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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Ceremonia de ascensos, mes de Septiembre

4. Fecha: 26/09/2025

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		
61	CC	80244849	Alexander Gaitano	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
62	CC	80901389	Luis padilla	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
63	CC	79374180	Juan Motta	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
64	CC	1047336951	Diego Velez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
65	CC	80770867	Diego camilo cobaleda	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
66	CC	1016060358	JUAN D CRISTIANO	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
67	CC	94451403	Diego Benavides	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
68	CC	1014190605	Yerson Garcia	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
69	CC	80.038.760	fernando Amado	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
70	CC	79.565631	Sandro Ayala	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
71	CC	7545755	Mauricio Ruiz	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
72	CC	1014014744	Yeison Wilches	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
73	CC	79898846	Fabian Rivera	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
74	TI	1076868010	Harold Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
75	CC	80889100	Luis alberto Nieto	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
76	CC	79567283	Gabriel Garzon	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
77	CC	79735944	Luis E Rodriguez	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
78	CC	79046410	Carlos A V.	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
79	CC	91.214.68	Rafael A. Mendoza.	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
80	CC	79764623	Yeison F. Guzman.	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angie Stefany Nieto Dionicio

14. Cargo o rol del responsable: Pedagogía

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:** 27/09/2025	**HORA:** Inicio: 09:00 Am Final: 12:00 Pm
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Duvan Palacios

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada deportiva

OBJETIVO GENERAL:
Promover la participación activa de la ciudadanía de comunidad de vida el rosario, en actividades deportivas como el fútbol, fortaleciendo el bienestar físico y emocional de los participantes, mientras se transforman los espacios de ocio en escenarios de encuentro comunitario, salud integral, alegría compartida y construcción de vínculos a través del trabajo en equipo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover el hábito del ejercicio físico a través del fútbol en espacios comunitarios, fortaleciendo la salud, el sentido de pertenencia y los vínculos solidarios entre los actores de la comunidad.
- Fomentar el trabajo en equipo a través del fútbol, promoviendo valores como la cooperación, el respeto y la tolerancia, fortaleciendo vínculos solidarios en espacios comunitarios.
- Fortalecer la condición física de los ciudadanos mediante la práctica regular del fútbol, promoviendo el desarrollo de sus habilidades motrices y consolidando una cultura de salud, disciplina y cooperación, con el fin de favorecer el bienestar colectivo.

METODOLOGÍA: La actividad se desarrollará el marco de la línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, 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 adecuará el espacio de la cancha de futbol, ya que cuenta con la amplitud y ventilación para el desarrollo de la actividad.

Primer Momento: Se dará una cordial bienvenida a los ciudadanos asistentes, seguida de la socialización de la actividad que se desarrollará durante la jornada deportiva de fin de semana, buscando activar la participación conjunta entre los ciudadanos y el área de promotoría, generando un ambiente de esparcimiento saludable, alegría compartida y trabajo en equipo, se enfatizará la importancia de aprovechar el tiempo libre de manera positiva, resignificando los espacios comunitarios como escenarios de inclusión, salud emocional y crecimiento personal, además, se invitará a los asistentes a vivir el fútbol desde una perspectiva lúdica, formativa y transformadora.

Segundo Momento: La jornada iniciará con ejercicios de precalentamiento, orientados a prevenir lesiones y preparar el cuerpo para la práctica del fútbol, luego, se conformarán 4 equipos de ciudadanos, junto a dos promotores, quienes recibirán el balón correspondiente y se dirigirán al espacio asignado para esta disciplina, allí se socializarán los objetivos de la actividad y las reglas del juego, promoviendo una competencia pacífica, recreativa y respetuosa, posteriormente, se entregará la implementación deportiva necesaria para continuar con las actividades programadas durante la mañana de fin de semana.

Tercer Momento: Al finalizar la actividad, se convocará a los ciudadanos en la cancha de fútbol para compartir una reflexión sobre la importancia de adoptar hábitos de vida saludable, especialmente mediante la práctica regular del fútbol, se destacará el valor de jugar al menos una o dos veces por semana, resaltando sus beneficios para el desarrollo físico, el bienestar emocional y el aprovechamiento positivo del tiempo libre, desde el área de promotoría, se realizara sensibilización sobre la importancia y el poder transformador del fútbol en la vida cotidiana y su capacidad para fortalecer comunidades más activas, solidarias y saludables.

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

TEMAS:





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.

Fútbol

Las actividades deportivas

promueven el ejercicio físico y la diversión.

Temas del artículo
La importancia del estado físico
Actividades deportivas y deportes
Demostración de lo aprendido
Árbol de temas relacionados
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.

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.

Deporte callejero
En las actividades deportivas deben respetarse reglas.

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.

A través del deporte se promueve la convivencia y el respeto en el programa de habitante de calle

Con el fin de promover la sana convivencia y el autocontrol en los habitantes de calle, la Secretaría de Bienestar Social implementa en todos los dispositivos de atención actividades deportivas encaminadas a la resocialización y a que ellos opten por un estilo de vida saludable.
El plan deportivo incluye rutinas físicas individuales y grupales, además de un entrenamiento futbolístico que busca crear un equipo de fútbol de habitantes de la calle que participen en diferentes torneos de fútbol sala en la ciudad.

Estas actividades buscan que los habitantes de la calle reconozcan el potencial que tiene el deporte para la relación interpersonal, mitigación, reducción y prevención del consumo de sustancias psicoactivas.

REFERENCIAS:

- https://definicion.de/actividades-deportivas/
- https://www.cali.gov.co/bienestar/publicaciones/141367/a-traves-del-deporte-se-promueve-la-convivencia-y-el-respeto-en-el-programa-de-habitante-de-calle/

RECURSOS:
Físicos:

- Balón de futbol, silbato de futbol, listado de asistencia y bolígrafo.

Humanos:

- Promotores y ciudadanos.

RESULTADOS:
Cualitativos:

- Durante el desarrollo de la jornada futbolística, los ciudadanos recibieron con entusiasmo la propuesta, demostrando una actitud abierta, receptiva y participativa, a lo largo de la actividad, el fútbol se convirtió en un poderoso vehículo de integración, respeto y alegría, generando un ambiente cálido y colaborativo, esta dinámica fortaleció los vínculos comunitarios, promovió el bienestar colectivo y reafirmó el deporte como herramienta de encuentro, inclusión y construcción de comunidad.

- El objetivo fue cumplido con éxito mediante actividades lúdicas y deportivas que promovieron el hábito de ejercitarse, destacando disciplinas como el fútbol, estas dinámicas no solo incentivaron la actividad física, sino que también fortalecieron el trabajo en equipo, la planificación estratégica, la resolución colaborativa de problemas y el respeto mutuo, en un contexto futbolístico, los participantes enfrentaron desafíos grupales e individuales que les permitieron desarrollar una gestión emocional equilibrada, aprendiendo a convivir con la victoria y la derrota como parte esencial del crecimiento personal y comunitario.

- Las y los ciudadanos participaron activamente en la jornada futbolística, fortaleciendo habilidades físicas, vínculos sociales y una conciencia profunda sobre el valor del deporte para la salud y el bienestar, a través del juego, interiorizaron aprendizajes emocionales claves, como el arte de ganar con humildad y perder con dignidad, promoviendo una gestión equilibrada de sus emociones, esta experiencia trascendió en el campo de juego, impactando positivamente sus relaciones y decisiones tanto dentro como fuera de la comunidad de vida.

Cuantitativos:

- Se contó con la participación de (20) veinte ciudadanos, (2) dos mujeres y (18) dieciocho hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Dvvan Palacios

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Hernay Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Jornada Deportiva

Línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades

Fecha: 27/09/2025





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: Jornada Deportiva

4. Fecha: 27/09/2025

5. Hora: 09:00 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	1052581114	Wilmar Forero	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Wilmar	
2	CC	5.824.830	Alexander Vella.	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					Alexander Vella	
3	CC	39819885	Odaldo Espitia	80	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79917593	FABIO LEONARDO R.	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80.038760	fernando Amado	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1094096249	cristian Mendez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X					Cristian M	
7	CC	79742307	Jose GARZON	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	8726226	Caballero d	62	No aplica	No aplica	No aplica			X					Caballero	
9	CC	1033741679	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Garcia	
10	CC	2997765	Blanca munar	66	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79930581	Pablo Rodriguez	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80165336	JOHAN MURCIA	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	80220069	Cesar Tedino	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	39565631	Sandra Reyes	45	No aplica	No aplica	No aplica			X					Sandra R.	
15	CC	79867283	Gabriel Garzon	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	79239602	Fabio Barrero	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Fabio B	
17	CC	1012470081	Oscar Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					OSCAR	
18	CC	98585367	Freddy Velasquez	54	No aplica	No aplica	No aplica			X					Freddy M	
19	CC	1015904049	William Arteaga	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	79574420	Luis Mendez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Owen Pdarios

14. Cargo o rol del responsable: Promotor

15. Firma del responsable de la actividad: Owen Pdarios

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:** 27/08/2025	**HORA:** 2:00 pm a 3:30 pm
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	María Camila Pardo	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Manejo de la medicación y la salud			

OBJETIVO GENERAL:

- Fortalecer el autocuidado y la responsabilidad en el manejo de la medicación y la salud, promoviendo hábitos que favorezcan la adherencia al tratamiento, la prevención de complicaciones y el bienestar integral.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer la importancia del cumplimiento del tratamiento médico y sus implicaciones en la salud física y emocional.
- Adquirir estrategias prácticas para organizar la toma de medicamentos y el seguimiento de citas médicas.
- Promover la responsabilidad y autonomía en la gestión de la propia salud, articulando hábitos saludables en la vida diaria.

METODOLOGÍA:

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

Primer momento:

Se abre el espacio con una dinámica reflexiva llamada "Lo que pasa si olvido". Los participantes comparten situaciones personales o hipotéticas sobre lo que ocurre cuando no se toman los medicamentos como corresponde (ejemplo: recaídas, complicaciones, aumento de síntomas). Se busca generar conciencia sobre la importancia de la adherencia al tratamiento.

Segundo Momento

Se realiza una actividad práctica de "Organizador de medicación". Cada ciudadano recibe tarjetas que representan pastillas y horarios. Deben organizarlas en un cuadro semanal o en un pastillero simulado, identificando horarios y dosis. Se aprovecha el ejercicio para explicar estrategias de apoyo como alarmas, recordatorios visuales, o el uso de cajas clasificadoras. También se conversa sobre la asistencia a controles médicos y el autocuidado preventivo.

Tercer momento

Se concluye con la actividad "Mi plan de autocuidado", donde cada participante escribe o dibuja tres compromisos relacionados con su salud (ejemplo: cumplir con los medicamentos, asistir a controles, practicar hábitos saludables). Luego comparten sus compromisos con el grupo, reforzando la importancia de la corresponsabilidad y el rol activo en su propio bienestar.

Reacondicionamiento del espacio

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

TEMAS:

Manejo de la medicación y la salud:

El manejo adecuado de la medicación es un componente esencial del autocuidado, especialmente en poblaciones en procesos de inclusión social, ya que asegura la adherencia terapéutica, previene recaídas y favorece la estabilidad física y mental. Desde la Terapia Ocupacional, se entiende que el cumplimiento de

los tratamientos médicos no es solo un acto mecánico, sino una ocupación significativa, vinculada con rutinas, hábitos y roles que permiten mantener la salud y la participación social (AOTA, 2020).

Las dificultades en la adherencia al tratamiento suelen estar relacionadas con factores cognitivos (falta de memoria, baja organización), emocionales (desmotivación, ansiedad, estigma) y contextuales (falta de apoyo social o acceso limitado a servicios). Por ello, la intervención ocupacional integra estrategias prácticas como la creación de rutinas estables, el uso de apoyos externos (alarmas, recordatorios visuales, pastilleros), y la capacitación en habilidades de autocuidado y responsabilidad personal (García-Molina et al., 2019).

Adicionalmente, la Terapia Ocupacional fomenta la educación en salud, entendida como un proceso participativo que empodera a las personas para tomar decisiones informadas y responsables sobre su bienestar. En este sentido, el manejo de la medicación no se limita al acto de ingerir una dosis, sino que se articula con hábitos de vida saludables (alimentación, higiene del sueño, actividad física), la asistencia a controles médicos y la construcción de un proyecto de vida saludable (Wilcock & Hocking, 2015).

De esta manera, el abordaje ocupacional del manejo de la medicación contribuye a mejorar la calidad de vida, la autonomía y la inclusión social, al fortalecer en los ciudadanos la percepción de control sobre su salud y la consolidación de rutinas protectoras y adaptativas.

REFERENCIAS:

- American Occupational Therapy Association. (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process (4th ed.). American Journal of Occupational Therapy, 74(Suppl. 2), 7412410010p1–7412410010p87. https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001

- García-Molina, A., Sánchez-Carrión, R., & Tirapu-Ustárroz, J. (2019). Rehabilitación neuropsicológica y adherencia al tratamiento: estrategias y programas. Revista de Neurología, 68(1), 35–43.

- Wilcock, A. A., & Hocking, C. (2015). An occupational perspective of health (3rd ed.). Slack Incorporated.

RECURSOS:

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

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el desarrollo del taller enfocado en el manejo de la salud y la medicación, se evidenciaron avances significativos en la comprensión y apropiación de conceptos claves por parte de los participantes. Uno de los hallazgos más relevantes fue el reconocimiento de la autonomía como un eje central en la gestión de su salud personal, especialmente en lo relacionado con la organización y cumplimiento de citas médicas. Los participantes manifestaron una mayor conciencia sobre la importancia de asumir un rol activo en el seguimiento de sus tratamientos, expresando que sentirse responsables de sus propios procesos contribuye positivamente al fortalecimiento de su bienestar.

Cuantitativos: Se contó con la participación de diez (10) ciudadanos y ciudadanas, todos de género masculino y tres (3) personas mayores.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Camila Pardo.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

REGISTRO FOTOGRÁFICO
TEMA: MANEJO DE LA MEDICACIÓN Y LA SALUD
FECHA: 27/08/2025





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Manejo de medicación y la salud

4. Fecha: 27/08/2025

5. Hora: 2:00 pm

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80243905	DANIEL ADEVALO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80236394	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1053208	Omar Bonilla	70	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1016065558	Cristian Lopez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79239602	Fabio Barrera	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80373873	Cesar Suarez	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	6816759	Gonzalo	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	6853968	Jose Cotzo	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80729006	Jhen Ramirez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	7147671	Hernando	217	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

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.

Unidad Operativa:	**Comunidad de Vida El Rosario**
Fecha:	**28/09/2025**
Lugar:	**Vereda San Bernardo, Sasaima Cundinamarca**
Horario:	**09:00 am a 10:30 am**

OBJETIVO

Fomentar en la ciudadanía la conexión con la naturaleza y el reconocimiento del ecosistema del municipio de Sasaima Cundinamarca, como espacio de recreación, bienestar y fortalecimiento de vínculos sociales.

METODOLOGÍA

La actividad se llevará a cabo bajo la metodología psico educativa: en el marco de la línea de atención IV: Dinamización integral basada en comunidad de vida, la cual hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano evitar una recaída. Con ello se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada participante alcance el mayor grado posible de desarrollo personal, mediante actividades vivenciales en el área rural de Sasaima, se busca fortalecer el conocimiento y la sensibilidad ambiental de las y los participantes, promoviendo el reconocimiento consciente del entorno natural, este proceso les permitirá desarrollar una mirada crítica y empática hacia la flora y fauna local, tomando conciencia sobre la importancia del cuidado, la conservación y el respeto por los ecosistemas, así, se fomenta una relación más armoniosa y responsable con el medio ambiente del municipio y sus veredas.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	
HORA	**ACTIVIDAD**
09:00 am	Llamado a las y los ciudadanos
09:15 am	Salida de comunidad de vida
09:35 am	Punto de llegada cancha de las mercedes
09:45 am	Llegada vereda San Bernardo
10:20 am	Retorno a comunidad de vida.

