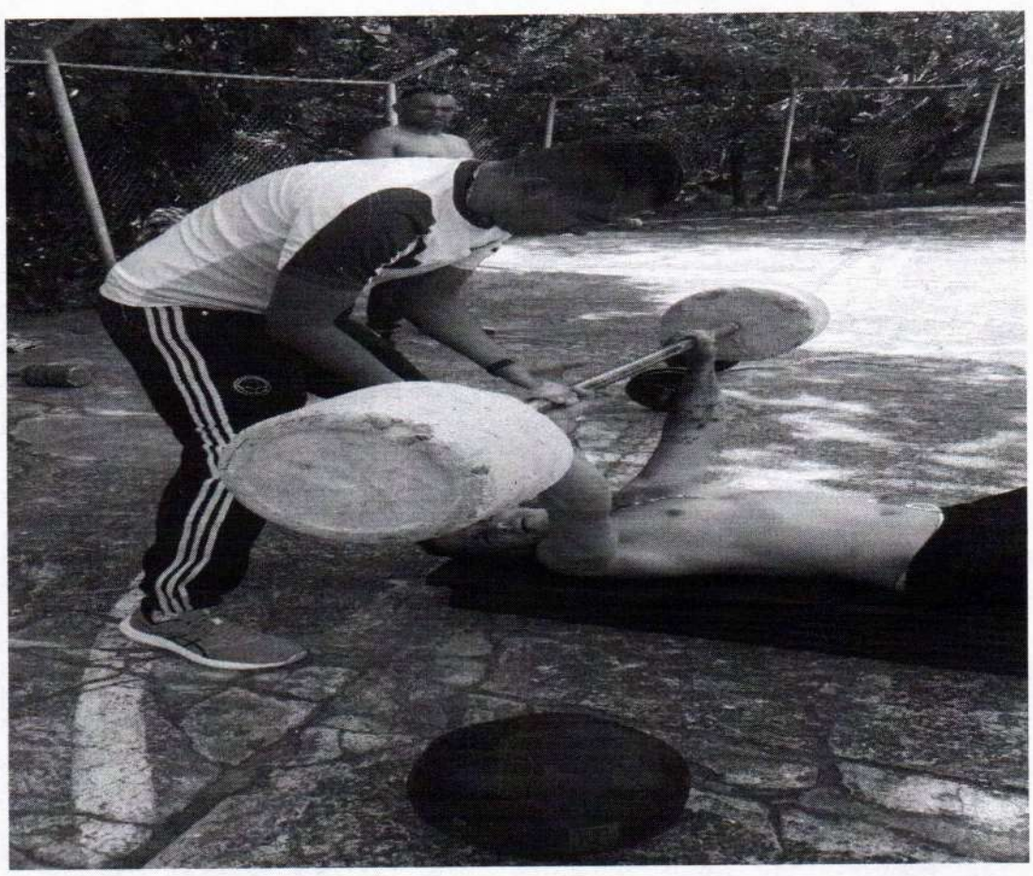
NOMBRE COORDINADOR: Jose Hernay Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Entrenamiento funcional
fecha: 15/09/2025
Línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

Actividad transversal.





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Entrenamiento Funcional.

4. Fecha: 15/09/2025

5. Hora: 09:00AM.

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1033697189	Raul Farieta	36	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	80220064	Cesar Fatino	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	79884692	Alejandro Villamizar	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	1072581114	Wilmar Forero	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	80[illegible]	Juan [illegible] Quintero	41	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	1074238[illegible]	LUIS ALBERTO	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					LUIS ALBERTO	
7	CC	7191758	FABIO RICO	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	7176623	Jeison J. Guzmen	44	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
9	CC	1013638[illegible]	JURANY	33	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
10	CC	7973055	Carlos Garcia	61	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
11	CC	1014190605	YEISON GARCIA	37	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					YEISON GARCIA	
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Andres Fabian Lopez Cano

14. Cargo o rol del responsable: Educador Físico

15. Firma del responsable de la actividad: Andres F. Lopez C.

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 15,16,17,18,19/09/2025	**HORA:** INICIO: 09:00 am FINAL: 12:00
ÁREA: TERAPIA OCUPACIONAL/TALLERISTA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Figueredo	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: limpieza de áreas comunes			

- **OBJETIVO GENERAL:**
- Incentivar a las ciudadanas y ciudadanos la ejecución en las podas y limpieza de los espacios de las áreas comunes, realizando jornadas de embellecimiento y mantenimientos de jardinería y árboles frutales, para la producción y buena imagen de la comunidad.
- **OBJETIVOS ESPECIFICOS:**
- Sensibilizar a las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle en la importancia de estar en áreas comunes libres de desechos o de basuras que pueden afectar el bienestar de todos los que la transiten o utilicen.
- Enseñar a los participantes por medio de la actividad realizada en las zonas comunes que esta acción tienen un impacto visual para las personas que habitan en el entorno de comunidad mejorando el paisajismo y la integración en estas áreas.
- Reforzar destrezas y habilidades en los participantes recalcando la importancia de mantener las áreas comunes bien presentadas.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo del taller agrícola en áreas comunes, se llevara a cabo la metodología psico educativa, basados en la Inclusión socio ocupacional para el agencia miento de capacidades y oportunidades con actividades transversales, para las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle, en la cual, se proponen actividades de teoría y ejercicios prácticos de podas del césped y jardinería, mantenimiento enfocados en las capacidades de los ciudadanos que les permitan fortalecer conocimientos y habilidades con las diferentes herramientas para jardinería, podas y embellecimiento de una área común para uso de todos sus pares utilizando herramientas como son guadaña, tijeras, azadones, trinches, rastrillos, carretilla, donde aplican las técnicas para labores del área, motivándolos a que puedan desarrollar dichas actividades para ser transmisores con sus compañeros y/o redes de apoyo y en escenarios de inclusiones laborales y familiares.

Adecuación:

Se reunirán a los participantes en el espacio establecido, se les socializara los objetivos del taller, se les brindará asesoría para la ejecución de las actividades en áreas comunes y mantenimientos de árboles frutales, plantas ornamentales y de jardinería de la comunidad de vida.

Se dispondrá desde el cuarto de herramientas la entrega adecuada y en condiciones para las diferentes labores como jardinería, podas de prados en zonas comunes, cerca viva, recolección de basuras, limpieza de arbustos y recolección de residuos.

Etapa uno:

Posterior al encuentro de la palabra se asignan labores para la jornada de arreglo y embellecimiento de áreas comunes, se firma formato de asistencia al taller del día, se hará entrega de herramientas e insumos según las actividades a desarrollar; se brinda inducción y acompañamiento constante frente a las actividades a ejecutar por parte del tallerista agro.

Etapa 2:

Se realizara supervisión y acompañamiento de las labores asignadas a los ciudadanos participantes del taller, en las actividades de podas de césped, barrido y recogidos de los residuos, mantenimiento y embellecimiento de plantas ornamentales, cerca viva, plateo, aporque y abonado de plantas de jardinería, recolección de residuos aprovechables y no aprovechables, verificando que se utilicen las herramientas adecuadas en los diferentes espacios como son, guadaña, rastrillos, tijeras de poda, azadones, pala de aporque, recogedores y carretilla y compost, donde adquieren destrezas y habilidades en las labores.

Etapa tres:

Terminada la jornada se realizará una ronda por el área verificando el cumplimento de las actividades asignadas, verificando que se hayan cumplido y dejando los espacios en completo orden y aseo, recogiendo

y entregando herramientas limpias en el sitio adecuado, se le pregunta a los participantes dudas y dificultades en la ejecución del taller del taller, seguido se hace retroalimentación del ejercicio y recomendaciones según parámetros técnicos.

Reacondicionamiento:

Se les indica a los participantes dejar las zonas de trabajo libre de basura, áreas aseadas, seguido a esto se hace recepción de herramientas debidamente limpia y en óptimas condiciones para proceder a la desinfección de las mismas, luego se ubicaran en el área dispuesta para le recolección de herramientas.

TEMAS

El plateo sirve para mantener limpio el árbol de cítrico de la competencia de malezas y facilitar las revisiones periódicas de plagas y enfermedades. En los primeros años se debe realizar de forma manual y si se van a utilizar herbicidas debe hacerse con una persona experimentada y con equipos adecuados

Plateo en frutales

El plateo consiste en crear y mantener una zona circular limpia y libre de malezas alrededor de la base del tronco de un árbol frutal. Esta área se conoce como "plato" o "alcorque".

Objetivos del plateo:

Reducir la competencia: Las malezas compiten con el frutal por agua, nutrientes y luz solar. Al eliminarlas, el árbol joven tiene acceso a más recursos para un crecimiento óptimo.

Mejorar la infiltración de agua: Un suelo desnudo permite que el agua de lluvia o de riego penetre directamente en el suelo y llegue a las raíces del árbol, evitando que sea interceptada por las malezas o se evapore rápidamente.

Facilitar la aplicación de abonos: Cuando se aplican fertilizantes, el plateo asegura que estos lleguen directamente a la zona radicular del frutal y no sean aprovechados por las malezas.

Control de plagas y enfermedades: Algunas plagas y enfermedades pueden esconderse o desarrollarse en la maleza alrededor del árbol. Mantener el plato limpio reduce estos refugios.

Mejorar la aireación del suelo: Remover ligeramente la superficie del suelo en el plato puede mejorar la aireación, lo cual es beneficioso para el desarrollo de las raíces.

Cómo se realiza el plateo?

Limpieza del área: Se eliminan todas las malezas, hiervas y plantas competidoras. Esto se puede hacer manualmente, con azadones o herramientas mecánicas, o incluso con cubiertas orgánicas

Tamaño del plato: El diámetro del plato debe ser proporcional al tamaño del árbol. Para árboles jóvenes, un diámetro de 1 metro es adecuado. A medida que el árbol crece, el tamaño del plato puede aumentarse.

Profundidad: La limpieza debe ser superficial para evitar dañar las raíces del frutal. Unos pocos centímetros suelen ser suficientes.

Material orgánico: Después de limpiar, es muy beneficioso cubrir el plato con una capa de material orgánico como hojas secas, paja, corteza triturada, etc. Esto ayuda a retener la humedad, suprime el crecimiento de malezas y aporta nutrientes a medida que se descompone.

Es importante diferenciar este plateo como labor cultural de la enfermedad del "plateado", que es una condición fúngica que afecta las hojas de algunos frutales, dándoles un aspecto plateado o metálico.

Aporque en frutales

El aporque consiste en amontonar tierra alrededor de la base del tronco de la planta. Es una práctica muy común en hortalizas, pero también se aplica en frutales, especialmente en los primeros años.

Objetivos del aporque:

Estimular el desarrollo radicular: Al amontonar tierra, se fomenta la formación de nuevas raíces en la parte cubierta del tallo, lo que mejora la estabilidad y la capacidad de absorción de nutrientes y agua del árbol.

