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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 11/10/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 PM FINAL: 04:30 PM
ÁREA: Promotoria	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alexandra Bermúdez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Proyección partido amistoso Colombia vs México

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la integración social, la sana convivencia y el sentido de pertenencia nacional a través de la proyección del partido de la selección Colombia, promoviendo espacios de esparcimiento, autocontrol emocional y fortalecimiento de vínculos positivos en el desarrollo de su proceso.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la participación activa y respetuosa durante la actividad, incentivando la expresión emocional de forma positiva y controlada frente a las diferentes situaciones del partido.
- Favorecer la recreación y el manejo adecuado del tiempo libre, vinculando el deporte como una alternativa saludable de entretenimiento y fortalecimiento emocional.
- Consolidar hábitos de convivencia y autocuidado, reforzando la importancia de compartir espacios sociales libres de consumo y con comportamientos responsables.

METODOLOGÍA:
La actividad transversal se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que beneficiará el fortalecimiento de competencias para motivar a realizar actividad física, ejercicio y deporte en los participantes como estrategia para la implementación de hábitos de vida saludables y desgaste energético adecuado por medio de la proyección de la etapa reina del tour de Francia, donde se logre concientizar a cada uno de ellos en el impacto que conlleva realizar deportes como el ciclismo; esta actividad irá encaminada bajo la línea de atención 2: Promoción de la inclusión socio-ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

- **Adecuación**: Se realizará la invitación a los ciudadanos que deseen participar de la actividad proyectada; se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad.
- **Primer momento:** Se explicará los objetivos a alcanzar durante la ejecución de la actividad y la metodología a desarrollar, nos desplazamos en donde se realizará la jornada programada.
- **Segundo Momento:** Estando allí, se formará el grupo de proyección desde el área del comedor con video beem. Donde se explicará la importancia que conlleva la ejecución y visualización de deportes como el futbol, y la participación de la selección en un mundial.
  Se procede a la explicación de que fase se está disputando en el mundial Sub20, qué significa avanzar de esta fase, Como influye los valores como disciplina, perseverancia, estrategia y resistencia.
- **Tercer momento:** Se llevará a cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso.
- **Reacondicionamiento del espacio**: Se invitará a los ciudadanos a reacomodar el espacio dejándolo en óptimas condiciones.

TEMAS: Actividad Física

La actividad física es entendida como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS, world Health Organization 2005).
El término actividad física también se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de "ejercicio" físico.
Ejercicio físico, es un término más específico que implica una actividad física planificada, estructurada y repetitiva realizada con una meta, con frecuencia con el objetivo de mejorar o mantener la condición física de la persona.
Condición física, es un estado fisiológico de bienestar que proporciona la base para las tareas de la vida cotidiana, un nivel de protección frente a las enfermedades crónicas y el fundamento para el desarrollo de actividades deportivas. Esencialmente, el término condición física describe un conjunto de atributos relativos al rendimiento de la persona en materia de actividad física.
También se le llama "Fitness".

Salud, es un reflejo del bienestar global físico, mental y social de la persona. Este término es mucho más amplio que la mera ausencia de enfermedad. La salud, como todos sabemos, es una característica que no se mantiene estable a lo largo del tiempo y que puede variar a lo largo de un desarrollo continuo desde situaciones próximas a la muerte (mala salud) hasta un funcionamiento fisiológico óptimo (alto nivel de bienestar).
La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que la inactividad física causa en conjunto 1,9 millones de defunciones a nivel mundial y que causa en torno a un 10% a 16% de los casos de cáncer de mama, cáncer colorrectal y diabetes mellitus, y aproximadamente un 22% de los casos de cardiopatía isquémica.

FÚTBOL: ESPECTÁCULO

Quisiera evitarlas, porque ya son parte de nuestro sentido común, pero para diseñar un poco el horizonte repasemos algunas verdades de Perogrullo futboleras. Actualmente, el fútbol es el más universal de los deportes y supone una multitud de articulaciones sociales. Debido a su continuidad y frecuencia competitivas, es mucho más significativo aún que las olimpíadas. La red económica que implica es tan extensa y poderosa que, como se sabe, la FIFA es actualmente toda una multinacional, y la maraña empresarial ahí articulada es omnipresente2. Su articulación con los medios de comunicación masivos es tal que hoy en día, por ejemplo, uno puede pasarse días y días enteros viendo fútbol por TV: no sólo ya innumerables ligas (inter)nacionales, sino también múltiples campeonatos continentales, justas intercontinentales y, por supuesto, una serie de noticieros y programas relativos, muchos de ellos a su vez articulados con/en la Internet, medio cuyo seguimiento implica, de acuerdo a Travis, toda una "Re alfabetización" cultural (Travis, 1998).

Fuente de consulta:

- Pasolini, P. P. (2020). Sobre el deporte. Contra.
- Antezana, L., & Luis, H. (2003). Fútbol: espectáculo e identidad. *Pablo Alabarces (Comp.), Futbologías. Fútbol, identidad y violencia en América Latina*, 85-100. https://revistas.um.es/cpd/article/view/113871

RECURSOS:

Físicos:

- Televisor, tabla, planilla, esfero, video beem.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, Promotoría

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante la actividad de proyección del partido se evidencio una participación, entusiasta y respetuosa por parte de los asistentes. La jornada permitió fortalecer la convivencia, el trabajo el equipo y el sentido de pertenencia hacia el grupo y la selección. Los ciudadanos expresaron alegría, emoción, y orgullo por haber pasado de fase a cuartos de final. Se observo una adecuada regulación emocional durante los momentos de tensión y celebración del encuentro, reflejando avances en el manejo de impulsos y en la capacidad para disfrutar de actividades colectivas sin caer en conductas conflictivas. La experiencia favoreció el fortalecimiento de valores como el respeto, la tolerancia, y la solidaridad, ya que los ciudadanos compartieron de manera positiva el espacio, animando juntos al equipo.
La actividad se consolido como estrategia de integración social, recreación y fortalecimiento emocional, contribuyendo de manera positiva.

Cuantitativos: Se cuenta con la participación de (20) ciudadanos. De los cuales (19) Hombres (1) Mujer.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Alexandra Bermudez

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hermey Diaz Gutierrez

Registro fotográfico

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Proyección partido amistoso Colombia vs México.

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

11/10/2025

Actividad Transversal





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Proyección partido Amistoso Colombia VS México

4. Fecha: 11/10/25

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	CC	74853840	Fabian Guzman	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1000801077	VICTOR ALFONSO	39	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					VICTOR	
3	CC	52723158	Luz marina	52	NO aplica	No aplica	No aplica			X					Buitrago	
4	CC	80770801	Diego camilo Roberto	34	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Diego Roberto	
5	CC	1013621693	Jordan A Paez P	34	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Jordan Paez	
6	CC	80263711	Alejandro Londoño	40	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	79737180	Juan Motta	59	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Juan Motta	
8	CC	98585367	Freddy Velasquez	54	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Freddy M	
9	CC	1145[illegible]38	Alejandro Moreno	37	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
10	CC	79316876	Carlos Ospina	61	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
11	CC	74186668	Oscar J. Mila	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
12	CC	79962854	Mauricio Rico	48	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
13	CC	80926713	Jose Sierra	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
14	CC	80165336	JOHAN MURCIA	46	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					JOSE	
15	CC	1151420	Luis Mendoza	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
16	CC	80166545	Luis A Ojeda G	61	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Luis Ojeda	
17	CC	79742307	Jose CARZON	51	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
18	CC	80169189	Oscar Angel	44	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
19	CC	79946[illegible]	Roberto lombana	CC	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
20	CC	1022945990	andres camir	27	NO aplica	NO aplica	No aplica			X					Camir	

13. Nombre del responsable: Alexandra Bermudez

14. Cargo o rol del responsable: Promotora Social

15. Firma del responsable de la actividad: Alexandra B.

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida El Rosario.	**FECHA:** 12/10/2024	**HORA:** **INICIO**: 9:00 A.M. **FINAL**: 12:00 AM.
ÁREA(S): Trabajo Social.	**RESPONSABLE(S) DE LA ACTIVIDAD:**	Andrea González Molina

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Roles familiares y parentales visitas de redes de apoyo.

OBJETIVO GENERAL:
Fortalecer los vínculos afectivos existentes entre los y las ciudadanas vinculadas a la comunidad de vida y quienes conforman sus redes de apoyo primarias, favoreciendo el restablecimiento de los lazos afectivos, proyectando posibles procesos de inclusión social y/o familiar.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar los diferentes tipos de redes que contribuyen a los ciudadanos y ciudadanas como factor protector para su inclusión.
- Reconocer los diferentes recursos con que cuentan a nivel individual y comunitario que favorezcan su atención en un momento especifico.
- Reforzar el vínculo afectivo existente entre los y las ciudadanas y sus referentes familiares, favoreciendo la identificación de responsabilidades asociadas al rol que ocupan en el núcleo familiar a partir de los lazos de confianza.

METODOLOGÍA:
Se utilizará la metodología psico educativa; de acuerdo a la Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades, para dar un entendimiento más profundo acerca del tema redes de apoyo; donde los ciudadanos y ciudadanas a partir de dicha experiencia podrán construir su propia red de apoyo.

Adecuación:
Se reunirá al equipo de trabajo para organizar el espacio dispuesto para la actividad de manera adecuada.

Primer momento:
Se organizará los recursos físicos que se van a implementar durante el ejercicio, sillas, mesas, computador, televisión al igual que el recurso humano, ciudadanos y profesional del área de trabajo social.

Segundo momento:
La actividad iniciara por medio de las palabras de bienvenida, por parte de la profesional del área de trabajo social quien les indica acerca de la metodología de trabajo y la manera en que se desarrollará el taller de desarrollo personal, con el propósito de indicarles las estrategias y que conozcan el plan de trabajo establecido. A continuación, se le solicita a los usuarios que se ubiquen en círculo, para dar inicio a la actividad de acercamiento "Ola a la derecha y ola a la izquierda" El grupo se sienta en forma de círculo. Cuando la persona que facilita, dice "ola a la izquierda", cada quien se levanta y pasa a sentarse en la silla que tiene a su izquierda. Cuando dice "ola a la derecha", cada quien se levanta y pasa a sentarse en la silla que tiene a su lado derecha.

Tercer momento:
Seguido de ello, se explica el objetivo de la actividad de acercamiento que era la implementación del trabajo en equipo, seguimiento de instrucciones, la confianza y la planificación, posteriormente, se dará inicio a la actividad, se realizará una sensibilización orientada a resignificar el vínculo afectivo existente entre los y las participantes y sus redes de apoyo presentes promoviendo el reconocimiento y vinculación de los y las ciudadanas a la estructura del núcleo familiar, social o laboral.
Posteriormente, se realiza la proyección de material audiovisual donde se explica la definición de red de apoyo, tipos e identificación de estas. Seguido a ello se brindará un espacio reflexivo donde los y las ciudadanas identificarán sus roles dentro de su contexto social y familiar.

Reacondicionamiento del espacio:
El profesional encargado solicitara la colaboración de los participantes, con el fin de que recojan los posibles residuos que se pudieron originar durante el desarrollo del encuentro, fomentando en ellos a la corresponsabilidad y compromiso.

TEMAS:
La importancia de la confianza en la familia

Tener confianza en la familia es importante, ya que es uno de los primeros contextos donde te desenvuelves, además que cuando eres pequeño es natural comenzar a tener confianza en las personas que están a tu alrededor, ya que son ellos los que te ayudan a comer y a estar bien, etc.
Pero conforme vas creciendo, llegas a la adolescencia y las demás etapas de la vida, es necesario seguir desarrollando esta confianza en la familia, porque todos los integrantes pasan por distintas circunstancias en el día a día y lo ideal es que tengas personas con quien confiar y saber que te aconsejaran para tu bien. Cuando no encuentras esa confianza que necesitas es cuando comienzan a desarrollarse los problemas con los hijos, con los padres o en pareja. Por tal motivo debes conocer si en tu casa tienes confianza, continua en este blog como conocer más sobre este tema.

Beneficios de fortalecer la confianza

- ✓ Fortalece vínculos
- ✓ Ayuda a la autoestima
- ✓ Mejora la inteligencia emocional
- ✓ Crea un ambiente de confianza

Señales de desconfianza

- ✓ Hay falta de comunicación
- ✓ Te da miedo expresar tus ideas
- ✓ Hay distanciamiento emocional

¿Qué es una red de apoyo?

Las redes de apoyo social son: "el conjunto de relaciones que integran a una persona con su entorno social, o con personas con las que establecen vínculos solidarios y de comunicación para resolver necesidades específicas. Las redes pueden reducirse o extenderse proporcionalmente al bienestar material, físico o emocional de sus integrantes, y al involucramiento y la participación activa en el fortalecimiento de las sociedades. Están en constante movimiento y las integran personas (cualquier número a partir de dos) que comparten intereses, principios ciudadanos y que asumen principios de reciprocidad, no violencia y acción voluntaria".

Tipos de red de apoyo

Entre los tipos de apoyos que brindan las redes podemos encontrar los siguientes:

- **Emocionales:** afectos, confianza, compañía, empatía, reconocimiento, escucha. Pueden ser a través de visitas, llamadas telefónicas, invitaciones, abrazos, etc.
- **Instrumentales.** Ayuda para transportarse, labores del hogar, hacer las compras, el cuidado o acompañamiento.
- **Cognitivos.** Intercambio de experiencias, información, consejos que permitan entender o recordar una situación, etc.
- **Materiales.** Dinero, alojamiento, comida, ropa, donaciones, etc.

Clasificación redes de apoyo

Las redes se pueden clasificar en formales e informales.

- **Informales.** Son las redes personales y comunitarias, a su vez se dividen en primarias y secundarias:
- **Primarias.** Están conformadas por la familia, amigos y vecinos. Cumplen funciones de socialización, cuidado y afecto, reproducción y estatus económico, entre otras.
- **Secundarias.** Es el mundo externo a la familia: grupos recreativos, organizaciones civiles y sociales que operan en la comunidad, organizaciones religiosas, relaciones labores o de estudio. Algunas de sus funciones son la compañía social, el apoyo emocional, la guía cognitiva y de consejos, la regulación social, dar ayuda material y de servicios y la posibilidad de acceder a nuevos contactos.
- **Formales.** Son las redes conformadas por organizaciones del sector público en los diferentes niveles de gobierno (federal, estatal y municipal), que cumplen funciones de orientación,

información, capacitación, promoción y atención a la salud, alimentación, defensa de derechos, recreación, cuidados.

Características de las redes de apoyo social:

- Hay un sentido de solidaridad entre sus integrantes.
- Son heterogéneas e incluyentes, ya que pueden estar integradas por personas de cualquier edad, sexo, condición económica, creencias, etc.
- Actúan con autonomía, según el criterio de las propias redes.
- Buscan alcanzar objetivos concretos, según las necesidades que surgen.
- Existe la reciprocidad, se da y recibe en proporción a las circunstancias de cada persona o grupo.
- Se da interacción entre sus integrantes y elementos externos, sociedad e instituciones.
- Son cambiantes, es decir, se renuevan y adaptan a las necesidades del entorno a través del tiempo.
- Son resolutivas, generan una respuesta y/o solución a las diversas situaciones.

FUENTES DE CONSULTA:

- https://ccp.ucr.ac.cr/espam/descargas/ESPAM_cap5web.pdf
- https://blog.psicocentrofc.com/terapia-de-familia/confianza-en-la-familia/

RECURSOS MATERIALES:

- Computador, Televisor, Sillas, Tablero, Marcador, Mesa, Elementos didácticos, Lista de asistencia y Esfero.

RECURSO HUMANO:

- Profesional de Trabajo social y Participantes.

RESULTADOS
CUALITATIVO:

Durante la ejecución del taller los ciudadanos y sus referentes familiares lograron identificar la importancia de la confianza en la familia, ya que es la esencial tanto a nivel grupal como personal, adicional se identificó los diferentes tipos de redes que contribuyen como factor protector en el momento de una posible inclusión social, familiar o laboral, de esta manera los participantes reconocen los diferentes recursos con que cuentan a nivel individual y comunitario que favorecen su atención en un momento especifico.

Adicional, se genera un espacio de debate y de análisis donde los ciudadanos y sus referentes reconocen y manifiestan la importancia de continuar fortaleciendo habilidades sociales y comunicativas permitiendo expresar de manera respetuosa el punto de vista frente al tema abordado, asimismo se promovió el refuerzo al vínculo afectivo existente entre los y las ciudadanas y sus referentes familiares, favoreciendo la identificación de responsabilidades asociadas al rol que ocupan en el núcleo familiar.

CUANTITATIVOS:

Se evidencia la asistencia y la participación diez (10) ciudadanos dentro de los cuales:

- **Hombres:4**
- **Mujeres:6**
- **Población diferencial (LGBTI):0**

FIRMA DEL RESPONSABLE: Andrea Gonzalez

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz Gutiérrez

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Roles familiares y parentales visitas de redes de apoyo.

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

FECHA: 12/10/2025







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

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Roles familiares-visitas redes apoyo 2. Lugar o Localidad o Sede: 3. Fecha y hora: 12/10/2023

4. Nombre responsable: ANDREA Gonzalez Molina 5. Dependencia responsable:

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Adela Melo	CC	39'774865	No aplica	Hermana	No aplica	adelamelo@.com	3123323542	Adela melo
2	Diana Romero	C.C	1022370833	No aplica	Pareja	No aplica	diana.romero@gmail.com	3192214430	
3	Valeria Gómez	C.C.	1014180342	No aplica	Hijo	No aplica	[illegible]	3203284883	Valeria Gomez
4	Nicolas Gómez	R.C	1080247384	No aplica	Hijo	No aplica	alexaRomero1806@gmail.com		Jeimmy
5	Alejandra Romero	T.i	1034782675	No aplica	Hijo	No aplica	No aplica	3138781279	Alejandra
6	Maria Deicy Tellez	CC	23897015	No aplica	Psicorientadora	No aplica	No aplica	3202566962	
7	Darlin Rico	CC	1056[illegible]	No aplica	Hija	No aplica	ricodarlin7@gmail.com	3147919456	
8	Jaider Andres sierra Galvan	cc	1000160522	No aplica	Hijo	No aplica	sierrajaider2[illegible]	3222238470	Jaider sierra
9	Mauricio estiven Rico	T.i	1057[illegible]	No aplica	Hijo	No aplica	No aplica	3013[illegible]	estiven Rico
10	Lady Sierra	C.C	52976795	No aplica	pareja	No aplica	LadySierra1117@gmail.com	3154317637	Lady Sierra
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

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 podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi 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"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 12/10/2025	**HORA:** INICIO: 11:00 Am FINAL: 12:00 M
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leidy Johana Muñatones	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconociendo mi toma de decisiones para el egreso

OBJETIVO GENERAL

Favorecer el desarrollo del pensamiento crítico y reflexivo en las y los ciudadanos, mediante el reconocimiento, análisis y fortalecimiento de sus procesos de toma de decisiones, con el fin de promover la autonomía personal, la conciencia sobre las consecuencias de sus actos y la construcción de elecciones más asertivas y responsables.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar la valoración profunda de los problemas o situaciones, considerando diversas alternativas y consecuencias, para seleccionar el camino más adecuado.
- Desarrollar la capacidad de análisis crítico frente a las distintas opciones disponibles, promoviendo elecciones informadas y responsables.
- Identificar las habilidades y actitudes necesarias para tomar decisiones acertadas, fortaleciendo la autonomía y la conciencia personal.

METODOLOGÍA:

Esta actividad se desarrollará por medio de la metodología psico-educativa, lo que permitirá desarrollar las habilidades y destrezas, de los y las ciudadanas con el fin de aprender a identificar las variantes pertinentes del proceso de la toma de decisiones, esto se llevará a cabo con la Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.

Adecuación: Se realizará la invitación a los ciudadanos en general, adecuando el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo del taller de fin de semana en la sala de tv de casa 2.

Primer momento: El espacio dará inicio con un ejercicio rompe hielo, en donde se explorará que conocimientos previos poseen los participantes con respecto al valor y características en torno a la toma de decisiones.

Sesión 1: Mi historia, mis decisiones

Objetivo: Reconocer cómo las decisiones pasadas han influido en la trayectoria de vida.

Actividades:

• Dinámica de línea de vida: identificar momentos clave y decisiones tomadas.

• Conversatorio grupal: ¿Qué decisiones marcaron mi vida?

• Ejercicio de reflexión escrita: "Una decisión que cambió mi camino".

Materiales: Papelógrafos, marcadores, hojas, lápices.

Producto esperado: Línea de vida personal con hitos decisivos.

Tercer momento: Se ofrecerá el espacio de participación de las y los ciudadanos, por la cual se realicen comentarios, la presentación particular de conceptos, preguntas o aportes relacionados al tema expuesto, para finalizar se entregarán tarjetas con situaciones cotidianas o pasadas (reales o simuladas) para que den respuesta de manera grupal.

Sesión 3: Evaluando opciones: pros, contras y consecuencias

Objetivo: Aprender a analizar alternativas antes de tomar una decisión.

Actividades:

• Caso práctico: decidir entre dos opciones de egreso.

• Matriz de decisiones: pros, contras, consecuencias.

• Trabajo en parejas: asesoría mutua en decisiones reales.

Materiales: Formatos de matriz, ejemplos de casos, lápices.

Producto esperado: Matriz de decisión aplicada a una situación real.

Reacondicionamiento del espacio: Se solicitará a dos ciudadanos organizar el espacio recogiendo las sillas y mesas utilizadas.

TEMAS:

TOMA DE DECISIONES

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

Proceso de toma de decisiones

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

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

Tipos de toma de decisiones

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

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

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

Fuente de consulta:

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

RECURSOS:

Físicos:

- Marcador, tablero, lista de asistencia, Hojas blancas y de colores.

Humanos:

- Profesional de psicología, ciudadanos

RESULTADOS:

Cualitativos: Al espacio asistieron 12 personas, 1 mujer y 11 hombres.

Cuantitativos: A lo largo del taller, las ciudadanas y los ciudadanos reconocen que muchas de sus experiencias de vida han estado marcadas por decisiones poco acertadas, lo que les permite reflexionar sobre el impacto que estas han tenido en su trayectoria personal. En este proceso, comprenden que las emociones desempeñan un papel crucial en la toma de decisiones, influenciadas por factores como la información disponible, el tiempo para decidir, el análisis de los pros y contras de cada alternativa, y las características individuales de quien decide.