INSTITUCIONES A CONTACTAR EN CASO DE EMERGENCIA.

- Hospital Hilario Lugo de Sasaima
- Cuerpo oficial de Bomberos de Sasaima
- Policía Nacional de Sasaima

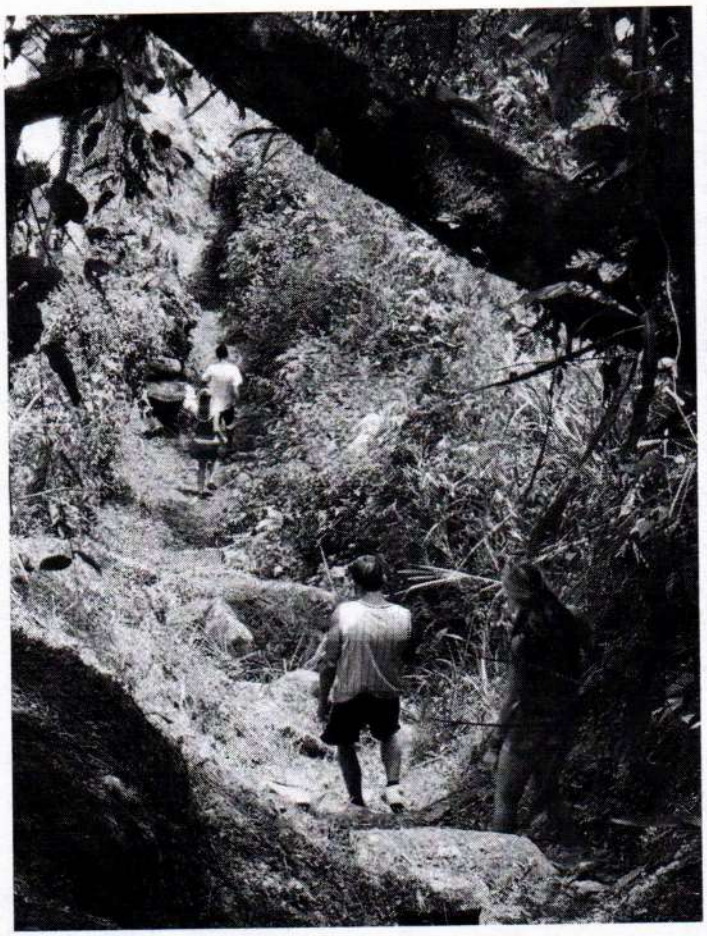
OBSERVACIONES (Este ítem se diligencia posterior a la salida)

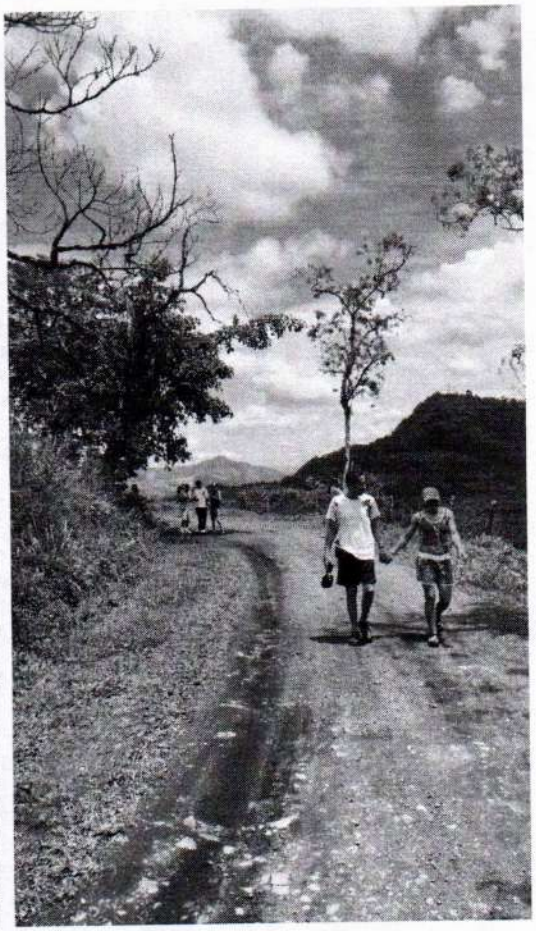
Durante la jornada, las y los ciudadanos participaron activamente siguiendo las recomendaciones del promotor que acompaño la actividad, en el transcurso de la actividad no se presentó ninguna situación que alterara la convivencia, lo que permitió un desarrollo armónico y respetuoso del encuentro, la salida extramural, realizada en la vereda San Bernardo del municipio de Sasaima, cumplió con el objetivo de ofrecer un espacio de recreación y esparcimiento, favoreciendo el desgaste energético y la mitigación de estados de ansiedad, la caminata ecológica se consolidó como una experiencia significativa de conexión con la naturaleza y bienestar colectivo.

Se contó con la participación de (14) catorce ciudadanos, (2) dos mujeres y (12) doce hombres.

Nombre del Profesional responsable de la salida:
Andrés Suarez - Promotor Social

Registro fotográfico





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Caminata ecológica
4. Fecha: 28-09-25
5. Hora: 09:00 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	80714190	NICOLAS GOMEZ	12	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1073684446	OMAR [illegible]	015	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1013626698	Jonatan A PAEZ P	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	13504487	JESUS CARREÑO	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1014995515	JESICA VARGAS	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1032437450	ALVARO RUEDA	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80816900	LUIS NIETO	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	C.C	1024203905	DANIEL AREVALO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	C.C	71389846	FABIAN RIVERA F	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1070962499	cristian mendez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	7711795R	FABIO RICO	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80026962	JAVIER MORENO	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1022404661	Marcela Docuara	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1026028014	Daniel lopez	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Andrés Felipe Goálet Méndez
14. Cargo o rol del responsable: Promotor
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:** 28/09/2025	**HORA:** Inicio: 11:00 Am Final: 12:00 Pm

ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Cristian Camilo Ávila

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividades acuáticas

OBJETIVO GENERAL:
Promover la participación de las y los ciudadanos en actividades acuáticas y recreativas, fortaleciendo el bienestar físico y emocional de los participantes, mientras se resignifican los espacios de ocio como escenarios de encuentro comunitario, salud integral, alegría colectiva y construcción de vínculos a través del trabajo en equipo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar el hábito del ejercicio físico mediante actividades acuáticas y recreativas como la natación, juegos en piscina y dinámicas lúdicas en entornos acuáticos, incentivando a los ciudadanos a integrar estas prácticas en su tiempo libre, especialmente en espacios comunitarios que fortalezcan el respeto, la salud integral y la sana convivencia.
- Incentivar la práctica del trabajo en equipo a través de juegos colaborativos en piscina, dinámicas de flotación grupal y circuitos lúdicos acuáticos, como herramienta clave para promover los valores como la cooperación, el respeto, la empatía y la tolerancia.
- Optimizar la condición física de los ciudadanos mediante la práctica regular de actividades acuáticas y recreativas, con el fin de desarrollar sus destrezas motrices, fortalecer su salud integral y fomentar una cultura de disciplina, trabajo en equipo y bienestar compartido en espacios comunitarios.

METODOLOGÍA: La actividad se desarrollará el marco de la línea de atención I V: Dinamización integral basada en comunidad de vida, se utilizará la metodología lúdico-terapéutica la cual se basa en lo lúdico como medio de expresión de pensamientos y emociones, a través de actividades acuáticas y recreativas con enfoque cognitivo como juegos de memoria en piscina, dinámicas de coordinación motriz en el agua y retos lúdicos grupales, se busca promover un uso positivo y significativo del tiempo libre y el ocio en comunidad, fortaleciendo las habilidades cognitivas, el desarrollo personal y el bienestar emocional de ciudadanos y ciudadanas en distintas etapas de vida.

Adecuación: Se adecuará el espacio de la piscina para la realización de las actividades acuáticas y recreativas, garantizando la seguridad, accesibilidad y funcionalidad que permita el desarrollo de lo planeado para a continuación.

Primer Momento: Se dará una cálida bienvenida a los ciudadanos asistentes, seguida de la socialización de las actividades acuáticas y recreativas que se desarrollarán durante la jornada de fin de semana, esta iniciativa, centrada en dinámicas como juegos en piscina, circuitos lúdicos acuáticos y ejercicios grupales de flotación y coordinación, busca integrar activamente a la comunidad, promoviendo la participación conjunta con el área de promotoría en un ambiente de esparcimiento, salud, alegría colectiva y fortalecimiento del trabajo en equipo.

Segundo Momento: Iniciara la jornada, primeramente con ejercicios de calentamiento en tierra y dentro del agua, orientados a prevenir lesiones y preparar el cuerpo para las dinámicas acuáticas, a continuación, se conformarán tres grupos de ciudadanos, según su interés en actividades como juegos recreativos en piscina, ejercicios de coordinación y flotación, cada grupo se dirigirá al espacio asignado, donde se explicarán los objetivos de la actividad, las reglas básicas y el enfoque lúdico y respetuoso de la jornada, posteriormente, se distribuirá la implementación acuática necesaria flotadores, balones, aros, cronómetros, entre otros.

Tercer Momento: Al finalizar las actividades, se convocará a los ciudadanos en el área de piscina para compartir un artículo sobre la importancia de adoptar hábitos de vida saludable, haciendo énfasis en la práctica regular de actividades acuáticas y recreativas, se resaltará el valor de incorporar dinámicas como la natación, el aquaeróbic y los juegos colaborativos en el agua al menos una o dos veces por semana, destacando sus beneficios para el desarrollo físico, el bienestar emocional y el aprovechamiento positivo

del tiempo libre, desde el equipo de promotoría se facilitará una reflexión colectiva sobre el poder transformador del ejercicio acuático en la vida cotidiana y en la construcción de comunidades más activas, resilientes y saludables.

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

TEMAS:

¿Qué hacer en la piscina? - Juegos y actividades para Piscina.

Los juegos de piscina son una forma fantástica de disfrutar del verano, sobre todo si una vez que estás en la piscina no sabes bien qué hacer en ella o cómo pasar el rato. Estos juegos proporcionan entretenimiento y actividad física en un entorno refrescante. No solo ofrecen diversión, sino que también fomentan la interacción social y el trabajo en equipo.

Desde competencias que desafían la velocidad y la agilidad hasta juegos que requieren estrategia y coordinación, hay una amplia variedad de opciones para todas las edades y niveles de habilidad. Las actividades y juegos de piscina pueden ser adaptados para grupos grandes o pequeños, y pueden incluir desde actividades simples y relajadas hasta retos más intensos y energéticos.

Además, los juegos acuáticos son una excelente manera de incentivar a los niños a estar activos y a mejorar sus habilidades natatorias de manera lúdica. Los adultos también pueden beneficiarse, ya que estos juegos ofrecen un ejercicio cardiovascular eficaz sin el impacto que tienen otras actividades físicas.

La clave para disfrutar plenamente de los juegos de piscina es garantizar la seguridad. Es importante establecer reglas claras y asegurarse de que todos los participantes las comprendan y las sigan. Con las medidas de seguridad adecuadas, las actividades para piscina pueden convertirse en una parte esencial y memorable de cualquier verano, ofreciendo horas de diversión y camaradería.

En este artículo, descubre los mejores juegos y actividades de piscina para hacer de tus días de verano una experiencia inolvidable. Desde clásicos atemporales hasta innovaciones modernas, aquí encontrarás opciones para todas las edades y niveles de habilidad. Sumérgete en la diversión y mantente fresco mientras disfrutas de estos emocionantes juegos acuáticos.

Carrera de Relevos de Natación

Para un poco de competencia amistosa, organiza una carrera de relevos en la piscina. Divide a los jugadores en equipos y establece un recorrido en el agua. Los participantes deben nadar de un extremo a otro, realizar una tarea (como recoger un objeto del fondo de la piscina) y volver para pasar el turno al siguiente miembro del equipo. El primer equipo en completar la carrera gana.

Para ello puedes contar con palos de inmersión, o algas para bucear.

Balón de Agua

El balón de agua es una versión acuática de los juegos de balón tradicionales. Puedes jugar al baloncesto acuático con una canasta flotante, al fútbol acuático con una portería improvisada o simplemente lanzar una pelota de playa entre los jugadores. Estos juegos son excelentes para el ejercicio cardiovascular y la coordinación.

Voleibol de Piscina

El voleibol de piscina es una excelente manera de incorporar algo de ejercicio en la diversión. Instala una red de voleibol sobre la piscina y divide a los jugadores en dos equipos. El objetivo es pasar la pelota sobre la red sin que toque el agua en tu lado. Este juego no solo es divertido, sino que también mejora la coordinación y el trabajo en equipo.

Herrón Flotante

Descubre la emoción de los juegos de piscina con herrón flotante, el accesorio perfecto para añadir un toque de aventura y creatividad a tus días de verano. Ya sea compitiendo en una carrera, demostrando habilidades de equilibrio o explorando una búsqueda del tesoro, las posibilidades son infinitas. ¡Sumérgete en la diversión y haz que cada momento en el agua sea inolvidable con el herrón flotante!

Actividades y juegos con figuras flotantes en la piscina

Los juegos de piscina con figuras flotantes son una forma fantástica de añadir un toque de creatividad y emoción a tus días de verano. Estas actividades no solo son divertidas, sino que también fomentan la interacción social, la competencia amistosa y la actividad física en un entorno refrescante.

A continuación, presentamos algunas ideas de juegos que puedes disfrutar con figuras flotantes en la piscina.

Carrera de Flotadores
Organiza una carrera utilizando flotadores. Cada participante se sube a su figura flotante y, al darse la señal de inicio, deben remar o nadar hasta la meta sin caerse. Puedes usar cronómetros para medir los tiempos y premiar al ganador.

Batalla de Equilibrio
Este juego de piscina pone a prueba el equilibrio y la destreza. Los jugadores deben mantenerse de pie sobre sus flotadores mientras intentan derribar a los oponentes del suyo, utilizando solo sus manos para empujarse. El último jugador en pie sobre su flotador gana.

Voleibol con Flotadores
Juega al voleibol en la piscina mientras todos los participantes están montados en figuras flotantes. Esto añade un nivel de dificultad y diversión adicional, ya que los jugadores deben mantener el equilibrio mientras golpean la pelota.

Polo Acuático con Flotadores
Adapta el polo acuático tradicional usando figuras flotantes. Los jugadores deben permanecer en sus flotadores mientras intentan pasar y lanzar la pelota a la portería del equipo contrario. Este juego combina la estrategia del polo acuático con el desafío de mantenerse equilibrado en el flotador.

Rescate de Flotadores
Lanza varias figuras flotantes al agua y divide a los jugadores en equipos. Cada equipo debe recoger tantas figuras como pueda en un tiempo determinado, nadando y trayéndolas de vuelta a un punto de inicio. El equipo que reúna más flotadores gana.

Búsqueda del Tesoro Flotante
Esconde pequeños objetos o juguetes acuáticos en figuras flotantes con compartimentos o bolsillos. Los jugadores deben buscar y recolectar estos tesoros mientras flotan en la piscina. El jugador que encuentre más tesoros en un tiempo determinado es el ganador.

Carrera de Obstáculos con Flotadores
Crea un circuito de obstáculos en la piscina utilizando figuras flotantes y otros elementos. Los jugadores deben navegar a través del circuito montados en sus flotadores, superando diversos desafíos como pasar por debajo de arcos flotantes o esquivar pelotas. El más rápido en completar el recorrido gana.

Ejercicios acuáticos
Los ejercicios acuáticos son una actividad de bajo impacto que disminuye la presión sobre los huesos, las articulaciones y los músculos. El agua también ofrece resistencia natural, lo que puede ayudar a fortalecer los músculos.