Proteger el cuello de la planta: La tierra adicional puede proteger el cuello del árbol (la zona de transición entre el tallo y la raíz) de cambios bruscos de temperatura (heladas o quemaduras solares) y del ataque de algunas plagas o enfermedades que afectan la base del tronco.

Mejorar el anclaje: Proporciona un soporte adicional a la planta, lo que es especialmente útil en árboles jóvenes o en zonas con vientos fuertes.

Facilitar el riego y la fertilización: Al crear una especie de montículo, se puede dirigir mejor el agua y los fertilizantes hacia la zona radicular del árbol.

Control de malezas: Al cubrir la base con tierra, se puede suprimir el crecimiento de malezas en esa área específica.

Cómo se realiza el aporque?

Se mueve tierra del surco o del área adyacente para formar un pequeño montículo alrededor de la base del tronco. La altura del montículo puede variar, pero generalmente se busca cubrir unos pocos centímetros de la base del tallo.

En resumen, tanto el plateo como el aporque son técnicas agrícolas que buscan optimizar el crecimiento y la salud de los frutales al mejorar las condiciones del suelo y reducir la competencia, aunque cada una lo logra a través de una acción diferente: el plateo limpiando y el aporque amontonando tierra.

Poda de formación

Es la poda que efectuamos tanto a árboles como a arbustos en sus estados más jóvenes con el fin de crear una forma o estructura concreta. Previamente debemos establecer cuál es la forma correcta que daremos al

árbol o arbusto y se irán eliminando las ramas no deseadas. En caso de querer formar estructuras complejas nos serviros de guías tanto metálicas como de madera donde iremos fijando las ramas seleccionadas.

Pinzamientos

Los pinzamientos son los cortes de ramas tiernas que se efectúan rebajando los brotes entre cinco y diez centímetros, con el fin de rebajar el volumen de la planta y provocar el desarrollo de nuevas ramas laterales que aportarán densidad y opacidad al arbusto o árbol. El número de pinzamientos que requerirá un arbusto o árbol estará directamente relacionado con el vigor de la planta a podar. En caso de ser muy vigorosas requerirán gran número de pinzamientos al año, y a las poco vigorosas de crecimiento lenta será suficiente realizarles un único pinzamiento anual.

Poda de saneamiento

La poda de saneamiento consiste en eliminar las ramas secas y rotas de los árboles. La retirada de estas ramas dañadas es necesaria ya que con el tiempo la presencia de las ramas secas y rotas puede resultar un peligro pues presentan un alto potencial de caída y, por tanto, pueden provocar daños materiales y personales.

Poda de fructificación

Se realiza a los árboles frutales y consiste en realizar una poda, dependiendo de la especie de árbol frutal a podar, con el objetivo de equilibrar el número de yemas de flor con el número de yemas de madera, partiendo del principio de una pieza de fruta requiere cuarenta hojas maduras para desarrollar un tamaño adecuado y de calidad. Adecuando este principio a cada especie de árbol frutal, habrá que realizar la poda acorde para la obtención de frutas de tamaño y calidades óptimas.

Fuente:

-https: //www.fao.org

-https://www.asohofrucol.com.co

-https://www.trichodex.com/metodos-y-tecnicas-de-control-fitosanitario-para-los-cultivos.

RECURSOS:

Físicos:

Guadaña, azadones, machetes, escobillas, rastrillo, lonas, pala jardinera, tijeras de mano, segueta.

Humanos:

Tallerista agro y ciudadanos.

RESULTADOS:

- Cualitativos: Los ciudadanos autorregularon sus estados de ánimo y ansiedad a partir de las actividades con la tierra y el contacto con la naturaleza, observando la motivación y el compromiso con las tareas de embellecimiento de las áreas y la jardinería, siguiendo instrucciones en la aplicación de los métodos y técnicas para cada una de las plantas.
- Los participantes aprenden que al desarrollar la corresponsabilidad del mantenimiento de las áreas comunes aporta para que su comunidad pueda estar en mejor presentación y libre de desechos biodegradables que son tratados en el compost.
- Los ciudadanos desarrollaron las destrezas y habilidades en el arreglo y mantenimiento de plantas ornamentales y de jardinería, realizando actividades cotidianas del área, se destaca el compromiso y responsabilidad que adquieren para dichas labores reflejando un buen ambiente y trabajo en equipo en el entorno de la comunidad.

- **Cuantitativos:**
- lunes 15 de septiembre participan 9 hombres en las labores de barridos y recogida de césped.
- martes 16 de septiembre participan 9 hombres en las labores de encalado del tronco de los arboles de zona común.
- Miércoles 17 de septiembre participan 9 hombres podas de formación y pinzamientos en cítricos .
- Jueves 18 de septiembre participan 9 hombres guadañada de canales de camino.
- Viernes 19 de septiembre participan 9 < hombres se realiza ultimas recogidas de césped.

.

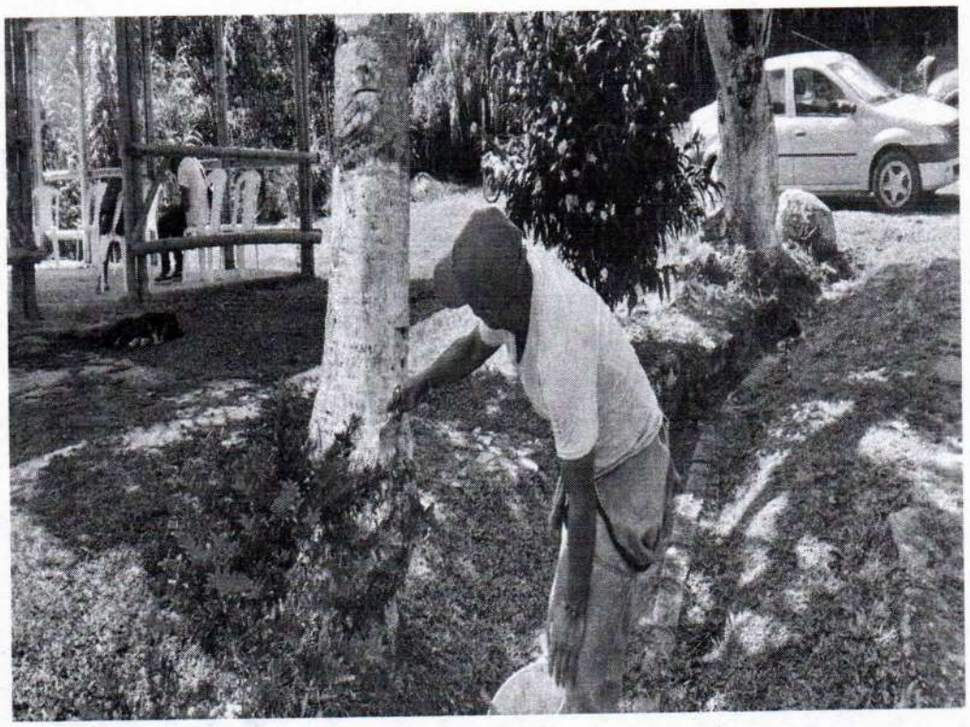
FIRMA DEL RESPONSABLES: _____

FIRMA DEL COORDINADOR: _____

NOMBRE DEL COORDINADOR: Jose Herney Diaz

Registro fotográfico
Nombre de actividad limpieza de áreas comunes
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional dese el agenciamiento de capacidades
Fecha15-16-17 /09/2025
Tipo de actividad Transversal





Registro fotográfico
Nombre de actividad limpieza de áreas comunes
Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional dese el agenciamiento de capacidades
Fecha18-19/09/2025
Tipo de actividad Transversal





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Código:	FOR-PSS-795
Versión:	0
Fecha:	Memo !2024020296 - 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: limpieza de areas comunes

4. Fecha: 15-09-2025

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	1077423882	LUIS HILBERTO	43	No aplica	no aplica	No aplica			X					LUIS	
2	CC	1111111116	Julio Cesar Mosquera	62	No aplica	no aplica	No aplica			X						
3		80720[illegible]	Diego Camilo Rodriguez	47	no aplica	no aplica	No aplica			X					Diego Rodriguez	
4	CC	1017[illegible]	JAIME OSORIO	50	No aplica	no aplica	No aplica			X						
5	CC	1016066988	JOHAN D CRISTIANO	31	No aplica	no aplica	No aplica			X						
6	CC	1032355861	Carlos Moreno	52	No aplica	no aplica	No aplica			X					Carlos Moreno	
7	CC	94511403	Diego Benavides	47	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	CC	80.120.687	Juan Gloria	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9	CC	1078888810	Harold castillo	31	no aplica	no aplica	no aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista agro

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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 atencion a la ciudadania.

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Limpieza de areas Comunes
4. Fecha: 16-09-2025
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	1074142380	LUIS ALBERTO	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					LUIS ALBERTO	
2	CC	1014149116	JULIO CESAR MORA	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	80770861	DIEGO CAMILO ROBAYO	41	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					DIEGO ROBAYO	
4	CC	1017550491	JAIME OSORIO	56	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	1016060388	JUAN D CRISTIANO	31	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	1032358841	Carlos Moreno	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Carlos Moreno	
7	CC	94511403	Diego Benavides	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	80120687	Juan Uloria	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	1076888080	Hatrod Castillo	31	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					HC	
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo
14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agro
15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

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: Limpieza de areas comunes

4. Fecha: 17-09-2024

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	1077423888	LUIS ALBERTO	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					LUIS	
2	CC	1117916	Julio Cesar Marquez	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80770861	Diego camilo Cabuto	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Diego Cabuto	
4	CC	10175564	JAIME OSORIO	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1016060558	JULIAN D CRISTIANO	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	10323588	Carlos Moreno	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Carlos M	
7	CC	94514405	Diego Benavides	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	80120.687	Juan Victoria	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1067888000	Fabian Castillo	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agro

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se 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: Ciempre de aseo comunes

4. Fecha: 18-09-2025

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	1077423882	LUIS ALBERTO	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					LUIS	
2	10	1141916	Jurcesar [illegible]	62	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
3	CC	80720865	Diego Camilo Lozano	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Lozano	
4	CC	10175564	JAIME OSORIO	56	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
5	CC	1016000358	JULIAN D CRISTIANO	31	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
6	CC	1032355886	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X					Carlos Moreno	
7	CC	94511403	Diego Benavides	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
8	CC	80120.087	Juan Vi Loria	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
9	CC	1076888000	Farod Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agro

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

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: limpieza de area Comunes

4. Fecha: 19-09-2024

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	1077423889	LUIS ALBERTO	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					LUIS	
2	CC	1014696	[illegible]	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[signature]	
3	CC	80779861	Diego camilo Roberto	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Diego Cobaleda	
4	CC	80.175.561	JAIME OSORIO	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[signature]	
5	CC	1014000058	JULIAN D CRISTIANO	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[signature]	
6	CC	1032358881	Carlos Moreno	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[signature]	
7	CC	94514405	Diego Benavides	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[signature]	
8	CC	80120.607	Juan Vi[illegible]	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[signature]	
9	CC	1018488810	Harold castillo	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[signature]	
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agro

15. Firma del responsable de la actividad: [signature]

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_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 Secretaria Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 15/09/2025 16/09/2025	**HORA:** **INICIO** 10:30 AM **FINAL** 12:00 M
ÁREA: Tallerista	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandro Bejarano	

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Danza ritmo y vida – Checumbia

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la expresión emocional y el desarrollo de habilidades sociales a través de la escuela de formación de dazas y del baile Checumbia, 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 III: fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, 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, 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 Checumbia 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 específica para la realización del montaje 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

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 iniciará con el montaje de la primera parte de la coreografía donde se enfocará en el paso básico de mapale, donde se dividirán en dos grupos, se ubicara cada grupo en los costados, se iniciara con los participantes agachados con una rodilla al frente y la otra en el piso, al momento de sonar la música se iniciaran a levantar y a bailar de adelante para atrás con el paso básico de mapale, seguido se realizaran desplazamientos hacia los costados cruzándose entre ellos.