Asimismo, se enfatiza que no todas las personas responden de la misma manera ante una misma situación, ya que sus decisiones están condicionadas por elementos como la personalidad, el nivel de madurez y la etapa de vida en la que se encuentran. Esta comprensión les permite valorar la diversidad de respuestas y fortalecer su capacidad para tomar decisiones más conscientes, responsables y acordes con sus propios contextos.

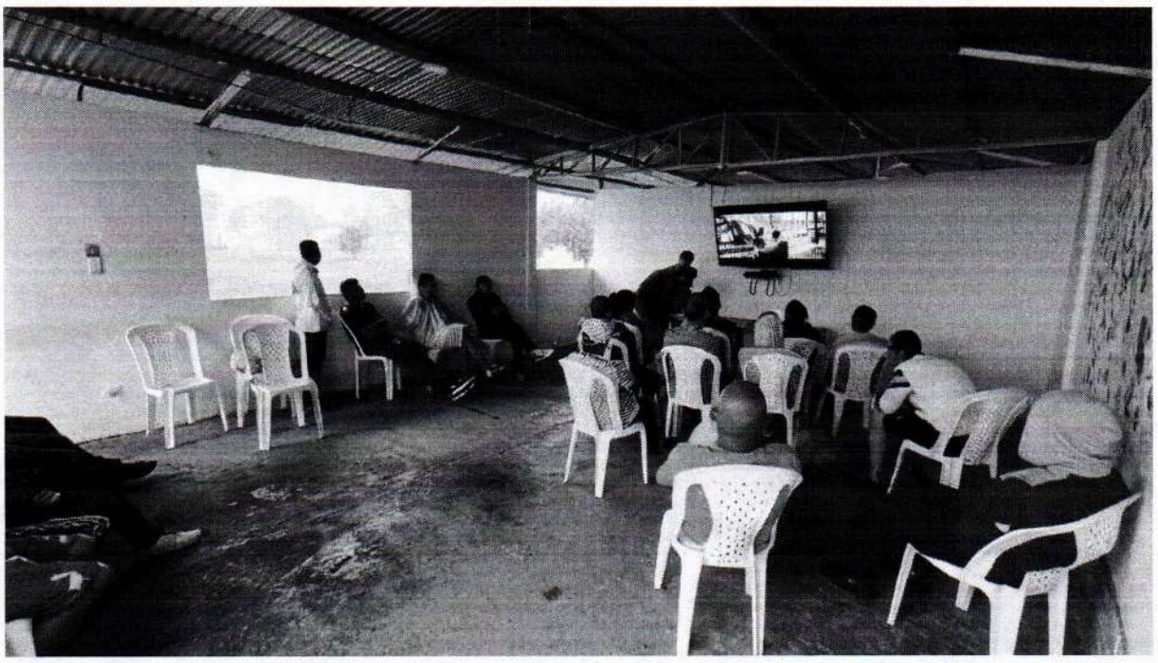
FIRMA DEL RESPONSABLE: Geidy Muñetones

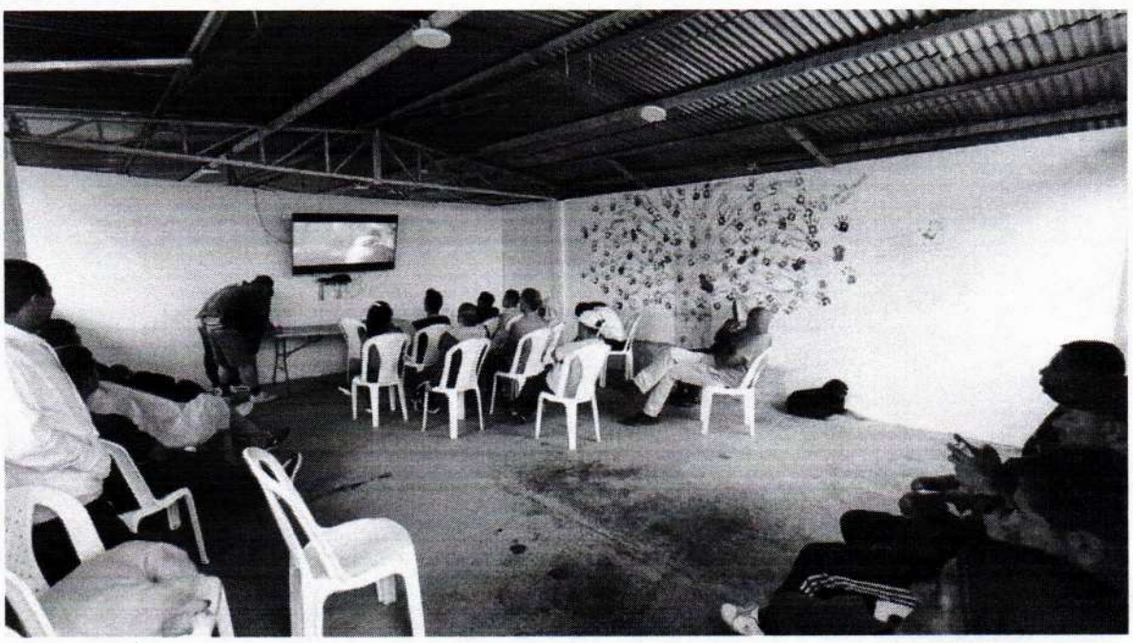
FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz Gutiérrez

REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconociendo mi toma de decisiones para el egreso
Línea de atención II: Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades.
Fecha: 12/10/2025





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: Reconociendo mi toma de decisiones para el fortuo

4. Fecha: 12/10/2025

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	7599958	ELISIN RAIL	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1033647869	Raul Farieta	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	52866088	MAYERLY SANCHEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	94511403	Diego Benavides	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	6883968	Jose Corzo	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	8190362	FRANCISCO Pulido	69	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	10106646	[illegible]	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80174190	NICOLAS GOMEZ	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1019669298	Carlos Chaparro	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1031537837	JHON Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79374180	Juan Motta	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	3418666	Oscar J Mila	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Leidy Muñetones

14. Cargo o rol del responsable: Psicologia

15. Firma del responsable de la actividad: Leidy Muñetones

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 12/10/2025	**HORA:** INICIO: 02:00 pm FINAL: 03:30 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Paula Rico Mendez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Preparación para el egreso

OBJETIVO GENERAL:
Favorecer en los ciudadanos la reflexión, planificación y fortalecimiento de recursos personales, emocionales y sociales necesarios para afrontar de manera autónoma y responsable la etapa de egreso e inclusión en la comunidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar los logros personales alcanzados durante el proceso
- Reconocer las fortalezas y aprendizajes adquiridos que favorecen su proyecto de vida.
- Elaborar un plan personal de proyección post egreso que incluya metas realistas y estrategias de afrontamiento.

METODOLOGÍA:
A partir de la Línea de atención II: Promoción de la Inclusión Socio Ocupacional desde el Agenciamiento de Capacidades, se implementará la metodología psico-educativa, por medio de la cual, los ciudadanos son protagonistas de su propio proceso de aprendizaje y preparación para el egreso. Se parte del reconocimiento de la experiencia personal, los logros alcanzados y las expectativas frente a la nueva etapa de vida.

- **Adecuación:**

Se organizarán los recursos físicos que se van a implementar durante el ejercicio, sillas, mesas, tablero acrílico, entre otros, posteriormente se convocará a las y los ciudadanos al espacio.

- **Primer momento:**

Se realizará el saludo de bienvenida y se dará a conocer la temática a abordar, los objetivos y la metodología. Se realizará una dinámica inicial: "Mi proceso en una palabra" - cada participante debe decir una palabra que refleje su experiencia en el proceso (ej. cambio, esfuerzo, aprendizaje, esperanza), se procederá a entregar a cada participante una hoja en blanco y un lápiz, en donde deberán dibujar un camino o una escalera en el cual dibujaran o escribiran en cada peldaño los logros, aprendizajes o cambios significativos alcanzados durante su permanencia y proceso de desarrollo personal.

- **Segundo Momento:**

Posteriormente, representaran su proceso en una hoja con forma de camino o escalera, donde identifican momentos significativos, logros personales y aprendizajes emocionales o sociales. Posterior se realizará un diálogo grupal guiado con las siguientes preguntas: ¿Qué fue lo más difícil del proceso? ¿Qué logros me hacen sentir orgulloso?, ¿Qué cambió en mi forma de pensar o actuar? las cuales permitiran cerrar el espacio mediante unas conclusiones que tendrán en cuenta lo abordado durante el espacio y comentaran experiencias de su historia de vida en las cuales no han logrado gestionar una situación adecuadamente, debido a no contar con herramientas para el control o gestión emocional asertiva.

- **Tercer momento:**

Por último, se socializarán las diferentes respuestas de las y los ciudadanos frente a las preguntas orientadoras; Además, cada ciudadano escribirá una carta dirigida a sí mismo, proyectando cómo desea verse dentro de seis meses y qué compromisos asumirá para mantener sus avances.

- **Reacondicionamiento del espacio:**

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

TEMAS:
El proceso de egreso constituye una etapa significativa en los programas de desarrollo personal, en la cual el individuo se prepara para reintegrarse de manera autónoma, responsable y adaptativa a la sociedad. Este momento implica la consolidación de aprendizajes, la reflexión sobre los logros

alcanzados y la proyección hacia metas futuras, garantizando la continuidad de un proceso de cambio integral.

El desarrollo personal puede entenderse como un proceso continuo de autoconocimiento, crecimiento emocional y fortalecimiento de habilidades que permiten al individuo desenvolverse de manera eficaz en su entorno (Rogers, 1983). En este sentido, el taller de egreso busca afianzar la autonomía personal, entendida como la capacidad de tomar decisiones conscientes, asumir responsabilidades y orientar la propia vida hacia metas coherentes con los valores y propósitos individuales (Deci & Ryan, 2000).

Fortalecer la autonomía es fundamental para que el ciudadano pueda ejercer control sobre su vida, manejar de forma adecuada sus emociones y enfrentar los desafíos cotidianos con estrategias de afrontamiento positivas.

El proceso de egreso dentro de un programa de acompañamiento psicosocial o de desarrollo personal constituye una etapa de transición significativa, en la cual el individuo consolida aprendizajes, reafirma logros y proyecta metas hacia la vida independiente o la integración social y ocupacional. Según Erikson (1968), el desarrollo humano implica una secuencia de etapas donde cada persona enfrenta crisis psicosociales que, al resolverse adecuadamente, fortalecen la identidad y la autonomía. El egreso, en este sentido, puede entenderse como un momento evolutivo de cierre y proyección, que demanda del individuo el uso de sus recursos personales, emocionales y sociales para continuar su crecimiento fuera del contexto institucional.

Desde la perspectiva de la psicología humanista, particularmente en los planteamientos de Carl Rogers (1961), el desarrollo personal se centra en la tendencia innata del ser humano hacia la autorrealización y el crecimiento. El acompañamiento psicológico durante el proceso de egreso busca precisamente facilitar el autoconocimiento, la toma de decisiones responsables y la confianza en las propias capacidades, permitiendo que el individuo asuma su autonomía desde una postura consciente y reflexiva.

Asimismo, la teoría de la resiliencia (Cyrulnik, 2002) destaca la capacidad del ser humano para rehacerse ante la adversidad y construir un nuevo sentido de vida. Preparar el egreso implica fortalecer esta resiliencia mediante el reconocimiento de las experiencias pasadas, la valoración de los logros y la proyección de nuevas metas que contribuyan a la estabilidad emocional y social. El reconocimiento de los recursos internos y externos (redes de apoyo, habilidades socioemocionales y estrategias de afrontamiento) resulta esencial para afrontar los desafíos posteriores al proceso institucional.

Por otra parte, la educación para la vida y los enfoques de habilidades para la vida propuestos por la OMS (1993) plantean que el fortalecimiento de competencias como la comunicación asertiva, la empatía, el pensamiento crítico, la toma de decisiones y el manejo de emociones favorecen la adaptación y el bienestar integral. En la fase de egreso, dichas habilidades se convierten en herramientas fundamentales para sostener un proyecto de vida estable, prevenir recaídas y mantener vínculos saludables en los diferentes entornos de participación social.

El taller de preparación para el egreso se concibe entonces como un espacio de reflexión, cierre y proyección, que integra la dimensión emocional, cognitiva y conductual del individuo. A través de metodologías participativas y vivenciales, se busca que cada ciudadano identifique sus avances, valore su proceso, reconozca sus fortalezas y diseñe un plan personal de vida. Este tipo de intervención permite consolidar la identidad personal, reforzar la autoeficacia percibida y generar sentido de continuidad más allá del acompañamiento institucional.

En síntesis, el egreso no representa una finalización, sino una transición hacia una nueva etapa de autonomía y autogestión, donde los aprendizajes adquiridos se ponen en práctica en contextos reales. Desde el área de psicología, este proceso debe promover la responsabilidad individual, el compromiso con el propio bienestar y la proyección hacia una vida con propósito, coherente con los valores y metas personales.

Referencias

Cyrulnik, B. (2002). *Los patitos feos: La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Gedisa.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (1993). *Life skills education in schools* (WHO/MNH/PSF/93.7A.Rev.1). World Health Organization.

RECURSOS

Físicos:

- Tablero acrílico, marcadores, hojas, lapices, colores, computador.

Humanos:

- Ciudadanos, profesional del área de psicología

RESULTADOS:

Cualitativos:

El desarrollo del taller permitió evidenciar una participación activa y reflexiva por parte de los ciudadanos, quienes mostraron disposición para revisar su proceso personal y proyectar metas frente a la etapa de egreso. Durante la actividad "Mi camino recorrido", los participantes identificaron los principales avances alcanzados durante su permanencia en Comunidad, destacando el fortalecimiento en áreas como la gestión emocional, el control de impulsos, la toma de decisiones responsables y la mejora en la convivencia con sus pares. Este ejercicio favoreció la resignificación de experiencias pasadas, generando sentimientos de orgullo, motivación y esperanza frente a su proceso de cambio. Asimismo, se evidenció la capacidad para reconocer posibles factores de riesgo y plantear estrategias de afrontamiento que les permitan sostener su bienestar y estabilidad fuera del entorno institucional. A nivel grupal, el espacio facilitó la expresión emocional y la cohesión entre los participantes, promoviendo el reconocimiento mutuo de avances y la validación de los esfuerzos personales.

Cuantitativos:

Se contó con la participación de 13 ciudadanos hombres

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz Gutiérrez

Registro Fotográfico

Nombre de la actividad: Preparación para el egreso
Línea de atención II: Promoción de la Inclusión Socio Ocupacional desde el Agenciamiento de Capacidades

Fecha: 12/10/2025.
Etapa 5





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Preparación Para el egreso

4. Fecha: 12/10/2025

5. Hora: 02:00Pm

No	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80926713	Jose Ortiz Sierra	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOSE	
2	CC	98555367	Freddy Velasquez	54	No aplica	No aplica	No aplica			X					Freddy M	
3	CC	79239602	Fabio Zarreño	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Fabio Z.	
4	CC	19375604	Eduardo Figueroa	66	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	95.079.904	Andres Cabrino	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	94511403	Diego Benavides	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	2994083	Roberto bombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1061665338	Cristian Lopez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	6883968	Jose Cozzo	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1012412586	Diego espitia	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	4345752	Ulises Cadavid Diaz	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	7694741	Hyerson Wilches	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	5824.930	ALEXANDER VILLA	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					ALEXANDER VILLA	
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Paula Rico Mendez

14. Cargo o rol del responsable: Bióloga

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:** 13/10/2025	**HORA:** Inicio: 09:00 Am Final: 10:30 Am
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Duvan Palacios
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividad Deportiva		

OBJETIVO GENERAL:
Promover la participación activa de la ciudadanía de comunidad de vida el rosario, en actividades deportivas como el fútbol y voleibol, 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:

- 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.
- 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.

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 en un día de lunes festivo, con el propósito de transformar este día de descanso en una experiencia de bienestar, alegría y encuentro, proponemos una jornada de actividad física y recreativa dirigida a las y los ciudadanos de la Comunidad de Vida, no solo celebra el derecho al disfrute, sino que también reafirma el valor de cada participante como protagonista de su proceso de cambio

Adecuación: Se adecuará el espacio de la cancha de futbol y voleibol, ya que cuenta con la amplitud y ventilación para el desarrollo de la actividad.

Primer Momento: Se dará una cordial bienvenida a los ciudadanos asistentes, seguida de la socialización de la actividad que se desarrollará durante la actividad deportiva de día festivo, 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 y el voleibol 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 y el voleibol, luego se conformarán 4 equipos de ciudadanos, junto a dos promotores, quienes recibirán el balón correspondiente a cada disciplina y se dirigirán a los espacios asignado, allí se socializarán los objetivos de la actividad y las reglas del juego, promoviendo una competencia sana, recreativa y respetuosa, posteriormente, se entregará la implementación deportiva necesaria para continuar con las actividades programadas durante la mañana.

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 y el voleibol, 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 de estas diciplinas deportivas, en la vida cotidiana y su capacidad para fortalecer comunidades más activas, unidas 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.

¿Qué es el voleibol?

El voleibol es un deporte que se practica en una pista por dos equipos de seis jugadores. Originalmente se llamaba 'Mintonette', nombre derivado del juego del bádminton, por su parecido con este deporte.

¿Quién, dónde y cuándo se inventó el voleibol?

William G. Morgan, director de educación física de la YMCA y estudiante del Springfield College, fue el creador del voleibol en 1895 en Holyoke, Massachusetts.

El 'mintonette' (como se llamaba el voleibol en aquella época) se concibió como un pasatiempo bajo techo del que pudieran disfrutar los miembros más veteranos de la YMCA, y tomó algunas de sus características de otros deportes, como el tenis y el balonmano.

En 1896, en su primer partido de exhibición disputado en la Escuela Internacional de Formación de la YMCA (hoy Springfield College), Alfred Halstead, un observador, se percató de la naturaleza de volea de este deporte, que rápidamente pasó a denominarse voleibol. Las primeras reglas de este deporte se publicaron a principios del siglo XX, y la primera federación internacional (Fédération Internationale de Volleyball, la FIVB) se creó en 1947.

¿Cuáles son las reglas del voleibol?

La premisa del voleibol es sencilla: introducir el balón en el campo contrario sin que el adversario lo devuelva con éxito. Los jugadores de un equipo deben utilizar una combinación de no más de tres toques para devolver el balón al lado contrario de la red. Se anota un punto cuando el balón cae dentro de los límites de la pista o cuando se comete un error en el juego.

El primer equipo que logre 25 puntos por un margen de dos puntos gana el set, y cada partido sigue el formato al mejor de cinco sets. Si es necesario, se juega un quinto set a 15 puntos (se sigue exigiendo un margen de dos puntos para ganar).

¿Cuánto dura un partido de voleibol?

No hay un límite de tiempo establecido para un partido de voleibol, ya que los partidos se disputan por sets. No es raro ver partidos que duran hasta 90 minutos.

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.olympics.com/es/deportes/voleibol/
- 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:

- Las y los ciudadanos participaron activamente, 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.

- 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.

- Durante el desarrollo de la actividad deportiva, 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.

Cuantitativos:

- Se contó con la participación de (15) quince ciudadanos, (1) una mujer y (14) catorce hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Duvan Palacios

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hernan Diaz Gutierrez

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Actividad Deportiva

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

Fecha: 13/10/2025





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: Actividad deportiva
4. Fecha: 13/10/2025
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	C.C	80166545	Luis A Gaviria C	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	C.C	79316876	Carlos O Ospina	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	C.C	88263711	Alejandro Londoño	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	C.C	71189846	Fabian Rivera	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	C.C	80536760	Fernando Prado	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	C.C	8726226	Caballero C	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	C.C	1032381M	Wilmar Funero	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	C.C	1014140605	Yeison Garcia	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	C.C	80220064	Cesar Tenorio	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	C.C	7937480	Juan Motta	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	C.C	1073800	Hancolo92	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	C.C	79305571	CARLOS GARCIA	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	C.C	1117914431	Jeison Abello	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	C.C	52995591	Pilar Garcia	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	C.C	1033716720	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Owen Palacios
14. Cargo o rol del responsable: Promotor
15. Firma del responsable de la actividad: Owen Palacios

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida el Rosario	**FECHA:** 13/10/2025	**HORA:** 11:00 AM 12:00 M
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Elcy Yulieth Rojas Jiménez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ESTIMULACIÓN COGNITIVA ACUÁTICA

OBJETIVO GENERAL:

- Fortalecer las funciones cognitivas básicas (atención, memoria, orientación, coordinación y resolución de problemas) mediante actividades acuáticas lúdicas, promoviendo el bienestar, la integración grupal y la confianza en sí mismos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Estimular la atención, concentración y memoria a través de dinámicas acuáticas que involucren movimiento, repetición y coordinación mental-corporal.
- Favorecer la orientación espacial, la toma de decisiones y el trabajo cooperativo, mediante juegos que requieran pensar, reaccionar y colaborar dentro del agua.
- Fortalecer la autoestima, la motivación y la autoconfianza en un entorno terapéutico, divertido y seguro que promueva la estimulación integral del cuerpo y la mente.

METODOLOGÍA: El taller se estructura desde la **Línea de atención 3: fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades**. el taller está conformado por tres momentos fundamentales que corresponden al primer, segundo y tercer momento durante los cuales se pretende dar con el cumplimiento de los objetivos propuestos inicialmente.

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

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

Actividad "Olas de energía" los ciudadanos en círculo dentro del agua, se pasan pelotas diciendo su **nombre y una palabra positiva** (ej. "Soy Luis y me siento tranquilo").

Enseguida se lanzan varias pelotas a la vez; los ciudadanos deben recordar la palabra de quien se las pasó y repetirla al devolverla.

Momento 2. Estrategias de Manejo: Este es el momento central del taller, donde se realizan actividades de pensar y actuar.

Este momento se llamará "El circuito de la mente" se construye un pequeño circuito dentro de la piscina (caminar, nadar, flotar, lanzar el balón a una cancha que estará a cada extremo de la piscina) En cada estación, se plantea un reto cognitivo (ej.: "di tres animales que empiecen con M", "recuerda una fecha importante", "cuenta hacia atrás de tres en tres").

Momento 3. Cierre reflexivo y motivacional: Este último momento busca consolidar los aprendizajes y generar una reflexión positiva.

Actividad "Floto y pienso" los ciudadanos flotan o se apoyan en el borde, cierran los ojos y respiran profundo.