Los ejercicios acuáticos también pueden tener muchos beneficios para la salud, como mejorar la salud cardíaca, reducir el estrés y mejorar la resistencia y la fuerza muscular. Hacer ejercicio en el agua puede ser una gran forma de sumar la actividad física a tu vida. También puede ser una forma útil para que los adultos mayores hagan actividad física. Puedes hacer ejercicios acuáticos, aunque no sepas nadar. Los ejercicios acuáticos también pueden mejorar el uso de las articulaciones y disminuir el dolor si tienes osteoartritis.

Caminar en el agua
Podrías empezar por caminar en el agua. Sumérgete en el agua hasta la altura de la cintura y camina a lo largo de la piscina moviendo los brazos como lo haces cuando caminas en suelo firme. Evita caminar en puntas de pie y mantén la espalda derecha. Contrae los músculos abdominales para evitar inclinarte demasiado hacia adelante o hacia los costados.

Para aumentar la resistencia mientras mueves las manos y los brazos en el agua, usa redes para manos u otros dispositivos de resistencia. Los zapatos para el agua te pueden ayudar a mantener la tracción en el fondo de la piscina.

Persona que camina en el agua con manoplas
Caminata en aguas profundas con manoplas
Una vez que te sientas cómodo caminando en agua que te llega a la cintura, intenta caminar en aguas más profundas. Al caminar, balancea los brazos. Mantén la espalda derecha y aprieta los músculos abdominales para evitar inclinarte demasiado hacia adelante o hacia los costados.

Para mantenerte por encima del agua, intenta colocarte un flotador entre las piernas, y asegúrate de que esté más elevado en la parte de atrás que en la de adelante. Si no sabes nadar, usa un chaleco o un cinturón flotador en aguas profundas. Para aumentar la resistencia mientras mueves las manos y los brazos en el agua, usa manoplas. Los zapatos para el agua te pueden ayudar a mantener la tracción en el fondo de la piscina.

REFERENCIAS:

- https://elksport.com/blog/noticias-y-novedades-deporte/juegos-y-actividades-piscina?srsltid=AfmBOory8R3NawOcFSwPM-zxlNu8pkU4Di8DxJnq7kly-fqp8oPE-Xev
- https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/fitness/in-depth/aquatic-exercise/art-20546802#:~:text=Los%20ejercicios%20acu%C3%A1ticos%20tambi%C3%A9n%20pueden,actividad%20f%C3%ADsica%20a%20tu%20vida.

RECURSOS:

Físicos:

- Gafas de natación, Traje de baño, Sandalias antideslizantes, Toalla, Bloqueador solar, listado de asistencia y esfero.

Humanos:

- Promotores y ciudadanos.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Durante el desarrollo de la jornada acuática y recreativa, los participantes acogieron con entusiasmo la propuesta, mostrando una actitud abierta, receptiva y comprometida, las actividades en el agua propiciaron un ambiente de integración, respeto y alegría, donde cada ejercicio fortaleció los vínculos comunitarios y promovieron el bienestar colectivo, la experiencia no solo estimuló el cuerpo, sino también el espíritu, generando espacios de encuentro, cuidado mutuo y reconocimiento entre los actores de esta comunidad de vida.

- Las y los ciudadanos participaron activamente en las jornadas acuáticas y recreativas, fortaleciendo habilidades motrices, vínculos sociales y conciencia sobre el impacto positivo de estas experiencias en su salud integral, a través del juego, la flotación, la cooperación y el desafío en el agua, interiorizaron aprendizajes emocionales relacionados con el ganar y el perder, promoviendo una gestión equilibrada de sus emociones en diversos escenarios de la vida.

- Se logró dar cumplimiento al objetivo mediante actividades lúdicas y recreativas en entornos acuáticos que fomentaron el hábito de ejercitarse de manera consciente y placentera, a través de disciplinas como la natación, los juegos cooperativos en el agua, los circuitos de flotación y equilibrio, se fortalecieron habilidades como el trabajo en equipo, la estrategia, la resolución de problemas, el respeto mutuo y el manejo emocional en contextos de interacción grupal e individual, estas dinámicas no solo promovieron el bienestar físico, sino también la autorregulación emocional y la construcción de vínculos solidarios dentro de la comunidad.

Cuantitativos:

- Se contó con la participación de (15) quince ciudadanos, (3) tres mujeres y (12) doce hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Hernan Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Actividades acuáticas

Línea de atención III: Dinamización integral basada en comunidad de vida

Fecha: 28/09/2025





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 Acuaticas

4. Fecha: 28/09/2025

5. Hora: 11:00 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1012356911	Ruben Perez	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	52763187	LUZ marina	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	71577490	Luis Montez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	52860868	MARGARITA SANCHEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79979588	ELKIN RAUDE	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	79977763	Blanca munar	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79950581	Pablo Rodriguez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79792305	JOSE GARZON	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1014700581	Oscar Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80235914	Juan Carlos Castro	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80179190	Nicolás Gomez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1032360149	Wilmar Fovero.	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1033716979	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1043376951	Diego Vélez	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80.120.683	Juan Viloria	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Cristian Avila

14. Cargo o rol del responsable: Promotor

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 29/09/2025	**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:
Promover la mejora de las capacidades físicas funcionales y el bienestar integral de las ciudadanas y ciudadanos, a través de una sesión de entrenamiento físico adaptado que favorezca la movilidad, fuerza, resistencia y coordinación, fortaleciendo además la autoestima, la inclusión social y hábitos de vida saludable.

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 IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación: Con ayuda de promotora se hará el llamado a los ciudadanos que deseen ser partícipes de la actividad planificada para este día, se acomodará el espacio para desarrollar la actividad propuesta.
Primer momento: Se procederá a una charla, dando a conocer a los ciudadanos las actividades diseñadas para la realizar, se comentará la dinámica que se implementará.
Segundo Momento: Seguido a esto se dará inicio a la actividad, con una activación y entrada en calor teniendo en cuenta.

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

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

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

Se finalizará la actividad con una vuelta a la calma, realizando los respectivos estiramientos para evitar lesiones en los ciudadanos.
Tercer momento: Se dará por finalizado la actividad, se socializará los resultados positivos y negativos que se generaron en el momento que la culminación de la actividad, respecto a los objetivos propuestos para este día.

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

TEMAS:

Entrenamiento Funcional.

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

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

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

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

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

Fases del entrenamiento

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

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

Zona de core

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

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

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

Fuente de consulta:

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

RECURSOS:

Físicos:

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

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, profesional.

RESULTADOS:

Cualitativos

Durante el desarrollo de la sesión de entrenamiento funcional dirigida a los ciudadanos se evidencio la eficacia de la actividad física como herramienta de inclusión social y recuperación emocional, y también su impacto en la construcción de vínculos, la autoestima y la motivación personal.
Asimismo, se fortaleció la cohesión grupal. Aunque al comienzo varios participantes permanecían en silencio o alejados, paulatinamente surgieron dinámicas de colaboración, apoyo mutuo y comunicación espontánea. Se observaron comportamientos como ayudar a otros con los ejercicios, aplaudir los logros de sus compañeros y ofrecer palabras de ánimo, lo que evidencia la creación de un espacio de confianza y respeto, otro aspecto destacado fue el fortalecimiento de la autoeficacia y la confianza personal.

Cuantitativos: Se conto con la participación de (14) ciudadanos de los cuales (11) son de genero masculino, (3) de genero femenino.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Andres F. Lopez Cano

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Joe Henry Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Entrenamiento funcional
fecha: 29/09/2025
Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

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: 29/09/2025

5. Hora: 09:00 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	52763167	Luz marina	51	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	79917595	FABIO RICO	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	1032384114	Wilmar Forero	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	95079961	Hader Castano	49	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	1073604558	Bryan Nicolas	30	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	1014040605	YEISON GARCIA	37	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	1033697189	Raul Forero	36	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	1013639058	YURANY	33	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
9	CC	1022909601	Marcela Ducuara	36	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
10	CC	74186666	Oscar J Mila	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
11	CC	1073569[illegible]	Ruben Perez	37	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
12	CC	80726586	Andres Jaime Valbuena	42	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
13	CC	1016025044	Daniel Lopez	35	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
14	CC	1033437502	ALVARO PULIDO	35	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

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:** 29/09/2025	**Hora:** Inicio: 9:00 am Final: 10:30 am
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leidy Johana Muñetones.	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Farmacodependecias			

OBJETIVO GENERAL:
Sensibilizar a los ciudadanos de la Comunidad de vida El Rosario frente a la importancia de la adherencia a su tratamiento farmacológico de psiquiatría, que incide significativamente en su bienestar, permitiendo el normal desarrollo de sus actividades cotidianas.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer la importancia de llevar un adecuado tratamiento farmacológico, teniendo en cuenta su patología de base.
- Fomentar en las y los ciudadanos la importancia de reconocer los beneficios que trae seguir las recomendaciones del médico tratante, acerca de la toma de medicamentos.
- Fortalecer la capacidad de autonomía personal, con relación al cumplimiento del tratamiento farmacológico.

METODOLOGÍA:
El encuentro se desarrollará a partir de una metodología psico-educativa, que permita reconocer la importancia de llevar un tratamiento farmacológico adecuado para el manejo del diagnóstico dado por su médico psiquiatra tratante. Los participantes identificados por el área de primeros auxilios, además de esto deberán asistir los ciudadanos y ciudadanas de nuevo ingreso. Lo anterior bajo la Linea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social

Adecuación: Se invitarán a los y las ciudadanas de la comunidad, que reciben tratamiento farmacológico por psiquiatría y que se les dificulta la toma del mismo en los horarios establecidos para que participen de la actividad, acomodando el espacio y el lugar, que será en la sala de tv.

Primer momento: Se iniciará la actividad con una pregunta inicial abierta:
"¿Qué sienten o piensan cuando escuchan la palabra 'medicamento'?"
Seguidamente se reproducirá un video psicoeducativo en donde se da explicación de cómo actúa el medicamento a nivel cerebral.

Segundo Momento: Se realizará la explicación del tema, resaltando que la adherencia al tratamiento favorece su bienestar físico y mental como la convivencia en comunidad y el cumplimiento de sus actividades diarias en su proceso, seguidamente se hará una actividad de **Mitos y Verdades"** se Presentaran frases para discutir si son MITO o VERDAD. De igual forma se dará respuesta a cada una

- "Los medicamentos psiquiátricos son adictivos."
- "Si tomo pastillas, significa que estoy loco/a."
- "Con el tiempo, ya no necesito los medicamentos."
- "Es mejor solo con terapia."
- "Los medicamentos me cambian la personalidad."

Tercer momento: Se direcciona el cierre y las conclusiones realizando una reflexión personal del compromiso que tienen con su tratamiento resaltando la corresponsabilidad de cada una de las partes para la efectividad del mismo.

Reacondicionamiento del espacio: Se asigna dos participantes para que organicen el espacio para el siguiente taller.

TEMAS

La importancia de no abandonar el tratamiento que le prescriba su médico

Vamos a abordar en este vídeo las repercusiones que la falta de adherencia tiene en el control de las enfermedades, sobre todo en el control de las patologías crónicas, que, por su larga evolución, son más susceptibles de tener este problema sanitario y presentan los menores porcentajes de adherencia. También comentaremos sus causas, consecuencias y las medidas que tanto los

profesionales sanitarios: médicos, enfermeras y farmacéuticos, como los pacientes, debemos adoptar, en un ejercicio de responsabilidad compartida, para mejorar los resultados en salud que deberían obtenerse con los tratamientos prescritos. La OMS considera que las actuaciones que aumenten la adherencia deben ser prioritarias, por las consecuencias negativas que la falta de adherencia tiene sobre la salud.

¿Qué se entiende por adherencia?

Grado en que la conducta de un paciente respecto a la toma de medicación, al seguimiento de una dieta o a la modificación de hábitos de vida, se corresponde con las recomendaciones acordadas con el profesional sanitario (OMS 2003). Por tanto, corresponsabiliza a los pacientes en los resultados en salud que deben obtenerse, recalca la importancia que tiene la conducta de los pacientes en el buen cumplimiento de los tratamientos, incluye no solo a la toma o no de los medicamentos prescritos, sino también a la incorporación o no de una dieta o de hábitos de vida saludable, cambios en la cantidad y frecuencia en la que lo hacemos, suspensión prematura, olvidos, etc. E introduce, hacer partícipe al paciente en las decisiones sobre su terapia. Definición menos técnica sería el grado en que los pacientes cumplimos o no los tratamientos.

Consecuencias negativas de la falta de adherencia:

Impide el buen control de la enfermedad: fracaso terapéutico.

- Empeora la calidad de vida del paciente, genera una mayor probabilidad de recaídas y el agravamiento de las enfermedades.
- Aumenta la frecuentación de consultas en asistencia primaria, especializada, urgencias y en ingresos hospitalarios.
- Incrementa la realización de pruebas diagnósticas o de control innecesarias.
- Puede provocar la aparición de resistencias y la mayor virulencia de la patología.
- Acelera la intensificación de los tratamientos con el consiguiente aumento de reacciones adversas por el uso de medicamentos más potentes y el adelanto de escalones terapéuticos en procesos, que de por sí son de larga evolución, como son las patologías crónicas.
- Aumento de los costos sanitarios.

¿Por qué ocurre?:

El paciente es el que decide, según su percepción de la enfermedad y de su situación futura, de la necesidad de tratamiento, de sus circunstancias personales, preocupaciones, rutina diaria, etc.

- Olvidos y confusiones pueden clasificarse como involuntarias.
- Temor a reacciones adversas, ausencia de mejoría, tardanza en la aparición de resultados, encontrarse mejor, ausencia de síntomas, tiempo de evolución de la enfermedad, expectativas de curación, esperanza de vida, valor que otorgue a su situación en el envejecimiento, dependencia, tolerancia, innecesario, etc.
- Complejidad del tratamiento.
- Deterioro cognitivo o psicológico.
- Edad, sexo, nivel de instrucción.

¿Se puede prever que la falta de adherencia ocurra?

- Complejidad del tratamiento: comorbilidades y polifarmacia.
- Tratamiento con medicamentos que presentan efectos adversos notables.
- Inadecuada relación médico paciente.
- Atención fragmentaria con frecuentación de los distintos niveles sanitarios asistenciales y servicios sociales.
- Enfermedad asintomática.
- Plan de seguimiento inadecuado.
- Inasistencia a citas programadas.
- Falta de conocimiento de la enfermedad y de la comprensión de los beneficios de su tratamiento.
- Deterioro cognitivo: pérdida de memoria, cofusión.
- Problemas psicológicos: depresión, y sociales: soledad.
- Interferencia con los hábitos y costumbres del paciente.
- Implicación en cambios en el estilo de vida (dieta, ejercicio, etc.).

Actuaciones:

- Integrar las intervenciones que detecten y aumenten la adherencia en la práctica clínica.

- Individualizar las intervenciones y extenderlas a todos los ciudadanos.
- Actuar también sobre otras formas de incumplimiento (hábitos saludables: dieta, ejercicio físico, contenido de sal, azúcar, etc.).
- Fortalecer la relación entre los profesionales sanitarios y los pacientes.
- Hacer partícipe al paciente en las decisiones sobre su tratamiento: decisiones compartidas.
- Corresponsabilizar al paciente en los resultados en su salud.
- Entrevistas motivacionales informativas y conductuales como estrategia fundamental para aumentar o mejorar la adherencia.
- Formación y educación en salud: mejorar el conocimiento y evolución de las enfermedades y los objeticos del tratamiento.
- Enseñar el manejo de los posibles efectos adversos.
- Simplicidad en los mensajes.
- Multidisciplinar: médicos, enfermeras, farmacéuticos, pacientes, familiares y cuidadores.
- Apoyo familiar o sociales en los casos de pacientes dependientes.
- Integrar la medicación y los hábitos saludables en la rutina diaria del paciente.
- Adecuar y simplificar la posología de los tratamientos: cantidad de medicamentos, dosis y horarios.
- Utilizar sistemas de dispensación personalizados (SDP), y recordatorios: alarmas, mensajes de aviso, calendarios, etc.
- Las estrategias más efectivas son las que combinan más de una intervención: formación, responsabilidad compartida, seguimiento, simplificación de tratamientos, SDP, avisos, apoyos, integración en la rutina diaria, etc.
- De forma continuada.