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

RECURSOS

Recursos Humanos

- Tallerista, participantes

Recursos físicos

- Bafle y música.

RESULTADOS:

Cualitativos 15/09/2025:
Asistieron ciudadanos y ciudadanas de diferentes etapas y equipos, 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. Se evidencia que los participantes a los cuales se le había asignado cargas de repeticiones han avanzado en la motricidad necesaria para continuar con el su proceso, sin embargo, se siguen dejando trabajo autogestionado y se les realiza clase personalizada con el fin de que puedan seguir adelantando su desarrollo.

Cuantitativos 15/09/2025:
Ingresan al taller 9 participantes distribuidos de la siguiente manera, cuatro (4) mujeres, cinco (5) hombres de diferentes equipos de referencia y diferentes etapas todos con buena disposición.

Cualitativos 16/09/2025:
Se evalúo el trabajo autogestionado que se dejó la clase anterior y se logra evidenciar un alto compromiso y un mejoramiento en la motricidad de los asistentes al taller. 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 el avance en sus movimientos y su motricidad 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 realizó en grupo se fomenta el trabajo en equipo, la colaboración, la comunicación y el desarrollo de habilidades sociales.

Cuantitativos 16/09/2025:
Ingresan al taller 9 participantes distribuidos de la siguiente manera, tres (3) mujeres, seis (6) hombres de diferentes equipos de referencia y diferentes etapas todos con buena disposición.

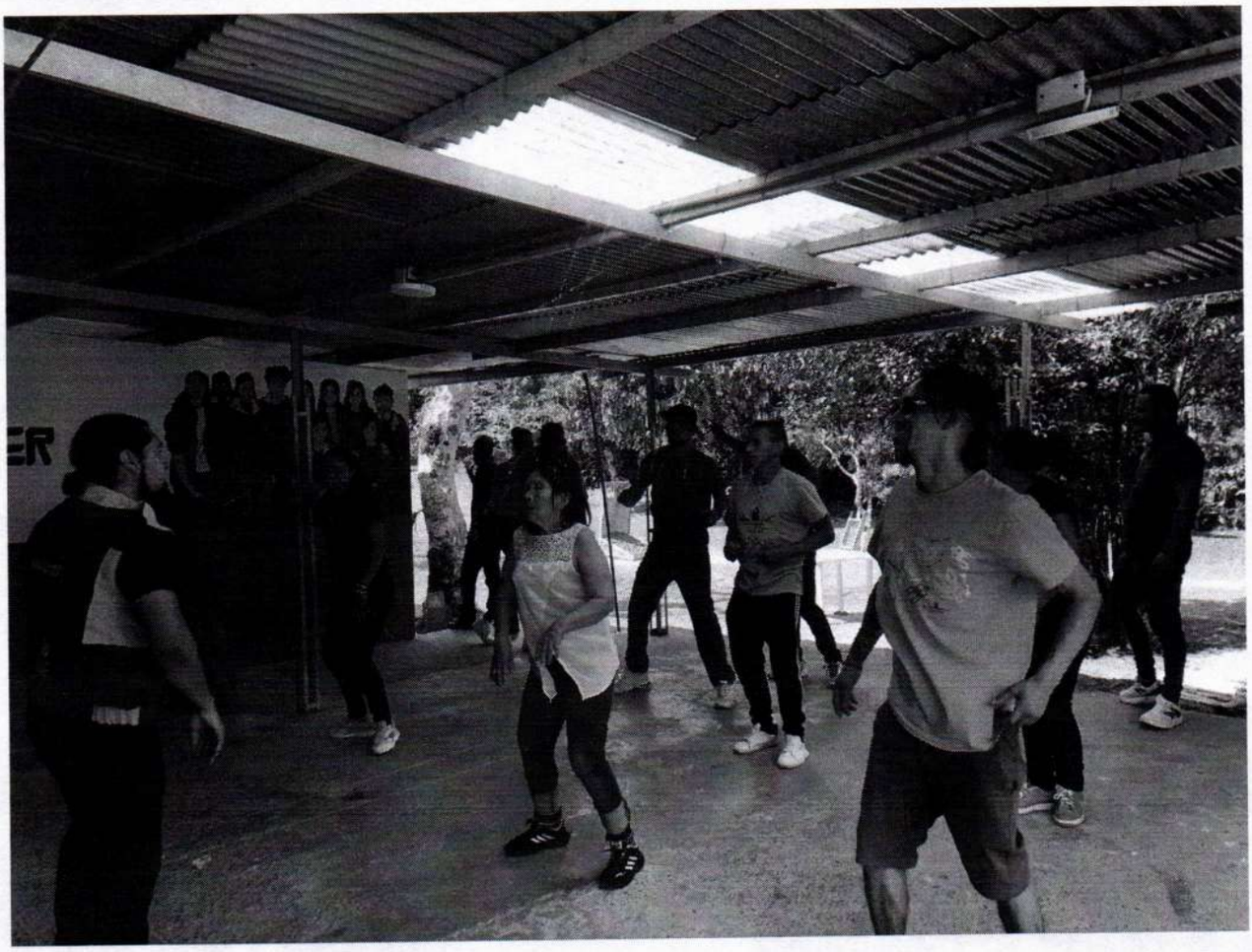
FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

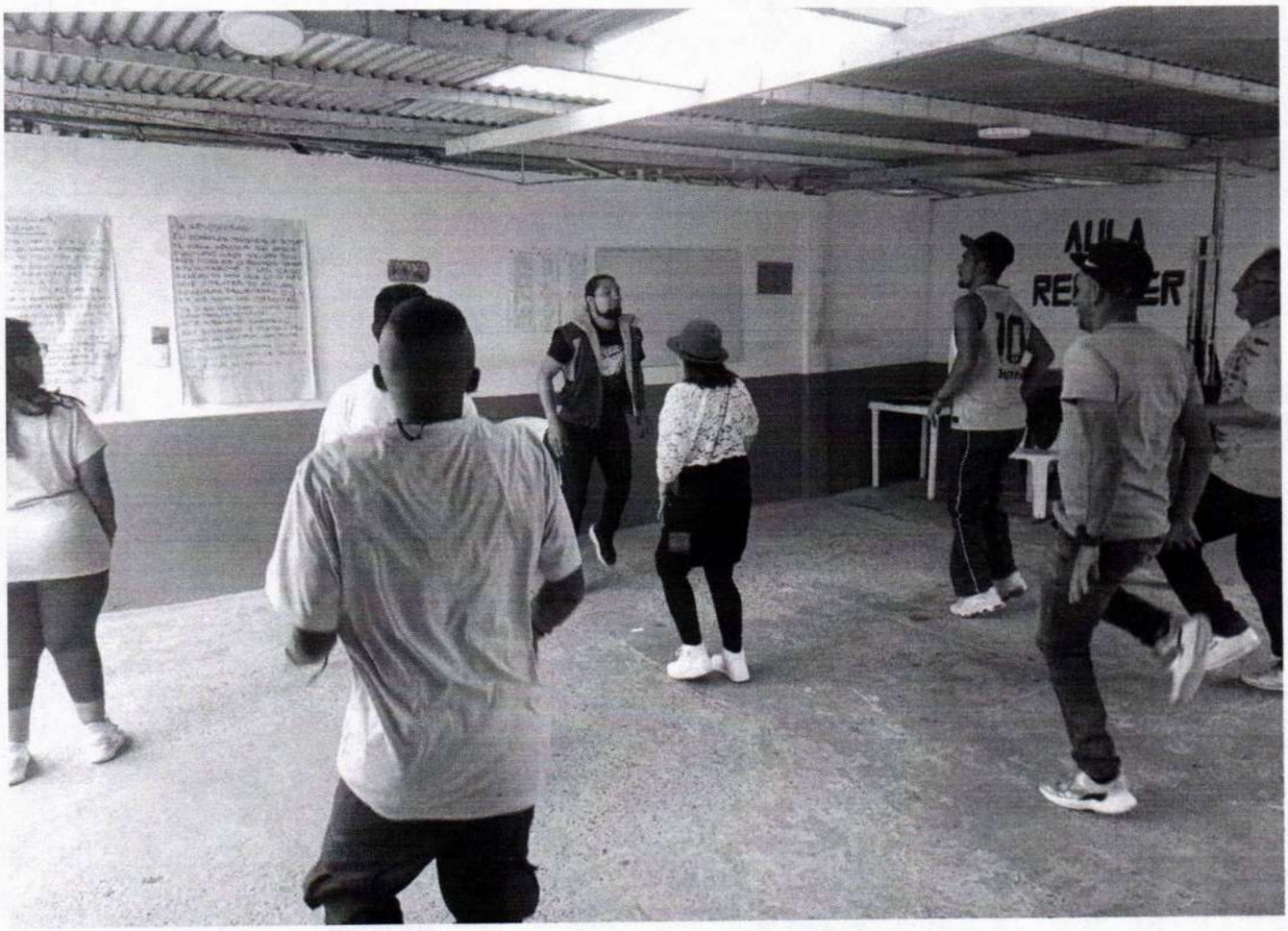
NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