Se les guía una breve visualización positiva, con frases como:

- "Imagina que tu mente se limpia como el agua..."

- "Piensa en algo nuevo que aprendiste hoy..."

Por último, cada uno comparte una palabra que describa cómo se siente.

Reacondicionamiento del espacio: se indica dejar el lugar mejor de cómo lo encontramos, junto a las ciudadanas y ciudadanos se opta por organizar el espacio, recoger residuos que pudieran quedar alrededor de la piscina.

TEMAS:

Estimulación cognitiva

La **estimulación cognitiva** es un conjunto de actividades dirigidas a mantener o a perfeccionar el funcionamiento cognitivo en general, a través de **ejercicios de memoria**, percepción, atención, concentración, lenguaje, funciones ejecutivas como: solución de problemas, planificación, razonamiento y control. Praxias y funciones viso espaciales, mediante programas estructurados de estimulación.
Es decir, este tratamiento se basa en estimular y mantener las **capacidades cognitivas** existentes, con el objetivo de mejorar o mantener el funcionamiento cognitivo y retrasar el deterioro que se produce continuamente. Conforme el ser humano aumenta de edad el organismo sufre cambios por dentro y por fuera, las capacidades cognitivas van menguando con el paso del tiempo de forma diferente en cada individuo de manera más o menos rápida.
Los cambios a nivel cognitivo pueden tener diferentes causas:

- El paso de los años.
- Problemas de memoria relacionados a la edad.
- Deterioro progresivo que puede acabar en demencia.
- Deterioro cognitivo leve.
- Una enfermedad neurodegenerativa.
- Demencia tipo Alzheimer, vascular o cuerpos de Lewy.

¿Por qué se realiza?

La estimulación cognitiva se realiza para conseguir la activación de funciones cerebrales mediante actividades y ejercicios. En muchas ocasiones se utilizan ejercicios como las **sopas de letras**, la búsqueda de diferencias o los **sudokus**, entre otros pasatiempos como los **juegos de mesa**. La estimulación cognitiva se basa en realizar actividades para estimular el cerebro, además las actividades del día a día, se pueden complementar con los ejercicios de papel y lápiz citados anteriormente. Realizar varios tipos de actividades pueden potenciar la estimulación cognitiva de cada individuo.

Factores de vulnerabilidad cognitiva de la habitanza en calle

La vida en la calle no es natural y comprende procesos de aprendizaje y adaptación que requieren ser explorados. Algunas aproximaciones refieren al desarrollo de una identidad marginal, tal como lo sostiene Berho (2006; 2010), la que implica distintas fases marcadas en el tiempo a partir de hitos en la adaptación al estilo de vida. Esto implica esquemas cognitivos y conductuales desarrollados y aprendidos que contribuyen al establecimiento de cierto tipo de relaciones entre el individuo y su entorno ambiental y social, siendo así que se favorece el desarrollo de la vulnerabilidad, sin que sea posible establecer causas únicas o determinantes.
Los factores de vulnerabilidad cognitivos se entienden latentes y se presentan a partir de experiencias previas significantes que resulta una enseñanza, y se ven reflejados en la forma de pensar y actuar de una persona en el futuro (Abramson, Metalsky y Alloy, 1989; García-Alandete *et al.*, 2009). Al respecto, los habitantes de calle, lejos de indicar una única experiencia de ruptura que marca un antes y un después en sus vidas, suelen reportar múltiples experiencias que los sumieron en la precariedad y que pueden percibirse como negativas (del Monte Madrigal, 2018), estas pueden ocasionar que los participantes tengan una percep- ción negativa hacia el futuro y no realicen actos para disminuir su problemática, por esta razón, los factores aprendidos pueden tener una importante incidencia en la permanencia en calle.

FUENTES:

- (S/f). Topdoctors.es. https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/estimulacion-cognitiva/
- Zabala-Sandoval, J. D., & López-Parra, M. P. (2021). FACTORES DE VULNERABILIDAD COGNITIVA DE LA PERMANENCIA EN CALLE: DESESPERANZA Y DERELICCIÓN. *Límite (Arica)*, *16*, 0–0. https://doi.org/10.4067/s0718-50652021000100202

RECURSOS:
Físicos:

- Listado de asistencia, celular con cámara.

Humanos:

Ciudadanas y Ciudadanos, profesional en psicología.

RESULTADOS:
Cualitativos:

El uso del medio acuático representa un espacio simbólicamente reparador: el agua limpia, contiene y relaja; permite vivenciar el cuerpo sin juicio y favorece la conexión mente-cuerpo. La estimulación cognitiva en este entorno ofrece una forma no invasiva, divertida y significativa de fortalecer habilidades mentales básicas mientras se promueve bienestar emocional.

Durante la actividad se observo un incremento progresivo en la atención sostenida y la concentración (especialmente en tareas de coordinación motora y memoria), así mismo se ejercito la memoria inmediata y la memoria de trabajo al recordar nombres, instrucciones o secuencias de colores. En la orientación espacial y corporal gracias al movimiento dentro del agua y a la necesidad de tomar decisiones rápidas.

Los ciudadanos demuestran capacidad de aprendizaje, adaptabilidad y disfrute, incluso cuando su rendimiento no es perfecto. La experiencia se convierte en una forma de reentrenamiento cognitivo natural.

La actividad logra integrar lo corporal, lo emocional y lo cognitivo en un solo espacio de acción significativa. Al finalizar la actividad se observó una elevación del estado de ánimo y del sentido de autoeficacia.

Cuantitativos: Se contó con la participación de 10 ciudadanos, todos pertenecientes al género masculino entre 30-45 años de edad.

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 10 ciudadanos.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Yolicth Rojas

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Herney Ortiz Gutiérrez

Registro fotográfico: 13/10/2025

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ESTIMULACIÓN COGNITIVA.

Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

TIPO DE ACTIVIDAD: Transversal





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Estimulación cognitiva acuática

4. Fecha: 13/10/2025

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	1023004551	Braygan Nicolas Martinez	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80038760	Fernando Amado	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1033172037	Brayan Huertas	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1072358917	Ruben Perez	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1030713312	Jhon Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	79917593	Fabio Rico	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79766623	Yeison Guzman.	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1033776129	Andres leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1115184358	Alejandro Moreno	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80026962	Javier huertano	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Yulieth Rojas

14. Cargo o rol del responsable: Psicologa

15. Firma del responsable de la actividad: Yulieth Rojas

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:** 13/10/2025	**HORA:** 2:00 PM 3:30 PM
ÁREA: PROMOTORIA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sergio Araujo	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cineforo (Nowhere)

OBJETIVO GENERAL:
Promover el pensamiento crítico y el diálogo entre los participantes a través del análisis de una película, con el fin de explorar y reflexionar sobre temas relevantes que afectan a la sociedad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Analizar de manera profunda la narrativa de la película para comprender los mensajes y las reflexiones que propone el filme.
- Facilitar una discusión participativa y respetuosa, en la que los asistentes puedan compartir sus interpretaciones, opiniones y sensaciones acerca de los temas abordados en la película.
- Utilizar la película como herramienta para abordar de forma crítica problemáticas del mundo real, incentivando a los participantes a reflexionar sobre sus implicaciones en la sociedad.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de esta actividad trasversal y en el marco de la Línea de atención III fortalecimiento de las redes de apoyo la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, a través de la metodología lúdico-terapéutica la cual basa lo lúdico como medio de expresión de pensamientos y emociones, donde permita exteriorizar conflictos internos y minimizar los efectos de experiencias negativas, se busca a partir de esta metodología propiciar el desarrollo integral de la persona en las dimensiones física, emocional, social e intelectual, por tal motivo el taller se desarrollará mediante el uso de diversas herramientas que permitan que los ciudadanos expresen de una forma creativa sus ideas, sentimientos y experimenten emociones, deseos, sufrimientos, fantasías mediante la creación de representaciones visuales.

- **Adecuación:** Durante el transcurso de la semana se dispondrá de los tableros informativos de casa 1 y casa 2 la invitación a la actividad de fin de semana, los promotores se encargarán de alistar los materiales necesarios para el adecuado desarrollo de la actividad, el día de la actividad se convocará a los ciudadanos los cuales se desplazarán al área del comedor en la cual se realizará la tarde de cine.
- **Primer momento:**
  Se dará la bienvenida a los ciudadanos con la presentación de la actividad que se realizara explicando en que consiste y cuál es la finalidad que tiene el taller, se realizara una pequeña dinámica rompe hielo se buscara en esta actividad de estimulación, que ayuden a mantener en el nivel apropiado los procesos cognitivos de concentración, atención y memoria en los participantes. Posteriormente se menciona el tema principal que se va a analizar a través de la película, señalando también el objetivo de la discusión o debate para que durante la misma los ciudadanos estén atento y pueda ir generando sus propias ideas a continuación, se proyecta la película.
- **Segundo Momento:**
  Se dará indicaciones a los participantes para que se organicen en grupos una vez haya terminado la proyección, durante este espacio se dispondrá un tiempo para que cada grupo de sus aportes sobre lo que visualizaron de la proyección como esta le puede aportar a su desarrollo personal y como pueden abordar de forma crítica problemáticas del mundo real, incentivando a los participantes a reflexionar sobre sus implicaciones en la sociedad y así de esta manera indagar sobre que sintieron en el momento de ver el documental.
- **Tercer momento:**
  A continuación, se culminara con una retroalimentación sobre los diferentes aportes de los grupos de trabajo este intercambio de ideas favorecerá al desarrollo del sentido critico.
- **Reacondicionamiento del espacio:** Una vez terminado el taller se solicita a los asistentes organizar el espacio en el cual se realizara la actividad, para que este espacio quede en buenas condiciones, el grupo promotor se encargara de que esto se realice.

TEMAS:

Cine foro

Cuando un espectador se sienta frente a una película o programa de televisión, está recibiendo mensajes que no siempre son tan claros y directos como se podría suponer; en ocasiones se requiere de un ejercicio analítico en donde el espectador devele eso que le fue dicho, lo clarifique y lo lleve a un plano consciente, para allí relacionarlo con su propia vivencia y propiciar de su parte una interacción con la obra. Un producto audiovisual propone por lo general una acción dramática definida; sin embargo, la trama desarrolla conflictos paralelos, que, sin querer ser el eje de la misma, se plantean como subtextos que aportan elementos narrativos a la historia central y enriquecen la película.

Para propiciar esta lectura aguda y crítica existen varias herramientas de las que el Docente o el Guía puede hacer uso; una de las más ricas en posibilidades es el cine foro.

El cine foro es una herramienta metodológica que facilita y enriquece el diálogo entre el espectador y la obra audiovisual. La orientación del foro puede responder a una diversidad de temáticas, que deberán ser propuestas por quien lo conduzca o a partir de las expectativas propias del público. Es muy importante que quien conduzca el cine foro esté receptivo frente a lo que los espectadores generen, ya que un tema planteado inicialmente puede propiciar otros y esto debe ser capitalizado, recogido y puesto en el ejercicio, para lograr un espacio efectivo de encuentro y reflexión.

¿Cómo implementarlo?

El punto de partida de un cine foro debe ser el público al que va dirigida la proyección (ver capitulo IV) y el tipo de inquietudes que este público tenga o que el Docente o Guía quiera establecer. Una vez definido el público objetivo se debe programar la película o el ciclo; esta programación se debe hacer con base en:

Niveles de comprensión o lectura del público objetivo: esto supone tener en cuenta si son espectadores habituales, o si por el contrario son espectadores eventuales, así como si las obras que están acostumbrados a ver son de carácter comercial o independiente. En este punto es conveniente proceder paso a paso, empezando por obras audiovisuales de fácil asimilación hasta permitirse llegar, en la medida en que el público lo vaya exigiendo, a obras de lectura más compleja.

La edad de la población: como se desarrolló en el capítulo anterior, no hay que suponerun público homogéneo; se debe partir de la diferencia para así lograr acertar con la programación, porque cada público tiene unos intereses y dinámicas particulares.

El idioma: es fundamental determinar en qué idioma se puede proyectar de acuerdo con el público objetivo. La mayoría de las obras audiovisuales a las que se tiene acceso están en idiomas distintos al español y subtituladas. Se debe contemplar si el público receptor está en capacidad de leer estos subtítulos, y de lo contrario se deben programar obras de habla hispana o dobladas.

La actividad laboral o escolar principal: cuando trabajamos con comunidades, es importante tener en cuenta su actividad principal; esto puede arrojar pistas sobre los intereses de esta y facilitar la selección de temas para desarrollar el cine foro.

La temática que se quiera desarrollar con la comunidad: si determinado tema se utiliza como parte de un proceso con la comunidad, el Docente o Guía debe estar atento a lo que le interesa comunicar con la película o el audiovisual que eligió, para utilizar esto como punto de partida del cine foro.

Es recomendable comunicar antes de la proyección el tema principal en el que se enfocará el cine foro, para que durante la misma el público esté atento y pueda ir generando un concepto propio y desarrollando su planteamiento. Al finalizar la proyección se abre el espacio para la socialización de ideas y el debate de estas.

Actividades de un cine foro

La introducción: Al inicio de cada proyección se debe hacer una introducción, en donde se socialice el nombre del director, el país de origen de la obra y el por qué se eligió. Esto puede corresponder a distintas razones; lo fundamental es que ese motivo sea resaltado en la introducción para darle pistas al espectador acerca del curso que va a tener el cine foro.

Por ejemplo, si para una clase de literatura estamos trabajando la literatura fantástica y elegimos mostrar El señor de los anillos, debemos contextualizar al público, para que durante la proyección haga énfasis en esa característica de la película. Es muy importante que quien conduzca el foro, investigue y se prepare sobre el tema a desarrollar.

La proyección: ésta debe suceder en las mejores condiciones técnicas posibles; es fundamental para el buen disfrute de una obra audiovisual que la calidad de la proyección y del sonido sean óptimas; así se hace más amable la experiencia del espectador y su disposición para repetirla y convertirla en hábito.

El foro: Al finalizar la proyección ya se han delimitado unos temas, de tal manera que el grupo se puede entregar a la exploración de los mismos a través del intercambio de ideas y opiniones. Para la implementación del foro y de acuerdo con los intereses del público o del Docente o Guía se puede hacer uso de distintos elementos que aporten y dinamicen el espacio: la lectura de un texto relacionado con la discusión principal bien sea un texto publicado o inédito, el uso de fotografías, la participación de un invitado especial que tenga una relación directa con el tema a desarrollar, etc.

Si los foros hacen parte de un ciclo temático, se debe tener en cuenta que cada uno en sí mismo debe funcionar, pero que en una mirada panorámica haya un hilo conductor entre uno y otro. Esto para que los asistentes regulares tengan la posibilidad de ampliar la información y enriquecerla.

FUENTE DE CONSULTA:

https://www.mincultura.gov.co/areas/cinematografia/noticias/Paginas/2006-03-01_7417.aspx#:~:text=El%20cine%20foro%20es%20una,las%20expectativas%20propias%20del%20p%C3%BAblico.

RECURSOS:

Físicos:

- Planilla de asistencia, documental, hojas en blanco, computador, video bean, sillas

Humanos:

- Ciudadanos, promotores

RESULTADOS:

Cualitativos: Los ciudadanos participan de forma activa en el foro dando su punto de vista sobre los temas principales de la película como la supervivencia, la inmigración temas que en muchas ocasiones fueron sus vivencias, con esto se buscó dar cumplimiento a los objetivos que se establecieron al realizar la actividad se logra con la actividad que los asistentes reconozcan que debe estar más atentos a las herramientas que le brinda la comunidad para ayudar a su problemática.

Cuantitativos: En esta actividad se contó con la participación de 21 participantes de diferentes etapas de desarrollo personal distribuidos de la siguiente manera 20 del genero masculino y 1 mujer

FIRMA DEL RESPONSABLE: Sergio Araujo

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS
FECHA: 13/10/2025
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: CINEFORO (NOWHERE)
LÍNEA DE ATENCIÓN III FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO LA GESTIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES
ACTIVIDAD TRANSVERSAL







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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Cineforo (Nauhcae)

4. Fecha: 13/10/2025

5. Hora: 2:00 HH:MM

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		1014190605	YEISON GARCIA	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2		C883968	Jose Cooza	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3		94'311 403	Diego Benavides	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4		80174190	Nicolas Gomez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5		1019062950	Carlos Chaparro	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6		1038697189	Raul Forero	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7		80901369	LUIS padilla	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8		80026916	JAVIER HUERTANO		No aplica	No aplica	No aplica			X						
9		1024277502	ALUMNO AUSENTE	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10		80826311	ALEJANDRO Londoño	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11		80726596	Andres Jaime Rodriguez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12		74186668	Oscar J. Mila	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13		1117514431	yeison Abello	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14		52475591	Pilar Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15		1018060358	JULIAN CRISTIANO	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16		75051062	Jorge W Diaz L	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17		1136216948	Jonatan A Paez P	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18		1032358861	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19		13504487	JOSE Carreño	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20		80120.089	Juan Vilgria	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Sergio Arroyo

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad: SADM

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Cine foro (Nowhere)
4. Fecha: DD/MM/AAAA 13/10/2025
5. Hora: HH:MM 2:00 P

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
21		79046110	Carlos V	62	No aplica	No aplica	No aplica			X					Carlos V	
22																
23																
24																
25																
26																
27																
28																
29																
30																
31																
32																
33																
34																
35																
36																
37																
38																
39																
40																

13. Nombre del responsable: Sergio Anaya
14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social
15. Firma del responsable de la actividad: SAAM

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 14,15,16,17/10/2025	**HORA:** INICIO: 9:00am FINAL: 12:00m
ÁREA: TERAPIA OCUPACIONAL/TALLERISTA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Figueredo	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: cultivos perennes			

- **OBJETIVO GENERAL:**
- Aumentar en las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle la capacidad y las habilidades de ser productivos ante una comunidad que está brindando herramientas para su desarrollo personal frente a unos cultivos establecidos.
- **OBJETIVOS ESPECIFICOS**:
- Enseñar a que cada participante puede ser parte productiva en cada cultivo perennes entrando en la producción directamente por las acciones realizadas que le permiten incluirse en un nuevo aprendizaje.
- Asegurar al ciudadano en cada trabajo que realiza dando una responsabilidad que le permiten ser autónomo cuando su habilidad y desempeño lo permitan y pueda continuar con otros aprendizajes.
- Desarrollar conocimientos presentando una actividad constante en todos los ejercicios y un desempeño proactivo a cada participante.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de la metodología de cultivos perennes utilizara el método psico educativo enfocados en la línea de atención III fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, trabajando en los distintos cultivos perennes sobre labores que generan habilidades con herramientas y creación de métodos que les permite más desarrollo de las actividades generando nuevos conocimientos o reforzándolos en caso de conocer el área donde están trabajando.

- **Adecuación**:

Se reunirán los y las participantes en el área fijada, se les explica la actividad a realizar con los objetivos planteados para el cultivo perenne a trabajar ese día. Se solicitarán las herramientas y materiales adecuados para iniciar el proceso de cultivo perennes en el espacio acordado.

- **Etapa 1:**

Se realizará el encuentro con el grupo de interés de agro, posterior al encuentro se asignarán labores, se firmará asistencia, se entregarán herramientas; se brindará inducción y acompañamiento constante frente a las actividades a ejecutar, del tallerista agrícola.

- **Etapa2:**

Se realizará acompañamiento por parte de los talleristas agro a las labores asignadas al iniciar los trabajos de las distintas áreas de cultivos perennes bajo las especificaciones técnicas y se utilicen las herramientas adecuadas teniendo en cuenta que aquí cada herramienta cumple una función para poder hacer la labor bien.

- **Etapa 3:**

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

- **Reacondicionamiento:**

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

TEMAS

cultivos perennes

Los cultivos perennes son aquellos que tienen ciclos muy largos, ya que su periodo de vida vegetativo se puede extender más allá de 10 a 15 años continuos, tiempo durante el cual, una vez realizada la siembra, pueden obtenerse varias cosechas, ya sea cíclicas o continuas, dependiendo del tipo de plantación.

Las plantas perennes (PP) incluyen árboles y arbustos, cactus y suculentas, palmeras y bambúes, y enredaderas (tanto leñosas como herbáceas [plantas con tejido blando en lugar de leñoso]). Las PP también incluyen plantas herbáceas como helechos, pastos y plantas acuáticas, y plantas de hoja ancha que no son leños. En Colombia, los cultivos perennes incluyen, entre otros, el café, el cacao, la caña de azúcar, el plátano, el mango, el aguacate y la palma de aceite. Estos cultivos se caracterizan por vivir varios años y proporcionar cosechas recurrentes, contribuyendo significativamente a la economía agrícola del país y a la producción de alimentos y recursos.

Tipos de cultivos perennes en Colombia

- Frutales:
  - Mango: Un cultivo tropical de alta demanda y rentabilidad en el mercado.
  - Aguacate: Un frutal de creciente importancia, que se adapta a diversas condiciones de cultivo.
  - Plátano: Una de las frutas básicas en la dieta colombiana.
- Cacao y Café:
  - Cacao: Fundamental para la industria del chocolate, con un ciclo de producción prolongado.
  - Café: Uno de los pilares de la economía colombiana, con variedades que viven y producen por muchos años

Importancia del café

El café fue un producto clave en el proceso de colonización de las tierras. Para finales del siglo XIX la producción había aumentado considerablemente, posicionando al café como el principal producto de exportación de Colombia.

El cultivo de café hace parte de los cultivos perennes y uno de los más representativos de Colombia por sus variedades y facilidad de adaptación a los pisos térmicos que brinda este país formando parte de las divisas.

Primeras floraciones para cosecha

Desde el momento de la siembra hasta que se cosechan las primeras cerezas de café pueden pasar entre 2 y 4 años. El proceso de producción del café empieza con la floración.

La fertilización se debe comenzar a partir del primero o segundo mes luego de la siembra, y repetirse cada 4 meses, dependiendo del elemento, siempre teniendo en cuenta la disponibilidad del agua en el suelo, condición que es determinada por la precipitación, las características del suelo y la cobertura vegetal.

Se dan dos cosechas, una grande que se llama cosecha principal y una pequeña denominada traviesa o mitaca, que produce aproximadamente una tercera parte de la principal. Estas características permiten ofrecer al mundo café fresco durante todo el año.

La eficiencia de las cosechas siempre se da de acuerdo con el buen mantenimiento de este cultivo y el manejo que se le dé a sus fertilizadas.