Aumentar la efectividad de las intervenciones que abordan la adherencia puede tener una repercusión mucho mayor sobre la salud que cualquier mejora de los tratamientos (OMS).

Fuente de consulta:

https://www.riojasalud.es/ciudadanos/catalogo-multimedia/farmacia/4880-impacto-de-la-aherencia-en-los-resultados-en-salud-y-en-la-sostenibilidad-del-sistema-sanitario

RECURSOS

Físicos:

- Sillas, televisor, computador

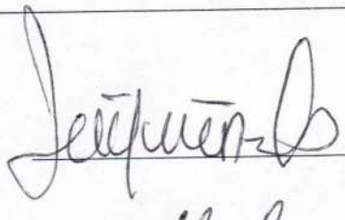
Humanos:

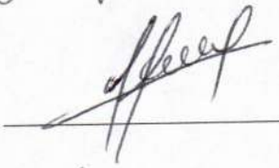
- Ciudadanos, profesional en psicología

RESULTADOS:

Cualitativos: Desde el desarrollo del taller las ciudadanas y ciudadanos se mostraron interesados en el tema tratado, mencionan que lograron despejar dudas que tenían frente a la toma de su tratamiento farmacológico así como los posibles efectos secundarios que algunos de ellos producen, por lo tanto se recalca a los asistentes que ellos no pueden abandonar su tratamiento sin primero consultar a su médico tratante, aprovechando el espacio de control para realizar preguntas basadas en desconocimiento de su patología, de igual manera se resalta que los medicamentos psiquiátricos no curan la enfermedad mental, pero pueden mejorar los síntomas en forma significativa ayudando en su bienestar. Se evidencia que los ciudadanos tenían la duda sobre si los medicamentos psiquiátricos generan dependencia y adición, por lo cual se brinda una respuesta quedando conformes y entendiendo las diversas situaciones, de cada persona.

Cuantitativos: En el espacio participaron 14 ciudadanos y ciudadanas en donde 13 de ellos son hombres y 1 es mujer

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Hernay Díaz

ANEXO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Farmacodependencias

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

Actividad Transversal

Fecha: 29/09/2025





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: Farmacodependencias

4. Fecha: 29/09/2023

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	80926713	Jose Ortiz Sierra	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					JOSE	
2	CC	1012470056	Oscar Gonzalez	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					OSCAR	
3	CC	80200691	Cesar Tocino	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	91.214.618	Rafael A. Mendoza	64	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	80916359	Luis Padilla	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	79581883	Luis G. Bueno	54	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	52880468	OLAYA ENA SANCHEZ	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					OLAYA ERIA	
8	CC	13504487	Jesus Fiallo	55	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					JESUS	
9	CC	2494083	Roberto lombana	65	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	5.824.830	ALEXANDER DILLA	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					ALEXANDER Dilla	
11	CC	11.322.000	Eveda Melo	53	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	1117514931	Jeison Abello	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	CC	1016028014	David Lopez	35	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14	CC	79587283	Gabriel Garzon	50	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Jeidy Monterosa M.

14. Cargo o rol del responsable: psicologa

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** 29/09/2025	**HORA:** Inicio: 9:00 am Final: 11:45 am

ÁREA: tallerista cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leonel Malagón

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Taller del maestro (Bisutería)

OBJETIVO GENERAL: Diseñar con las y los ciudadanos tejidos en hilo y alambre para crear las piezas. También es fundamental conocer y usar correctamente las herramientas básicas, como las pinzas, y los diferentes materiales como alambres, hilos y cuentas para asegurar la durabilidad y el atractivo de los accesorios.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Desarrollar técnicas de nudos y trenzas
- Crear manillas personalizadas
- Elaborar con los artesanos de bisutería de forma manual,aplicando sus conocimientos, habilidades y creatividad

METODOLOGÍA:

la actividad se llevará acabo con la por medio de metodología ludico-pedagogia desde donde se deben seguir el paso a paso donde se incluye el conocimiento de materiales, técnicas, diseños, tejidos en hilo y terminados de las piezas artesanales

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

Etapa 1:
se dará la información de cada una de las actividades a realizar metodología a desarrollar, se realizará el llamado a las y los ciudadanos que deseen participar del taller enseguida se dará explicara la importancia de realizar piezas artesanales en bisutería.

Etapa 2:

una vez se haya realizado de manera artesanal y las diferentes técnicas de tejidos ensartado ,alambrados y elaboración manillas en hilo y pedrería.

Etapa 3:

seguido se dará la iniciación del taller escogiendo material de pedrería, medir por calibres de hilos y para la elaboración de las piezas artesanales, una vez terminado la elaboración se realizará una minisiosa verificación del producto realizado.

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

Tema: bisutería, necesitas habilidades de creatividad y paciencia, combinadas con técnicas específicas como el enhebrado de cuentas, el crimpado, y diseño de tejidos para crear las piezas. También es fundamental conocer y usar correctamente las herramientas básicas, como las pinzas, y los diferentes materiales como alambres, hilos y cuentas para asegurar la durabilidad y el atractivo de los accesorios. La bisutería artesanal es mucho más que simples accesorios; es la manifestación de la creatividad y el arte en forma de joyería. Se distingue por su singularidad, su cuidado proceso de elaboración y la pasión que cada artesano deposita en cada pieza. En contraposición a la de alta gama, esta, al ser más artesana, ofrece una alternativa accesible y única, capaz de complementar cualquier estilo y destacar la personalidad de quien la lleva. Para que conozcas de ella, qué es, qué la hace especial y por qué elegirla, en Luna mar te contamos más La artesanía y bisutería es el arte de crear accesorios decorativos con materiales diversos, como metales, piedras, perlas, cristales, madera, cuero, etc. Esta se puede usar para complementar el vestuario, expresar la personalidad, resaltar la belleza o transmitir un mensaje. Dentro de la bisutería existe una categoría especial que se denomina bisutería artesanal. En este blog te contaremos qué es bisutería artesanal y qué la diferencia de la bisutería industrial o comercial. Además, encontrarás las ventajas de elegirla frente a otras opciones ¿Qué es la bisutería artesanal? En pocas palabras, la bisutería artesanal es aquella que elaboran los artesanos de bisutería de forma manual, cuidadosa y personalizada, aplicando sus conocimientos, habilidades y pasión por este oficio. La bisutería artesanal no se produce en masa, sino que cada pieza es única, fruto de la creatividad y el gusto del artesano o la artesana. Las piezas artesanales como los accesorios para mujer se pueden realizar con una gran variedad de materiales, desde los más tradicionales hasta los más innovadores, siempre buscando la calidad, la originalidad y la armonía. La bisutería artesanal es un tipo de arte que se expresa a través de accesorios como aretes, collares, pulseras, anillos, etc. ¿Por qué elegir la bisutería artesanal? Ahora que sabes qué es la bisutería artesanal, te compartiremos las ventajas de elegirla, tanto para quien la crea como para quien la usa. Algunos de estos beneficios son ideales si te interesan productos como bisutería artesanal pulseras, ya que combinan creatividad, estilo y exclusividad. Algunos de estos beneficios son1. Apoyo a lo local Al adquirir bisutería artesanal de empresas como Entrelazos estás apoyando el trabajo nacional, el comercio justo y la economía solidaria, ya que se valora el esfuerzo, el tiempo y el talento de los artesanos y las artesanas, y se contribuye a su desarrollo profesional y personal.2. Expresión y estilo La bisutería artesanal es una forma de expresar la individualidad, la personalidad y el estilo de cada persona, porque puedes elegir entre una gran variedad de diseños, colores, formas y materiales.3. Cuidado ambiental Con la artesanía y bisutería se cuida el medio ambiente, pues se utilizan materiales naturales, reciclados o reutilizados, y se evita el desperdicio y la contaminación que genera la producción industrial de accesorios.4. Belleza y calidad Cuando compras bisutería artesanal adquieres la belleza, la calidad y la originalidad de cada pieza, ya que se aprecia el detalle, el acabado y el significado de cada accesorio, y se puede combinar con diferentes prendas y ocasiones. ¿Qué tipos de bisutería artesanal puedes usar? Existen muchos tipos de bisutería y artesanía que puedes usar para complementar tu look y resaltar tu encanto. Entre esos están: Aretes. En Entrelazos encuentras una variedad de aretes para mujer con diferentes formas, tamaños y estilos. Los aretes de bisutería artesanal pueden ser de metales como la plata, el cobre, estaño, piedras, etc. Puedes elegir los que más te gusten y que combinen con tu atuendo y tu peinado. Te puede interesar: Tipos de aretes y cuál elegir según tu estilo y la ocasión Collares. Los collares para mujer pueden tener diferentes longitudes, grosores y diseños. Estos accesorios vienen en forma de cadena, de cordón, de cuero, de perlas, de cuentas, entre otros. Elige los que más te favorezcan y armonicen con tu escote y tu maquillaje. Aretes La bisutería artesana dan estilo y realzan tu look. Tienen diferentes anchos, formas y colores. Las pulseras de bisutería artesanal pueden ser de metal, de cuero, de tela, de macramé, de hilo, etc. Puedes escoger las que más te agraden y que contrasten con tu reloj y tus anillos. Ahora que sabes qué es la bisutería artesanal y sus beneficios, no dudes en hacerla parte de tu día a día. Lleva contigo los accesorios que te hagan sentir cómoda, segura y feliz mientras disfrutas de la belleza y la originalidad de cada pieza. En entrelazos, manos colombianas artesanas elaboran con mucha dedicación y detalle nuestros accesorios para mujer. No dudes en expresar tu esencia y tu personalidad con nuestra artesanía y bisutería. Materiales más utilizados Existen numerosos materiales utilizados en la fabricación de bisutería, cada uno con sus propias características y estilos únicos. Uno de los materiales más comunes es el metal, que puede ser utilizado en diversas formas, como cadenas, colgantes y brazaletes. Otro material popular es el cristal, que puede ser transparente o coloreado. También se puede encontrar bisutería hecha con materiales naturales, como la madera, el coral o las Estos materiales le dan un aspecto rústico y natural a la bisutería. Además, se utilizan materiales sintéticos como el plástico o las resinas, que permiten una amplia variedad de colores y diseños. Los materiales utilizados en la bisutería pueden variar dependiendo del estilo deseado y del presupuesto disponible, pero siempre ofrecen una amplia gama de opciones para adaptarse a los gustos y preferencias de cada persona. ¿Qué tipos de bisutería hay? Existe diferentes tipos de bisutería que se pueden encontrar en el mercado. Una de las opciones más comunes es la bisutería de fantasía, que está hecha con materiales económicos como plástico, cuentas de vidrio, acrílico, entre otros. Este tipo de bisutería es muy versátil y se puede encontrar en una amplia variedad de estilos y diseños.

Otra opción es la bisutería de metal, que generalmente está hecha de aleaciones de metales como el acero inoxidable o el cobre. Este tipo de bisutería suele ser más duradera y resistente a la oxidación.

Además, hay bisutería con incrustaciones de piedras y cristales, que le dan un toque de elegancia y brillo a las piezas. Por otro lado, también se encuentran joyas de imitación, que tratan de replicar la apariencia de joyas finas utilizando materiales más económicos. Estas pueden estar hechas de metales bañados en oro o plata, y suelen tener piedras sintéticas. Por último, hay bisutería artesanal, que está hecha a mano por artesanos utilizando técnicas tradicionales. Esta es una opción ideal para aquellos que buscan piezas únicas y con un toque personalizado. ¿Qué es la bisutería artesanal? En pocas palabras, la bisutería artesanal es aquella que elaboran los artesanos de bisutería de forma manual, cuidadosa y personalizada, aplicando sus conocimientos, habilidades y pasión por este oficio. La bisutería artesanal no se produce en masa, sino que cada pieza es única, fruto de la creatividad y el gusto del artesano o la artesana. Las piezas artesanales como los accesorios para mujer se pueden realizar con una gran variedad de materiales, desde los más tradicionales hasta los más innovadores, siempre buscando la calidad, la originalidad y la armonía. La bisutería artesanal es un tipo de arte que se expresa a través de accesorios como aretes, collares, pulseras, anillos, earcuffs, etc. ¿Por qué elegir la bisutería artesanal? Ahora que sabes qué es la bisutería artesanal, te compartiremos las ventajas de elegirla, tanto para quien la crea como para quien la usa. Algunos de estos beneficios son ideales si te interesan productos como bisutería artesanal pulseras, ya que combinan creatividad, estilo y exclusividad. Algunos de estos beneficios son Apoyo a lo local Al adquirir bisutería artesanal de empresas como Entrelazos estás apoyando el trabajo nacional, el comercio justo y la economía solidaria, ya que se valora el esfuerzo, el tiempo y el talento de los artesanos y las artesanas, y se contribuye a su desarrollo profesional y personal. ¿Qué tipos de bisutería hay?Una de las mayores ventajas de aprender bisutería es que no necesitas ser un experto para comenzar con un curso de bisutería. Con algunos materiales básicos, como pinzas, alambres, y una selección de cuentas o dijes, es posible empezar a crear piezas sencillas y hermosas. A medida que desarrollas tus habilidades, puedes probar diferentes tipos de bisutería más avanzadas como el desgaste de piedras, la creación de cadenas o el uso de resinas para hacer piezas más complejas. Este proceso de aprendizaje es muy gratificante, ya que te permite ver cómo tus habilidades evolucionan con el tiempo y cómo tus diseños se vuelven más sofisticados.La bisutería también es una excelente manera de desconectar y relajarse. El proceso de ensartar cuentas o manipular el alambre requiere concentración y atención al detalle, lo que convierte la creación de joyas en una actividad casi meditativa. Muchas personas encuentran en este arte una forma de relajarse después de un día ajetreado, ya que permite canalizar la creatividad mientras se desconectan del estrés diario.Expresión y estilo La bisutería artesanal es una forma de expresar la individualidad, la personalidad y el estilo de cada persona, porque puedes elegir entre una gran variedad de diseños, colores, formas y materiales Cuidado ambiental Con la artesanía y bisutería se cuida el medio ambiente, pues se utilizan materiales naturales, reciclados o reutilizados, y se evita el desperdicio y la contaminación que genera la producción industrial de accesorios. Belleza y calidad Cuando compras bisutería artesanal adquieres la belleza, la calidad y la originalidad de cada pieza, ya que se aprecia el detalle, el acabado y el significado de cada , y se puede combinar con diferentes prendas y ocasiones. ¿Qué tipos de bisutería artesanal puedes usar Existen muchos tipos de bisutería y artesanía que puedes usar para complementar tu look y resaltar tu encanto? Entre esos están: Aretes. En Entrelazos encuentras una variedad de aretes para mujer con diferentes formas, tamaños y estilos. Los aretes de bisutería artesanal pueden ser de metales como la plata, el cobre, estaño, piedras, etc. Puedes elegir los que más te gusten y que combinen con tu atuendo y tu peinado. ¿Eres de los que le antoja toda la bisutería que te ofrecen, pero finalmente no compras nada porque los ahorros no alcanzan? Te contamos cómo hacer aretes artesanales para qué crees, a un menor costo, todas las piezas de colección que te imaginas luciendo en cada fiesta, reunión familiar o tarde de café con amigos. Por ahora, el único requisito que se necesita para hacer aretes artesanales es estar muy atento a esta nota, pues, después de leerla, sabrás qué herramientas y materiales para hacer aretes son los que te ayudarán a conseguir auténticas piezas de colección. Estos objetos facilitarán la creación de aretes artesanales paso a paso. De esa manera, tendrás unos aretes para cada outfit, y, lo mejor, todos hechos por ti. Incluso, podrías comenzar a desarrollar tu propio negocio de aretes artesanales. ¿Te suena la idea? ¡Vamos a crear los aretes más top! Materiales para hacer aretes artesanales Empezamos este artículo motivado porque estamos ansiosos por lucir aretes creados por nosotros mismos y robarnos todas las miradas. Por eso, si quieres dedicarte a comprender todos los detalles sobre cómo hacer aretes artesanales, estos son los materiales imprescindibles que deberías tener a la mano para crear aretes de mostacilla, aretes artesanales de chaquiras, aretes artesanales con alambre, entre otros.1. Surtido de perlas, chaquiras y mostacillas Si sueñas con lucir aretes de mostacilla o de perlas en el próximo reencuentro con tus amigos, incluye en el kit de herramientas de bisutería las perlas, chaquiras, mostacillas, tapa nudos , argollas y anzuelos colgantes para tus aretes. Con estos elementos, además de hacer aretes tradicionales, es decir, de los que tienen una perla encima de otra, puedes diseñar aretes que están de moda y a la vanguardia siguiendo la técnica alambrismo. ¡Estamos seguros que todos preguntarán dónde compraste esos increíbles aretes!