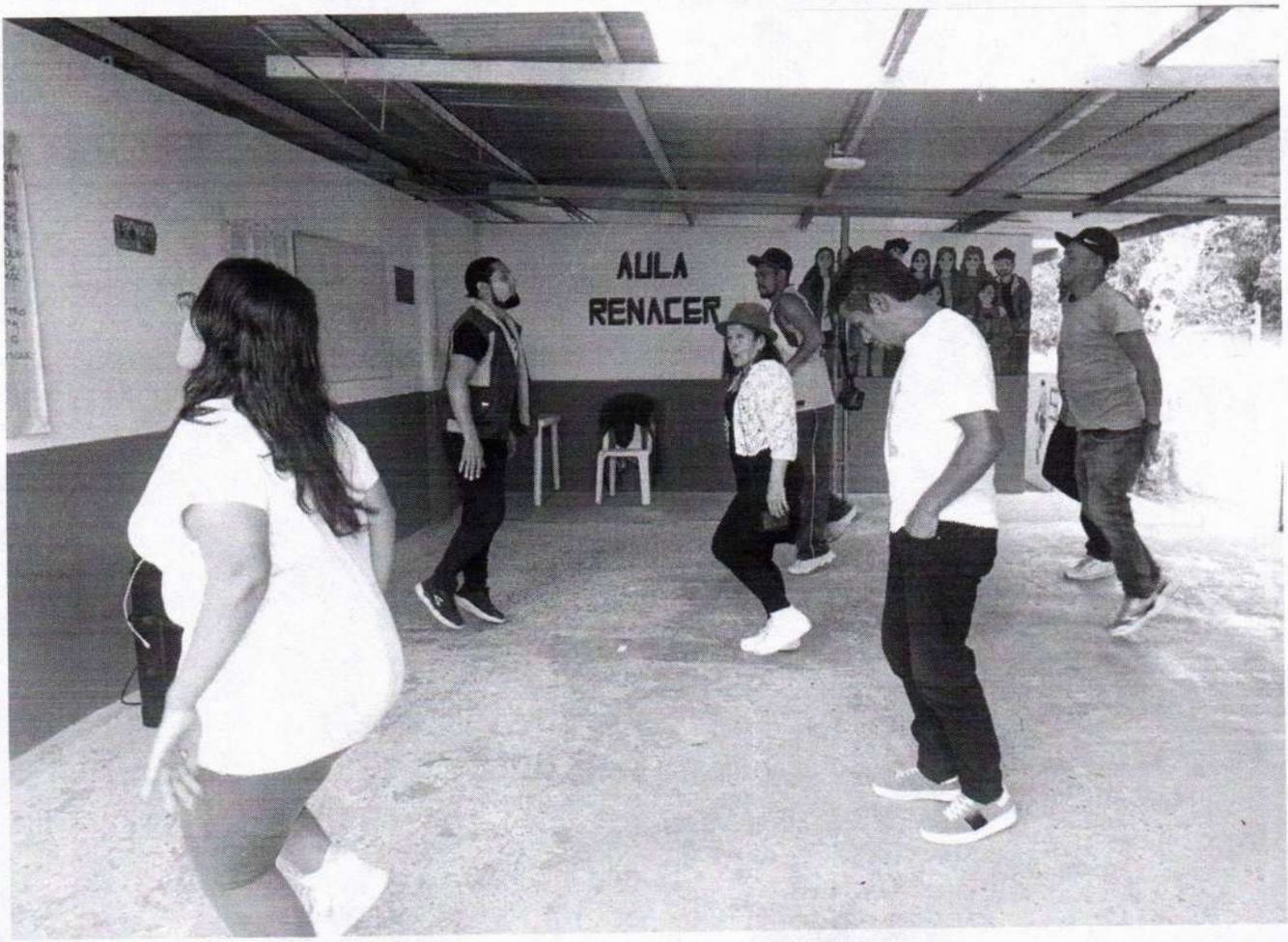
REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN III: FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO, LA GESTIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES.
ACTIVIDAD TRANSVERSAL
15/09/2025
Danza ritmo y vida – Checumbia





REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN III: FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO, LA GESTIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES.
ACTIVIDAD TRANSVERSAL
16/09/2025
Danza ritmo y vida – Checumbia





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 - Chocumbia

4. Fecha: 15/09/2025

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	1[illegible]7710	Blanca Munoz	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	52860868	MAYERLY SANCHEZ	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1233621693	Jonatan A. Paez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80202064	Cesar Teatino	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1[illegible]1	Marcela Ducuara	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80871190	Nicolas Gomez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1069728586	Jesica Vargas	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1[illegible]552	Alex Peliza	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80.031.760	Fernando Lozano	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro 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

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 – Chacumbia

4. Fecha: 16/09/2025

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	29477176	Dance Mudo	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1054[illegible]3552	Alex Polo	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1069[illegible]250	Jesica Vargas	30	No Aplica	No Aplica	No aplica			X						
4	CC	80174190	Nicolas Gomez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79305517	CARLOS GARCIA	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1013621698	Jonatan Alexis Paez Pinto	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	80038-700	Fernando Tunjo	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1[illegible]358	ALEJANDRO MORENO	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1022949611	Marcela Daccara	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro 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:** 15/09/2025	**HORA:** **INICIO** 11:00 A.M. **FINAL** 12:00 M
ÁREA: PROMOTORÍA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	ALEXANDRA BERMÚDEZ

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Acuerdos de Convivencia

OBJETIVO GENERAL:

- Promover la consolidación de una cultura de convivencia armónica en la comunidad mediante la construcción participativa de acuerdos colectivos, orientados a garantizar el respeto de los derechos, el cumplimiento de deberes y la resolución pacífica de conflictos, fortaleciendo así la cohesión social y el bienestar comunitario.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Sensibilizar a los participantes sobre la relevancia de los acuerdos de convivencia como instrumentos de regulación social y comunitaria.
- Identificar las principales situaciones de conflicto o tensiones sociales que afectan la dinámica comunitaria.
- Diseñar de manera concertada un conjunto de acuerdos que regulen las interacciones, establezcan compromisos colectivos y prevengan situaciones de conflicto.
- Generar corresponsabilidad en los participantes frente al cumplimiento, seguimiento y sostenibilidad de los acuerdos establecidos.

METODOLOGÍA: La actividad se desarrollará bajo la Línea de Atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, por la cual se llevará a cabo mediante una metodología participativa y psicoeducativa que favorezca el diálogo y la construcción colectiva de acuerdos de convivencia. A partir del análisis de situaciones cotidianas, los participantes consolidarán un pacto comunitario que fortalezca el respeto mutuo, la corresponsabilidad y las redes de apoyo para una convivencia armónica y sostenible.

Adecuación: El taller se llevará a cabo con los participantes interesados en el aula Gabriel García Márquez. El espacio se organizará con sillas formadas en círculo con el fin de favorecer la interacción y la participación constante de todos los ciudadanos.

Primer Momento: El taller iniciará con una breve dinámica de presentación para generar confianza entre los participantes. A continuación, se plantearán preguntas orientadoras como: ¿Qué significa para ti convivir en comunidad?, ¿Por qué crees que es importante tener acuerdos colectivos? y ¿Qué situaciones pueden afectar la convivencia aquí? Estas preguntas permitirán introducir la temática y motivar la reflexión inicial.

Segundo Momento: En este espacio, los participantes trabajarán en pequeños grupos para identificar situaciones frecuentes que generan conflictos, como el uso de espacios comunes, el ruido, la limpieza o el respeto de horarios. Posteriormente, cada grupo propondrá acuerdos de convivencia para dar solución a esas problemáticas. Las propuestas se socializarán en plenario y se recopilarán en un documento común llamado "Pacto Comunitario de Convivencia".

Tercer Momento: Para finalizar, se abrirá una reflexión conjunta sobre la importancia de cumplir los acuerdos como un compromiso de respeto y corresponsabilidad. Luego, se realizará un acto simbólico donde los participantes firmarán el pacto o expresarán públicamente su compromiso, reafirmando así la voluntad colectiva de mantener una convivencia armónica y solidaria.

TEMAS: Acuerdos de Convivencia

Los acuerdos de convivencia son instrumentos colectivos creados de manera participativa con el propósito de regular la vida en comunidad, promover el respeto mutuo y garantizar la resolución pacífica de los conflictos. Se diferencian de las normas impuestas unilateralmente porque surgen del consenso, lo cual les

otorga legitimidad, sentido de pertenencia y sostenibilidad en el tiempo. Su aplicación no se limita a un contexto específico, ya que resultan útiles en entornos escolares, comunitarios, organizacionales y también en espacios virtuales donde se requiere regular la interacción entre personas.
En términos conceptuales, un acuerdo de convivencia es un marco de principios, derechos y deberes que se traduce en compromisos concretos de conducta y en mecanismos para la atención de situaciones conflictivas. Su función es doble: preventiva, porque establece pautas claras de comportamiento, y restaurativa, porque prioriza el diálogo y la mediación como estrategias para manejar las tensiones que se presenten. Desde una perspectiva universal, los acuerdos de convivencia deben ser claros en su lenguaje, realistas en sus expectativas y flexibles para adaptarse a las características y necesidades del grupo que los adopta.

El proceso de elaboración de un acuerdo de convivencia se construye sobre la participación activa de todos los actores involucrados. Generalmente comienza con espacios de sensibilización que permiten reconocer la importancia de establecer normas comunes, seguidos de un diagnóstico participativo en el que se identifican las principales problemáticas de convivencia. A partir de allí se generan propuestas de solución que se transforman en acuerdos concretos. Una vez consensuados, los acuerdos se formalizan en un documento público que se socializa y se acompaña de un acto simbólico de compromiso, lo que refuerza la corresponsabilidad de los participantes.

Un acuerdo de convivencia suele incluir un preámbulo que define sus principios y valores rectores, como el respeto, la equidad, la solidaridad y la corresponsabilidad. Posteriormente se establecen las normas de comportamiento esperadas en la comunidad, los derechos y deberes de sus integrantes, así como los mecanismos para prevenir y atender conflictos. También se definen instancias de mediación o comités de convivencia encargados de gestionar desacuerdos y se especifican medidas restaurativas o sancionatorias, siempre con un enfoque proporcional y educativo. Finalmente, se fijan mecanismos de seguimiento y revisión periódica que permiten evaluar la eficacia del acuerdo y realizar los ajustes necesarios.

La aplicación práctica de estos pactos muestra resultados significativos en diferentes contextos. En el ámbito escolar, contribuyen a disminuir situaciones de acoso y violencia al ofrecer rutas claras de prevención y atención. En comunidades de vivienda y barrios, mejoran la gestión de espacios comunes y reducen la conflictividad entre vecinos. En las organizaciones, complementan los códigos de ética y fortalecen la cultura interna. Incluso en entornos digitales, donde las interacciones suelen ser anónimas, los acuerdos de convivencia se han convertido en herramientas clave para promover un ambiente respetuoso y seguro.
Un aspecto fundamental es que estos acuerdos no deben entenderse como documentos estáticos, sino como herramientas dinámicas que requieren revisión periódica y evaluación constante. Los indicadores más utilizados para medir su efectividad incluyen la reducción de incidentes, la mejora en la percepción de seguridad y respeto, y la participación en los mecanismos de resolución de conflictos. El éxito de los acuerdos de convivencia depende no solo de la claridad del texto, sino también de la calidad del proceso participativo que los origina, de la capacidad para generar confianza en su cumplimiento y de la existencia de redes de apoyo que garanticen su sostenibilidad.
En conclusión, los acuerdos de convivencia son mecanismos universales y versátiles que, bien diseñados y aplicados, fortalecen la cohesión social, reducen la conflictividad y promueven una cultura de responsabilidad compartida. Su eficacia se sustenta en la participación de las personas, en la claridad de las normas y en la implementación de estrategias restaurativas y pedagógicas que favorezcan la construcción de comunidades armónicas, resilientes y orientadas al bienestar común.