Cultivo de aguacate

El árbol de aguacate es también conocido como aguacatero y es una especie perenne, muy vigorosa, de crecimiento erecto. Tiene una vida útil como cultivo comercial de hasta 50 años y puede crecer hasta 30 metros de altura, aunque estas características pueden variar de acuerdo con la variedad.

La temporada del aguacate varía dependiendo de su zona de cultivo. En el caso de optar por aguacates de proximidad, la temporada de recolectar en España va de diciembre a mayo, sin embargo, en los países de clima tropical, con altas temperaturas, podemos encontrarlos todo el año, sobre todo la variedad Hass.

Cultivo de plátano

El plátano exige un clima cálido y una constante humedad en el aire. Necesita una temperatura media de 26-27 ºC, con lluvias prolongadas y regularmente distribuidas. Estas condiciones se cumplen entre los 1300 y los 1500mts sobre el nivel del mar teniendo en cuenta la calidad de las tierras que pueden aportar para que sus cosechas sean del promedio regular. De la siembra a la cosecha la planta tarda entre 11-14 meses según la altitud.

Dependiendo de la variedad del plátano la cosecha generalmente oscila en un rango de 11 a 13 semanas o de 9 a 11 semanas después de la floración. La cosecha para plátano tecnificado con riego es a los nueve meses de cultivo.

Cada falso tallo produce frutos sólo una vez. Después de cortar un racimo, el falso tallo donde se produjo debe eliminarse; se puede cortar en pequeños pedazos que se dejan en el suelo como abono verde. Los nuevos falsos tallos que hayan crecido del rizoma producirán una nueva cosecha

La platanera es una planta herbácea (no un verdadero árbol), que solo da frutos una vez. A los meses de cortar el racimo, se corta también la planta, para que la siguiente generación pueda crecer y volver a fructificar. Se puede saber que los plátanos están listos para cosechar cuando los restos de los pétalos de las flores se han secado por completo y se pueden caer muy fácil. Otro indicador es que la fruta está redondeada.

Cultivo de cítricos

En Colombia, los cítricos se cultivan desde hace más de 40 años en pequeña escala y desde hace 15 años en forma de huertos más tecnificados. Esta alternativa agrícola ha presentado un mayor desarrollo en los departamentos de Tolima, Santander, Valle del Cauca, Cundinamarca y la zona cafetera central. El desarrollo del fruto en climas tropicales es más rápido, mientras que en condiciones subtropicales la Naranja Valencia

maduran en 10-11 meses, en el trópico la maduración se logra en siete meses; en condiciones del Piedemonte del Meta la maduración se logra en nueve meses.
os frutales agrupados en esta denominación presentan ciertas características comunes: la gran mayoría son plantas de follaje perennifolio, con espinas; hojas de diferente tamaño con peciolo alado y frutos típicos que se conocen comúnmente como hesperidios. Dentro de las particularidades que poseen los cítricos está la de poder cruzarse entre si, lo que le ha permitido en condiciones naturales formar híbridos que posteriormente fueron tomados como especies. El hombre ha utilizado esta característica para producir híbridos variables y específicos intergenéricos. Además, los frutales agrupados dentro del grupo de los cítricos poseen buena afinidad entre sus especies para injertarse entre ellas. Esta característica es muy importante para la industria de cítricos a nivel mundial, puesto que permite tener una amplia posibilidad de buscar relaciones patrones a injertos.

Fuente de consulta:

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

RECURSOS:

Físicos:

2 palines, 3 machetes, fumigadora de espalda, 3 garlanchas, 2 azadones, 1 esbajeradora

Humanos:

Ciudadanos, tallerista agro

RESULTADOS

- **Cualitativos:**
- Las ciudadanas y los ciudadanos habitantes de calle participan activamente desarrollando habilidades en cada cultivo perenne y realizan las acciones correspondientes a cada día.
- Aprendieron y desarrollaron las distintas labores en pro de una producción y un cuidado para sacar adelante el cultivo en su mantenimiento de forma autónoma.
- Aprenden a mantener un cultivo bajo los tiempos de cosecha y de preparación que les permite hacer los trabajos correspondientes.
- . **Cuantitativos:**
  Martes 14 de octubre participan 14 hombres en limpia de arvenses del café, plateo de plátano.
  Miércoles 15 de octubre participan 14 hombres en limpia de malezas del cultivo plátano.
  Jueves 16 de octubre participan 14 hombres en plateo de aguacate.
  Viernes 17 de octubre participan 14 hombres en arreglo de cítricos podas. Y plateo.

FIRMA DEL RESPONSABLES: _____

FIRMA DEL COORDINADOR: _____

NOMBRE DEL COORDINADOR: José Henry Díaz Gutiérrez

Registro fotográfico
Nombre de actividad cultivos perennes
Línea de atención 3: fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades
Fecha14,15 /10/2025
Tipo de actividad Transversal





Registro fotográfico
Nombre de actividad cultivos perennes
Línea de atención 3: fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades
Fecha16,17/10/2025
Tipo de actividad Transversal





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

3. Tema / Actividad: Cultivos Perennes | 4. Fecha: 14-10-2025 | 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	1070917209	Yeisson Wilches	37	Vereda	Vereda	Vereda			X						
2	CC	80114916	Julio Cesar Mora	62	Vereda	Vereda	Vereda			X						
3	CC	10161646	Jaime Eliecer	64	Vereda	Vereda	Vereda			X						
4	CC	566113	Donal Ramos	39	Vereda	Vereda	Vereda			X						
5	CC	80765336	JOHAN MURCIA	46	Vereda	Vereda	Vereda			X						
6	CC	1013[illegible]	Jaime osorio	56	Vereda	Vereda	Vereda			X						
7	CC	80877115	Daniel Bedoya	39	Vereda	Vereda	Vereda			X						
8	CC	11517420	Luis Mendez	47	Vereda	Vereda	Vereda			X						
9	CC	7174232	Jose Garzon	51	Vereda	Vereda	Vereda			X						
10	CC	80726596	Carlos Jaime Rodriguez	42	Vereda	Vereda	Vereda			X						
11	CC	1016[illegible]	JULIANO CRISTIANO	32	Vereda	Vereda	Vereda			X						
12	CC	94511408	Diego Benavides	47	Vereda	Vereda	Vereda			X						
13	CC	80770820	Diego Camilo Roldan	41	Vereda	Vereda	Vereda			X					Diego Roberto	
14	CC	1076788010	Harold Castillo	31	Vereda	Vereda	Vereda			X					H C.	
15																
16																
17																
18																
19																
20																

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

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

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

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Cultivos Perennes

4. Fecha: 15-10-2025

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	1070917209	Jeisson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	10/144916	Julio Cesar Montes	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1006646	Jose Eliecer	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	566113	Donal RAMOS	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80765336	JOHAN MURCIA	26	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1017555[illegible]	Jaime Osorio	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	8089[illegible]	James Bedoya	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1151[illegible]	Luis Mendez	27	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79742[illegible]	Jose Gonzalez	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80776516	Andres Jaime Rodriguez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1016[illegible]	Julian D Cristiano	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	94511403	Diego Bernardes	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	80770861	Diego Camilo Roberto	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Roberto	
14	CC	1026888016	Harold Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Fallerista Agro

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
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: Cultivos Perennes

4. Fecha: 7-10-2025

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	1070911209	Jeisson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1071144916		22	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1010616166	Jorge Ivey	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80866113	Daniel Ramos	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80165336	Johan Murcia	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1012752617	Sofia Osorio	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	8229793	James Bedoya	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1151748120	Luis Mendez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	3974334	Jose Gaitan	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80226596	Carlos Jairo Rodriguez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1016660358	Julian David Restrepo	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	94515103	Diego Benavides	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	80770867	Diego Camilo Ardito	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Ardito	
14	CC	1072686016	Yolanda Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X					NC	
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueredo

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Agro

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/2022111_pn_ti_03_v0_tratamiento_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 y 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: Cultivos Perennes

4. Fecha: 17-10-2025

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	C.C	1072917209	Deisson Wilches	37	No aplica	no aplica	No aplica			X						
2	CC	70114916	Julio Cesar Mor	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	10016840	Jose Gilberto	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	566113	DONAL RAMOS	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80765336	JOHAN MURCIA	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80875564	JAIRO OSORIO	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80892949	James Badoya	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	72517420	Luis Mendez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79742227	Jose Garzon	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80726596	Julio Cesar Rodriguez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1016060358	Yolando Cristiano	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	94515140	Diego Benavides	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	80710661	Diego Camilo Castro	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Rdgto	
14	CC	1076888040	Nardo Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Figueroa

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista Pymes

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario		**FECHA:** 14/10/ 2025 15 /10 2025	**HORA:** Inicio: 9:00 am Final: 11:45am
ÁREA: tallerista cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leonel Malagón	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Taller del maestro

OBJETIVO GENERAL Crear con las y los ciudadanos un ambiente temático y participativo, con motivo de la celebración de Halloween, fomentando la integración del equipo, promoviendo un entorno creativo A través de una decoración se busca generar momentos de esparcimiento y motivación, contribuyendo al bienestar y la convivencia.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Decorar con elementos temáticos
- Demostrar la creatividad y la originalidad en la decoración y diseño del espacio.
- Crear un ambiente atractivo y emocionante

METODOLOGÍA: la actividad se llevará acabo con la por medio de metodología lúdico- pedagogía desde el agendamiento de capacidades donde se deben seguir el paso a paso donde con la línea de atención III fortalecimiento de las redes de apoyo , a la gestión el aprovechamiento de las oportunidades se realizan figuras en cartulina y fomi y elaboración de figuras para Halloween

Adecuación: se realizará la notificación del taller por medio de tablero informativo que el taller se realizará en el área polifuncional de arte, donde se adecuaran mesas y sillas para inicio de la actividad del taller del maestro (Halloween)

Etapa 1: se dará la información de la actividad a realizar metodología a desarrollar, se realizará el llamado a las y los ciudadanos de diferentes etapas que deseen participar del taller enseguida se dará explicara la importancia de estas fechas especiales y decorar.

Etapa 2: crear un ambiente significativo que refleje en la decoración de Halloween

Etapa3 : seguido se dará la iniciación del taller se hará entrega de material como papel de colores papel Kraft tijeras , colbón una vez terminado la elaboración se realizará una minuciosa verificación del producto realizado para el acabado y terminación

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 Halloween es una fiesta de origen celta que se celebra cada año el 31 de octubre. Su nombre proviene de "All Hallows' Eve" (Víspera de Todos los Santos) y tiene sus raíces en la celebración pagana del Samhain, que marcaba el final del verano y el inicio del año nuevo celta, cuando los espíritus de los difuntos caminaban entre los vivos. Hoy en día, las tradiciones populares incluyen disfrazarse, pedir dulces ("truco o trato"), tallar calabazas (Jack-o'-lantern) y contar historias de terror.

Origen y significado

Raíces celtas: La festividad tiene su origen en el festival celta de Samhain, celebrado en Irlanda hace más de 3.000 años.

El velo entre el mundo de los vivos y los muertos: Durante la noche del 31 de octubre, se creía que el velo entre el mundo de los vivos y el de los muertos se estrechaba, permitiendo a los espíritus cruzar

Influencia cristiana: La Iglesia introdujo el Día de Todos los Santos el 1 de noviembre, y Halloween, que es la víspera, se considera la cristianización de esta celebración pagana.

Pérdida de la connotación religiosa:Con el tiempo, especialmente al llegar a América, la fiesta ha evolucionado hacia un carácter más secular y de entretenimiento, manteniendo elementos de los antiguos ritos, como el culto a los espíritus y a los muertos.

Tradiciones modernas

Truco o trato: Los niños se disfrazan y van de casa en casa pidiendo dulces con la famosa frase "truco o trato".

Disfrazarse: Es una de las actividades centrales. Las personas se disfrazan de personajes de terror, fantasmas, brujas y otras figuras.

Decoración: Se decoran las casas, y es muy común la figura de la calabaza tallada para hacer linternas, llamadas "Jack-o'-lantern".

Otras actividades: Reunirse en fiestas de disfraces, contar historias de miedo, ver películas de terror, visitar casas encantadas o parques temáticos. Según una leyenda popular celta la noche de Halloween, podían vagar por la Tierra, además de los espíritus de los muertos, toda clase de entes de los reinos

espirituales. Entre todos ellos existía uno especialmente malvado llamado Jack O ´lanterno que iba por las casas pidiendo "truco o trato". Según la tradición, lo mejor era hacer trato sin importar lo que costase con tal de no caer en su truco, que consistía en maldecir la casa y a sus habitantes que sufrirían toda clase de infortunios desde ese momento.En una época en la que la creencia era que los demonios se manifestaban y las hadas estaban presentes, en el umbral de las casas La decoración de Halloween es el adorno de espacios, como casas y calles, con elementos temáticos de terror, misterio y lo sobrenatural, como c alabazas talladas (Jack-o'-lanterns), telarañas, fantasmas, murciélagos y esqueletos. Se utilizan principalmente los colores negro y naranja, a menudo combinados con morado u otros tonos oscuros, para crear una atmósfera espeluznante y festiva. Origen: ¿Por qué se celebra Halloween? ¿Cómo nació? Es pronunciar la palabra Halloween e imaginarnos a miles de niños disfrazados, caramelos y dulces pero el origen de Halloween no fue tan alegre. Todo empezó en Irlanda. Sí sí, ¡no fue en EEUU! Y, aunque no lo creas, está muy relacionado con las flores y las plantas ya que se celebraba cuando la época de cosechas terminaba dando comienzo al "año nuevo celta". Durante esta noche los habitantes creían que la línea que separaba lo terrenal del mundo de los muertos se abría, de forma que mortales y difuntos convivían durante algunas horas. ¿Pero y los disfraces de Halloween Para ahuyentar a los malos espíritus? Comenzaron a usar máscaras y hacer pequeños banquetes para celebrar algo así como una reunión familiar con sus antepasados. Poco después, se produjo una inmigración brutal de irlandeses a EEUU y Halloween tan importante que incluso forma parte de su cultura. ¿Cómo se celebra Halloween actualmente? En algunos países se celebra más que en otros, pero cada vez son más los que se apuntan a este día tan particular. Durante esa tarde-noche los niños van por las casas disfrazados pidiendo dulces a grito del famoso "Truco o trato" Algo que cada vez se ha hecho más popular es la decoración de Halloween y las flores y plantas son perfectas para completarla. Con un poco de imaginación, le darás un toque espeluznante y bonito a la vez. Los colores más utilizados son el naranja y el negro, pero otros como el azul, el morado, el rosa o el amarillo quedarán perfectos. Ahí van algunas ideas Centros de mesa o jarrones con flores y calabazas Otro clásico que nunca falla. Si vas a tener invitados en casa durante este día y quieres darle un ambiente especial, pero sin pasarse, esto es para ti. Tus invitados se sorprenderán al llegar por como huele de bien ese menú que has preparado, pero en cuanto se sienten en la mesa los tendrás conquistados del todo con un centro de mesa de Halloween. ¿Qué os parece esta idea de La figlia dei fiori ? Coronas de flores No podían faltar. En este caso elige flores naranjas, flores amarillas y combínalas con algunos tallos verdes y para decorar en Halloween tu comedor o la puerta de casa. Si estás buscando algo que hacer con tus peques, serán perfectas ya que el paso a paso para hacer una corona de flores es bastante fácil. Si no te lo crees, echa un vistazo a este post Manualidades de Halloween Otra opción es hacer una decoración 100% casera, como por ejemplo, pintar las macetas de tus plantas. Ésta en tu mano lo elaborado qué quieras hacerlo, pero a nosotros nos encantó esta de Sadie Seasongoods, perfecta para que niños y adultos pasen un buen rato

Elementos comunes

- **Calabazas:**

  Es el símbolo más icónico. Se pueden tallar para crear las "Jack-o'-lanterns" con velas o luces dentro.

- **Símbolos de terror:**

  Se usan figuras como esqueletos, fantasmas, brujas, gatos negros y murciélagos.

- **Objetos espeluznantes:**

  Se emplean telas de araña, huesos decorativos y otros objetos que evocan la muerte o lo paranormal.

- **Iluminación:**

  Se utilizan luces tenues, velas y faroles (especialmente los de papel o con formas de ojos) para crear un ambiente tenebroso.

- **Colores:** Los colores tradicionales son el negro y el naranja, simbolizando la noche y la calabaza, respectivamente.

Origen y propósitoLa tradición de decoración de Halloween proviene de la antigua celebración celta de Samhain, que marcaba el fin del verano y creía que el velo entre el mundo de los vivos y los muertos

excelentes a la hora de decorar la habitación y sitio de estudio de los más pequeños de la casa. Igualmente, se pueden transformar en cuadros decorativos con papel reciclado o cartas para regalar a los amigos y seres amados. Manualidades con botellas de plástico Como otro tipo de manualidades reciclables, tenemos aquellas que parten del reciclaje de botellas de plástico .A pesar de la gran utilidad de los materiales plásticos en nuestra vida diaria, su producción sigue en aumento y, por lo tanto, el reciclaje se vuelve esencial si queremos contribuir con el medio ambiente. En ese sentido, las **manualidades con botellas de plásticos** u otro tipo de plásticos reciclables, se presentan como un arte motivador, al fomentar la reducción, la reutilización y el reciclaje del este material. Entre las manualidades con botellas de plástico más comunes y sencillas de hacer, están las fabulosas **macetas de plástico reciclado** para el jardín, **botes de basura hechos con botellas**, floreros decorativos e incluso portalápices. Manualidades con vidrio o madera El último tipo de manualidades del que hablaremos consiste en emplear **objetos con material reciclado de vidrio y madera**, porque son muy versátiles al momento de transformarlos en nuevos objetos de uso alternativo. Las **manualidades con vidrio reciclado** pueden considerarse entre las más prácticas por hacer, ya que, en los casos más sencillos, solo tenemos que lavar muy bien los envases de vidrio utilizados y decorarlos a nuestro gusto, para convertirlos en floreros, recipientes para almacenar alimentos, o en **vasos de vidrio reciclado**. En cuanto a la madera, puede ser convertida en nuevos **objetos como mesas con madera reciclada**, estantes y cuadros decorativos para dentro de la casa o exteriores De hecho, si juntamos ambos tipos de materiales, podemos lograr una armonía que además se verá elegante. Así que, a partir de ahora, cuando vayas a tirar una silla o mesa de madera, un cuadro, o las botellas de vidrio, piensa en el uso que puedes darles si reúsas estos materiales para tus manualidade .Explora tu imaginación y creatividad:

RECURSOS:

Físicos:

- Sillas, mesas, Papel reciclado cartón, alambre, pinturas Colbon engrudo tijeras, bisturís, planillas de asistencia de asistencia esferos.

Humanos:

- Tallerista, participantes

RESULTADOS:
Cualitativos

Cuantitativos: 14 /10/2025Ingresan al taller (11) ciudadanos los cuales se dividen de la siguiente forma: hombres (11) de diferentes equipos de referencia y diferentes momentos, todos con buena disposición. 15/10/2025 ingresan 12 ciudadanos de diferentes etapas 11 hombres mujeres 1 de diferentes momentos con buena disposición para la realización de l taller

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Harney Díaz Gutiérrez

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TALLER DEL MAESTRO

Fecha:14/10/2025





REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TALLER DEL MAESTRO

Fecha:15/10/2025





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: TALLER DEL MANEJO

4. Fecha: 14/10/2025

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	79735844	Luis E Rodriguez	51	NO aplica	NO aplica	No aplica			X						
2	CC	1173194581	JEISON ABELLO	34	NO aplica	NO aplica	No aplica			X						
3	CC	80194190	NICOLAS GOMEZ	43	NO aplica	NO aplica	No aplica			X						
4	CC	79581883	Luis G. Bueno	54	NO aplica	NO aplica	No aplica			X						
5	CC	11322000	Gest Lelo	53	NO aplica	NO aplica	No aplica			X						
6	CC	1019062950	Carlos Chaparro	34	NO aplica	NO aplica	No aplica			X						
7	CC	79567283	Gabriel Gerena	56	NO aplica	NO aplica	No aplica			X						
8	CC	1136616093	Jonathan Paez	34	NO aplica	NO aplica	No aplica			X						
9	CC	1077688000	0419 2000902	45	NO aplica	NO aplica	No aplica			X						
10	CC	80106545	Luis A Gaula B	61	NO aplica	NO aplica	No aplica			X						
11	CC	79917593	PABLO RICO	45												
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: LEONEL MANJARRES

14. Cargo o rol del responsable: TALLERISTA CULTURAL

15. Firma del responsable de la actividad: Leonel Manjarres

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: TALLER DEL MACHETE

4. Fecha: 15/10/2025

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	1132200	Cruz Helo	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1014369096	Oscar Polo	95	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1026082950	Carlos Chaparro	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1015404044	Wilson Arteaga	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1024528503	David Felipe Avila	21	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80901369	Luis padilla	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	52866866	MARGUI SANCHEZ	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1026387	JESID CASTRO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80522337	CARLOS FLOREZ	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80194190	NICOLAS GOMEZ	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	80166545	JUAN AGUILAR	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	79783744	LUIS RODRIGUEZ	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: DANIEL MANRIQUE

14. Cargo o rol del responsable: TALLERISTA CULTURAL

15. Firma del responsable de la actividad: DANIEL MANRIQUE

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

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE LOS SERVICIOS SOCIALES FORMATO FICHA ACTIVIDAD EXTRAMURAL	Código: FOR-PSS-167 Versión: 0 Fecha: Memo INT. 26754 - 18/05/2018 Página: 1 de 3

OBJETIVO
Acompañar procesos de educación formal ofertados desde el distrito a partir de articulación con el eje transversal con el fin de continuar fomentando procesos aprendizajes a partir de la educación formal para las ciudadanas y ciudadanos de comunidad de vida el rosario.

Unidad Operativa:	COMUNIDAD DE VIDA EL ROSARIO
Fecha:	14/10/2025
Lugar:	CEDID BRITALIA
Horario:	8:00am – 12:00 pm.