REFERENCIA:
https://www.google.com/search?q=bisuteria+habilidades+a+realizarlos&rlz=1C1GCEB_enCO1169CO1169&oq=bisuteria

RECURSOS:
Físicos:

- Sillas, mesas, broches, pesqueros, alambre hilos de colores, pedrería, pinzas, planilla de asistencia esferos.

Humanos:

- Tallerista Cultural ciudadanos

RESULTADOS:
Cualitativos: Dando cumplimiento a los objetivos, en este taller se contó con una excelente participación por parte de las y los ciudadano que asisten al taller del maestro donde se logra evidenciar que han adquirido mayor destreza y el desarrollo de la paciencia y la perseverancia la reducción del estrés. al momento de la realización de figuras en cartón y papel reciclado, donde desarrollaron siguiendo el paso a paso que se s indica durante el taller

Cuantitativos:
29/092025 Ingresan11 ciudadanos los cuales se dividen de la siguiente forma: hombres9 mujeres2 población de diferentes etapas de referencia, todos con buena disposición para realizar los trabajos en bisutería siguiendo el paso a paso ingresan ciudadanos hombres

30/09 2025 ingresan 9 ciudadanos de diferentes etapas de la siguiente forma 8 hombres 1 mujer con buena disposición para la realización del taller

DEL RESPONSABLE: Daniel Madrigon

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Homey Diaz

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: TALLER DEL MAESTRO (BIENESTAR

4. Fecha: 29/09/2025

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	80174490	NICOLAS GOMEZ	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	1019002850	Carlos Chaparro	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	79864623	Edison J. Gomez	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	29977765	Blanca Munar	66	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	79950381	Pablo Rodriguez	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	74186668	Oscar J Mila	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	80061962	JAVIER HUERFANO B	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	1085282358	JESICA VARGAS	32	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	79457567	MARIO GUTIERREZ	62	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	52099558	PAOLA G	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	1117514431	Jesus Mata	24	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: LAURA MARTINEZ

14. Cargo o rol del responsable: TALLERISTA COLUMPIO

15. Firma del responsable de la actividad: Laura Martinez

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 29/09/2025 30/09/2025	**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 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades. 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 iniciara nuevamente con la practica de la primera parte de la coreografía para ir mejorando posiciones y coordinación en los pasos, seguido se irán enseñando los pasos de la segunda parte de la coreografía donde los hombres se dirigirán a los costados del espacio para darle paso a que las mujeres avancen y queden en la parte del frente donde al llegar se contaran 6 tiempo y se iniciaran cruzar entre ellas y los hombre iniciarían a hacer desplazamiento hacia los lados con aplauso en el cuarto tiempo.

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.

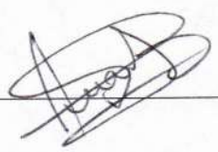
RESULTADOS:

Cualitativos 29/09/2025:
Asistieron ciudadanos y ciudadanas de diferentes etapas y equipos de referencia, en el cual se logró visibilizar que los participantes demostraron alto compromiso con el taller, gracias al trabajo autogestionado practican en su tiempo libre y así se ve una mejora en su motricidad y mejora en el aprovechamiento del tiempo libre. También se logró evidenciar una buena recepción por parte de los participantes al taller debido a la metodología que se está trabajando. También se evidencia una mayor libertad para expresar sus emociones a través del movimiento y un desgaste energético alto con la finalidad de mitigar el consumo.

Cuantitativos
Ingresan al taller 10 participantes distribuidos de la siguiente manera, tres (3) mujeres, once (11) hombres de diferentes equipos de referencia y diferentes etapas todos con buena disposición.

Cualitativos 30/09/2025:
Asistieron ciudadanos y ciudadanas de diferentes etapas y equipos de referencia, Se evalúa el trabajo autogestionado que se dejó la clase pasada y se logra evidenciar un alto compromiso y un mejoramiento en la motricidad y la coordinación de los asistentes al taller. También se logró observar una disminución en la inhibición corporal y emocional durante la sesión, la clase promovió un sentido de pertenencia y conexión entre los miembros asistentes al taller.

Cuantitativos
Ingresan al taller 12 participantes distribuidos de la siguiente manera, seis (6) mujeres, seis (6) hombres de diferentes equipos de referencia y diferentes etapas todos con buena disposición.

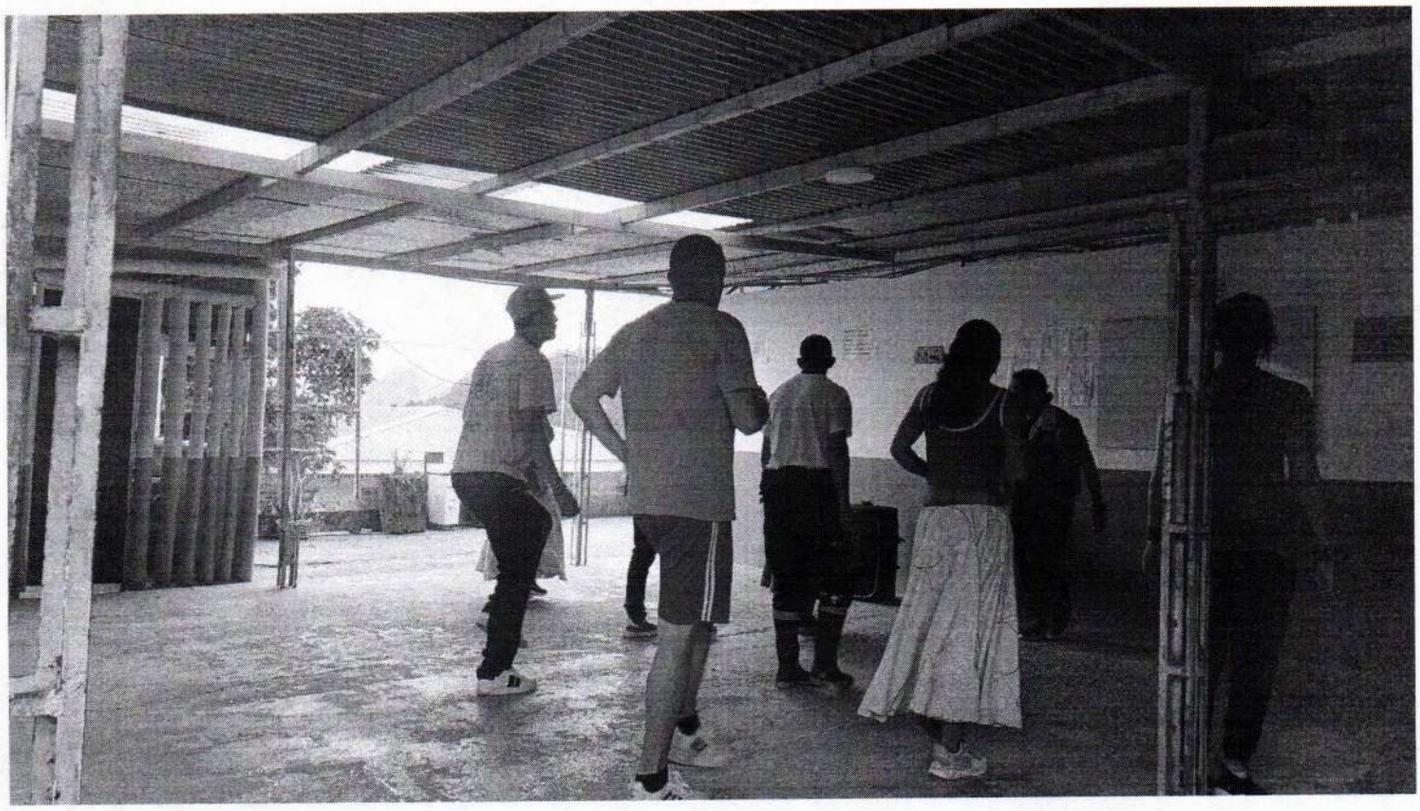
FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN II: PROMOCIÓN DE LA INCLUSIÓN SOCIO OCUPACIONAL DESDE EL AGENCIAMIENTO DE CAPACIDADES.

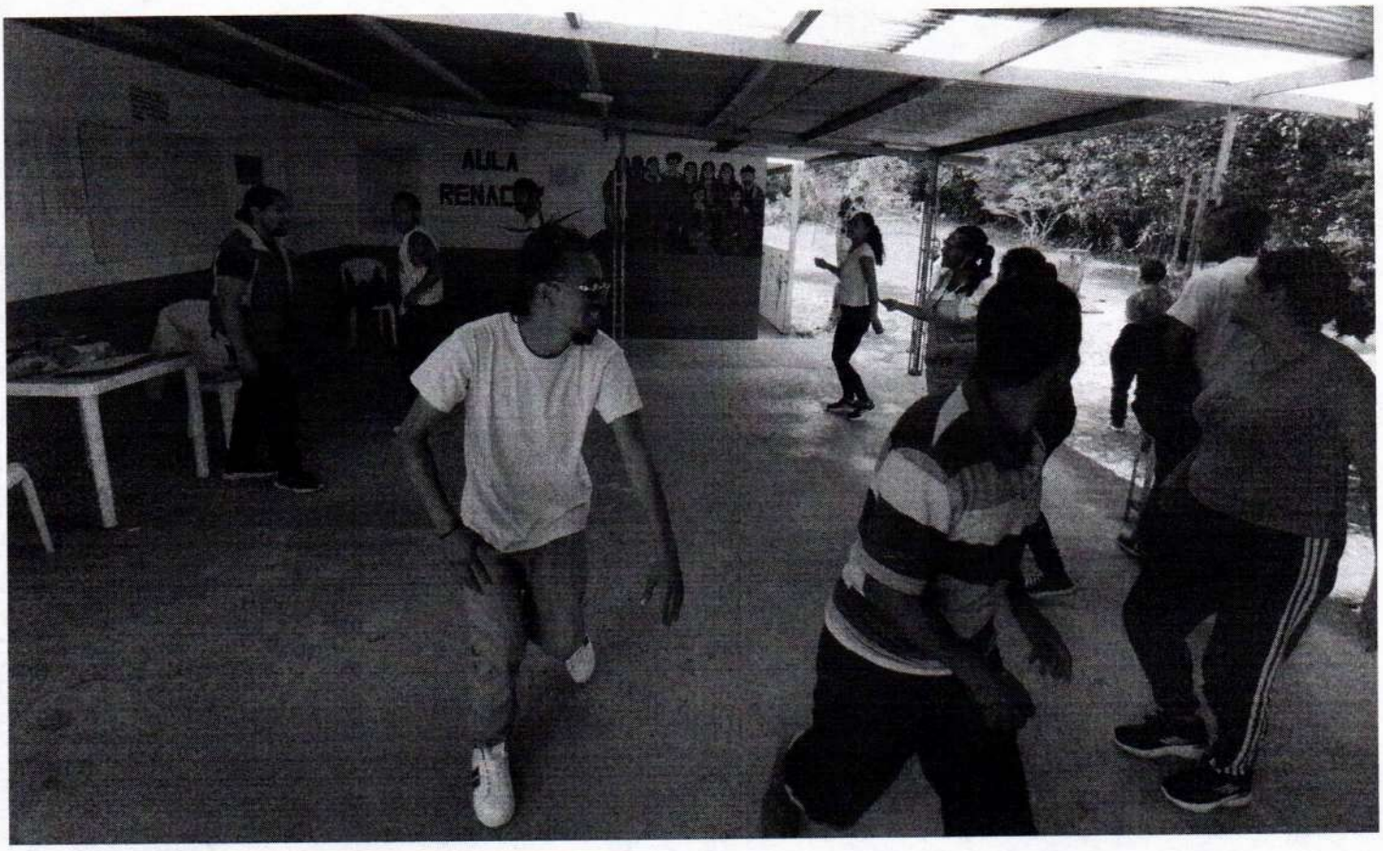
29/09/2025
Danza ritmo y vida – Checumbia





REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN II: PROMOCIÓN DE LA INCLUSIÓN SOCIO OCUPACIONAL DESDE EL AGENCIAMIENTO DE CAPACIDADES.

30/09/2025
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 - Chacambia

4. Fecha: 29/09/2023

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.	80038760	Fernando Amado	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80M4190	NICOLAS GOMEZ	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1022904964	Marcela Daccarca	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1032403208	ANDRES CASTAÑO HUERTAS	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	52860286	YAMILA SANCHEZ	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1010[illegible]256	Jesica Vargas	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1032[illegible]562	Olga Pinto	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	2[illegible]7774	Blanca Mena	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1032381114	Valentina Forero	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1095184398	ALEJANDRO MORENO	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
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: 30/09/2025
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	1115184338	Alejandro Moreno	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1073639057	Maryeli	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	29477761	Blanca Munar	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	52860?	MAYELLY SANCHEZ	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80174490	Nicolas Gomez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1018923??	Jessica Vargas	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1073620040219??90		4/5	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1018361668	Jonathan Paez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1032460228	Andres Cano	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1032437502	Alvaro Pulido	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	1018472356	Jessica Vargas	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1022909641	Marcela Bocanegra	36	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
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 4

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el rosario		**FECHA:** 29/09/2025	**HORA INICIO:** 11:00 pm **FINAL:** 12:00 pm
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hermes Vaca	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Escolarizarte

.

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer las habilidades comunicativas a partir de la aplicación de estrategias educativas de enfoque diferencial que promuevan herramientas de aprendizaje desde la lectura y la escritura.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Recalcar el valor la lectura y la escritura en el diario vivir
- Reconocer múltiples herramientas comunicativas en comunidad
- Realizar actividades prácticas para el desarrollo de sus habilidades

METODOLOGÍA:

Se realizará el taller formativo Resignificación de estilos vida, con base en la línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social. 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 y proyección audio visual correspondiente

Primer momento:

Se iniciará la actividad con la bienvenida por parte del profesional en pedagogía, quien en un ejercicio práctico relacionará para los participantes la importancia de llevar acabo un ejercicio adecuado comunicativo, esto último, con la narración de una experiencia que permita a los ciudadanos empatizar al momento de llevar a cabo el ejercicio en el taller.

Segundo momento:

Para el segundo momento se le facilita una serie de ejercicios que le permiten fortalecer sus habilidades comunicativas por medio del reconocimiento de contextos en los cuales se puede desenvolver una conversación, para ello deberán inicialmente plasmarlo en una hoja, para aquellos que no han iniciado su proceso de lecto escritura, contaran con el apoyo de un par. Así, posteriormente se realizará un ejercicio de ejecución como herramienta práctica.

Tercer momento:

Por último, por último, realizaremos un ejercicio de retroalimentación de cada una de las fases del ejercicio realizado, esto para generar una perspectiva desde terceros fretes al ejercicio. Cerraremos el espacio por medio de una actividad lúdica y la información de la posible articulación con la emisora municipal.

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: se lleva acabo el encuentro del grupo focal donde se logro fortalecer las habilidades académicas de las y los ciudadanos por medio del desarrollo de las actividades teniendo en cuenta sus funciones ejecutivas y para ir mejorando sus capacidades y principios académicos. Por otro lado, se fortaleció el trabajo colaborativo por medio de apoyos entre pares.