Los acuerdos de convivencia surgen históricamente como una necesidad social de regular la vida colectiva en grupos humanos que comparten espacios, recursos o proyectos comunes. Desde las primeras comunidades organizadas hasta las instituciones modernas, siempre ha sido necesario establecer reglas explícitas o implícitas que garanticen el respeto mutuo, la protección de derechos y la distribución equitativa de responsabilidades. En la actualidad, estos acuerdos se han consolidado como herramientas formales de gestión comunitaria que buscan transformar la convivencia en un proceso consciente, participativo y orientado al bien común.

La importancia de los acuerdos de convivencia radica en que funcionan como un contrato social voluntario que facilita la armonía entre personas con intereses, historias y costumbres diversas. Al ser construidos de manera colectiva, fortalecen el sentido de pertenencia y la legitimidad de las normas, lo que reduce la imposición externa y aumenta la disposición a cumplirlas. Además, constituyen un puente entre la normatividad legal y la vida cotidiana, ya que aterrizan los principios generales de convivencia en prácticas concretas adaptadas a las realidades locales de cada grupo.
En términos de beneficios, la implementación de acuerdos de convivencia permite reducir la conflictividad interna, establecer rutas claras de resolución de problemas y fomentar valores como el respeto, la solidaridad y la cooperación. También generan confianza entre los miembros de la comunidad y contribuyen al fortalecimiento de la cohesión social, lo cual es clave para enfrentar retos comunes como el uso de espacios compartidos, la administración de recursos o la prevención de situaciones de violencia. Incluso en escenarios de diversidad cultural, estos pactos facilitan el reconocimiento de las diferencias y la construcción de consensos que aseguren la inclusión de todas las voces.
Sin embargo, la creación y aplicación de acuerdos de convivencia no está exenta de retos. Uno de los más frecuentes es la dificultad para lograr la participación activa de todos los actores, lo cual puede debilitar la

legitimidad del acuerdo. Otro desafío radica en el riesgo de que las normas sean demasiado generales o, por el contrario, excesivamente rígidas, lo que limita su efectividad. También existe la posibilidad de que los acuerdos se conviertan en documentos formales que no se aplican en la práctica, perdiendo así su valor transformador. Por estas razones, resulta fundamental acompañarlos de procesos de formación, espacios de diálogo continuo y mecanismos de seguimiento que aseguren su cumplimiento y actualización.

En un contexto global, los acuerdos de convivencia han sido adoptados en escuelas, universidades, comunidades barriales, organizaciones no gubernamentales, espacios laborales e incluso en plataformas digitales. Cada uno de estos escenarios adapta el pacto a sus necesidades específicas: en el ámbito educativo, se utilizan para prevenir el acoso y mejorar la disciplina; en las comunidades residenciales, para organizar la vida vecinal y el uso de espacios comunes; en los lugares de trabajo, para complementar los códigos de ética y fortalecer el clima laboral; y en entornos virtuales, para establecer normas de comportamiento que regulen la interacción en línea y prevengan la violencia digital.

Las perspectivas actuales apuntan a que los acuerdos de convivencia se fortalezcan como mecanismos preventivos frente a la conflictividad social. Cada vez se valora más el enfoque restaurativo, que prioriza la reparación de las relaciones dañadas por encima del castigo, y la construcción de redes de apoyo que garanticen la sostenibilidad de los pactos. Asimismo, en un mundo interconectado y multicultural, estos acuerdos se consolidan como herramientas para la gestión de la diversidad, favoreciendo sociedades más inclusivas, resilientes y cohesionadas.

RECURSOS:

Recursos Humanos

- Promotor, Ciudadanos

Recursos físicos

- Sillas, Mesas, Esferos, Hojas de papel blancas

RESULTADOS:

Cualitativos:

- La implementación del taller permitió que los participantes reconocieran la importancia de los acuerdos de convivencia como una herramienta fundamental para regular las relaciones comunitarias y fortalecer la cohesión social. Se evidenció una participación en la construcción de normas comunes, lo cual favoreció el sentido de pertenencia y el compromiso colectivo. Asimismo, se consolidó un pacto comunitario orientado al respeto, la corresponsabilidad y la resolución pacífica de los conflictos, generando un ambiente más armónico y propicio para la interacción social dentro y fuera de comunidad.

Cuantitativos:

- En el taller participaron diez (18) ciudadanos, nueve (16)) hombres y una (2) mujer.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Alexandra Fernandez.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Acuerdos de Convivencia

Taller de interés

Línea de Atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades,

FECHA: 15/09/2025





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: Acuerdo de convivencia

4. Fecha: 15/09/25

5. Hora: 11

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	80220064	Cesar Tolino	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80243905	DANIEL ARELLANO	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	80926713	Jose Ortiz S.	43	NO Aplica	NO Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79305.577	Carlos A. García	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80174190	NICOLAS GOMEZ	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	52763187	Luz marina	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	3235886	Carlos Moreno	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	80901369	luis padilla	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1033776479	Andres Leonardo Garcia	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	2944083	Roberto Lombana	65	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1033381114	Wilman Rueda G.	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1028700551	Brayan Nicolas Martinez	30	NO Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1013621613	Jonathan Alexander Ariel Pinto	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	91-214618	Rafael A. Mendoza	64	NO Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	6814782	Jorge Gonzalez	73	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1022949661	Marcela Pacuara	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alexandra Bermudez.

14. Cargo o rol del responsable: promotor social

15. Firma del responsable de la actividad: AlexandraB.

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:** 15/09/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 pm FINAL: 03:30 pm
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sebastián Delgado	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cuidado Mutuo.

OBJETIVO GENERAL:
promover los estilos de vida saludables como medio de prevención recaídas en las y los ciudadanos de la comunidad de vida para que así puedan obtener corresponsabilidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Proporcionar recursos y técnicas efectivas, promoviendo hábitos de vida saludables y prácticas que fortalezcan la salud mental, física y emocional.
- Incentivar a los participantes a mantener hábitos saludables que les ayuden a mantenerse en situaciones de recaída o para así mismo evitarlas.

METODOLOGÍA:
Esta actividad se llevará a cabo con la Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades. lo cual se trabaja en un taller de desarrollo personal con los y las participantes de etapa 4 y 5 con la metodología psicoeducativa la cual hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano mitigar la reincidencia en dinámicas de habitabilidad en calle. Con ello se busca adquirir herramientas para afianzar el establecimiento de hábitos de vida saludable con base a las rutinas diarias como un aspecto relevante en la cotidianidad.

Adecuación: Se llevará a cabo el taller en el aula múltiple, de acuerdo a ello se abordará el tema de factor de recaídas, en este sentido se organizarán elementos necesarios de como computador, sillas y parlante. En apoyo con el área de promotoría se realizará el llamado a los y las ciudadanas de etapa 4 y 5 para la realización del taller.
Primer momento: Se dará la bienvenida a los y las asistentes donde se realizará introducción al tema a abordar, se realizará una actividad rompe hielo lo cual se llama vamos a una fiesta musical lo cual se buscará que los participantes se integren y trabajarles la parte cognitiva para su fortalecimiento mental y de concentración, luego de esto se generarán las siguientes preguntas orientadoras ¿para usted que son hábitos de vida saludable? ¿Qué considera que es la salud mental? En torno a lo anterior se brindará un espacio para que los y las ciudadanas aporten de acuerdo a sus conocimientos y experiencia personal, posteriormente se conceptualizara frente a los hábitos de vida saludable y como la salud mental es un aspecto fundamental para la implementación de estos hábitos.

Segundo Momento: Con la ayuda del tablero y marcadores se realizara un cuadro con dos partes con el fin de que en una parte se colocara la sintomatología que presentan en los momentos de abstinencias que los lleva a recaídas, y en el otro espacio se colocara con la ayuda de los mismos chichos los buenos hábitos que les han ayudado a vencer ese estado de abstinencia, esto con el fin de compartir las herramientas y estrategias utilizadas por ellos y dadas por los promotores para que así poder dar cumplimientos a los objetivos planteados

Tercer momento: Se realizará una actividad de agilidad mental donde se busca que los y las participantes ejerciten su mente y su capacidad celebrar estando atento, que presente una escucha activa esta actividad se llama casando moscas, para que así ellos y ellas puedan tener una buena memora y así puedan recordar sus hábitos y mantener sus estilos de vida saludables dentro y fuera de la comunidad.

Reacondicionamiento del espacio: Se solicitará a tres voluntarios para recoger las sillas y devolver los elementos utilizados.

TEMAS:
Determinantes de la salud mental

A lo largo de la vida, múltiples determinantes individuales, sociales y estructurales pueden combinarse para proteger o socavar nuestra salud mental y cambiar nuestra situación respecto a la salud mental.
Factores psicológicos y biológicos individuales, como las habilidades emocionales, el abuso de sustancias y la genética, pueden hacer que las personas sean más vulnerables a las afecciones de salud mental.
La exposición a circunstancias sociales, económicas, geopolíticas y ambientales desfavorables, como la pobreza, la violencia, la desigualdad y la degradación del medio ambiente, también aumenta el riesgo de sufrir afecciones de salud mental.
Los riesgos pueden manifestarse en todas las etapas de la vida, pero los que ocurren durante los períodos sensibles del desarrollo, especialmente en la primera infancia, son particularmente perjudiciales. Por ejemplo, se sabe que la crianza severa y los castigos físicos perjudican la salud infantil y que el acoso escolar es un importante factor de riesgo de las afecciones de salud mental.
Los factores de protección se dan también durante toda la vida y aumentan la resiliencia. Entre ellos se cuentan las habilidades y atributos sociales y emocionales individuales, así como las interacciones sociales positivas, la educación de calidad, el trabajo decente, los vecindarios seguros y la cohesión social, entre otros.
Los riesgos para la salud mental y los factores de protección se encuentran en la sociedad en distintas escalas. Las amenazas locales aumentan el riesgo para las personas, las familias y las comunidades. Las amenazas mundiales incrementan el riesgo para poblaciones enteras; entre ellas se cuentan las recesiones económicas, los brotes de enfermedades, las emergencias humanitarias y los desplazamientos forzados, y la creciente crisis climática.
Cada factor de riesgo o de protección tiene una capacidad predictiva limitada. La mayoría de las personas no desarrollan afecciones de salud mental aunque estén expuestas a un factor de riesgo, mientras que muchas personas no expuestas a factores de riesgo conocidos desarrollan una afección de salud mental. En todo caso, los determinantes de la salud mental, que están relacionados entre sí, contribuyen a mejorar o socavar la salud mental.
Promoción de la salud mental y prevención de las afecciones de salud mental
Las intervenciones de promoción y prevención se centran en identificar los determinantes individuales, sociales y estructurales de la salud mental, para luego intervenir a fin de reducir los riesgos, aumentar la resiliencia y crear entornos favorables para la salud mental. Pueden ir dirigidas a individuos, grupos específicos o poblaciones enteras.
Actuar sobre los determinantes de la salud mental requiere a veces adoptar medidas en sectores distintos del de la salud, por lo que los programas de promoción y prevención deben involucrar a los sectores responsables de educación, trabajo, justicia, transporte, medio ambiente, vivienda y protección social. El sector de la salud puede contribuir de modo significativo integrando los esfuerzos de promoción y prevención en los servicios de salud, y promoviendo, iniciando y, cuando proceda, facilitando la colaboración y la coordinación multisectoriales.