METODOLOGÍA
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología activa, que permite el afianzamiento de aprendizajes desde la interacción con entornos educativos brindados por el distrito. La salida estará organizada según corresponda el proceso protocolario de la herramienta educativa, por medio de cual se podrá participar de actividades educativas tales como: visión de documentales educativos, experimentos prácticos, juegos interactivos entre otras actividades. 1) A las 4:30 a.m. se organizan las y los ciudadanos convocados para esta actividad para posteriormente organizarse en las rutas asignadas para el desplazamiento, esto en compañía del profesional asignado para el acompañamiento (Hermes vaca- Pedagogo) y (Angie Romero-promotor) 2) La actividad inicia a las 8:30am con la llegada del bus al punto, en este espacio cada ciudadano en compañía de los respectivos docentes se desplazará hasta el aula asignada y el grado que le corresponde, donde se abordarán las diferentes asignaturas y los trabajos pendientes. 3) Posteriormente, las y los ciudadanos se desplazan al segundo bloque académico para recibir las asignaturas de habilidades para la vida, lugar donde se realiza acompañamiento y entrega de guías desarrollada por los docentes. 4) Por último, retornan los ciudadanos a la comunidad de vida en compañía del profesional a las 12:30pm

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

8:30am-12:00am	• Organización de los diferentes grupos de trabajo • Clases básicas
10:00am-10:30 am	Merienda e hidratación. se realizará entrega de las meriendas a cargo de Equipo profesional de turno
10:30am-12:30pm	• Refuerzo de Guías • Cierre de clases
1:00pm	• Retorno a la comunidad

INSTITUCIONES A CONTACTAR EN CASO DE EMERGENCIA.

BOMBEROS, SASAIMA. ANA LUISA CASTILLO, 3108846399.
ESTACION DE POLICIA, SUB INTENDENTE ARCINIEGAS, 3102516091.
HOSPITAL HILARIO LUGO, URGENCIAS, 3174271880.

OBSERVACIONES (Este ítem se diligencia posterior a la salida)

La salida académica trascurrió con normalidad, se contó con la participación de 26 ciudadanas y ciudadanos, 2 mujeres y 24 hombres. Durante la jornada se abordó el tema de fechas de grado y seguimiento a las guías faltantes del módulo 3, adicionalmente los ciudadanos contaron con un espacio de revisión de avances, para cerrar se les hizo entrega de la merienda y se retornó de nuevo a la comunidad de vida.

Nombre del Profesional responsable de la salida:
Herney Diaz Coordinador, Hermes vaca pedagogo

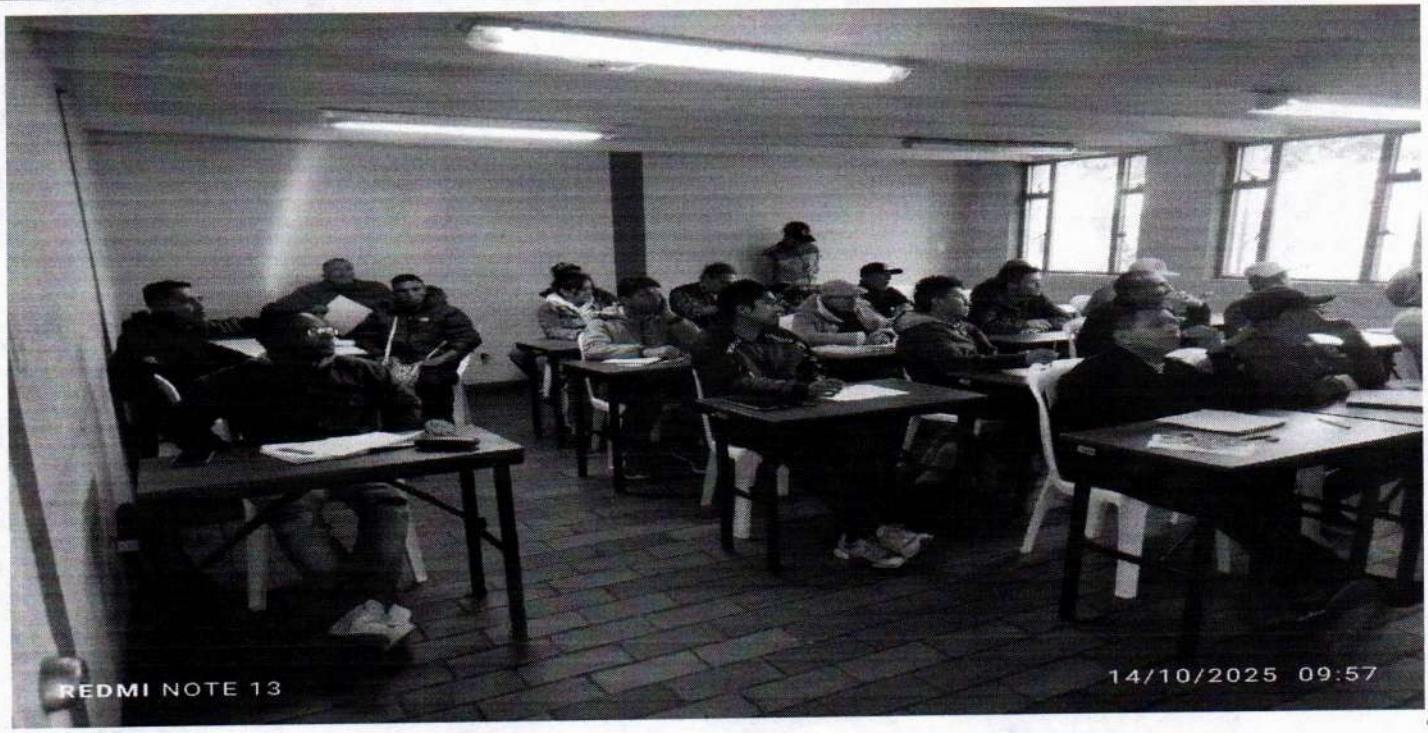
REGISTRO FOTOGRAFICO

Actividad: Salida Extramural CIPREA. Línea de atención 4: Dinamización de la Atención Integral Basada en Comunidad de Vida.

Fecha: 14/10/2025

Actividad transversal





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: CIPREIA Bachillerato
4. Fecha: 14 / 10 / 2025
5. Hora: 08:00 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	1032387205	Jesid Castro	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	94186668	Oscar J Mila	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79962854	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1014204094	Willyan Arteaga	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79955858	ELKIN RAVE	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80855[illegible]	OSCAR CHACHO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	14468821	Luis [illegible]	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1016068559	JULIAN D CRISTIANO	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80244819	Alexander Galeano	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	52[illegible]588	MAYERLY SANCHEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	2977765	Blanca Munar	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	79955381	Pablo Rodriguez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1070[illegible]229	Jeisson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79.957.635	Julio Cruz	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	79764623	Jeison J. Gozmen	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1014555534	Dayron Vidal	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80377313	CESAR SORIANO	55	No aplica	No aplica	No aplica			-						
18	CC	91.244.615	Rafael A. Mendoza	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1018788010	Harold Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	1014994769	Andres Castano	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Hermes Checa
14. Cargo o rol del responsable: Pedagogia
15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: CIPREIA Bachillerato
4. Fecha: 14/10/2025
5. Hora: 08:00 am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
21	CC	1030571332	Jhon Rojas	40	no aplica	no aplica	no aplica			✓						
22	CC	79643205	Jerson Moreno	55	no aplica	no aplica	no aplica			X						
23	CC	1033[illegible]3	Brayan Hueltes	31	no aplica	no aplica	no aplica			X						
24	CC	1016065[illegible]	Cristian Lopez	34	no aplica	no aplica	no aplica			✓						
25	CC	1019011[illegible]	Nelson Wilches	36	no aplica	no aplica	no aplica			✓						
26	CC	7142671	Hector [illegible]	54	no aplica	no aplica	no aplica			X						
27																
28																
29																
30																
31																
32																
33																
34																
35																
36																
37																
38																
39																
40																

13. Nombre del responsable: Heyma Vaca
14. Cargo o rol del responsable: pedagogica
15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario	**FECHA:** 14/10/2025	**HORA:** **INICIO** 02:00PM **FINAL** 03:30 PM

ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Cristian avila

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Manejo del tiempo libre

OBJETIVO GENERAL: Diseñar estrategias conscientes y planificadas para la utilización del tiempo libre, con el fin de alcanzar un desarrollo personal integral que favorezca el equilibrio entre el descanso, la recreación, crecimiento personal y las relaciones sociales, logrando así una mejora sustancial en la calidad de vida y el bienestar general de cada ciudadano.

.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Utilizar el tiempo libre para reflexionar, identificar gustos, valores, fortalezas y áreas de mejora.
- Practicar ejercicio regular, deportes o actividades al aire libre para mantener un buen estado físico.
- Brindar herramientas que permitan acercase a situaciones reales de autocuidado, buenos hábitos de salud, actividad física y esparcimiento en su tiempo libre, para su fortalecimiento cognitivo y personal.

METODOLOGÍA:

La actividad se llevará a cabo por medio de una metodología ludico-pedagogica que favorece el fortalecimiento de competencias para motivar a los participantes por medio del deporte, actividades culturales, hábitos de autocuidado por medio de la línea de acción 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

Adecuación

Se realizará la invitación a los participantes que asistirán al taller de momento 5 adecuando el espacio de quiosco.

Primer momento

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

Segundo momento

Se reunirá el grupo de asistentes en donde se iniciará con una actividad lúdica con el fin de que los participantes estén prestos al taller. La actividad consistirá en realizar ejercicios de concentración por medio de comandos de voz indicando palabras por parte del promotor y los participantes realizarán la acción contaría como por ejemplo arriba ellos estarán abajo.

Tercer Momento

Seguido de la lúdica se les brindará una charla previa donde se determinará que es el tiempo libre, sus beneficios, sus herramientas y las diferentes actividades que son beneficiosas del tiempo. Se les brinda un espacio a los participantes para que indiquen desde su experiencia personal en que utilizan su tiempo libre se indaga sobre el nivel de satisfacción individual, el buen comportamiento y la importancia de realizar este tipo de actividades aprovechables teniendo en cuenta el trabajo en equipo, el respeto, esto con el fin de mejorar sus habilidades físicas, cognitivas, personales, comunicativas y de aprendizaje.

Reacondicionamiento

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

TEMAS:

Tiempo Libre

Lo primero que tenemos que saber es qué es el tiempo libre. El tiempo libre se define cómo todo el tiempo del que disponemos y que no invertimos en responsabilidades y obligaciones. Por ejemplo, todo el tiempo que no estás estudiando, trabajando o en a clase, puede ser tu tiempo libre. El tiempo es una de las dimensiones más relevantes del ser humano, determina el funcionamiento y organización de un espacio habitado por los individuos; el tiempo tiene unas misteriosas formas de manifestarse: a través de la música, el arte, la familia, el trabajo, y todo aquello que compone la vida misma.

Hablar de tiempo libre en una época como la actual de múltiples ocupaciones, es complejo pero necesario para respirar, hacer un alto en el camino o para que las ideas y acciones del diario vivir puedan fluir de una manera más sana y armónica, es vital para el desarrollo de todas las facultades del ser humano.

Beneficios del tiempo libre

El tiempo libre nos permite salir de la rutina, cargarnos de energía, favorece la realización personal, fortalece los vínculos, las relaciones interpersonales y la sensación de pertenencia a un grupo, contribuye al crecimiento integral de la persona... También disminuye el estrés y la angustia. Desde un punto de vista más emocional, nos ayuda a ser más positivos, enérgicos y empáticos. Incluso interfiere en la biología, fortaleciendo el sistema inmunológico. Además, desde un enfoque más lúdico, podemos seguir formándonos y creciendo laboralmente. En definitiva, mejora nuestra calidad de vida.

Concepto de Actividades deportivas

Activista es un vocablo latino que llegó al castellano como actividad. La noción suele utilizarse con referencia a la acción o la diligencia que lleva adelante un individuo o una entidad. Deportivo, por su parte, es un adjetivo que alude a lo relacionado con el deporte (la competencia o el juego sujeto a reglas y que requiere entrenamiento para perfeccionarse en su práctica).

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

Trabajo, tiempo libre, ocio y deporte

La escisión entre trabajo y tiempo libre es una de las características más sobresalientes en la vida cotidiana de las poblaciones de las sociedades industriales y urbanas. El tiempo de trabajo, esto es, el dedicado a realizar actividades productivas que ofrecen un resultado con valor económico o social, se encuentra claramente separado para la mayor parte de las poblaciones en las sociedades avanzadas, al contrario de lo que ha ocurrido durante siglos en las sociedades agrarias, del tiempo de no trabajo. A su vez, por tiempo de no trabajo se entiende toda actividad que se encuentra fuera del programa y obligaciones de las tareas productivas. Un tiempo que incluye el dedicado a realizar actividades de ocio, el dedicado a otras actividades propias de la vida íntima como son las de mantenimiento personal y familiar, y también el denominado tiempo residual.

En el descubrimiento del ocio como tiempo libre eminentemente personal, esto es, opcionalmente integrador e identificador de la persona, radica uno de los sentidos más profundos de lo que el sociólogo francés Joffre Dumazedier denominara, hace más de cuarenta años, civilización del ocio, un término que se continúa utilizando con mucha frecuencia para caracterizar el periodo civilizatorio de las sociedades modernas, pero cuyo significado más preciso nunca ha sido hasta ahora suficientemente bien definido. Un ocio que no es sólo una opción estrictamente personal, sino también y sobre todo, un hecho social.

Y es que el ocio, como pura posibilidad, depende de un tiempo arrancado al trabajo, el tiempo libre, que se consigue en la medida en que se incrementa la productividad y la riqueza material del conjunto de la sociedad. Es de este modo como los logros de la sociedad industrial van haciendo posible la configuración de un nuevo espacio social que puede ser llenado por todo tipo de actividades (los ocios). Así pues, las actividades de ocio son elegidas por los individuos por sus cualidades de satisfacción personal, y se caracterizan por la libertad -es el resultado de una elección libre-, el desinterés -el verdadero ocio excluye el uso de toda actividad que sirva a cualquier fin material o social, aunque tal actividad sí estará sujeta a las leyes de la necesidad física y social-, la diversión -la primera condición del ocio es la búsqueda de un estado de satisfacción-, y el desarrollo de la personalidad -el ocio está asociado, en la configuración de la civilización del ocio que idealmente sugiere Dumazedier, a la realización de potencialidades humanas no dirigidas, esto es, con el hombre total en su sentido humanístico más elevado.

La importancia del estado físico

Puede decirse que las actividades deportivas son actividades físicas: siempre requieren algún grado de esfuerzo para mover el cuerpo y hacer frente a las exigencias de la disciplina.

Para practicar tenis, una persona debe desarrollar buena musculatura en sus brazos y manos para impactar la pelota, además de tener resistencia para correr a lo largo de todo el partido.

Actividades deportivas y deportes

Aunque muchas veces resulta difícil distinguir entre las actividades deportivas y el deporte, uno de los rasgos más característicos de este último es que implica la búsqueda de un resultado, la lucha por la victoria en el contexto de un enfrentamiento entre dos o más equipos. En otras palabras, los deportistas asumen el desafío de competir entre ellos. Por otro lado, el concepto de actividades deportivas suele estar

más relacionado con reuniones en las cuales el objetivo principal es la realización de ejercicio físico de forma amistosa.
Uno de los ámbitos en los cuales las actividades deportivas suelen aparecer con bastante asiduidad es el centro educativo, ya sea la escuela primaria o secundaria, e incluso la universidad. En estos casos, es común que se organicen celebraciones a finales de año, con el objetivo de que se reúnan padres e hijos y disfruten de diferentes eventos de carácter deportivo, por lo general, sin perseguir ningún título.
Como puede apreciarse, cuando un colegio o una universidad congregan a los estudiantes y sus familias para formar parte de este tipo de actividades deportivas, el ejercicio físico es el punto de encuentro entre todos los invitados, y no el foco de un enfrentamiento por una copa.

Fuente: https://definicion.de/actividades-deportivas/
https://www.esdinamic.com/por-que-es-tan-importante-aprovechar-el-tiempo-libre/
https://www.csd.gob.es/es/tiempo-libre-actividades-de-ocio-y-deporte

RECURSOS:
Recursos Humanos:
Promotores, participantes
Recursos físicos:
Lista de asistencia, esfero.

RESULTADOS:

Cualitativos:
Durante el desarrollo de la actividad las y los participantes se mostraron con una actitud receptiva a la temática trabajada para el desarrollo de esta, se cumplió con el objetivo de Diseñar estrategias conscientes y planificadas para la utilización del tiempo libre, con el fin de alcanzar un desarrollo personal integral que favorezca el equilibrio entre el equilibrio entre el descanso, la recreación, crecimiento personal y las relaciones sociales, logrando así una mejora sustancial en la calidad de vida y el bienestar general de cada ciudadano.

Cuantitativos:
Se contó con la participación de (9) nueve todos hombres, para un total de 9 ciudadanos.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ocon Gutierrez

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE ACTIVIDAD: MANEJO DEL TIEMPO LIBRE





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 responsable del tiempo y rutinas diarias

4. Fecha: 14/10/2025

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	1012354917	Roben Perez	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80773214	Cesar Pinilla	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80897793	Jhoes Bedoya	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79827487	Felix Sierra	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	566113	DONAL RAMOS	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	11322000	Eder Soto	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1088038676	David Sanchez	21	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1013621613	Jonatan perez	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1024495103	David felipe Avila	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
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:**14/10/2025	**HORA:** 2:00 PM 3:30 PM
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Javier Araujo

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Hábitos de autocuidado físico y emocional

OBJETIVO GENERAL:

- Desarrollar hábitos de vida saludables a través de la implementación de estrategias de autocuidado, para mejorar la calidad de vida y el bienestar físico y emocional de los participantes.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar prácticas de autocuidado físico, como realizar actividad física regular, mantener una alimentación saludable y dormir adecuadamente
- Promover estrategias para el manejo del estrés y la ansiedad, a través de la práctica de actividades que fomenten el bienestar emocional, como la escritura, el arte y la conexión con la naturaleza.
- Fomentar la auto reflexión y auto evaluación para identificar áreas de mejora y establecer metas personales de bienestar.

METODOLOGIA:

Para el desarrollo de esta actividad los ciudadanos de etapa de 2 de desarrollo personal y en 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 socio educativa la cual busca fortalecer las habilidades y capacidades del ciudadano que le permitirá desenvolverse de manera asertiva en los diferentes grupos sociales, ya sea a nivel familiar, laboral, recreativo entre otros, además de esto se desarrolla a través de una serie de acciones realizadas por educadores. Se trata de actividades de naturaleza educativa que se desarrollan entorno a grupos de individuos o colectivos que se ven afectados por problemas de ámbito social o comunitario que, por un motivo u otro, afectan a su evolución y bienestar personal y profesional. esto con el objetivo que el ciudadano pueda identificar y fortalecer su conocimiento adquirido en el taller de interés, es decir se 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 la sala de Tv de casa 2, 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, para el desarrollo se les presentara los puntos y la metodología que se va a implementar, posteriormente se harán preguntas a los asistentes, sobre sus conocimientos o experiencias vividas en cuanto al tema tratado en el taller
- **Segundo momento:** A través de diapositivas y videos informativos se buscará que el ciudadano se informe sobre el tema, se indagará entre los asistentes sus experiencias y desde el mismo grupo potenciar las falencias que estos puedan tener, luego mediante un ejemplo se les explica de una manera más practica y real sobre el tema tratado, para que ellos tengan una idea de cómo se realiza y como aplicarlo en su vida personal o laboral.
- **Tercer momento:** Se realizará el cierre de la actividad por medio de juegos en línea respecto al tema expuesto, posteriormente se ubicarán las sillas alrededor del área para que el ciudadano se sienta en confianza, se sensibiliza sobre el taller y se comparten ideas, dudas, algunos ciudadanos interesados y otros aportando bajo sus experiencias vividas.

Reacondicionamiento del espacio:
La zona del aula múltiple 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:

Autocuidado: beneficios y estrategias para lograr un bienestar óptimo

Puede que tus técnicas habituales de autocuidado no funcionen. Puede que hayas oído a tanta gente hablar de sus «rutinas de autocuidado» que tu cabeza no para de pensar en cuántas rutinas se supone que debes mantener en todo momento, una persona soltera con otras responsabilidades. En este artículo encontrarás toda la información sobre su significado y los tipos de autocuidado, así como de los beneficios que tiene y estrategias que puedes aplicar.

Qué es y por qué es importante auto cuidarse

El autocuidado es un concepto fundamental para nuestra salud mental, pero ¿qué significa realmente? En pocas palabras, el autocuidado se refiere a las acciones y decisiones conscientes que tomamos para cuidar de nuestro bienestar emocional y psicológico. Implica dedicar tiempo y atención a nuestras necesidades mentales, emocionales y espirituales, y adoptar hábitos que promuevan un equilibrio y una sensación de bienestar en nuestras vidas.

El autocuidado es importante porque nos permite mantener una salud mental óptima y hacer frente a los desafíos diarios de una manera más efectiva. Nos ayuda a manejar el estrés, reducir la ansiedad y prevenir el agotamiento emocional.

Además, el autocuidado nos permite reconectar con nosotros mismos, cultivar la autoestima y fortalecer nuestra resiliencia. Al dedicar tiempo y esfuerzo a cuidar de nuestra salud mental, estamos invirtiendo en nuestro bienestar a largo plazo y mejorando nuestra calidad de vida en general. No se trata solo de un lujo o un capricho, sino de una necesidad vital para nuestro equilibrio emocional y nuestra felicidad.

Tipos de autocuidado

El concepto hace referencia a la práctica intencional de cuidar de uno mismo en diferentes aspectos: emocional, físico, espiritual y personal. Aunque a simple vista pueden parecer términos abstractos, entender cada uno de ellos y su importancia es fundamental para alcanzar un bienestar integral.

Autocuidado emocional

El autocuidado emocional se centra en mantener y promover una buena salud mental. Implica reconocer, comprender y gestionar nuestras emociones de manera saludable. Aquí tienes algunos ejemplos de autocuidado emocional:

- Expresión emocional: busca formas saludables de expresar tus emociones, como hablar con amigos cercanos, familiares o un terapeuta. Escribir en un diario también puede ser una herramienta útil para procesar tus sentimientos.
- Establecer límites: aprende a establecer límites saludables en tus relaciones, tanto personales como laborales. Aprende a decir «no» cuando sientes que te estás sobrepasando y necesitas tiempo para ti mismo.
- Prácticas de relajación: dedica tiempo regularmente a técnicas de relajación, como la meditación, la respiración profunda o el yoga. Estas prácticas pueden ayudarte a reducir el estrés y promover la calma mental.
- Cuidado social: mantén conexiones significativas con amigos y seres queridos. Programa actividades sociales que te hagan sentir bien y te permitan compartir momentos agradables con quienes te rodean.