Cuantitativos: Se conto con la participación de (8) ciudadanos de los cuales (2) son mujeres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Homey Diaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: Grupo focal "Escolarizarte"

Línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades
Fecha: 29/09/2025





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: Escolarizarte

4. Fecha: 29/09/2025

5. Hora: 11:00am

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	1030571832	Juan Jairo R	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1033721084	Brayan Huertas	31	no aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	74186668	Oscar J Mila	45	no aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80426713	Jose Serra	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOSE	
5	CC	79643905	Jerson Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	52731847	Luz marina	51	No aplica	No aplica	No aplica			X					Buitrago	
7	CC	79957635	Julio Ciceva	47	No aplica	no aplica	no aplica			X					Julio Ciceva.	
8	CC	1013659[illegible]	Mayerli Gonzalez	33	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Hermes Ovia

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:**29/09/2025	**HORA:** 2:00pm 3:30pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leidy Johana Muñetones Medina	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: LINEA DE VIDA

OBJETIVO GENERAL:
Facilitar un espacio reflexivo y de expresión personal que permita a las y los ciudadanos identificar, y resignificar momentos significativos de su historia de vida, reconociendo sus capacidades de resiliencia y promoviendo la construcción de un proyecto de vida con sentido.

OBJETIVO ESPECIFICO:

- Promover un espacio de motivación con los y las participantes conociendo de esta manera sus habilidades y capacidades para dar cumplimiento a sus proyectos de vida.
- Reconocer recursos personales, relaciones significativas o momentos de cambio.
- Fortalecer la construcción de identidad desde una narrativa de resiliencia.

METODOLOGÍA:
La actividad se enfocará en la metodología psicoeducativa buscando afianzar las habilidades propias de los participantes por medio del conocimiento de sus propias capacidades, y así mismo buscar que reflexionen sobre lo que creen que no los deja avanzar y expresar sus sentimientos y emociones, debatiendo el tema principal. Lo anterior con la línea de atención I: Desarrollo personal para la inclusión social con etapa II

Adecuación:
Se alistarán los materiales y el lugar determinado para el desarrollo de la actividad, invitando a los y las ciudadanas a ser partícipes del ejercicio propuesto para ellos.

Primer momento:
Se realiza la presentación del profesional encargado de realizar el taller, dando la bienvenida a los participantes invitándolos a estar en disposición y buen ánimo durante la ejecución de este, así mismo se dará una breve explicación del propósito del taller.

Segundo Momento:
Seguido a ello, se realizará la presentación teórica del tema, en la cual los ciudadanos y ciudadanas reconocerán sus experiencias desde su nacimiento hasta la fecha, fomentado la reflexión a partir de lo expuesto buscando generar un espacio propicio para el debate creando preguntas y respuestas, de igual forma se dará una Explicación breve y sencilla de lo que es una línea de vida:
"La línea de vida es una herramienta para mirar atrás y adelante. Nos ayuda a ver qué cosas han marcado nuestra historia, qué hemos superado y qué queremos construir a futuro."
Se escribirá el siguiente ejemplo en el tablero:
Nacimiento — Infancia — Adolescencia — Adultez — Presente — Futuro

Tercer momento

Posteriormente, se llevará a cabo un trabajo personal individual que consiste en dibujar la línea de vida por lo cual se entregara materiales y se darán las instrucciones de manera grupal.

- Dibujar una línea horizontal.
- Marcar en esa línea eventos que consideren significativos (positivos o negativos).
- Agregar palabras clave, dibujos, fechas aproximadas.
- Se recordará que no es obligatorio compartir su trabajo final.

Seguidamente se pedirá que, una vez terminada la línea, respondan en su hoja o mentalmente:

- ¿Qué momentos te marcaron más?
- ¿Qué logros reconoces en ti?
- ¿Qué personas fueron o siguen siendo importantes?
- ¿Qué aprendizajes sacas de los momentos difíciles?
- ¿Cómo te sientes al ver tu línea de vida completa?

Reacondicionamiento del espacio:

Se deja el lugar en óptimas condiciones de aseo y organización pidiendo a los asistentes den continuidad a su rutina diaria.

TEMAS:

Línea de vida

¿Qué es?

Esta técnica consiste en resaltar momentos de cambio o experiencias significativas a lo largo de la vida de la persona, así como poder proyectar vivencias en el futuro.

A través de ésta se intenta recapitular sobre las experiencias para poder elaborarlas, dar un sentido y obtener un aprendizaje.

¿Cómo se hace?

Se trata de construir una línea, puede ser de forma gráfica o imaginaria, en la cual, la persona organiza las experiencias vitales más significativas en orden cronológico hasta llegar al momento actual. En ella se define el momento presente, así como el pasado y el futuro, dividiéndola por etapas según el objetivo con el que se emplee. Puede hacerse un recorrido completo por la historia de la persona, o focalizar sobre la evolución de un área en particular, o una experiencia concreta.

Con esta técnica se destacan los momentos de cambio, vivencias positivas y negativas, los recursos, aprendizajes, decisiones, etc.

De esta manera, el terapeuta puede acompañar al paciente mientras conecta con estas experiencias, revive emociones relacionadas, asocia experiencias y sensaciones, facilitando un diálogo reflexivo y afectivo sobre estas partes de su vida.

REFERENCIAS

https://psicoarganzuela.es/tecnicas/linea-de-vida/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%3F,sentido%20y%20obtener%20un%20aprendizaje.

RECURSOS:

Físicos:

- Sillas, mesas, hojas blancas, colores, lápices, borradores.

Humanos:

- Profesional en psicología y Ciudadanos

RESULTADOS:

-**Cuantitativos**: Al taller participaron 17 personas las cuales se observa que 16 se reconocen con el género masculino y 1 con el género femenino, así mismo una persona mayor.

-**Cualitativos**: En el espacio del taller de formación las ciudadanas y ciudadanos lograron de forma resumida, dibujar su línea de vida, resaltando los acontecimientos más relevantes de su vida, las personas especiales, así como la representación de aquellos eventos que han marcado o tenido una influencia importante en la historia de cada una de ellos, partiendo del inicio de ésta, hasta llegar al momento actual y que están haciendo para dar cumplimiento a un nuevo proyecto de vida.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Herney Diaz

ANEXO FOTOGRÁFICO

Nombre de la Actividad: LINEA DE VIDA
Línea de Atención I: Desarrollo personal para la inclusión social
Fecha: 29/9/2025
Etapa: II





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: linea de vida

4. Fecha: 29/09/2025

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	CC	80194190	NICOLAS GOMEZ	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	74186668	Oscar J Milla	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	1033776729	Andres Leonardo Garda	35	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Andrea Garcia	
4	CC	1033697189	Raul Farieta	36	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	79581883	Jair G. Bueno	54	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	1034387245	Yesid Castro	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Yes	
7	TUC	1030917182	Jhon Rojas J	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	80726586	Andres Jose Rodriguez	41	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Andres Jose Rodriguez	
9	CC	75051068	Jorge William Diaz	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	1032437307	ALVARO POLSOO	33	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	1079973256	JESICA VARGAS	30	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	80026962	JAVIER HUERTAS	41	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	NC	1026782080	Harold Castillo	31	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14	CC	1012318199	Jhon Gonzalez	39	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
15	CC	79746623	Elsen P. Guzman.	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					44	
16	CC	1014911916	Julio Cesar Mojica	62	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
17	CC	79645205	Jason Moreno	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Leidy Hernandez

14. Cargo o rol del responsable: Psicologa

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 29/09/2025	**HORA:** INICIO: 02:00pm FINAL: 3:30pm
ÁREA: TERAPIA OCUPACIONAL/TALLERISTA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Figueredo	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: perfilación laboral			

- **OBJETIVO GENERAL:**

- Potenciar en las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle la gran cantidad de habilidades que han logrado formar y afinar para poder proyectarse y lograr sus metas entrando en una inclusión .

- **OBJETIVOS ESPECIFICOS**:

- Identificar en los participantes la formación de nuevas ideas que ayuden en su estructuración de un proyecto de vida que les permita ver otras alternativas de trabajo y educacion.
- Analizar en las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle los conocimientos que le permitieron formarse en sus habilidades para poder desempeñarse en algunas labores nuevas para su apoyo en la comunidad.
- Evaluar a cada ciudadano desde su propio punto de vista para que se puedan sentir dentro de un marco productivo que cubra sus propias necesidades y lo refleje a nivel laboral.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo el taller de perfilación laboral utilizara la metodología psico educativa, basados en la la línea de atención 1 desarrollo personal para la inclusión social y la formación para que el participante pueda entender que este taller lo pone en una situación que le permite aprender a desarrollar su perfilación para desarrollo personal dirigido a el enfoque de acuerdo con la cantidad de habilidades y conocimientos que tiene y que puede complementar para tener un buen perfil.

- **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 frente a la perfilación de labores

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

- **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 una perfilación para que puedan entrar en su perfil personal.

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

TEMAS Perfilación laboral

Son procesos interrelacionados que buscan empoderar a las personas para que puedan desarrollarse profesionalmente y contribuir al crecimiento de su comunidad. El desarrollo personal se enfoca en el crecimiento individual, mientras que la proyección ocupacional se centra en la identificación y aprovechamiento de las oportunidades laborales disponibles en la región.

Desarrollo Personal:

El desarrollo personal implica la construcción de habilidades, conocimientos y actitudes que permiten a las personas alcanzar su máximo potencial. Algunas áreas clave del desarrollo personal incluyen:

Autoconocimiento: Comprenderse a sí mismo, sus fortalezas, debilidades, valores y motivaciones.

Gestión de emociones: Aprender a reconocer, comprender y manejar las emociones de manera efectiva.

Autoestima: Desarrollar una percepción positiva de uno mismo y creer en la propia capacidad.

Relaciones: Construir relaciones saludables y significativas con los demás.

Comunicación: Desarrollar habilidades de comunicación asertivas y efectivas.

Productividad: Mejorar la eficiencia y la organización para alcanzar metas.

Liderazgo: Desarrollar habilidades de liderazgo para influir y motivar a otros.

Proyección Ocupacional.

La proyección ocupacional regional se enfoca en la identificación de las oportunidades laborales disponibles en la región, así como en el desarrollo de las habilidades y conocimientos necesarios para aprovechar esas oportunidades. Esto implica:

Conocimiento del mercado laboral.

Investigar las industrias, empresas y ocupaciones que tienen mayor demanda en la región.

Identificación de perfiles ocupacionales:

Definir los perfiles de trabajo más requeridos en la región y las habilidades que se necesitan para desempeñarlos.

Formación y capacitación:

Buscar oportunidades de formación y capacitación para adquirir las habilidades y conocimientos necesarios para acceder a los empleos más prometedores.

Networking:

Establecer relaciones con profesionales de la región para obtener información y consejos sobre el mercado laboral.

Planificación de la carrera:

Diseñar un plan de carrera que permita alcanzar las metas profesionales a largo plazo.

La proyección ocupacional regional puede estar relacionada con sectores como:

Agroindustria:

La región tiene un fuerte componente agrícola, por lo que pueden existir oportunidades en áreas como la producción, procesamiento y comercialización de productos agrícolas.

Turismo:

El entorno natural de la región puede atraer turistas, creando oportunidades en áreas como el hotelería, la gastronomía y los servicios turísticos.

Industria manufacturera:

Pueden existir oportunidades en la fabricación de productos locales o en la prestación de servicios a industrias más grandes.

Servicios:

La región también puede tener demanda de profesionales en áreas como la educación, la salud, la administración y las finanzas.

Para desarrollar un proyecto ocupacional regional efectivo, es importante:

Realizar una autoevaluación: Identificar las fortalezas, debilidades y áreas de interés personal.

Investigar el mercado laboral regional: Conocer las oportunidades y las tendencias del mercado.

Definir metas profesionales: Establecer objetivos de carrera a corto, mediano y largo plazo.

Planificar la formación y capacitación: Buscar oportunidades para adquirir las habilidades necesarias.

Construir una red de contactos: Establecer relaciones con profesionales de la región.

Aprovechar las herramientas disponibles: Utilizar recursos como Observatorio Laboral y Ocupacional del SENA y el Ministerio de Educación Nacional (MEN) para obtener información importante afiliarce a plataformas que ofrezcan trabajo y/o buscan personas para distintos perfiles y labores.

Fuente de consulta:

-https: //www.mineducacion.gov.co

-https://www.oitcinterfor.org

-https://www.sena.edu.co

RECURSOS:
Físicos:

- Aula renacer
- mesa y sillas.

Humanos:
Ciudadanos, tallerista agro

RESULTADOS

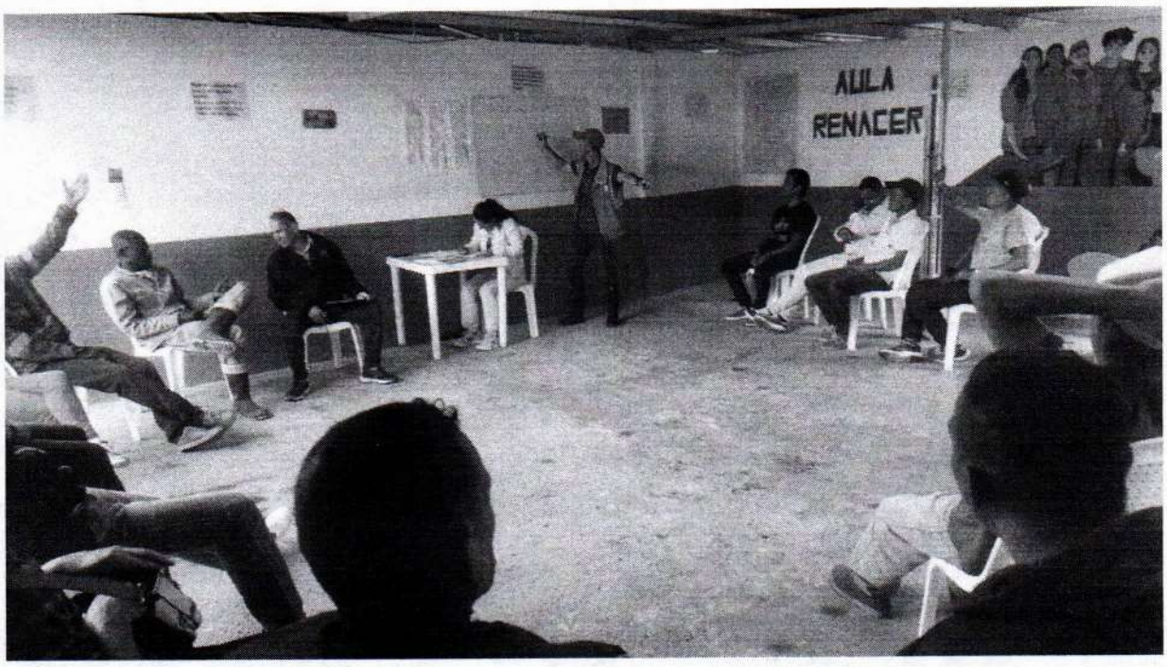
- **Cualitativos:**
- Comprenden la importancia de hacer un perfil para estar prestos a una oportunidad de labor y así tener rutas propias de modo más acorde a sus expectativas.
- Participan activamente de forma que pueden ubicar sus habilidades dentro de cada perfil para enfocarse y entender que pueden aprovechar más oportunidades.
- Sensibilizan muchas habilidades y conocimientos dentro de cada uno para estar acorde con las necesidades que tienen y encontrarse con realidades más asequibles menos distantes.
- . **Cuantitativos:**
- Se cuenta con la participación en el espacio del aula renacer de 1 mujer, 19 hombres