Qué es un estilo de vida saludable
Un estilo de vida saludable busca equilibrio, armonía y salud integral
Es la forma en la que se crean hábitos, según el entorno en el que nos desarrollamos. Es decir, un estilo de vida no es estático, sino que está determinado por conductas y costumbres individuales, así como por las interacciones con lo que nos rodea.

Cuando se habla de un estilo de vida saludable, la Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que es aquel en el que se preserva el equilibrio y la armonía y contribuyen a mantener una salud integral. Además, contribuye a la prevención de enfermedades no transmisibles e influyen en la reducción de síntomas como la ansiedad, depresión y mejoran el estado de ánimo. Algunos de los ejemplos que da la entidad son:

Alimentación balanceada.
Suficientes horas de sueño y descanso.
Actividad física.
Gestión de las emociones y el estrés.
Consumo moderado de alcohol.
Espacios 100% libres de humo.
Cómo gestionar las emociones para una mejor salud mental
Los conflictos son parte de la vida y en cualquier momento podrían presentarse situaciones de estrés y tensión. Allí es cuando necesitarás aprender a abordarlas para no alterar tu estado de ánimo y salud mental. Por eso, es importante saber gestionar las emociones y la manera de actuar bajo estas situaciones. A continuación, te dejamos algunas estrategias que te ayudarán en esos momentos:

Ante la situación, respira consciente y pausadamente.
Intenta practicar lo siguiente: cuenta hasta cuatro mientras tomas aire por la nariz, sostenlo por dos segundos y exhala por la boca mientras cuentas hasta siete. Repite el ejercicio cinco veces o las que necesites. Esto te va a conectar con el aquí y ahora, así podrás ver el conflicto con otra percepción.
Date un paseo de 10 minutos.
Llama a alguien que te genere calma y tranquilidad.
Consume una bebida caliente y disfruta su aroma
Hábitos Saludables :

Llamamos hábitos saludables a todas aquellas conductas que tenemos asumidas como propias en nuestra vida cotidiana y que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y social. Determinan la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar.

Los estilos de vida/hábitos de vida saludables tienen gran importancia en la promoción de la salud y en la prevención de la enfermedad mental en general, no solo en la depresión. Los hábitos de vida saludable pueden resumirse en los siguientes:

Consumir una dieta equilibrada.
Tener una higiene personal (incluida la higiene bucal) adecuada.
Tener un patrón y una calidad de sueño óptimo.
Realizar actividad física.
Evitar hábitos tóxicos: no fumar ni consumir drogas, no tomar alcohol en exceso y evitarlo por completo en caso de tener antecedentes de alcoholismo.
Planificar el día.
Mantener siempre una actitud positiva.
Evitar el estrés innecesario.
Aprender más cosas de la depresión.
La persona con depresión pierde el interés por todo lo que lo rodea. Por ello, es muy importante que realice, poco a poco, actividades que sean placenteras. Al comienzo será muy difícil, ya que no tiene interés, pero con apoyo y compañía será más sencillo.

Realizar actividad física, la que le guste. Está comprobado que el ejercicio físico libera endorfinas y estas mejoran el estado de ánimo.

FUENTES:
http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Depresion/Afrontar+la+depresion/habitos+de+vida/

RECURSOS:
Físicos: Sillas, computador, parlante, televisor, tablero, marcadores

Humanos: Ciudadanos, promotora

RESULTADOS:
Cualitativos: Se obtuvo como resultado en el taller de cuidado mutuo, que los y las participantes expresaron y se vio lo siguiente:

- Mayor conciencia sobre la importancia de mantener sus hábitos de vida saludables.
- Conocimiento de técnicas y recursos efectivos para promover la salud mental y emocional.
- Incremento en la capacidad para buscar y acceder a apoyo adecuado en caso de necesidad.
- Fomento de hábitos y prácticas que fortalezcan el cuidado de hábitos saludables y el cuidado emocional.
- Mayor disposición para hablar abiertamente sobre temas que les afecte su bienestar emocional. Y el cuidado mutuo.

Cuantitativos: Se obtiene como resultado la asistencia de 22 participantes, de los cuales 1 es una mujer y 21 hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Juan Forero.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

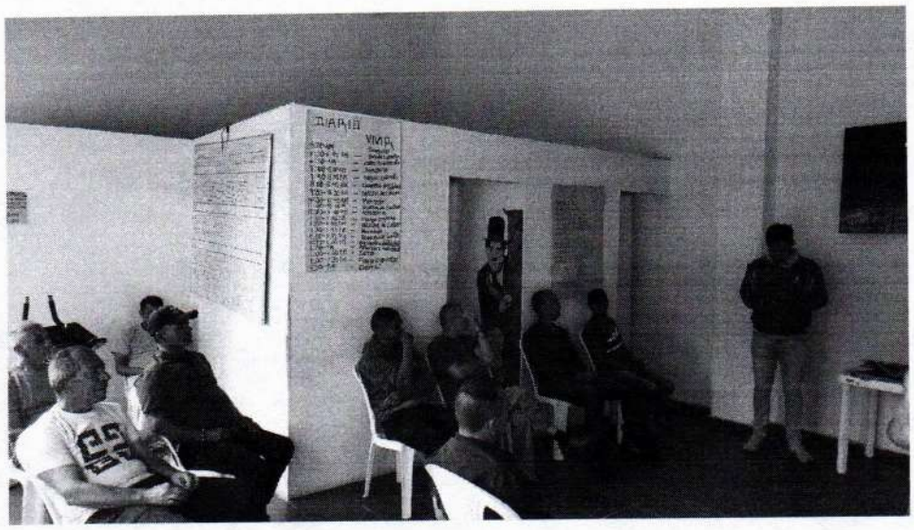
Anexo fotográfico

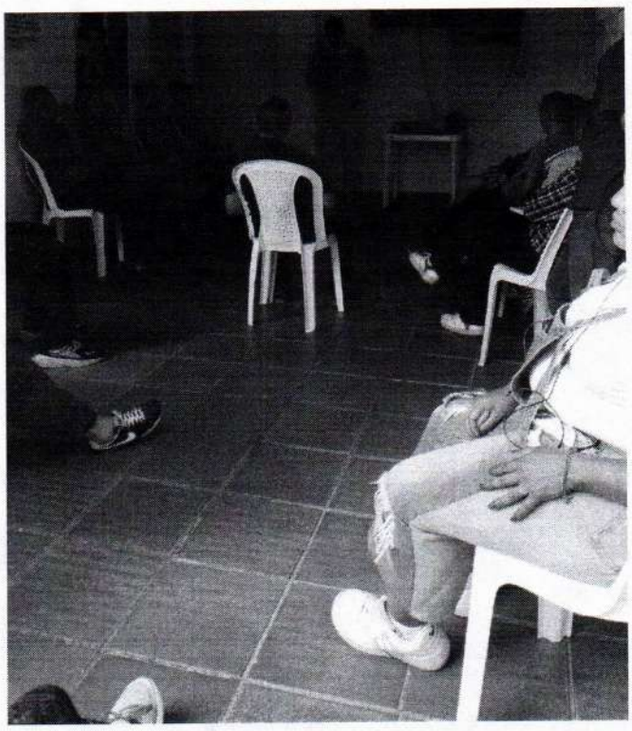
Nombre de la actividad: Cuidado Mutuo.

Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

Fecha: 15/09/2025

Taller de formación: etapa 4 y 5





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: Cuidado Mutuo

4. Fecha: 15/09/2025

5. Hora: 02:00p.m

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1033694857	Maigorly Gonzalez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79239602	Fabio Bareño	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	98'585367	Freddy Velásquez	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79849786	Pablo Espitia	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79899[illegible]	Eladio Caballero	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80993495	Jesus Bernardo	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79950191	Pablo Rodriguez	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			✓						
8	CC	2947765	Blanca Munar	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1015[illegible]	Alejandro Moreno	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	80166545	Luis A Quiñones	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			✓						
11	CC	80926416	Jose [illegible]	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	8726226	Jose Caballero	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			✓						
13	CC	1012420084	Oscar Gonzalez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			✓						
14	CC	80901369	Luis padilla	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1015409044	Wilson Arteaga	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			✓						
16	CC	80337[illegible]	Cesar Soriano	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	7402691	Hector [illegible]	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			✓						
18	CC	7580[illegible]785	[illegible]	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			✓						
19	CC	6814782	Jorge Gonzalez	73	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	91.214.618	Rafael A. Mendoza	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			✓						

13. Nombre del responsable: Sebastian Delgado

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: Cuidado MuTuo | 4. Fecha: 15/09/2025 | 5. Hora: 02:00 P.m

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
21	CC	1010164	Jorge Aguilera	6<1	No aplica	No aplica	No aplica			X						
22	CC	1704826	Alejandro Julian	36	No Aplica	No aplica	No Aplica			X						
23																
24																
25																
26																
27																
28																
29																
30																
31																
32																
33																
34																
35																
36																
37																
38																
39																
40																

13. Nombre del responsable: Sebastian Delgado | 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:** 15/09/2025	**HORA:** Inicio: 2:00 Pm Final: 3:30Pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Karen Dayana Aguirre

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: AUTONOMIA DENTRO DE LAS REDES DE APOYO

OBJETIVO GENERAL:

- Fortalecer en las y los participantes la capacidad de reconocer y ejercer la autonomía personal dentro de sus redes de apoyo, fomentando la toma de decisiones responsables y el fortalecimiento de la corresponsabilidad en su proceso de inclusión social.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la identificación de las redes de apoyo significativas en la vida de cada participante.
- Reconocer el papel de la autonomía personal en la construcción de vínculos saludables.
- Brindar estrategias para equilibrar el apoyo externo con la responsabilidad individual.

METODOLOGÍA:

La metodología está conformada por una adecuación del espacio donde se desarrolla la actividad, en el marco de la **Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades**, 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:

Se prepara un espacio cómodo, sillas, hoja, colores, marcadores y tablero. Además de realizar la respectiva convocatoria a las y los participantes de comunidad.

Primer momento:

Se da la bienvenida al grupo, se presenta el tema a tratar y objetivos taller. Se inicia con una dinámica de reconocimiento sobre el tema, luego se continuara con la dinámica "Mi red de apoyo", en la cual cada participante dibujará un mapa con las personas y grupos que considera parte de su red. Posteriormente, socializarán qué rol cumplen esas personas en su vida.