Autocuidado físico

El autocuidado físico se enfoca en mantener un cuerpo sano y activo. Algunos ejemplos de autocuidado físico son:

- Actividad física regular: encuentra una actividad física que disfrutes y hazlo regularmente. Puede ser caminar, correr, nadar, practicar deportes o cualquier otra forma de ejercicio que te guste. Mantenerte activo te ayudará a mantener un buen estado de salud física y mental.
- Alimentación equilibrada: presta atención a tu alimentación y procura consumir una dieta equilibrada y nutritiva. Incluye frutas, verduras, proteínas y granos enteros en tu dieta diaria y evita los alimentos procesados en la medida de lo posible.
- Descanso adecuado: duerme lo suficiente para permitir que tu cuerpo se recupere y se regenere. Establece una rutina de sueño regular y crea un ambiente propicio para un descanso de calidad. Cuidado de la salud: Programa chequeos regulares y citas médicas para cuidar de tu salud física. No ignores los síntomas y busca atención médica cuando sea necesario.
- Cuidado de la salud: programa chequeos regulares y citas médicas para cuidar de tu salud física. No ignores los síntomas y busca atención médica cuando sea necesario.

Autocuidado espiritual

El autocuidado espiritual se refiere a nutrir tu espíritu y encontrar un sentido de conexión con algo más grande que tú mismo. Aquí tienes algunos ejemplos de autocuidado espiritual:

- Meditación: practicar la meditación te permite calmar la mente, conectar contigo mismo(a) y encontrar paz interior.
- Naturaleza y contemplación: pasar tiempo al aire libre, observando la belleza de la naturaleza, te ayuda a conectarte con algo más grande que tú y cultivar un sentido de asombro y gratitud.
- Lectura espiritual: leer textos sagrados, filosóficos o inspiradores te brinda sabiduría y enseñanzas que nutren tu espíritu.
- Práctica de gratitud y afirmaciones: cultivar la gratitud y utilizar afirmaciones positivas fortalece tu conexión espiritual y te llena de energía positiva.

Autocuidado personal

El autocuidado personal se trata de consentirte y dedicar tiempo a tus propias necesidades y deseos. Aquí tienes algunos ejemplos de autocuidado personal:

- Tiempo para ti: dedica momentos exclusivamente para ti, donde puedas hacer actividades que disfrutes, como leer un libro, ver una película, tomar un baño relajante o practicar un hobby.
- Autoexploración: conócete a ti mismo(a) y descubre tus fortalezas, pasiones y metas. Establece objetivos personales y trabaja hacia ellos, ya sea aprender algo nuevo, desarrollar habilidades o alcanzar logros personales.
- Autoestima y autocuidado: cultiva una actitud positiva hacia ti mismo(a) y practica la autocompasión. Reconoce tus logros y valora tus propias cualidades. Date permiso para descansar y disfrutar de momentos de ocio sin sentir culpa.
- Establecer límites: aprende a decir «no» cuando es necesario y establece límites saludables en tus relaciones y actividades. Prioriza tu bienestar y no te sobrecargues con responsabilidades o compromisos que te agoten.
- **Beneficios del autocuidado**
- El autocuidado es una práctica que ha ganado reconocimiento en los últimos años debido a su impacto positivo en el bienestar general. Se refiere a las acciones y decisiones conscientes que tomamos para promover nuestra salud física, mental y emocional. Aunque puede parecer un concepto simple, sus beneficios son profundos y abarcan todos los aspectos de nuestra vida. Los principales beneficios del autocuidado son:
- **Mejora de la salud mental**
- El autocuidado es una estrategia efectiva para mantener una buena salud mental. Al dedicar tiempo a cuidar de nosotros mismos, reducimos el estrés y promovemos el equilibrio emocional. Practicar actividades como la meditación, la respiración profunda o la escritura terapéutica nos ayuda a gestionar mejor nuestras emociones y a cultivar una mentalidad más positiva.
- Aumento de la autoestima
- El autocuidado nos ayuda a desarrollar una relación más saludable y amorosa con nosotros mismos. Al priorizar nuestras necesidades y dedicarnos tiempo y atención, fortalecemos nuestra autoestima y nos sentimos más valorados. Esto nos permite establecer límites saludables en nuestras relaciones y tomar decisiones que nos beneficien a nivel personal.
- Reducción del estrés
- El estrés crónico puede tener un impacto negativo en nuestra salud física y mental. El autocuidado nos brinda herramientas para reducir el estrés y promover la relajación. Practicar actividades como el ejercicio físico, la meditación o el tiempo de calidad con nosotros mismos nos ayuda a calmar la mente y el cuerpo, aliviando la tensión acumulada.
- Aumento de la energía y la vitalidad
- El autocuidado nos permite recargar nuestras energías y mantenernos enérgicos y vitales en nuestro día a día. Al priorizar el descanso adecuado, la nutrición adecuada y la actividad física regular, mejoramos nuestra resistencia física y mental. Esto se traduce en una mayor productividad, una mejor concentración y una sensación general de bienestar.
- Fortalecimiento de las relaciones
- El autocuidado no solo beneficia nuestra relación con nosotros mismos, sino también nuestras relaciones con los demás. Al cuidar de nuestras necesidades y establecer límites saludables, podemos relacionarnos de manera más auténtica y satisfactoria con los demás. Además, al estar en un estado emocional equilibrado, somos capaces de brindar un apoyo más sólido y compasivo a nuestros seres queridos.
- Mejora de la salud física

- El autocuidado no se limita solo a la salud mental, sino que también tiene un impacto positivo en nuestra salud física. Al llevar una dieta equilibrada, hacer ejercicio regularmente y descansar lo suficiente, fortalecemos nuestro sistema inmunológico, mejoramos nuestra resistencia cardiovascular y reducimos el riesgo de enfermedades crónicas.
- Aumento de la creatividad y la inspiración
- El autocuidado fomenta la conexión con nuestra propia esencia y nos permite explorar nuestras pasiones y talentos. Al dedicar tiempo a actividades creativas, como la pintura, la escritura o la música, estimulamos nuestra mente y alimentamos nuestra inspiración. Esto nos ayuda a expandir nuestra perspectiva y encontrar nuevas soluciones a los desafíos de la vida.
- Fomento de la resiliencia
- El autocuidado nos proporciona las herramientas necesarias para enfrentar los desafíos y adversidades de la vida con mayor resiliencia. Al fortalecer nuestra salud mental, mejorar nuestra autoestima y desarrollar habilidades de afrontamiento, estamos mejor equipados para superar obstáculos y recuperarnos de los contratiempos.

FUENTE: Autocuidado: beneficios y estrategias para lograr un bienestar óptimo - Siquia Psicólogos Online

RECURSOS:

Recursos Humanos participantes y promotor
Recursos físicos Mesas, sillas, televisor, listado de asistencia.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el taller se busco dar cumplimiento a los objetivos establecidos para realizar la actividad en la cual los participantes se sensibilizaron sobre la aplicación de estrategias dadas en las rutinas de comunidad de vida en la cual se buscaran estrategias efectivas de autocuidado físico, incluyendo técnicas de relajación, y cuidado de la piel, fuera de estos beneficios se busca con el tema propuesto, que los asistentes obtengan herramientas para reducir el estrés y la ansiedad ante lo cual reportaron sentirse más relajados y centrados, estos logros se podrán ver reflejados en una mejora en la autoestima y la confianza en sí mismos, así como una mayor capacidad para manejar situaciones difíciles. Al momento de realizar la socialización los participantes reportaron una mayor conexión con sus emociones y una mejor capacidad para manejarlas de manera saludable, obteniendo entre ellos una mayor capacidad para establecer límites saludables en las relaciones, priorizando el autocuidado físico, así como una mayor conciencia de la importancia del cuidado personal.

Cuantitativos: Para el desarrollo de esta actividad con los ciudadanos que se encuentran en etapa 2 de desarrollo personal se contó con la asistencia y participación de 9 ciudadanos del género masculino.

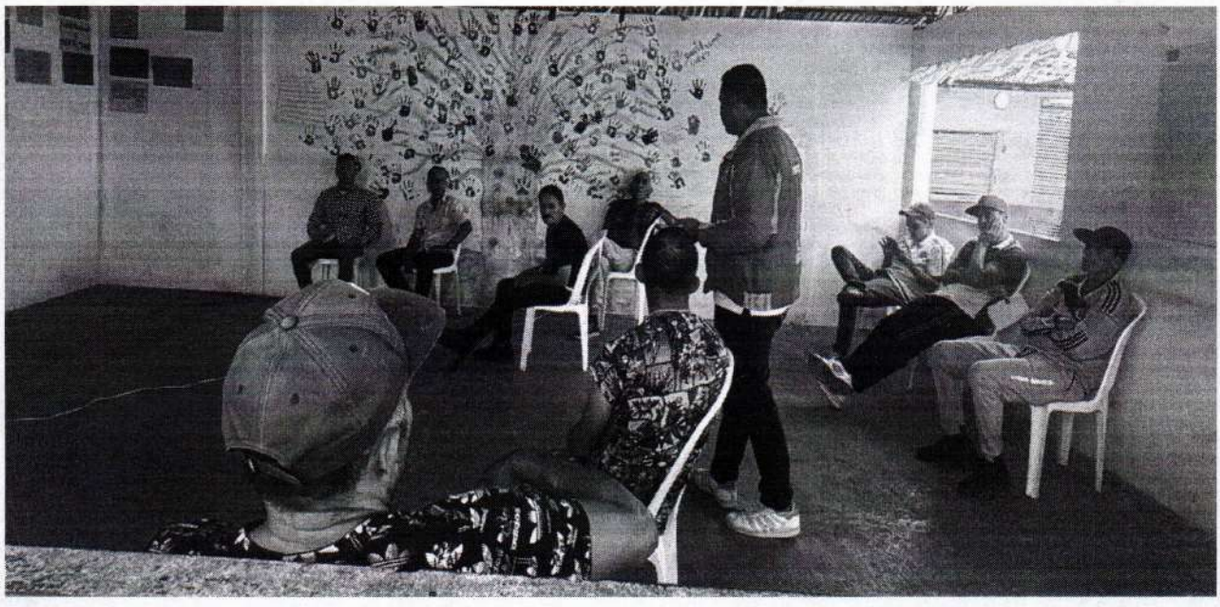
FIRMA DEL RESPONSABLE: Javier Arango

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hermes Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: HÁBITOS DE AUTOCUIDADO FÍSICO Y EMOCIONAL
LINEA DE ATENCIO III FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO LA GESTIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES
FECHA: 14/10/2025





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: Habitos de autocuidado fisico y Emocional

4. Fecha: 14/10/2025

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	80220064	Cesar Tafino	43	No aplica	No aplica	Naplica			X						
2	CC	1032403208	ANDRES CASTANO HUERTAS	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CE	1617550	JAIME OSORIO	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79374180	Juan Motta	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79735844	Luis E Rodriguez P	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6		79581883	Luis G. Bueno	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80726596	Andres Jairo Rodriguez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1014796	Julio Cesar Pinzon	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79917593	FABIO RICO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Javier Amy

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 14/10/2025	**HORA:** INICIO: 2:00 PM FINAL: 3:30 PM
ÁREA: Promotoria	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sergio Araujo	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Participación activa en comunidad y sentido de pertenencia			

OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar la participación activa y el sentido de pertenencia en la comunidad mediante actividades lúdicas con el fin de mejorar su calidad de vida y fortalecer sus relaciones sociales.

Objetivos Específicos:

- Desarrollar en los ciudadanos habilidades para participar activamente en la comunidad, como la comunicación efectiva, el trabajo en equipo y la resolución de conflictos.
- Promover el sentido de pertenencia en la comunidad, ayudando a los participantes a sentirse conectados con los demás y con su entorno.
- Impulsar la responsabilidad social, animando a los participantes a tomar un papel activo en la comunidad y a contribuir al bienestar de los demás.

METODOLOGÍA

Con el fin de darle cumplimiento a la actividad con los ciudadanos de etapa III y en el marco de la línea de atención fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades se basará en la metodología psico educativa la cual hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano y la ciudadana mitigar los riesgos y reducir los daños asociados a determinadas situaciones. Con ello, se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada persona logre el mayor grado de desarrollo personal posible

- **Adecuación**: Se realizará la invitación a través de los tableros informativos situados en casa 1 y de casa 2 sobre la actividad que se realizara, la cual estará dirigida a los participantes que se encuentran en etapa 3 de desarrollo personal, se adecuara el espacio con los materiales y elementos necesarios para el desarrollo de la actividad.
- **Primer momento:**
  Se convocará a los ciudadanos a una de las áreas polifuncionales de casa 2 específicamente al aula Gabriel García Márquez en la cual se ubicaran las sillas y formaran un círculo, para que entre todos puedan observarse y debatir la temática, se iniciara el taller con una actividad rompe hielo la cual se trata del famoso juego "quien quiere ser millonario esto con el objetivo de que ellos asistentes puesto que vienen de un espacio de ocio y esparcimiento puedan estar mas atentos y despiertos para la actividad.
- **Segundo Momento:**
  Se dará continuidad la actividad en el cual por grupos se les socializara a los asistentes el tema y los objetivos de esta actividad, en la cual la primera parte será indicar que es gestión y los diferentes tipos de gestión de vida sobre los cuales se busca debatir su significado y la importancia de los mismos en el diario vivir; posteriormente socializan el resultado y se inicia la conclusión del concepto sobre la temática a tratar, con el fin de que sea de comprensión para los asistentes; seguido a esto se debate ¿cómo se forman los hábitos? brindándoles pautas a tener en cuenta como: el valor de los pequeños pasos, la necesidad de practicar , la importancia de la experimentación de nuevas técnicas; de tal manera que entre los participantes se cree una lluvia de ideas.
- **Tercer momento:**
  Se finalizara la actividad brindado instrucciones de lo que influye en el cambio de una conducta y que esta se convierta en un hábito palabras como: motivación, fuerza de voluntad, ambivalencia, mecanismos de defensa (negación, minimización y justificación), creencias, valores y expectativas, el participante deberá concluir si para cambiar esa conducta que él anhela debe concluir en que aspectos no debe ahondar más ya que estos lo alejan de la conducta a cambiar y de conformar ese hábito saludable.
- **Reacondicionamiento del espacio**

Una vez terminada la actividad se solicita a los asistentes a organizar el espacio en el cual se organizó la actividad, para que este espacio quede en buenas condiciones, el promotor se encargara de que esto se lleve a cabo.

TEMAS:

¿QUÉ ES EL SENTIDO DE PERTENENCIA?

El sentido de pertenencia o sentimiento de pertenencia es la identificación subjetiva que un individuo experimenta respecto a un grupo, una organización o una comunidad. Implica sentirse cómodo, bienvenido y aceptado dentro de ese colectivo

El sentido de pertenencia es un elemento fundamental en la constitución de las comunidades humanas, ya sean naciones, ejércitos, organizaciones dedicadas al trabajo o equipos deportivos. Este sentimiento permite que los integrantes de un grupo trabajen en conjunto y prioricen el bienestar colectivo sobre el individual. Sin un sentido de pertenencia sólido, la coordinación y la cohesión dentro de un grupo se ven afectadas.

Puntos clave

- El sentido de pertenencia es la identificación subjetiva que una persona siente hacia un grupo, organización o comunidad, al sentirse aceptada, cómoda y valorada.
- Se desarrolla en diferentes etapas de la vida, generalmente de forma espontánea, a través de la convivencia y los intereses comunes.
- En colectivos muy amplios, como la ciudadanía de un país, se construye mediante la educación cívica y la transmisión de valores compartidos.
- Es esencial para el desarrollo personal y social, ya que refuerza la autoestima y la seguridad emocional, y promueve la cooperación y el compromiso en grupos y organizaciones.

¿Cómo se desarrolla el sentido de pertenencia?

El sentido de pertenencia, en gran medida, surge de manera natural y espontánea entre individuos que conviven y comparten intereses durante cierto tiempo, ya que estas experiencias crean vínculos de identidad.

Este sentimiento se desarrolla a lo largo de las distintas etapas del desarrollo humano:

- Niñez. El entorno escolar tiene un papel fundamental. Las relaciones con maestros y compañeros influyen en la formación de la identidad, y la participación en actividades escolares refuerza la sensación de inclusión.
- Adolescencia. Las amistades y los grupos de pares adquieren una mayor relevancia. Durante esta etapa, la necesidad de aceptación se vuelve central, y la identificación con ciertos intereses y estilos de vida fortalece la conexión con el grupo.
- Adultez. El sentido de pertenencia se extiende a ámbitos como el laboral, el social y el comunitario. Participar en grupos de interés y organizaciones ayuda a reforzar la idea de formar parte de una comunidad más amplia.

Cuando un colectivo es muy amplio o diverso, como la ciudadanía de un país, el sentido de pertenencia no siempre surge de manera espontánea. En estos casos, para construirlo, se requiere la educación cívica, que promueve la identificación con una comunidad más extensa, así como la transmisión de valores compartidos, como la fidelidad, el respeto y la responsabilidad, que fortalecen la cohesión grupal.

Importancia del sentido de pertenencia

El sentido de pertenencia es fundamental para el desarrollo personal y social. En el ámbito familiar, sentirse aceptado y valorado refuerza la autoestima y la seguridad emocional. Cuando una persona se siente parte de su núcleo afectivo, desarrolla una base sólida para relacionarse con los demás de manera positiva.

La teoría de las necesidades humanas, también conocida como pirámide de Maslow, formulada por el psicólogo estadounidense Abraham Maslow (1908-1970), destaca el sentido de pertenencia como una necesidad afectiva esencial, y la ubica en su pirámide junto a otras como el amor y la amistad.

A lo largo de la historia, el sentido de pertenencia ha sido crucial para la supervivencia de la especie humana. La capacidad de cooperar y formar grupos permitió a las personas enfrentar juntas los riesgos y peligros de la naturaleza. Por esta razón, las organizaciones y empresas fomentan este sentimiento para fortalecer el compromiso y la colaboración entre los trabajadores.

¿QUÉ ES LA PARTICIPACIÓN ACTIVA Y POR QUÉ ES IMPORTANTE?

La participación activa es un aspecto crucial a la hora de superar la prueba de *participación material. Se refiere al nivel de participación* y compromiso que un individuo tiene en una actividad o esfuerzo particular. Ya sea en un entorno profesional, educativo o en una actividad personal, la participación activa juega *un papel importante* a la hora de determinar el éxito y los resultados obtenidos. Desde *diversas perspectivas*, la participación activa se considera esencial por varias razones.

1. Aprendizaje mejorado: la participación activa promueve una comprensión y retención de información más profundas. Cuando las personas participan activamente en debates, hacen preguntas y aportan sus pensamientos e ideas, es más probable que comprendan los conceptos de manera eficaz. Este enfoque interactivo permite un intercambio dinámico de conocimientos y fomenta las habilidades de pensamiento crítico.

Por ejemplo, en un salón de clases, los estudiantes que participan activamente respondiendo preguntas, participando en actividades grupales y compartiendo sus ideas tienden a comprender mejor el tema en comparación con aquellos que escuchan pasivamente o permanecen en silencio. Al interactuar

activamente con el material, los estudiantes pueden conectar conceptos teóricos con ejemplos de la vida real y aplicarlos de manera más efectiva.

2. Mayor motivación: la participación activa fomenta la motivación y el entusiasmo hacia el logro de objetivos. Cuando las personas se sienten involucradas y valoradas en una actividad o proyecto en particular, es más probable que se sientan motivadas para hacer su mejor esfuerzo. Este sentido de propiedad y responsabilidad alimenta la motivación intrínseca, lo que conduce a *mayores niveles* de productividad y satisfacción.

Por ejemplo, en un entorno laboral, los empleados que participan activamente en reuniones de equipo, sesiones de lluvia de ideas y procesos de toma de decisiones se sienten más involucrados en su trabajo. Es más probable que tomen iniciativas, ofrezcan *ideas innovadoras* y colaboren eficazmente con sus colegas. *Esta participación activa* no sólo mejora la satisfacción laboral sino que también contribuye al *éxito organizacional* general.

3. Habilidades de comunicación mejoradas: la participación activa fomenta habilidades de comunicación efectivas al brindar oportunidades para que las personas se expresen con claridad y confianza. Participar en discusiones y debates permite a las personas articular sus pensamientos, escuchar atentamente las perspectivas de los demás y desarrollar empatía hacia diferentes puntos de vista.

Considere un foro comunitario donde los residentes participen activamente en discusiones sobre temas locales. Al expresar sus preocupaciones, compartir ideas y escuchar a los demás, pueden trabajar colectivamente para encontrar soluciones y fomentar un sentido de comunidad. *La participación activa en dichos foros* no sólo mejora las habilidades de comunicación, sino que también fortalece los vínculos sociales y promueve *el compromiso cívico.*

4. Habilidades mejoradas para resolver problemas: la participación activa alienta a las personas a pensar críticamente y desarrollar habilidades para resolver problemas. Al participar activamente en actividades que requieren toma de decisiones, análisis y evaluación, las personas pueden desarrollar un enfoque proactivo para abordar desafíos y encontrar soluciones innovadoras.

Fuente de consulta:

- ¿qué Es La Participación Activa Y Por Qué Es Importante - FasterCapital
- Sentido de pertenencia - Qué es, importancia y origen

RECURSOS:

Físicos:

- Mesas, sillas, tablero, hojas de papel, colores, lapices

Humanos:

- Participantes, promotor

RESULTADOS:

Cualitativos

Al desarrollar esta actividad se logro avanzar en los objetivos que se establecieron al iniciar el taller en el cual los asistentes manifestaron que este tipo de talleres los potencian en las herramientas que han adquirido durante su estadía en comunidad, en lo cual enfatizan la comunicación efectiva, el trabajo en equipo y la resolución de conflictos, expresar sus opiniones y necesidades de manera clara y respetuosa y por consiguiente expresan una mayor confianza en sus habilidades para participar en la comunidad.