FIRMA DEL RESPONSABLES: _____

FIRMA DEL COORDINADOR: _____

NOMBRE DEL COORDINADOR: Jose Herney Diaz

Registro fotográfico
Nombre de actividad limpieza de áreas comunes
Línea de atención 1: 1 desarrollo personal para la inclusión social.
Fecha29/09/2025
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: Perfilamiento Laboral
4. Fecha: 29-09-2025
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	1016060358	1016060358 Carlos Chaparro	31						X						
2	CC	1074142380	LUISALBERTO	43						X					LUISALBERTO	
3	CC	4251746	Luis Mendez	41						X					Luis Mendez	
4	CC	52763167	Luz Marina	51						X					Buitroso	
5	CC	79742767	Jose Garzon	51						X						
6	CC	94511403	Diego Benavides	47						X						
7	CC	1117519031	Jeison Abello	36						X						
8	CC	80120687	Juan Viloria	42						X						
9	CC	1047376981	Diego Velez	41						X						
10	CC	1014700	Oscar Gonzalez	42						X					OSCAR	
11	CC	79962854	Mauricio Rico	48						X						
12	CC	80165330	JOHAN RANDOLMUÑOZ	46						X						
13	CC	80243905	DANIEL AREVALO	45						X						
14	CC	79046410	Carlos A V.	62						X					Carlos V.	
15	CC	1026593260	OSCAR A. BARAHONA	30						X						
16	CC	1014170605	Yeiron Gancen	37					-	X		-			Yeiron Gancen	-
17	CC	13504487	JESUS CALLEJO	55						X						
18	CC	7179866	FABIAN RIVERA	49						X						
19	CC	13992558	ELISEO RAUF	52						X						
20	CC	1032359961	Carlos Moreno	52						X						

13. Nombre del responsable: Carlos Figueroa
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:** 29/09/2025	**HORA:** 02:00 pm 03:30 pm
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Andrés Suárez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Aprovechamiento de nuevas oportunidades

OBJETIVO GENERAL: Incentivar la adopción de una mentalidad proactiva y de crecimiento en los participantes, proporcionando herramientas para identificar, evaluar y actuar sobre las oportunidades disponibles en su proceso de resocialización (educativas, laborales o personales), superando el miedo al fracaso y fortaleciendo su camino hacia la inclusión social y ocupacional

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer las barreras internas (miedos, creencias limitantes) y externas que impiden a los participantes ver y tomar las nuevas oportunidades ofrecidas por la comunidad y el entorno social.
- Facilitar métodos prácticos para la evaluación de riesgos vs. beneficios al tomar una oportunidad, promoviendo la toma de decisiones informadas y responsables.
- Fomentar el desarrollo de la autoeficacia y la perseverancia, entendiendo el fracaso como una etapa necesaria del aprendizaje y no como una razón para volver a las rutinas de calle.

METODOLOGIA:

La actividad se llevará a cabo bajo una metodología reflexiva y práctica, donde se utilizarán dinámicas de grupo para desmitificar el miedo al riesgo y al fracaso, orientando a los participantes a transformar las oportunidades en pasos concretos para su proyecto de vida.

Se realizará el llamado a las y los ciudadanos el aula de artes, donde el promotor realizará una pequeña introducción relacionado al tema, para que los ciudadanos interactúen entre ellos mismos, participando activamente, hablando sobre sus experiencias para que así mismo sea más agradable el taller, fortaleciendo su empatía con los demás y el trabajo en equipo.

- Primer momento: Se dará la bienvenida y se presentará el tema. Se iniciará con una dinámica llamada "¿Qué es peor, el riesgo o la inacción?". Los participantes compartirán (en grupo o individualmente) situaciones donde tomar un riesgo (como entrar a un programa o buscar un trabajo) o no tomarlo (quedarse en la zona de confort) tuvo consecuencias. Esto generará la reflexión de que la inacción también es una elección con consecuencias.

- Segundo momento: Se abordarán los temas clave y se presentará el "Mapa de Oportunidades" diseñado en un tablero. Se guiará a los participantes para que identifiquen 2-3 oportunidades concretas disponibles en este momento (dentro de la comunidad o fuera) y analicen: 1) ¿Qué necesito para tomarla? (recursos, habilidades), 2) ¿Cuál es el peor escenario si fallo?, y 3) ¿Cuál es el mejor escenario si tengo éxito?

- Tercer momento (Cierre): El Compromiso de Actuar El cierre se centrará en el concepto de resiliencia. Se proyectará una breve historia inspiradora sobre alguien que fracasó varias veces antes de tener éxito. Se les pedirá que anoten una "Pequeña Acción Oportuna" que pueden realizar en las próximas 24 horas para moverse hacia la oportunidad elegida en el segundo momento, sellando así un compromiso individual.

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

TEMAS:

El contenido temático se centra en dotar a los participantes de un marco mental para la toma de decisiones constructivas:

1. Desmitificando el Riesgo: La Zona de Confort como Riesgo de Recaída

- Riesgo vs. Peligro: Diferenciar el riesgo calculado (necesario para el crecimiento) del peligro real (amenaza a la vida).
- Análisis de la Inacción: Mostrar que el no decidir es una decisión que refuerza las rutinas de calle (incertidumbre, dependencia).
- Fuentes de Oportunidad: Dónde buscar las oportunidades: la comunidad de vida, la familia, la formación, el entorno laboral (énfasis en la Línea 2).

2. El Auto-Sabotaje y la Lógica del Éxito

- Identificación de Creencias Limitantes: Las narrativas internas que se formaron en la calle (ej. "No soy digno", "Esto no es para mí"). Cómo reescribir esas narrativas.
- Toma de Decisiones Racional: Uso de la Matriz de Riesgo vs. Beneficio para despersonalizar el miedo y tomar decisiones basadas en la lógica de la inclusión.
- La Mentalidad de Crecimiento, Entender que las habilidades se aprenden y no son un talento innato, animando a los participantes a invertir en su "capital humano".

3. Del Fallo a la Resiliencia: La Acción Oportuna

- El Fracaso es retraso: Conceptualizar los errores como información necesaria para el ajuste del rumbo, en lugar de una confirmación de su insuficiencia.
- Estrategias de Recuperación: Métodos para evitar que un tropiezo se convierta en una recaída total (ej. pedir ayuda, revisión rápida del cronograma, el Plan B).
- El Compromiso de las 48 Horas: La importancia de dar el primer paso inmediatamente para aprovechar el impulso de la reflexión del taller.

FUENTES:https://ceenforall.org/superando-barreras-y-aprovechando-oportunidades-claves-para-el-exito/

RECURSOS:
Recursos Humanos participantes y promotor (Andres Suarez)
Recursos físicos Mesas, sillas, tablero, listado de asistencia.

RESULTADOS:

Cualitativos: En el desarrollo del taller, se logró que los participantes:

- Identificación de Barreras Psicológicas: Se observó el nivel de reconocimiento y verbalización de las creencias limitantes (como el auto-sabotaje o el miedo a merecer el éxito) que los participantes identificaron como los principales obstáculos internos para tomar oportunidades.

- Adopción de una Mentalidad Proactiva: Se reportó el cambio de perspectiva logrado en el grupo al debatir la paradoja del riesgo, documentando si los participantes aceptaron que la inacción dentro de la comunidad de vida constituye un riesgo mayor de recaída que un riesgo calculado al tomar una oportunidad.

- Calidad del Análisis Racional: Se describió la profundidad y el realismo con el que los participantes aplicaron la Matriz de Riesgo vs. Beneficio a una oportunidad de inclusión específica (laboral o educativa), evaluando si lograron despersonalizar el miedo y basar su decisión en la lógica.

- Nivel de Compromiso a la Acción: Se registraron las "Pequeñas Acciones Oportunas" que los participantes se comprometieron a realizar en las próximas 48 horas (ej. "Pedir cita para hacer mi hoja de vida", "Investigar el curso de construcción"), lo cual demuestra el paso de la reflexión a un plan de acción concreto y medible.

- Integración del Concepto de Resiliencia: Se reportó que los participantes lograron internalizar el concepto de que el fracaso no es un retroceso ni una razón para abandonar el proceso.

Cuantitativos: Se logró con la participación de 8 participantes de los cuales 1 es mujer y 7 hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: _____

REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: aprovechamiento de nuevas oportunidades.

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

FECHA: 29/09/2025

Taller de formación: etapa 4





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Aprovechamiento de Nuevas Oportunidades

4. Fecha: 29-09-25

5. Hora: 02:00 pm

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	C.C.	1[illegible]85	Oswaldo Espitia	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	C.C	809-3495	JESUS Bernardo	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	7345515	[illegible]	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	C.C.	52995591	[illegible]	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	C.C.	91.214618	Rafael A. Mantilla	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	C.C.	79777765	Blanca Munar	66	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	C.C.	79950581	Pablo Rodriguez	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	C.C	2994083	Roberto Lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Andrés Suárez Méndez

14. Cargo o rol del responsable: Promotor

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 29/09/2025	**HORA:** **INICIO** 02:00 PM **FINAL** 03:30 PM
ÁREA: Tallerista Cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandro Bejarano	

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Trabajo en equipo

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la colaboración, la comunicación efectiva y la cohesión entre los miembros de la comunidad de vida, mediante la práctica de habilidades y estrategias de trabajo en equipo, para fortalecer la comunidad y mejorar la calidad de vida de sus miembros.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Mejorar la capacidad de trabajo en equipo y la toma de decisiones conjuntas.
- Fortalecer la confianza y el respeto mutuo entre los miembros de la comunidad.
- Identificar y aprovechar las fortalezas y habilidades individuales para beneficio de la comunidad.

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. Con etapa 5

Bienvenida: Presentación y explicación de la importancia del trabajo en equipo en la comunidad de vida.

Dinámica de rompehielos: Utiliza una dinámica breve para generar un ambiente cómodo y relajado, como un juego de presentación, en donde cada miembro comparte su nombre y una cualidad que consideran importante para trabajar en equipo.

Reflexión grupal: A través de preguntas abiertas, invita a los participantes a reflexionar sobre su experiencia en trabajos previos en equipo. Algunas preguntas pueden ser:

¿Qué significa para ti el trabajo en equipo?
¿Cuál es el papel de cada uno dentro de un equipo?
¿Qué dificultades has enfrentado al trabajar en equipo?
¿Diferencia entre trabajo en equipo y trabajo en grupo?

Anota las respuestas clave en el tablero para tenerlas visibles y generar un análisis grupal.

Dinámica de trabajo en equipo: se utilizará una dinámica lúdico-recreativa donde deberán trabajar en equipo para poder ejecutar lo aprendido en el taller y poder cumplir con el objetivo de la actividad explicando su importancia y utilización en el diario vivir.

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

Primer momento:
Se dará inicio al taller con la explicación los objetivos a alcanzar durante la ejecución de cada una de las actividades y la metodología a desarrollar; Se hará el llamado a los y las ciudadanas que deseen participar.

Segundo momento:
Se continuará con la explicación y retroalimentación del tema del taller que es el trabajo en equipo, seguido se realizara un estiramiento de manera encéfalo caudal para disponer el cuerpo a las actividades a realizar, se iniciara con una actividad de rompehielo llamada al pin y al pon donde deberán presentarse y decir una cualidad el trabajo en equipo seguido se dividirá el grupo en 2 equipos y deberán trabajar unidos para poder cumplir con su objetivo, una vez terminada la actividad los participantes tomaran asiento y se les planteara cada una de las preguntas descritas en la metodología del presente documento donde se socializara con la ayuda de los participantes anotando las respuestas en el tablero y retroalimentando con la respuesta correcta y su importancia en el diario vivir.

Tercer momento reacondicionamiento del espacio

- Seguido se iniciará con una actividad lúdico-recreativa llamada muro eléctrico, donde las y los participantes deberán dividirse en dos equipos de la misma cantidad de personas, se deberá

sostener una cuerda a un metro de altura, donde los participantes trabajando en equipo deberán cruzar la cuerda por encima, las reglas de la actividad son:

- deberán pasar cogidos de la mano en caso de soltarse se le dará el turno al otro equipo
- no podrán tocar la cuerda por ningún motivo caso de que toquen la cuerda se le dará el turno al otro equipo
- al momento de cruzar no podrán habla en caso de que lleguen a hablar se le dará la oportunidad al otro equipo de cruzar

- El objetivo de la actividad es que trabajando en equipo busquen la forma de pasar todos de un lado a otro siguiendo las reglas donde se trabajara, la comunicación asertiva, el trabajo en equipo, el liderazgo, la expresión corporal, entre otras, una vez terminada la actividad se les realizara el cierre de la actividad con la retroalimentación del ejercicio demostrando la importancia de lo visto durante el taller y su aplicación al diario vivir.

Reacondicionamiento del espacio
Se les solicita a los ciudadanos, que dejen el espacio limpio, recojan sillas y den finalización a su rutina diaria.

TEMA
Trabajo en equipo:
Te explicamos qué es el trabajo en equipo y cuál es su importancia. Además, sus características y la teoría de *las cinco C*.
El trabajo en equipo es la suma del esfuerzo de un grupo con un objetivo en común.
¿Qué es el trabajo en equipo?
El trabajo en equipo es la **sinergia de las distintas tareas que realiza un grupo de personas** para cumplir un objetivo determinado.
El trabajo en conjunto **requiere de diversas responsabilidades y habilidades de cada integrante** para lograr las metas, por ejemplo: compromiso, respeto, empatía, creatividad y capacidad de resolución de problemas. En un equipo se suele destacar la figura de un líder, natural o elegido, que se encarga de unificar las diferentes ideas, coordinar las actividades y asegurar que todos avancen en la misma dirección para concretar el objetivo.
Características del trabajo en equipo
El trabajo en equipo se caracteriza por:

- **Objetivos definidos**. Son las metas que dan sentido y que orientan a las personas en sus tareas específicas. Los objetivos deben ser claros y conocidos por cada integrante para optimizar sus esfuerzos.
- **Identidad propia**. Es el conjunto de valores que practican los integrantes y que les da un sentido de pertenencia para fortalecer la unión del grupo.
- **Diversidad**. Es la convivencia entre personas de diferentes culturas, géneros, idiomas, capacidades, ideologías, entre otras diferencias. La pluralidad de integrantes en un equipo aporta experiencias y puntos de vista múltiples para afrontar un problema, además de ser una fuente de creatividad que enriquece el trabajo final.
- Planificación. Es el diseño de un plan o de pautas de trabajo a seguir por cada integrante del equipo, lo que permite cumplir con los objetivos de manera coordinada y en el tiempo requerido. La planificación incluye un detalle de los medios necesarios y una previsión de posibles problemas o riesgos.
- Motivación. Es el motor que mantiene al equipo en su actividad diaria y lo impulsa a alcanzar los objetivos. La motivación suele ser fomentada por el líder del equipo y por las condiciones de la organización: mejoras en la remuneración, bonos, posibilidad de ascender de puesto laboral y posibilidad de crecimiento profesional.

Teoría de las 5 C del trabajo en equipo
Las *cinco C* propuestas por el escritor Tom Peters (1942) conforman un **conjunto de características clave que debe tender en cuenta una organización** para organizar y gestionar sus equipos de trabajo y garantizar un desempeño equipo eficaz:

- Comunicación. Es la acción principal para que el equipo se desempeñe de manera ordenada y optimice las tareas. Los canales de comunicación deben permitir la retroalimentación y pueden ser diversos, como reuniones presenciales, videollamadas, correos electrónicos o sistemas de mensajería interna.
- **Compromiso**. Es un acuerdo y una obligación de cada miembro del equipo para garantizar la sinergia del trabajo. La capacidad de compromiso puede variar en cada persona según sus intereses y motivaciones individuales, su situación dentro de la organización y la capacidad de liderazgo con la que el equipo es guiado.
- **Confianza**. Es un valor clave, que establece las bases para que el equipo de trabajo perdure en el tiempo y alcance el éxito. La confianza requiere de tiempo y se alcanza a través de la palabra y, en especial, de los hechos y acciones.
- **Coordinación**. Es la planificación de las tareas y el orden de las prioridades del equipo, en un período de tiempo determinado. Además, tiene en cuenta las habilidades de cada integrante para optimizar el rendimiento del grupo.