Segundo momento:

Se realizará la actividad en la que cada participante reflexionará sobre qué decisiones corresponden a cada persona y cuáles requieren del acompañamiento de la red. Se usarán ejemplos cotidianos (salud, economía, relaciones). Ejemplo mi madre en mi red de apoyo familiar, además también es quien me brinda recursos económicos, es decir siempre que necesite esta decisión se verá influenciada por el tipo de apoyo que me brinde.

Tercer momento:

Para finalizar, se desarrollará la actividad "Mi plan de autonomía", donde cada participante diseñará un pequeño plan con acciones concretas para ejercer su autonomía sin perder el respaldo de su red de apoyo, apropiándose del proceso de desarrollo individual consigo mismo, considerando una toma de decisiones consiente y responsable.

Reacondicionamiento del espacio:

Se retroalimenta la actividad recogiendo las impresiones finales de los participantes, se agradece a los participantes por su atención y participación en el ejercicio, finalmente se realiza limpieza y organización del área.

TEMAS: AUTONOMIA DENTRO DE LAS REDES DE APOYO

La toma de decisiones es un proceso central en el desarrollo personal, ya que implica la capacidad de seleccionar entre diferentes alternativas con base en valores, experiencias y objetivos de vida. Este proceso, sin embargo, no ocurre de manera aislada, pues se encuentra fuertemente condicionado por factores externos, entre ellos la familia, que representa el primer y más influyente núcleo social del ser humano (Minuchin, 2012). En este sentido, la construcción del carácter se convierte en un recurso fundamental para que los individuos puedan ejercer autonomía y responsabilidad, incluso en contextos donde la opinión o expectativas familiares ejercen presión.

La familia cumple una doble función: por un lado, constituye una fuente de apoyo y seguridad que orienta las decisiones, y por otro, puede convertirse en un espacio que limite la autonomía si las dinámicas se caracterizan por el control excesivo, la rigidez o la sobreprotección (Oliva & Parra, 2009). Es aquí donde el carácter, entendido como la capacidad de mantener convicciones propias y actuar con coherencia ante influencias externas, cobra relevancia. Según Bandura (1986), la autorregulación es una competencia psicológica que permite al individuo equilibrar las demandas externas con sus metas internas, regulando así el grado de influencia que ejerce la familia sobre sus decisiones.

En etapas como la adolescencia y la adultez temprana, la tensión entre autonomía y dependencia familiar suele intensificarse. Los jóvenes, aunque buscan construir un proyecto de vida propio, a menudo enfrentan presiones relacionadas con expectativas académicas, laborales o afectivas impuestas por la familia. Estudios han demostrado que quienes presentan un carácter más definido tienden a tomar decisiones más congruentes con sus valores, experimentando mayor bienestar psicológico y satisfacción vital (Deci & Ryan, 2000; Soenens & Vansteenkiste, 2005). Por el contrario, aquellos que ceden constantemente a la presión familiar pueden desarrollar sentimientos de frustración, inseguridad y dificultades en la consolidación de su identidad (Steinberg, 2011).

No obstante, es importante reconocer que la influencia familiar no siempre es negativa. De hecho, las redes familiares pueden constituir un soporte valioso en la toma de decisiones si se establece una relación de corresponsabilidad basada en el diálogo, la confianza y el respeto mutuo. Desde esta perspectiva, el carácter no se opone a la influencia de la familia, sino que permite a la persona discernir cuándo aceptar consejos y cuándo sostener firmemente sus convicciones personales. Como lo señalan Darling y Steinberg (1993), un estilo parental democrático —caracterizado por el afecto, la comunicación y el establecimiento de límites razonables— favorece el desarrollo de la autonomía y el fortalecimiento del carácter en los hijos, preparando a los individuos para la toma de decisiones responsables.

En conclusión, la construcción del carácter se convierte en un factor protector frente a la presión que pueden ejercer las familias en el proceso de decisión. Un carácter sólido no implica rechazar el apoyo familiar, sino integrar esas influencias en un marco de autonomía y coherencia personal. Así, la persona puede tomar decisiones conscientes y responsables, equilibrando las expectativas externas con sus propios valores y metas de vida.

REFERENCIAS :

- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. Psychological Bulletin, 113(3), 487–496. https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. Psychological Inquiry, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Minuchin, S. (2012). Families and family therapy. Harvard University Press.
- Oliva, A., & Parra, Á. (2009). Autonomía emocional durante la adolescencia y la juventud. Infancia y Aprendizaje, 32(1), 37–48. https://doi.org/10.1174/021037009787122358

- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2005). Antecedents and outcomes of self-determination in 3 life domains: The role of parents' and teachers' autonomy support. Journal of Youth and Adolescence, 34(6), 589–604. https://doi.org/10.1007/s10964-005-8948-y
- Steinberg, L. (2011). Adolescence (9th ed.). McGraw-Hill.

RECURSOS:

Físicos:

- Sillas, tablero, hojas, lápices, marcadores, y listados de asistencia.

Humanos:

- Ciudadanos, profesional en psicología.

Resultados:

Cualitativos: En la actividad los participantes lograron identificar sus redes de apoyo significativas y reflexionar sobre la importancia de la autonomía personal en la construcción de vínculos saludables. Se evidenció una mayor comprensión del equilibrio entre apoyo externo y responsabilidad individual, destacando la corresponsabilidad en su proceso de inclusión social. Además de ello, el ejercicio permitió la expresión de experiencias y el fortalecimiento de habilidades para la toma de decisiones responsables.

Cuantitativos: En el taller participaron 18 ciudadanos hombres, sin presencia de mujeres ni personas de la comunidad LGTBI

FIRMA DEL RESPONSABLE: Kuriel

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: AUTONOMIA DENTRO DE LAS REDES DE APOYO
LINEA DE ATENCION 3: FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO, LA GESTION Y EL AROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES.

Fecha: 15/09/2025

REGISTRO FOTOGRAFICO





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: Autonomia dentro de las redes de Apoyo.

4. Fecha: 15/09/2025

5. Hora: 2:00 pm

Nº.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80174190	NICOLAS GOMEZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80902937	Juan David Quintero	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	103 5[illegible]	Juan Park S	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1[illegible]68[illegible]	Orlando	075	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79[illegible]	Carlos U	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1024555537	Dayron Vidal	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	0,4511403	Diego Benavides	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	[illegible]	Jeison F. Guevara	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79962854	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	71289646	Fabian Rivera	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79581883	Luis G. Bueno	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1073181999	Jhon Gonzalez	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1017350[illegible]	Jaime Osorio	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	9114916	Julio Cesar [illegible]	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1018062950	Carlos Chaparro	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1033[illegible]	Raul Fariela	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	7973[illegible]	Luis E. Rodriguez	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1035[illegible]	Brayan Huertas	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
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 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:** 15/09/2025	**HORA:** 02:00 PM 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Paula Andrea Contreras

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Fortaleciendo redes y oportunidades

OBJETIVO GENERAL: Impulsar la creación y consolidación de vínculos estratégicos entre actores clave, con el fin de generar nuevas oportunidades de colaboración, crecimiento y desarrollo en ámbitos sociales, económicos o comunitarios.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar actores clave dentro del sector para establecer una base sólida de acorde al proyecto de vida
- Evaluar el impacto de las redes de apoyo con el fin de fomentar oportunidades
- Potenciar en los ciudadanos el fortalecimiento de redes de apoyo familiar, social e institucional

METODOLOGÍA: El taller se estructura desde la Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades. La metodología se fundamenta en el enfoque socio-educativo donde el aprendizaje se construye de manera conjunta a partir de la experiencia, la reflexión crítica y el diseño de estrategias aplicables a la vida cotidiana.

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

Momento 1. Apertura y sensibilización: Este primer momento tiene como finalidad generar un clima de confianza y motivación, además de introducir el tema central del taller.

Dinámica de integración "¿Qué tenemos en común?**:** para dar inicio a esta actividad, de manera breve, se organizan grupos de 4 a 5 personas, en donde se fomenta el diálogo e interacción entre cada uno de ellos, a través de esto, se da apertura mediante la pregunta ¿qué tenemos en común?, en donde los ciudadanos identificaran por grupo tres cosas que tengan en común.

Objetivo pedagógico: Fomentar la identificación entre los participantes, para generar una comunicación e interacción adecuada dentro del taller y en su diario vivir.

Preguntas detonantes:

- ¿Qué tienes en común con tu compañero?
- ¿Siento que tener cosas en común con el otro es algo positivo o negativo?
- ¿Qué actividades te hacen sentir bien contigo mismo y con los demás?

Momento 2. Exploración y construcción colectiva: Este es el momento central del taller, donde se realizan actividades participativas las cuales permiten la identificación de redes.

Actividad grupal "Mis redes"**:**

- Se realiza un círculo entre todos los participantes.
- Se da inicio con un espacio de sensibilización frente al tema y la importancia de las redes de apoyo, explicando la diversidad de estas y el apoyo de cada una en nuestro diario vivir.
- Posteriormente, cada persona recibe una hoja y un lápiz, con esto, en el centro de la hoja cada uno de los participantes se dibuja
- Acorde a esto, alrededor del dibujo escribirán el nombre de personas que los hayan escuchado o acompañado, instituciones o servicios a los que han acudido, mascotas, entre otros.

Posteriormente, se da el tiempo para que cada uno de los participantes analice e identifique sus redes

Reflexión colectiva: se guía a los participantes a concluir e identificar la importancia de las redes de apoyo y mediante esto generar la identificación de oportunidades.

Momento 3. Cierre y compromiso personal: Este último momento busca consolidar los aprendizajes y generar un compromiso práctico.

Como espacio de cierre, se fomenta un ejercicio de reflexión a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Te diste cuenta de que ya tienes una red, aunque no siempre la veas?
- ¿Qué podríamos hacer para fortalecer esa red?
- ¿A quién podrías apoyar tú, desde tu lugar?
- ¿Qué tipo de red te gustaría construir de ahora en adelante?

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

TEMAS:

¿Qué son las redes de apoyo y cuáles existen?

En el marco del aprendizaje por retos en salud mental que ha venido desarrollando la Facultad de Enfermería y Rehabilitación, sobre todo en el programa de Enfermería, los estudiantes de octavo semestre, junto con las profesoras Paola Sarmiento y Viviana Fonseca, realizaron un webinar dirigido a la comunidad universitaria, explicando qué son las redes de apoyo, cómo acceder a ellas y cuáles existen en Colombia.

Este tipo de actividades, lideradas por los estudiantes, hace parte del aprendizaje experiencial y tiene un alto componente de relevancia práctica, debido a que son ellos quienes lideran la sesión y responden las preguntas que surgen.