Por otra parte, indican que promover este tipo de actividades les ha ayudade con su desarrollo personal ya que para ellos ha sido importante, el hecho de mirarse al espejo y notar el cambio que han tenido los llena de satisfacción y aun mejor el saber que han podido favorecer el bienestar físico y mental

Cuantitativos

En esta actividad se contó con la asistencia y participación de 20 ciudadanos distribuidos de la siguiente manera 19 hombres, 1 mujer pertenecientes a la etapa 3 de desarrollo personal.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Sergio Araujo

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PARTICIPACION ACTIVA EN COMUNIDAD Y SENTIDO DE PERTENENCIA

LÍNEA DE ATENCIÓN III: FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO, LA GESTIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES

FECHA: 14/10/2025

TIPO DE ACTIVIDAD: TALLER DE FORMACION ETAPA 3 DE DESARROLLO PERSONAL







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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Participación activa en comunidad y sentido de pertenencia

4. Fecha: 14/10/2025

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	1074423882	LUIS ALBERTO	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					LUIS ALBERTO	
2	CC	1012420031	OSCAR GONZALEZ	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					OSCAR	
3	CC	70038740	Fernando Jurado	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	80865376	JOHAN MURCIA	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	4157490	LUIS MONTES	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	1032355881	Carlos Moreno	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Carlos Moreno	
7	CC	79046410	Carlos A Vol.	62	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Carlos A V.	
8	CC	80.126.687	Juan Viloria	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	1019062980	Carlos Chaparro	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	80174190	Nicolás Gomez	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	4178984	FARITH RIVERA	49	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					FARITH	
12	CC	79305517	Carlos A. García	61	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	CC	1014190605	YERSON GARCIA	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					YERSON GARCIA	
14	CC	79316816	Cesar A Ospina	61	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
15	CC	1117519631	Jeison Abello	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
16	CC	3504987	JESUS FRANCISCO	55	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					JESUS	
17	CC	52763121	LUZ MARINA	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					BUITRAGO	
18	CC	1073690060	MIGUEL	19	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
19	CC	79962854	Mauricio Rico	48	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
20	CC	1033971189	Raul Farieta	36	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						

13. Nombre del responsable: Sergio alejandro Araujo

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida El Rosario.	**FECHA:** 14/10/2025	**HORA:** **INICIO**: 2:00 P.M. **FINAL**: 4:00 PM.
ÁREA(S):Promotoria	**RESPONSABLE(S) DE LA ACTIVIDAD:**	Edwin León

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: tejiendo redes para la vida

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer los vínculos afectivos existentes entre los y las ciudadanas vinculadas a la comunidad de vida y quienes conforman sus redes de apoyo primarias, favoreciendo el restablecimiento de los lazos afectivos, proyectando posibles procesos de inclusión social y/o familiar.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar los diferentes tipos de redes que contribuyen a los ciudadanos y ciudadanas como factor protector para su inclusion.
- Reconocer los diferentes recursos con que cuentan a nivel individual y comunitario que favorecan su atención en un momento especifico.
- Conocer las diferentes rutas de atención que les permitirán el fortalecimiento de su inclusión social.
- Reforzar el vínculo afectivo existente entre los y las ciudadanas y sus referentes familiares, favoreciendo la identificación de responsabilidades asociadas al rol que ocupan en el núcleo familiar.

METODOLOGÍA:

En esta acción formativa será necesaria utilizar la metodología psicoeducativa, de la línea de atención III Promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agendamiento de capacidades, con etapa 2; para dar un entendimiento más profundo acerca del tema redes de apoyo; donde los ciudadanos y ciudadanas a partir de dicha experiencia podrán construir su propia red de apoyo.

Adecuación:

Se reúne al equipo de trabajo para organizar el espacio dispuesto para la actividad de manera adecuada.

Primer momento:

Se organizan los recursos físicos que se van a implementar durante el ejercicio, sillas, mesas, computador, televisión al igual que el recurso humano, ciudadanos y profesional del área de trabajo social.

Segundo momento:

La actividad inicia por medio de las palabras de bienvenida, por parte de la profesional del área de trabajo social quien les indica acerca de la metodología de trabajo y la manera en que se desarrollará el taller de desarrollo personal, con el propósito de indicarles las estrategias y que conozcan el plan de trabajo establecido. A continuación, se les solicita a los usuarios que se ubiquen en círculo, para dar inicio a la actividad de acercamiento "Construyendo red", se les indica a los participantes organizasen por parejas, seguido de ello un jugador se vendara los ojos donde deberán pasar por obstáculos, retos y penitencias y se guiara por el otro jugador quien dará las indicaciones para que se mueva por el lugar de juego. Posteriormente, se cambiará de roles, al finalizar la actividad se generará un espacio de expresión de opiniones con preguntas orientadoras.

Tercer momento:

Para dar inicio a la actividad, se realizará una sensibilización orientada a resignificar el vínculo afectivo existente entre los y las participantes y sus redes de apoyo presentes promoviendo el reconocimiento y vinculación de los y las ciudadanas a la estructura del núcleo familiar, social o laboral.

Posteriormente, se realiza la proyección de material audiovisual donde se explica la definición de red de apoyo, tipos e identificación de estas. Seguido a ello se brindará un espacio reflexivo donde los y las ciudadanas identificarán sus roles dentro de su contexto social y familiar.

Reacondicionamiento del espacio:

El profesional encargado solicita la colaboración de los participantes, con el fin de que recojan los posibles residuos que se pudieron originar durante el desarrollo del encuentro, fomentando en ellos a la corresponsabilidad y compromiso.

TEMAS:

¿Qué es una red de apoyo?

Las redes de apoyo social son: "el conjunto de relaciones que integran a una persona con su entorno social, o con personas con las que establecen vínculos solidarios y de comunicación para resolver necesidades específicas. Las redes pueden reducirse o extenderse proporcionalmente al bienestar material, físico o emocional de sus integrantes, y al involucramiento y la participación activa en el fortalecimiento de las sociedades. Están en constante movimiento y las integran personas (cualquier número a partir de dos) que comparten intereses, principios ciudadanos y que asumen principios de reciprocidad, no violencia y acción voluntaria".

Tipos de red de apoyo

Entre los tipos de apoyos que brindan las redes podemos encontrar los siguientes:

- **Emocionales:** afectos, confianza, compañía, empatía, reconocimiento, escucha. Pueden ser a través de visitas, llamadas telefónicas, invitaciones, abrazos, etc.
- **Instrumentales.** Ayuda para transportarse, labores del hogar, hacer las compras, el cuidado o acompañamiento.
- **Cognitivos.** Intercambio de experiencias, información, consejos que permitan entender o recordar una situación, etc.
- **Materiales.** Dinero, alojamiento, comida, ropa, donaciones, etc.

Clasificación redes de apoyo

Las redes se pueden clasificar en formales e informales.

- **Informales.** Son las redes personales y comunitarias, a su vez se dividen en primarias y secundarias:
- **Primarias.** Están conformadas por la familia, amigos y vecinos. Cumplen funciones de socialización, cuidado y afecto, reproducción y estatus económico, entre otras.
- **Secundarias.** Es el mundo externo a la familia: grupos recreativos, organizaciones civiles y sociales que operan en la comunidad, organizaciones religiosas, relaciones labores o de estudio. Algunas de sus funciones son la compañía social, el apoyo emocional, la guía cognitiva y de consejos, la regulación social, dar ayuda material y de servicios y la posibilidad de acceder a nuevos contactos.
- **Formales.** Son las redes conformadas por organizaciones del sector público en los diferentes niveles de gobierno (federal, estatal y municipal), que cumplen funciones de orientación, información, capacitación, promoción y atención a la salud, alimentación, defensa de derechos, recreación, cuidados.

Características de las redes de apoyo social:

- Hay un sentido de solidaridad entre sus integrantes.
- Son heterogéneas e incluyentes, ya que pueden estar integradas por personas de cualquier edad, sexo, condición económica, creencias, etc.
- Actúan con autonomía, según el criterio de las propias redes.
- Buscan alcanzar objetivos concretos, según las necesidades que surgen.
- Existe la reciprocidad, se da y recibe en proporción a las circunstancias de cada persona o grupo.
- Se da interacción entre sus integrantes y elementos externos, sociedad e instituciones.

- Son cambiantes, es decir, se renuevan y adaptan a las necesidades del entorno a través del tiempo.
- Son resolutivas, generan una respuesta y/o solución a las diversas situaciones.

FUENTES DE CONSULTA:

- https://ccp.ucr.ac.cr/espam/descargas/ESPAM_cap5web.pdf

RECURSOS MATERIALES:

- Computador, Televisor, Sillas, Tablero, Marcador, Mesa, Elementos didácticos, Lista de asistencia y Esfero.

RECURSO HUMANO:

- Promotor y cuidadanos.

RESULTADOS

CUALITATIVO:

Durante la ejecución del taller los ciudadanos lograron identificar los diferentes tipos de redes que contribuyen como factor protector en el momento de una posible inclusión social, familiar o laboral, asimismo los participantes reconocen los diferentes recursos con que cuentan a nivel individual y comunitario que favorecen su atención en un momento especifico.

CUANTITATIVOS:

Se evidencia la asistencia y la participación de once (11) ciudadanos dentro de los cuales:

- **Hombres:11**
- **Mujeres:0**
- **Población diferencial (LGBTI):0**

FIRMA DEL RESPONSABLE: Edwin Leon.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hervey Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TEJIENDO REDES DE APOYO

FECHA: 14/10/2025





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: Tejiendo Redes Para la Vida

4. Fecha: 14/10/2025

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	8[illegible]	[illegible]	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	6[illegible]	[illegible]	73	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	3046545	[illegible]	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	2194087	[illegible]	65	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	7543755	[illegible]	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1[illegible]	[illegible]	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1012412886	Diego [illegible]	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1015[illegible]	[illegible]	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1036[illegible]	[illegible]	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	7439602	Fabio [illegible]	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	5299239	[illegible]	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Edwin Jeca

14. Cargo o rol del responsable: Promotor SC.

15. Firma del responsable de la actividad: Edwin Jeca

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 15/10/2025	**HORA:** INICIO: 09:00am FINAL: 10:30am
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andres Fabián Lopez cano	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada de distensión, preparación olimpiadas baloncesto 3x3.			

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar la integración, el bienestar y la activación física de las y los participantes mediante una jornada de distensión enfocada en fortalecer habilidades técnicas, tácticas y actitudinales del baloncesto 3x3, con miras a la preparación para las olimpiadas en conmemoración al mes de habitabilidad en calle.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la participación y el trabajo en equipo a través de ejercicios cooperativos que fortalezcan la cohesión grupal y el sentido de pertenencia en torno al baloncesto 3x3.
- Desarrollar habilidades técnicas y tácticas propias del baloncesto 3x3, mediante actividades lúdicas y recreativas orientadas al dominio del balón, la coordinación y la toma de decisiones en juego.
- Favorecer el bienestar físico y emocional de las y los participantes, incentivando la práctica deportiva como medio de distensión, autocuidado y preparación integral para las olimpiadas en conmemoración al mes de habitabilidad en calle.

METODOLOGÍA:
La actividad transversal se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que beneficiará el fortalecimiento de competencias para motivar a realizar actividad física y deporte en los participantes como estrategia a la implementación de hábitos de vida saludables, desgaste energético y de esta manera distensionar de una manera adecuada en pro a la preparación de las olimpiadas en conmemoración al mes de la habitabilidad en calle en la modalidad de baloncesto 3x3; esta actividad irá encaminada bajo la línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

- **Adecuación**: Se realizará la invitación a los ciudadanos que deseen participar de la actividad proyectada; se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad.
- **Primer momento:** Se explicará los objetivos a alcanzar durante la ejecución de la actividad y la metodología a desarrollar, nos desplazamos en donde se realizará la jornada programada.
- **Segundo Momento:** Estando allí, se formará el grupo en posición donde todos estén separados mínimo a dos metros uno del otro, para la charla previa a toda la actividad, donde se explicará la importancia de realizar ciertos movimientos o ejercicios previos, como la movilidad articular, estiramientos, activación y fase central de una sesión de iniciación a la actividad física o deporte.
    1. Movilidad articular general
    2. Tren inferior
    3. Tren superior
    4. Activación o entrada en calor

Se hará una entrada en calor muy lúdica utilizando juegos pre deportivos de componentes físicos y cognitivos para distensionar a todos los participantes y que ellos hagan de la activación algo motivante y relajante para su situación dentro de la comunidad de vida.

Y para la fase central se procederá a la actividad deportiva, manejada desde las modalidades muy conocidas, como lo es el baloncesto, en este caso baloncesto 3x3, en donde se ejecutará varios encuentros deportivos dependiendo la cantidad de equipos conformados; por medio de este se pretenderá que los ciudadanos tomen conciencia de la importancia de estar bien físicamente para su mejora actitudinal y de salud mental, de igual manera, manejar lazos de compañerismo, buen comportamiento, canalización de cargas, dialogo asertivo.

- Fase técnica y táctica adaptada
    - Ejercicios de control del balón (dribling y cambios de dirección).
    - Pases en tríos y desplazamientos hacia el aro.
    - Mini reto de tiros desde distintas zonas de la cancha.

- Juego modificado 3x3 rotativo (partidos cortos de 5 minutos) fomentando la comunicación, la cooperación y el juego limpio.
- Estiramiento Final

- **Tercer momento:** Se llevará a cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su vida, de igual manera se realiza el retorno a la comunidad de vida.
- **Reacondicionamiento del espacio**: Se invitará a los ciudadanos a reacomodar el espacio dejándolo en óptimas condiciones.

TEMAS: JORNADA DEPORTIVA

La actividad física es entendida como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS, world Health Organization 2005).

El término actividad física también se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de "ejercicio" físico.

Ejercicio físico, es un término más específico que implica una actividad física planificada, estructurada y repetitiva realizada con una meta, con frecuencia con el objetivo de mejorar o mantener la condición física de la persona.

Condición física, es un estado fisiológico de bienestar que proporciona la base para las tareas de la vida cotidiana, un nivel de protección frente a las enfermedades crónicas y el fundamento para el desarrollo de actividades deportivas. Esencialmente, el término condición física describe un conjunto de atributos relativos al rendimiento de la persona en materia de actividad física.

También se le llama "Fitness".

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

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

BALONCESTO

El baloncesto es un deporte de equipo con un alto nivel de exigencia física, técnica y táctica. El rendimiento no sólo va a depender de las cualidades individuales de cada jugador, sino que también va a estar condicionado por su integración e interacción con el resto de compañeros del equipo (6). A pesar de ser un deporte que goza de una alta popularidad y prestigio internacional, son pocos los trabajos realizados que nos acerquen al estudio y comprensión de las respuestas fisiológicas durante el esfuerzo y la participación de las diferentes vías metabólicas y de producción de energía en relación al rendimiento específico.

El baloncesto se clasifica por Dal Monte y cols.(5), como un deporte aeróbico-anaeróbico alternado. Esto es, se producen demandas alternativas de las tres vías de producción de energía, con un frecuente acoplamiento de la energía aeróbica y anaeróbica. Esto ha generado una cierta confusión entorno a numerosos aspectos relacionados con las "prestaciones" de este deporte, en especial, con las vías metabólicas predominantemente utilizadas. Desde mitad de los años 70, se han realizado esfuerzos por analizar los requerimientos fisiológicos y el perfil funcional de los jugadores de baloncesto.

Las metodologías utilizadas para estimar el costo energético incluyen: análisis de los movimientos, tiempo de juego y reposo mediante filmaciones, monitorización de la frecuencia cardíaca y medición de la concentración de lactato en sangre, tanto en el entrenamiento como en la competición. En los escasos estudios realizados sobre el terreno deportivo de los que disponemos en la bibliografía, se desprenden los siguientes datos: Dal Monte y cols.(5) en una muestra de 32 jugadores informan de una concentración de lactato que varía de 2.1 a 6.5 mMol/l y unas frecuencias cardíacas durante el juego entre 152 y 205 pulsaciones por minuto (ppm). Colli y Faina en 1987(4) obtuvieron concentraciones de lactato entre 2.2 y 6.4 mMol/l. y frecuencias cardíacas entre 160 y 180 ppm. en hombres, mientras que en mujeres las concentraciones de lactato oscilaron de 1.9 a 6.5 mMol/l. McInnes y cols.(10) en 1995, realizaron determinaciones durante la competición, observando lactatos medios de 6.8 (2.8) mMol/l, superiores a los encontrados hasta ese momento. La frecuencia cardíaca media durante el juego fue de 169 ppm(9), que representa el 89 % de la frecuencia cardíaca máxima alcanzada en laboratorio, siendo similares a las referidas por otros autores (Ramsey, 1970 (170 ppm); Ker 1968 (169 ppm)), citados por McInnes y cols.

Las concentraciones de lactato de este trabajo indican, que además de la potencia anaeróbica aláctica, la resistencia anaeróbica láctica (6 – 10 mMol/l), tiene una importante contribución en los requerimientos energéticos.Las altas frecuencias cardíacas encontradas por la mayor parte de los autores, son indicativas tanto de una importante contribución del metabolismo aeróbico, como de la influencia de factores psicológicos.

Fuente de consulta:

Carless, D. & Douglas, K. (2010). Sport and physical activity for mental health. West Sussex, United Kingdom: Blackwell Publishing Ltd.

Carrión, F. (2006). El fútbol como práctica de identificación colectiva. *Quito: FLACSO.*

Real Barajas, K. E. (2017). El futbol como herramienta para mejorar las capacidades físicas básicas en los estudiantes que integran la selección del instituto Técnico Arquidiosesano San Francisco de Asís sede José Antonio Galán de la ciudad de Pamplona N/S Colombia.
Bonafonte, L. F. (1988). Fisiología del baloncesto. Archivos de medicina del deporte, 15(68), 479-483.
Cometti, G. (2006). La preparación física en el baloncesto. Editorial Paidotribo.

RECURSOS:

Físicos:

- Cancha, balones, petos, conos

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, Equipo Profesional

RESULTADOS:

Cualitativos: Como resultado de la jornada de distensión enfocada en el baloncesto 3x3, los ciudadanos fortalecieron sus habilidades técnicas y tácticas en el juego, evidenciando una mejora en la comunicación, el trabajo en equipo y la toma de decisiones en situaciones de juego real. Asimismo, se generó un ambiente de integración, respeto y sana competencia que contribuyó al bienestar físico del grupo. La actividad permitió además afianzar el sentido de pertenencia hacia la comunidad y la preparación colectiva para las olimpiadas, promoviendo la convivencia, la inclusión y el reconocimiento del deporte.

Cuantitativos: Se conto con la participación de (10) ciudadanos, los cuales, (9) son de genero son de género masculino, (1) perteneciente a genero femenino.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Andres F. Ibarra C

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Jornada de distensión, preparación olimpiadas baloncesto 3x3,

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

fecha: 15/10/2025.

actividad transversal.





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Jornada de Jistalación Piturración Deportes Baloncesto 3x3

4. Fecha: 15/10/2025

5. Hora: 09:00AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80338114	Wilmar Forero B	38	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Wilmar	
2	CC	900209[illegible]	JAV. CA MURAYANO	41	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	1077423899	LUISHILBERTO	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					LUISHILBERTO	
4	CC	80243905	DANIEL AREVALO	45	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	79764623	Jeison J. Guzman	44	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	[illegible]	LUIS NIETO	40	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	52763187	LUZ MARINA	51	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					BUITRAGO	
8	CC	56013	DIANA PARRA	39	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					DIANA	
9	CC	80734214	Jaber Pinilla Reyes	42	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
10	CC	[illegible]	Raul Forero	56	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Fondres Fabian Lopez Cano

14. Cargo o rol del responsable: Educador Físico

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 15/10/2025	**HORA:** **INICIO** 09:00 AM **FINAL** 10:30 AM
ÁREA: Tallerista Cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandro Bejarano	
NOMBRE DE ACTIVIDAD: Sonidos de vida – Grupo musical			

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

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

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

METODOLOGÍA
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, encaminada en la línea de atención III nombrada; fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

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

Trabajo por Etapas Progresivas

Etapa 1: Escucha y Apreciación Musical

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

Etapa 2: Exploración Instrumental y Vocal

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

Etapa 3: Ensayo Guiado

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

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

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

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

Primer momento
Se explicarán los objetivos a alcanzar durante 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 dará inicio con ejercicios de respiración y estiramientos articular preventivo enfocado en las extremidades distales superiores con el fin de predisponer el cuerpo para la actividad a realizar

- Movilidad articular general
- Tren inferior
- Tren superior
- Estiramiento muscular
- Actividades rítmicas sencillas (palmas, pies, etc.) para activar el sentido del ritmo.

Se continuará con el ensayo de la segunda canción la cual es flaca de Andrés Calamaro sin dejar de lado el ensayo de la primera canción (tu cárcel – enanitos verdes) con el fin de ir mejorando las dos versiones al tiempo, se trabajará la ritmización y los tiempos con el objetivo de que cada ves las canciones suenen mas coordinadas y con un ritmo constante.