- **Complementariedad**. Es la habilidad del líder o de la organización para seleccionar a personas que suman valor al trabajar en conjunto, y que se integran en armonía, tanto por su carácter como por su aptitud profesional, para trabajar en conjunto y a la par. Cada integrante del equipo necesita del otro para alcanzar el objetivo planteado.

Importancia del trabajo en equipo

El trabajo en equipo es fundamental porque permite alcanzar mejoras en múltiples aspectos, como:

- Enriquecer el trabajo final con el aporte de diferentes miradas y conocimientos.
- Fortalecer la capacidad de afrontar y resolver conflictos.
- Contener a los integrantes durante su desempeño laboral, ante situaciones de estrés o problemas individuales que le impiden ejercer su actividad.
- Alcanzar logros más ambiciosos que si trabajamos de forma individual.

Los 6 beneficios del trabajo en equipo

Las sinergias se consiguen poniendo a personas distintas a trabajar en común.

Trabajar en equipo y sus múltiples ventajas

El buen trabajo en equipo se consigue con una **buena comunicación**, coordinación, complementariedad (el equilibrio entre las tareas de cada individuo), confianza y compromiso, lo que se conoce como las **5 "C"**.

Hoy en día, al realizar una entrevista de trabajo, esta competencia (el trabajo en equipo) es una de las más valoradas por los reclutadores en los procesos de **selección de personal**, ya que aporta muchos beneficios para la empresa en buena parte de los puestos de trabajo. No hay que olvidar que las habilidades y aptitudes de los miembros de la platilla de una organización trabajan en un contexto social, en el que las capacidades de cada uno se combinan con las del resto, lo cual implica que también pueden surgir fricciones por malentendidos, conflictos, falta de visión compartida de la meta a alcanzar, etc.

A continuación presentamos algunos beneficios del trabajo en equipo, que pueden aplicarse tanto en el ámbito de la empresa, como en equipos deportivos, como incluso en contextos educativos en que varias personas estén implicadas en proyectos comunes.

1. Favorece la creatividad y el aprendizaje

La creatividad aumenta cuando las personas trabajan juntas como un equipo. La lluvia de ideas **evita puntos de vista egocéntricos** y permite expandir la creatividad gracias a los puntos de vista de los demás. Pero incluso si no se aplica esta estrategia en concreto, un correcto trabajo en equipo tiene un efecto similar; de manera espontánea, los trabajadores se exponen a otros puntos de vista y a otras referencias que pueden enriquecer su manera de ver las cosas y de afrontar los retos.

Combinar los distintos puntos de vista de los miembros de un equipo ayuda a crear soluciones más efectivas a los problemas. Además, trabajar en equipo ayuda a compartir conocimiento y estimula el aprendizaje individual y del grupo.

2. Mezcla fortalezas complementarias

El trabajo en equipo permite que los **talentos** de cada individuo del equipo se complementen para crear un producto final que no podría haberse conseguido individualmente.

Al igual que ocurre en un grupo musical, donde alguien puede destacar por tener una buena voz, otro por tocar muy bien la guitarra, y otro por ser muy bueno con la batería; en un equipo de trabajo, alguien puede destacar por ser un buen programador, otro por ser un buen diseñador gráfico y otro saber mucho del negocio textil. **La unión de los tres puede dar nuevas posibilidades de negocio que no serían posibles si quisieran emprender solos**.

3. Reduce el estrés

El trabajo individual aumenta la carga de trabajo y las responsabilidades y esto puede provocar un **aumento de estrés**. Ya que el trabajo en equipo permite que tanto las tareas como las responsabilidades se repartan, el estrés disminuye.

4. Mejora el desempeño

Ya que el trabajo en equipo permite que los individuos se centren en lo que mejor saben hacer, no tienen que preocuparse por trabajos o tareas que no dominan. Esto ayuda a
producir un trabajo de mejor calidad, puesto que **incrementa la productividad**.

5. Aumenta la eficiencia y la productividad

Cada individuo se centra en su especialidad, y la colaboración permite que cada uno maximice su potencial en la tarea que domina. Antes de conseguir resultados, trabajar en equipo necesita un periodo en el que se establecen las **relaciones interpersonales**. Los grupos que siguen adelante aumentan la eficiencia y la productividad.

6. Bajo un buen liderazgo, inspira

En todas las dinámicas de trabajo en equipo hay una forma de liderazgo, ya sea formal o informal. Y en este sentido, un buen líder puede aportar muchos beneficios a un conjunto de trabajadores, de los que no dispondrían si abordasen sus tareas por separado y de manera paralela, sin contar con los demás. Sobre todo, **destaca su capacidad para inspirar al resto y actuar como un ejemplo**, algo que lleva a las personas a no mantener un perfil bajo y conformista.

FUENTES

https://humanidades.com/trabajo-en-equipo/
https://psicologiaymente.com/organizaciones/beneficios-trabajo-en-equipo

RECURSOS

Recursos Humanos

- Tallerista, participantes

Recursos físicos

- Sillas, cuerda, tablero, marcadores.

RESULTADOS

Cualitativos:
Dando cumplimiento a los objetivos, en este taller se contó con una excelente participación por parte de las y los asistentes, Se pudo observar el buen manejo de la información recibida para la realización de las diferentes actividades dando como resultado la colaboración, comunicación efectiva y la cohesión entre los participantes al taller destacando el trabajo en equipo evidenciando un alto interés en aplicarlo diariamente en futuros talleres y actividades a realizar generando la importancia del liderazgo y la colaboración entre sus pares.

Cuantitativos:
Ingresan al taller diez (10) participantes distribuidos de la siguiente manera, una (1) mujer, nueve (9) hombres todos de etapa 5 y con buena disposición

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz

REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN II: PROMOCIÓN DE LA INCLUSIÓN SOCIO OCUPACIONAL DESDE EL AGENCIAMIENTO DE CAPACIDADES.
ACTIVIDAD TRANSVERSAL
29/09/2025
TRABAJO EN EQUIPO





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: Trabajo en equipo

4. Fecha: 29/09/2025

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	7142671	Hogher Cano	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	80926713	Jose Ortiz	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					JOSE	
3	CC	1115184	Alejandro Moreno	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1013634057	Mayerly	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80901369	Luis Padilla	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79688468	Alejandro Villamil	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	75079764	Andres Castaño	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	7995635	Julio Cieza	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79239602	Fabio Barrero	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	7137180	Juan Motta	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
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_ln_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** 30/09/2025	**HORA:** Inicio: 9:00am Final: 10:30am
ÁREA: PROMOTORIA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Milena Cárdenas

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: valores comunitarios-solidaridad servicio y humanidad

OBJETIVO GENERAL: Promover los buenos valores enfocados en el respeto, la honestidad, comprensión, el amor y la empatía en los y las participantes de la comunidad de vida, para así mejorar y mantener la sana convivencia eh ir mejorando el desarrollo personal de cada uno de ellos enfocado los en los valores.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Lograr que los y las ciudadano adopte y mantengan los valores y principios básicos de cada persona, mejorando la convivencia y la comunicación dentro y fuera de la comunidad.
- Incentivar a la práctica diaria de la empatía, la honestidad, la solidaridad, la tolerancia y el amor. Con el fin de mejorar sus habilidades sociales.
- Crear un espacio donde las y los participantes puedan expresar el por qué les cuesta desprenderse de las rutinas de calle y no se adquirir y practican los buenos hábitos que se les dan en comunidad.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agendamiento de capacidades. con los y las participantes de etapa. esta actividad se llevará a cabo bajo la metodología de aprendizaje, la cual hace referencia a un conjunto de pasos que ayudan los ciudadanos aprender de forma activa, logrando así un aprendizaje significativo, con ello se busca que el sujeto se involucre con las herramientas básicas de autocuidado y el poder desprender de los y las ciudadanos las malas rutinas que formaron en la vida en calle esto con el objetivo que el ciudadano pueda identificar y fortalecer su conocimiento adquirido en el taller y busca que cada ciudadano logre el mayor grado de desarrollo personal posible, que los ayudara e impulsara en su proceso de inclusión social o laboral.

Adecuación: Se realizará el llamado a las y los ciudadanos en el aula múltiple donde utilizaremos las ayudas audio visuales, para que los ciudadanos interactúen entre ellos mismos, participando activamente, hablando sobre sus experiencias para que así mismo sea más agradable el taller, fortaleciendo su empatía con los demás y el trabajo en equipo.

Primer momento: Se dará la bienvenida a los ciudadanos con la presentación de la actividad que se realizara luego de eso se les dará una explicación de cual serán los objetivos a llevar durante el taller, para abordar el tema de la actividad, se desarrollara una actividad de juegos de palabra lo cual consiste en que los y las participantes le den el orden adecuado a cada una de las palabras dadas, esto se realizara de manera individual buscando que cada uno de los participantes logre participar y aportar.

Segundo momento: para continuar la actividad se les proyectara un video con el fin de mostrarles y crearles conciencia de el por qué les cuesta tanto practicar los buenos hábitos ya que muchas veces en el transcurso de su procesos los practicar y luego ya los dejan a un lado, se les hará el abordaje de si se quiere tener resultados positivos en su proceso se tienen que realizar de una manera diaria, amando cada uno de ellos ya que los resultados de mantener los buenos hábitos no son notorios al comienzo sino se van viendo los resultados a lo largo del tiempo cuando se realizan de una manera constante.

Tercer momento: Se realizará el cierre de la actividad enfocando a los y las participantes en el por qué es necesario crear y mantener los buenos hábitos de vida saludable, para que cada uno de ellos creer conciencia y se enfoque en ellos dándole importancia al desprendimiento como uno de ellos ya que por su vivencia en calle mantienen esos hábitos de acumuladores y de ir guardando las cosas para luego venderlas o regarlas dejando de un lado lo importante que es mantener y cuidar su desarrollo personal.

Reacondicionamiento del espacio: Para finalizar la actividad se les realizara la retroalimentación a los y las participantes para que dejen el espacio en buen estado sin mugre y las cillas arregladas para así mismo poder realizar las demás actividades del día.

TEMAS:

¿Qué son los valores humanos?

Los valores humanos son como el ADN de nuestra ética y moral, una especie de código compartido por culturas de todo el mundo que nos dice lo que es bueno y correcto. Son la brújula que nos permite convivir de manera justa y armoniosa con quienes nos rodean. Aunque hablamos de los valores de una persona, en realidad, los valores humanos tienen un carácter universal que trasciende fronteras.

Ahora bien, dependiendo del contexto y de nuestra propia experiencia, los valores pueden cambiar en importancia y enfoque. Aun así, todos comparten cuatro características esenciales:

Son dinámicos. La importancia de los valores puede cambiar a lo largo de nuestra vida, reflejando nuestro crecimiento y evolución personal.

La experiencia importa. Lo que vivimos día a día influye mucho en cómo valoramos ciertos principios. A veces, una experiencia puede hacer que un valor que antes era secundario se vuelva fundamental.

Tienen una jerarquía personal. No todos los valores pesan igual para cada persona. Todos tenemos nuestras prioridades y, en función de ellas, algunos valores se colocan en la cima de nuestra lista.

Generan satisfacción. Vivir de acuerdo a nuestros valores no solo nos guía, sino que nos llena de satisfacción y nos permite sentir que estamos alineados con nuestras creencias más profundas.

Así que, en resumen, los valores humanos son como nuestro GPS interno, orientándonos en nuestras decisiones y acciones diarias. A nivel colectivo, estos valores nos impulsan a avanzar como sociedad, construyendo un mundo más justo y solidario

Tipos de valores humanos

No todos los valores humanos son iguales, ¡y eso es lo que los hace tan fascinantes! Algunos son universales y compartidos por casi todas las culturas, mientras que otros pueden variar dependiendo de las creencias y experiencias individuales. Aquí te presentamos algunos tipos de valores:

Valores personales. Estos son los que cada individuo considera importantes para sí mismo, como la integridad, la responsabilidad y la autodisciplina. Son el núcleo de nuestro carácter y personalidad.

Valores sociales. Son los que rigen nuestras interacciones con los demás. La empatía, la justicia y la igualdad son ejemplos de valores sociales que nos permiten vivir en comunidad.

Valores morales. Están relacionados con lo que consideramos correcto o incorrecto en términos éticos. Incluyen el respeto por la vida, la honestidad y la lealtad.

Valores espirituales. Estos valores están ligados a la búsqueda de un propósito más elevado y pueden estar relacionados con la fe, la paz interior y la compasión.

Lista 10 valores humanos más importantes

La bondad es uno de los valores humanos más generales de nuestro ser. Puede traducirse en cientos y cientos de miles de acciones según cada contexto, pero siempre recoge el deseo de hacer el bien, tener buenas intenciones con el resto de las personas, ser amable o ayudar en la medida de nuestras posibilidades. Los 10 valores humanos más importantes son los siguientes:

Bondad

Sinceridad

Empatía

Amor

Paciencia

Gratitud

Perdón

Humildad

Responsabilidad

Solidaridad

A continuación, definimos cada uno de estos valores humanos.

Bondad

La bondad es uno de los valores humanos más fundamentales de nuestra existencia. Se refleja en miles de acciones diarias y siempre está vinculada al deseo de hacer el bien, ser amables y ayudar a los demás en la medida de nuestras posibilidades.

Honestidad

Ser honestos lleva dentro la semilla de la bondad, del respeto y la autenticidad. La honestidad nos obliga a ser sinceros con las personas de nuestro alrededor, a tender puentes y descubrir que siempre nos une más de lo que nos separa, y, sobre todo, a ser honestos con nosotros mismos.

La honestidad también nos abre muchas de las vías que nos vinculan a la ayuda social, a las acciones de solidaridad con nuestra comunidad o con otras, y a comprender cuál es nuestro lugar en el mundo y qué podemos hacer para ayudar a otras personas. Desde Ayuda en Acción, vinculamos la honestidad a los cimientos o el motor de muchas de los retos que enfrentamos con nuestro trabajo en pobreza, desigualdad, vulnerabilidad, exclusión y cambio climático.

Empatía

La empatía es un valor humano que está muy relacionado con la sinceridad. Quien busca la bondad, la felicidad o la sinceridad con uno mismo, entiende que cualquier ser humano también vive en búsqueda constante de lo mismo. Por ello, la empatía, que nos ayuda a ponernos en los zapatos del otro, también nos ayuda a entenderlos, apoyarlos y ayudarlos cuando es necesario, que es lo mismo que nosotros deseamos, ¿o no?

Como madres y padres preocupados, creemos que una buena forma de trabajar la empatía y la educación en valores es a través de nuestros propios hijos, que serán los encargados de luchar mañana por un mundo mejor. En Ayuda en Acción te recomendamos algunas películas infantiles que transmiten valores positivos.

Amor

El amor es, muy probablemente, uno de los sentimientos más fuertes de un ser humano: ¡amor por el arte!, ¡por nuestros seres queridos!, ¡amor por lo que hacemos!

Como valor humano, el amor es el motor que inicia el dar y el recibir, el convivir, el compartir, el respetar o el confiar.

Paciencia

Contraria al aquí y al ahora, la paciencia nos enseña a luchar por aquello que deseamos, a tolerar una incomodidad o una preocupación y a comprender que hay días buenos y días malos, pero pocos problemas sin solución.

Gratitud

Si bien el amor es un valor más universal, la gratitud es el sentimiento a través del que canalizamos gran parte del primero. Las personas que se hacen conscientes de la necesidad de agradecer y ser agradecidos, también son aquellas que más amor desprenden. Por qué quizá no es sencillo, pero sí comprensible: nos quejamos demasiado de todo aquello que no tenemos y no agradecemos todo aquello por lo que sí que deberíamos sentir alegría.

El voluntariado es una experiencia maravillosa para comprobar todas aquellas cosas que damos por supuestas y no valoramos además de para entender que no necesitamos tanto para ser felices y que debemos ser más agradecidos.

Perdón