Según la conferencia, las redes de apoyo son las relaciones de una persona en su entorno social para establecer vínculos solidarios y de comunicación, a fin de resolver necesidades específicas. Su objetivo es el cuidado de la persona y la familia, el apoyo de crisis en diferentes momentos del curso de la vida o en la economía familiar, la ayuda en casos de emergencia, el soporte emocional, entre otros propósitos.

De acuerdo con la profesora Laura Fonseca, las redes de apoyo nacen de la necesidad de socialización del ser humano. Además, resalta que, para formarlas, es necesario demostrar empatía y solidaridad con los demás.

Cada uno de nosotros puede ser parte de la red de apoyo de otra persona. El Ministerio de Salud y Protección Social define algunos pasos para poder conformar lazos de cooperación:

- Identificar claramente la situación, evento o riesgo que se considera pertinente intervenir o gestionar, a través de la dinámica del trabajo en red.
- Conocer los actores, es decir, quiénes son y cuáles son sus funciones, sensibilizar sobre la situación y definir quiénes participarán.
- Construir o redefinir la participación de las personas involucradas, a través de un proceso de construcción conjunta.
- Establecer las estrategias, programas, acciones y experiencias que los miembros están dispuestos a aportar a la red.
- Construir el plan de acción.
- Ejecutar de manera coordinada las acciones programadas.
- Por último, evaluar el desempeño que se ha tenido como red de apoyo.

Existen distintos tipos de redes de apoyo. Algunos de estos son:

- Materiales, por ejemplo: dinero, alojamiento, ropa o comida.
- Cognitivos, como consejos, intercambio de experiencias e información.
- Instrumentales, como ayuda para conseguir transporte, compras, labores en el hogar, etc.
- Emocionales: visitas, llamadas, invitaciones, abrazos, etc.

Para ser más específicos, una red de apoyo puede estar representada por los padres, familiares, hermanos, primos, amigos cercanos, profesores, compañeros de trabajo, líderes comunitarios, promotores de salud, alcaldes, hospitales municipales, personal de salud, cajas de compensación, representantes de entidades nacionales, entre otras personas y organizaciones.

Algunas redes de apoyo colombianas en salud mental se encuentran en las entidades promotoras de salud, las instituciones prestadoras de servicios de salud, los centros reguladores de urgencias y emergencias, la Defensoría del Pueblo, la Línea Nacional de Apoyo en Salud Mental, la Línea Púrpura, la Línea Salvavidas, la Línea Piénsalo, la Fundación Santo Domingo, la Policía Nacional, el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, etc.

Colombia cuenta con una diversidad de servicios a los cuales se puede acudir, desde servicios de salud, hasta ayuda y orientaciones legales. Por ejemplo, en las entidades e institutos promotores de salud, encontramos los servicios de prevención, promoción, rehabilitación, atención en urgencias y de manera prioritaria en salud mental y psiquiatría, por medio de diferentes profesionales como médicos, enfermeros, fisioterapeutas, terapeutas, psicólogos, trabajadores sociales, entre otros.

RED DE APOYO

El apoyo social puede ser entendido como el conjunto de transacciones interpersonales que implican ayuda, afecto o afirmación (Kahn & Antonucci, 1980). Desde los años 70, las investigaciones sobre el apoyo social generaron una abundante producción tanto a nivel teórico, como interventivo (Dabas, 1993; Gracia Fuster, 1997; Lomnitz, 1975). Asimismo, los organismos internacionales interesados en la vejez y el envejecimiento han destacado la importancia del fortalecimiento de los apoyos sociales debido a su impacto, notable y ampliamente documentado en la literatura científica, sobre la salud y el bienestar integral a lo largo del curso vital (CEPAL, 2004; Naciones Unidas, 2002; OMS, 2002).

El estudio e intervención desde el apoyo social sostiene una concepción de salud positiva; apunta al cambio social, teniendo en cuenta la participación activa de los sujetos involucrados en el problema; se interesa por el fortalecimiento y desarrollo de los individuos, los grupos y la comunidad; le otorga más importancia a las potencialidades, competencias y recursos que a los déficits, y posee un importante interés preventivo (Sánchez Vidal, 1990). Según Sluzki (1996), los apoyos sociales ayudan a "proveer sentido a la vida de sus miembros [...], [aportan] retroalimentación cotidiana acerca de las desviaciones de la salud [...] y propician una serie [de] actividades personales que se asocian positivamente con sobrevida" (p. 81). Diversos estudios han evidenciado su relación con el bienestar físico (Cohen, 2020; Ye & Zhang, 2019) y psicológico en la vejez (Gyasi et al., 2019; Huang et al., 2019).

Entre los apoyos informales de los que dispone una persona se encuentra la red de apoyo social, la cual está conformada por un conjunto restringido de relaciones familiares y no familiares que brindan alguna o varias formas de ayuda. Se puede disponer de ella tanto de manera cotidiana como en situaciones críticas y resulta fundamentalmente útil para el desarrollo de soluciones creativas frente a conflictos y problemas. La red posee características estructurales -tamaño, distribución y densidad- así como funcionales -apoyo emocional, social, económico, práctico y de orientación/ guía-. Asimismo, los vínculos que la conforman presentan una serie de atributos -eg., intimidad, historia, frecuencia de contacto, multidimensionalidad- que pueden ser evaluados con variados instrumentos de exploración.

A su vez, la red puede ser mapeada mediante una representación gráfica que permite ubicar a los vínculos que la integran en 12 sectores que surgen de la intersección de los cuadrantes correspondientes a 1) relaciones familiares, 2) amistades, 3) relaciones comuntarias/servicios de salud y 4) relaciones laborales/de estudio con tres círculos concéntricos que diferencian niveles de intimidad elevados, medios y bajos.

En cuanto a las modificaciones que puede atravesar la red de apoyo en las distintas etapas vitales, Sluzki (1996) refiere que esta presenta numerosos cambios a lo largo del curso vital, que suponen variaciones en el apoyo del cual se dispone. Según el autor, las redes atraviesan una etapa de expansión durante la niñez y la adolescencia, de estabilización en la adultez y de contracción en la vejez.

FUENTES:

- Universidad de La Sabana. (2021, 3 de abril). *¿Qué son las redes de apoyo y cuáles existen en Colombia?* Universidad de La Sabana.
- Arias, C. J., Sabatini, B., Scolni, M., & Tauler, T. (2021). Composición y tamaño de la red de apoyo social en distintas etapas vitales. *Avances en Psicología Latinoamericana, 38*(1), 1-15. https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.7901

RECURSOS:

- Listado de asistencia, hojas, esfero, lápices, marcadores y celular con cámara.

RESULTADOS:

Cualitativos:

A partir del desarrollo de este taller, se logró identificar que, más allá de las problemáticas individuales que atraviesa cada participante, existen puntos en común que los unen y los hacen reconocerse mutuamente. Este hallazgo resulta significativo porque demuestra que, incluso en medio de las diferencias, se pueden encontrar experiencias compartidas que fortalecen la cohesión grupal. El reconocimiento de estas similitudes favoreció la construcción de un ambiente de confianza y solidaridad, en el que cada persona pudo sentirse escuchada, comprendida y valorada. Dicho proceso permitió que los participantes se acercaran desde la empatía y establecieran conexiones más profundas, generando un tejido social más fuerte.

Asimismo, se pudo evidenciar que las experiencias de vida constituyen una herramienta esencial para que cada individuo identifique y valore sus redes de apoyo. A través de la narración de historias personales, los participantes lograron reconocer la presencia de personas, instituciones y grupos que han estado junto a ellos en diferentes momentos de su vida. Estos relatos sirvieron como espejo para reflexionar sobre la importancia de dichos apoyos y sobre cómo han incidido en su capacidad de enfrentar dificultades, superar obstáculos y también celebrar logros. En este sentido, la experiencia individual se convirtió en una vía para reconocer la riqueza de los vínculos construidos y para resignificar su papel dentro de la vida cotidiana.

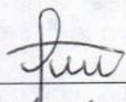
De igual manera, se concluyó que la identificación de necesidades es un camino que permite reconocer cuáles son las redes de apoyo principales en la vida de cada ciudadano y ciudadana. Al reflexionar sobre aquello que resulta indispensable para su bienestar —ya sea en lo emocional, lo social, lo económico o lo comunitario—, los participantes pudieron establecer con claridad qué vínculos, espacios o instituciones cumplen un papel más relevante y constante en su día a día. Este ejercicio les permitió no solo valorar esas redes, sino también tomar conciencia de la importancia de cuidarlas, fortalecerlas y, cuando sea necesario, ampliarlas para garantizar un mayor soporte en el futuro.

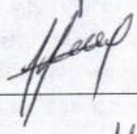
Finalmente, se destacó que las redes de apoyo cumplen funciones diversas y aportan desde distintos ámbitos. Algunas de ellas ofrecen acompañamiento cercano y emocional, como la familia o los amigos; otras, en cambio, brindan orientación, recursos materiales o respaldo institucional, como sucede con los programas comunitarios, las organizaciones sociales o las entidades estatales. Esta diversidad de aportes evidencia que las redes no actúan de manera aislada, sino que se complementan, conformando un entramado de apoyo que contribuye al bienestar integral de las personas. Reconocer y valorar esta multiplicidad de funciones es fundamental, ya que permite dimensionar el papel que desempeñan las redes en la vida de cada participante y en la construcción de comunidades más resilientes y solidarias.

En conclusión, el taller no solo facilitó la reflexión individual y colectiva, sino que también generó aprendizajes significativos en torno a la importancia de reconocer lo compartido, valorar las experiencias, identificar necesidades y comprender la riqueza de las redes de apoyo. Estos resultados se convierten en un punto de partida para fortalecer los lazos comunitarios y para proyectar acciones que permitan consolidar un tejido social más fuerte, inclusivo y sostenible.

Cuantitativos: El total de participantes son 11, entre estas dos mujeres con un rango de edad de 30-36 años y nueve hombres entre 32-55 años de edad

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 2 ciudadanas y 9 ciudadanos

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

Registro fotográfico: 15/09/2025

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Fortaleciendo redes y oportunidades.

Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades

TIPO DE ACTIVIDAD: Etapa 1.







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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Fortaleciendo redes y oportunidades

4. Fecha: 15/09/2025

5. Hora: 2:00 p.m.

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	cc	1022944621	Marcela Zapata	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	cc	7191793	FABIO RICO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	1076963499	Cristian Mendez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X					Cristian M	
4	cc	1013621698	Jonathan Alexis Paez Pinto	34	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jonatan A Paez	
5	cc	13504487	Jesus Francisco C	55	No aplica	No aplica	No aplica			X					JCJC	
6	cc	1010[illegible]886	Jessica Vargas	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	1030[illegible]502	ALVARO FELIPE	25	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	1032403228	ANDRES GUSTAVO HUERTAS	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	80220054	Cesar Tristino.	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	80770867	Diego Camilo Roberto	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Roberto	
11	cc	1033776729	Andres Leonardo Garcia F	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Garcia	
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Paula Andrea Contreras

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora Social

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la 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.