Tercer momento reacondicionamiento del espacio
Por último, se realizará el cierre y reflexión de lo aprendido durante el taller

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

TEMA

LA IMPORTANCIA DE LOS USOS DE LA MÚSICA EN LA VIDA DIARIA
La **música** con su **ritmo**, **armonía** y **melodía** siempre ha acompañado a todas las sociedades a lo largo de la evolución. Y es que la música no deja de ser un **lenguaje universal** que causa siempre el conocido efecto de acción-reacción, siempre hay una sensación ante una melodía. Lo cierto es que es uno de los factores más influyentes, además de uno de los principales motores de sentimientos y reacciones, debido a la actividad cerebral que reproduce en las personas. Cualquier actividad con música se hace mucho más llevadera ya que su escucha proporciona una reducción constante del estrés y una sensación de tranquilidad que permite adquirir el confort y la comodidad necesarios para poder llevar a cabo las actividades. ¿A ti también te pasa?
Existen tantos tipos de música como gustos en el mundo. Y es que no para todos es relajante el mismo tipo de música. Está demostrado que la música tiene influencia directa sobre las emociones y los estados de humor de las personas. Por regla general, tras escuchar música disponemos de una actitud positiva frente a la vida. Pero **la música tiene multitud de beneficios para el día a día**. A continuación, te los contamos todos:
Usos y beneficios de la música para el día a día
- **Estimula la actividad cerebral**. La música, además de ser uno de los elementos que más placer genera, libera dopamina, la cual estimula el circuito cerebral subcortical encargado de **generar respuestas a nivel emocional**. Así, cuando los sonidos entran por el conducto auditivo llegan hasta las redes neuronales del cerebro donde se producen respuestas de control y de ejecución de movimientos.
- **Impulsa el aprendizaje**. Los recién nacidos responden antes a las melodías que a los estímulos de sus propios padres. Los dibujos animados suelen incluir canciones porque el manejo de los ritmos permite a los niños la memorización de la información y de los conceptos de una manera más rápida y sencilla. La práctica de la música permite el **desarrollo de la motricidad**, es decir, la **coordinación de los movimientos** y la **orientación en el espacio**.
También son destacables las numerosas ventajas para los músicos. Y es que aquellos que practican música desde edades tempranas tienen una mayor capacidad de memoria.
- **Aumenta la concentración**. Muchos ven incrementada su **capacidad de concentración** al escuchar música instrumental mientras estudian o realizan trabajos. La música es una técnica de estudio más a través de la cual las tareas se hacen más llevaderas. La música clásica también permite mejorar en un corto período de tiempo la memorización de las tareas ya que su ritmo pausado propicia un efecto calmante y una atmosfera de aprendizaje ideal.
- **Fomenta la positividad**. La conocida como **musicoterapia** es utilizada ya por muchos profesionales para tratar procesos y conductas emocionales. La musicoterapia permite por medio de la exploración de los propios sentimientos realizar cambios de ánimo, aumentar el control sobre las propias emociones, mejorar la sociabilización y aprender a poner en práctica las habilidades para resolver de manera autosuficiente los problemas. De esta forma se trata de mejorar trastornos, deficiencias o problemas psicológicos a través de la música. Ello se consigue gracias a que las melodías tienen una influencia directa sobre el estado de ánimo.
- **Elimina el estrés**. La música es un remedio eficaz para **eliminar los niveles de estrés**. A la música se la reconoce en muchas culturas como un tipo de medicina recuperativa en aspectos afectivos y mentales. Los especialistas han demostrado a través del estudio interno de sus beneficios que la escucha activa de música tiene una influencia positiva sobre el sistema nervioso. Hablamos de la reducción de los latidos del corazón, de una respiración más lenta y de una sensación de tranquilidad total.
- **Aumento de la motivación**. La música está directamente relacionada con la motivación. Una fiesta sin música no es entendida como fiesta, lo mismo ocurre con una clase de baile sin música. La música nos

acompaña en nuestras vidas pero es sobre todo durante la **ejecución de actividades físicas** cuando alcanza su máximo nivel motivacional. Los ritmos fuertes, latinos, electrónicos y repetitivos son clave para la motivación general durante actividades como el running, la musculación, el baile o cualquier otro tipo de deporte.

- **Ayuda a conciliar el sueño**. La música, en su mayoría pausada, es utilizada por una parte de la población para llegar a **conciliar el sueño**. Muchos son los que no entienden una noche sin música una vez acostados en la cama. Esto se debe a que la música produce una serie de sustancias químicas en el cerebro que ayudan a alcanzar la relajación total y a eliminar tensiones, fomentando así una respiración más calmada y una sensación de bienestar que ayuda a conciliar el sueño de una manera más rápida.

La música continuará formando parte de nuestras vidas y de la sociedad en general como disciplina cultural. Pero, sobre todo, será la **transmisión de generación en generación** la que permitirá el mantenimiento de la música en el tiempo como un sello de identidad. Por tanto, la música se mantendrá como la fuerza creativa, comunicativa y emocional primordial del planeta

FUENTES

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

RECURSOS

Recursos Humanos

- Tallerista, participantes

Recursos físicos

- Sillas, galones reciclados, baquetas

RESULTADOS:

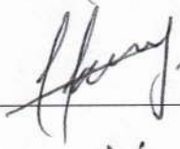
Cualitativos:

Dándoles cumplimiento a los objetivos del taller se logró evidenciar satisfacción personal por participar activamente, aprender algo nuevo y mostrarlo ante otros, también se puede observar que los participantes expresan sentirse más tranquilos, alegres y motivados después de cada sesión. evidenciando un aumento de la confianza en sí mismos al lograr interpretar una canción o pieza musical.

Cuantitativos:

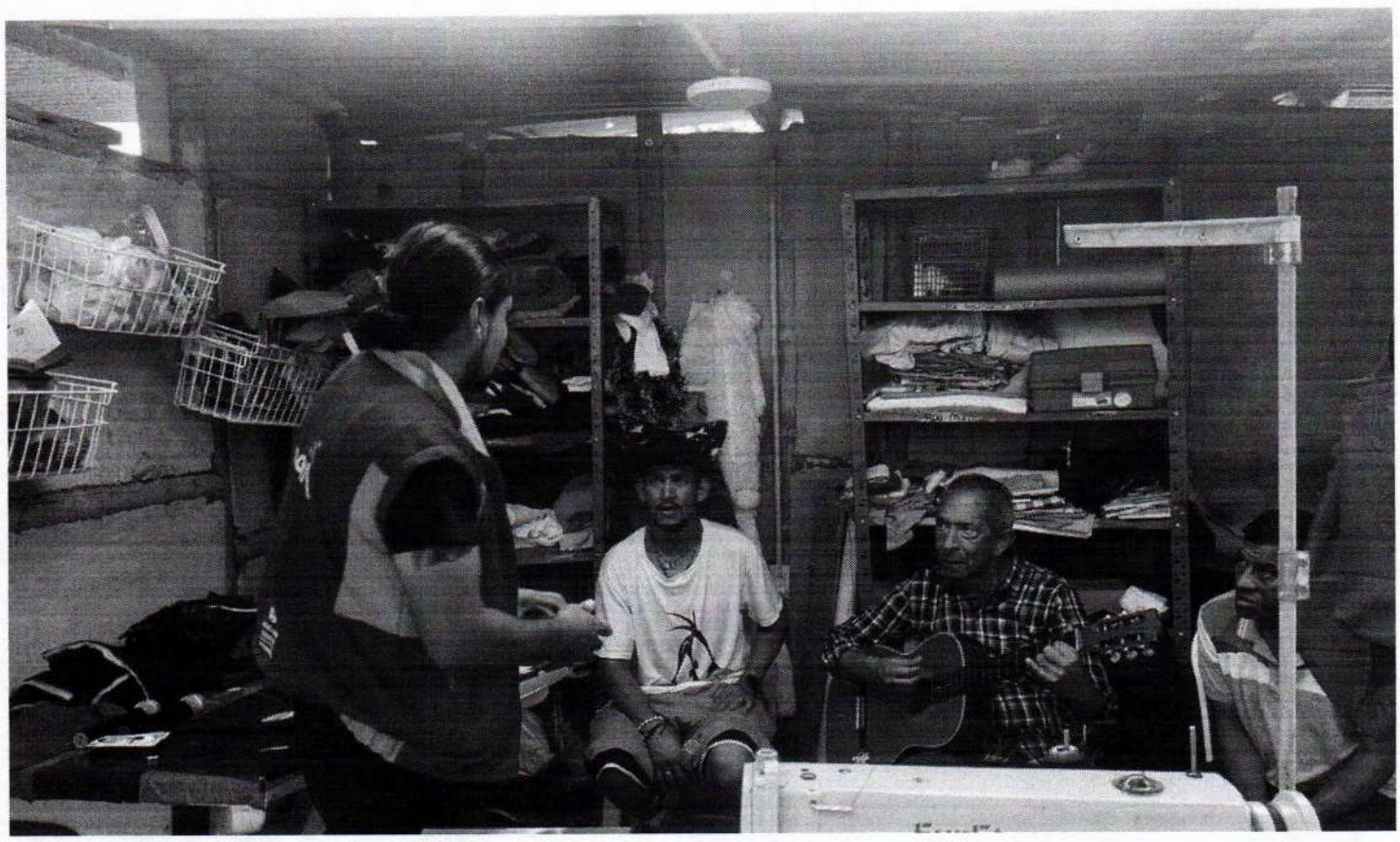
Ingresan al taller cinco (5) participantes todos del género masculino de diferentes equipos de referencia y etapas, con buena disposición

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ortiz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
LÍNEA DE ATENCIÓN III: FORTALECIMIENTO DE LAS REDES DE APOYO, LA GESTIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE LAS OPORTUNIDADES.
ACTIVIDAD TRANSVERSAL
15/10/2025
SONIDOS DE VIDA – GRUPO MÚSICA





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Sonidos de Vida - Grupo musical

4. Fecha: 15/10/2025

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	1007392147	Cristian Danilo Gago	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1024505903	David Felipe Avila	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1031571332	Juan Rojas	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1015.411116	Juan Fredy Garcia	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1002554	Jaime Ossio	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro Bejarano

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 15/10/2025	**HORA:** **INICIO**: 11:00 Am **FINAL**: 12:00 Pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela Ivette Rodríguez Pérez	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Inteligencia Emocional			

OBJETIVO GENERAL:
Fortalecer las competencias emocionales de los participantes para que puedan reconocer, gestionar y expresar sus estados emocionales de manera adaptativa, promoviendo un mejor bienestar psicológico y relaciones interpersonales más sanas.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Facilitar el reconocimiento de emociones propias y ajenas (conciencia emocional).
- Desarrollar estrategias de autorregulación emocional (gestión de emociones).
- Potenciar la comunicación asertiva en el contexto comunitario.
- Estimular la capacidad de resolución de conflictos con recursos internos y sociales.
- Promover habilidades de toma de decisiones reflexiva ante situaciones vitales.

METODOLOGÍA:
Desde la línea de atención III Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, la actividad se llevará a cabo desde la metodología psico educativa: hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano y la ciudadana mitigar los riesgos y reducir los daños asociados a determinadas situaciones. Con ello, se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada persona logre el mayor grado de desarrollo personal posible.

Adecuación:
Se organizará el espacio destinado para el encuentro con los participantes de etapa IV, el cual se realizará en la sala de TV de casa 2, seguido a esto se convoca a los y las ciudadanas al espacio asignado, sumado a ello, la profesional realizará el alistamiento de los materiales necesarios para el adecuado desarrollo de la actividad programada

Primer momento:
Bienvenida, presentación del taller y normas básicas (confidencialidad, respeto, turno de palabra).
Dinámica de acercamiento: "Rondas de emoción" — cada participante dice en una palabra cómo se siente hoy.
Actividad de rompehielos: "Círculo de emociones" – cada uno menciona una emoción que ha experimentado recientemente y comparte brevemente su contexto.

Segundo Momento:
Introducción teórica breve sobre inteligencia emocional.
Dinámica "Rueda de emociones" o "Termómetro emocional": identificar la intensidad de una emoción en una situación reciente.
Ejercicio guiado "Reconocer para regular": los participantes narran una experiencia emocional difícil, identifican la emoción, pensamiento asociado y posibles reacciones conductuales.
Role playing: dramatización de escenarios comunes (conflictos con otros, frustraciones, rechazos) para practicar respuestas asertivas y autorregulación.
Técnica "Semáforo emocional": detenerse ante una emoción intensa (rojo), pensar alternativas (amarillo) y actuar (verde).

Tercer momento:
Reflexión grupal guiada: ¿Qué aprendí hoy? ¿Qué me llevo para practicar en mi día a día?
Compromiso de aplicación: cada participante escribe una acción concreta que realizará ante una emoción difícil en la próxima semana.
Ejercicio de relajación breve (respiración guiada, visualización o escaneo corporal).
Cierre simbólico: cada uno dice una frase de fortaleza ("Yo puedo", "Merezco bienestar", etc.).

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

TEMAS:

1. Definición de inteligencia emocional

La inteligencia emocional fue propuesta por Peter Salovey y John D. Mayer (1990) como la capacidad de monitorear los propios sentimientos y los de los demás, discriminarlos adecuadamente y utilizar esa información para guiar el pensamiento y la acción.

Posteriormente, el modelo de "cuatro ramas" de Mayer & Salovey describe que la inteligencia emocional implica cuatro capacidades:

- Percepción emocional (identificar emociones propias y ajenas)
- Facilitación emocional del pensamiento (usar las emociones para priorizar el pensamiento)
- Comprensión emocional (analizar relaciones entre emociones, cambios temporales)
- Regulación emocional (modificar emociones para promover desarrollo personal)

Según esta perspectiva, las emociones no son obstáculos, sino fuentes de información adaptativa si se saben manejar.

2. Aplicación en poblaciones vulnerables / contexto de calle

Las personas en situación de calle enfrentan múltiples estresores: inseguridad, estigmatización, rupturas sociales, consumo de sustancias, entre otros. Estas condiciones pueden afectar su regulación emocional, el autocontrol y su capacidad para percibir apoyo social.

Un enfoque psicoeducativo con dinámicas grupales y ejercicios vivenciales (identificación emocional, autorregulación, role playing) puede promover recursos psicosociales, resiliencia y fortalecimiento del sentido de agencia en este contexto.

3. Competencias que integra el taller

- Conciencia emocional (reconocer estados emotivos)
- Autorregulación (modular respuestas emocionales)
- Empatía / reconocimiento del otro
- Comunicación asertiva (expresar necesidades de manera respetuosa)
- Resolución de conflictos y toma de decisiones emocionalmente informada

Para la práctica, puedes utilizar recursos como cuadernos de ejercicios de inteligencia emocional (adaptados al lenguaje del grupo), así como textos y guías de talleres previos disponibles públicamente (ver "Taller Inteligencia Emocional" en Scribd)

FUENTE DE CONSULTA:

- https://journals.sagepub.com/doi/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg
- https://www.mbaknol.com/modern-management-concepts/the-four-branch-model-of-emotional-intelligence/
- https://eqpower.ch/wp-content/uploads/2023/02/2016_Mayer_Caruso_Salovey.pdf
- https://www.researchgate.net/publication/357308349_Daniel_Goleman_Emotional_Intelligence

RECURSOS:

Fisicos

- Materiales impresos: hojas, lápices, marcadores, Cartulinas o fichas bibliográficas para escribir conceptos y conclusiones grupales, Espacio apropiado con sillas en círculo para facilitar la interacción, Apoyo audio (opcional) para ejercicios de relajación (música suave, guías de respiración).

Humanos:

- Ciudadanos, Ciudadanas y profesional de psicología.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Durante el desarrollo del taller de Inteligencia Emocional se contó con la participación activa y constante de todos los ciudadanos asistentes, quienes demostraron disposición para involucrarse en las actividades propuestas y apertura para compartir sus experiencias personales relacionadas con el tema. Al inicio de la sesión se evidenció cierta expectativa por parte del grupo respecto a la forma en que se abordaría la temática, ya que varios manifestaron que la inteligencia emocional era un tema que habían escuchado previamente.
- A medida que avanzó la jornada, los participantes comenzaron a expresar sus conocimientos y percepciones previas, refiriéndose a las emociones como "positivas" o "negativas". Este punto permitió generar un espacio de diálogo y reflexión profunda, en el cual se orientó sobre la comprensión adecuada de las emociones, aclarando que ninguna emoción es buena o mala en sí misma, sino que lo que puede ser positivo o negativo son las reacciones y formas de gestionarlas. Esta aclaración resultó significativa para el grupo, ya que muchos expresaron sorpresa al reconocer que sentir emociones como enojo, tristeza o frustración no implica debilidad o error, sino humanidad. A partir de ello, se desarrolló una comprensión más amplia sobre la importancia de aceptar y reconocer las emociones propias, enfatizando en la necesidad de gestionarlas de manera asertiva y sin transgredir los límites del otro.
- Durante el taller se observó un ambiente participativo y de confianza, donde los ciudadanos dialogaron abiertamente, escucharon con respeto las intervenciones de sus compañeros y se mostraron receptivos a la orientación brindada. La disposición general fue positiva, lo que permitió el desarrollo fluido de las

actividades y facilitó la adquisición de nuevos aprendizajes sobre el manejo emocional. Al cierre, los participantes manifestaron sentirse satisfechos con la experiencia, destacando que lograron comprender la inteligencia emocional desde una perspectiva más humana y realista, y que se llevaban herramientas útiles para aplicar en su vida cotidiana, especialmente en el control de sus reacciones y en la expresión adecuada de sus emociones. En términos generales, el taller representó un espacio significativo de aprendizaje y sensibilización, donde se fortalecieron habilidades de autoconocimiento, autorregulación y empatía, pilares esenciales para la construcción de relaciones saludables y el bienestar emocional.

Cuantitativos:

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

FIRMA DEL RESPONSABLE: Daniela Rodríguez

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

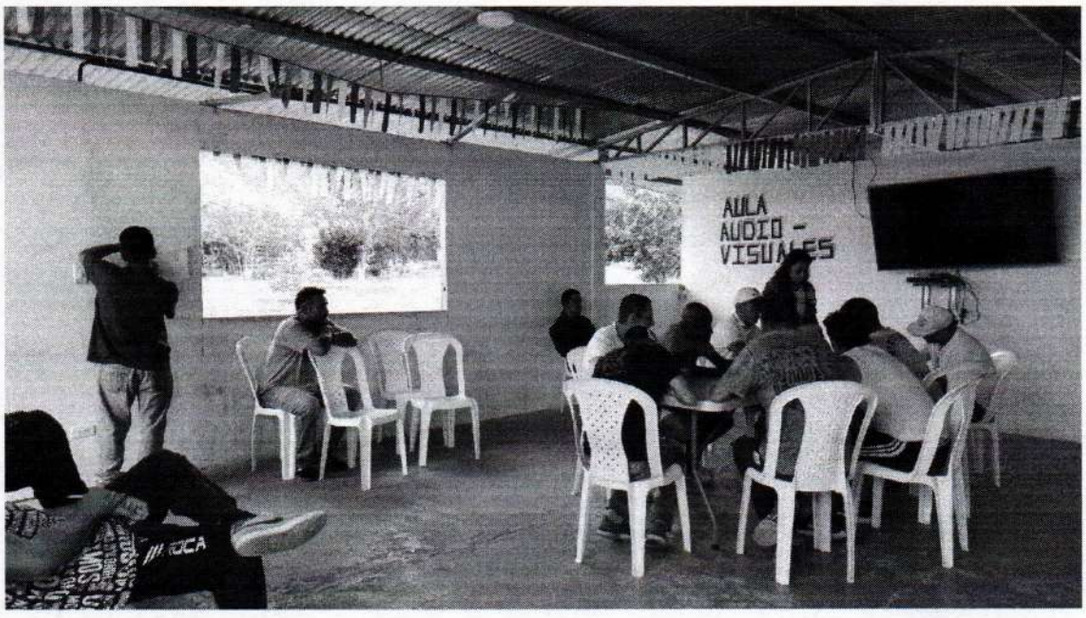
REGISTRO FOTOGRÁFICO

Nombre de la actividad: Inteligencia Emocional

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

Fecha: 15/10/2025





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: Inteligencia Emocional
4. Fecha: 15/10/2025
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	1024845903	David felipe Avila Gutierrez	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	cc	80827900	Luis Nieto	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	80007768	John Molano	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	cc	1053742037	Brayan Hueitos	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	1032531332	Juan Soto Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	cc	1014123892	LUIS ALBERTO	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	80220069	Cesar Reatino	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	80165335	JOHAN MURCIA	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	80293905	DANIEL ARENAS	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	71709846	FABIA RIVERA	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	cc	52763187	Luz marina	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	C.C.	1070417204	Jeisson Witches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	1032381114	Wilmar Forero	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	cc	1076216078	Jonatan A Pliez	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	80726586	Andres Jairo Rodriguez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	cc	80.726713	Jose Ortiz	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	2994083	Roberto lombana	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	cc	1157420	Luis Mendez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	cc	1014140005	YEISON GARCIA	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	cc	566113	Donal Ramos	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Danieles Rodriguez Perez
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:** 15/10/2025	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 03:30 pm

ÁREA: Promotoria	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Milena cardenas

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Expresion oral

OBJETIVO GENERAL: Desarrollar las habilidades comunicativas orales de los participantes, promoviendo la claridad, la fluidez y la seguridad al expresarse frente a un público.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fortalecer la capacidad de expresión verbal, empleando un vocabulario adecuado al contexto y al tema tratado.
- Fomentar la escucha activa y el respeto por la palabra del otro, reconociendo la comunicación como un proceso de intercambio.
- Mejorar la entonación, la pronunciación y el control del ritmo durante la exposición o intervención oral.

METODOLOGÍA: La actividad se desarrollará mediante una metodología participativa y práctica, que promueva la interacción, la creatividad y la confianza de los participantes. Se busca que cada persona tenga la oportunidad de expresarse de manera libre, respetuosa y estructurada. Mediante la Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

Adecuación:

Se realizará el llamado a las y los ciudadanos en el aula múltiple de casa 1, 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, para el desarrollo se les presentara los puntos y la metodología que se va a implementar, posteriormente se harán preguntas a los asistentes, sobre sus conocimientos o experiencias vividas en cuanto al tema tratado en el taller

Segundo momento:
A través de diapositivas y videos informativos se buscará que el ciudadano se informe sobre el tema, se indagará entre los asistentes sus experiencias y desde el mismo grupo potenciar las falencias que estos puedan tener, luego mediante un ejemplo se les explica de una manera más practica y real sobre el tema tratado, para que ellos tengan una idea de cómo se realiza y como aplicarlo en su vida personal o laboral.

Tercer momento:
Se realizará el cierre de la actividad por medio de juegos en línea respecto al tema expuesto, posteriormente se ubicarán las sillas alrededor del área para que el ciudadano se sienta en confianza, se sensibiliza sobre el taller y se comparten ideas, dudas, algunos ciudadanos interesados y otros aportando bajo sus experiencias vividas.

Reacondicionamiento del espacio:
La zona del aula múltiple 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:
¿Qué es la comunicación oral?
La comunicación oral es la transmisión de información entre dos o más personas a través del lenguaje hablado. Generalmente, se contrapone a la comunicación escrita, en la que la información se registra en algún soporte material para resistir el paso del tiempo.

La comunicación de forma oral es utilizada por los seres humanos para intercambiar, mediante palabras habladas, ideas, pensamientos, definiciones, sentimientos y distintos tipos de mensajes sobre la realidad que los rodea.

La comunicación oral surgió cuando se originó el lenguaje, por lo cual se trata de una de las formas de comunicación más antiguas de la humanidad. Antes de la aparición del lenguaje, los seres humanos se comunicaban con ruidos, gestos y movimientos corporales.
Muchos filósofos e historiadores concuerdan en que la capacidad de comunicación oral de los seres humanos fue un factor determinante en su éxito biológico y en el inicio de la civilización, ya que les permitió alcanzar niveles de organización más complejos que los de cualquier otra especie. Además, facilita la transferencia y la conservación de información de manera muy eficaz, como los conocimientos que pasan de una generación a otra.
Características de la comunicación oral
Las principales características de la comunicación oral son las siguientes:
Emplea ondas sonoras. El sonido se propaga por algún medio físico (el aire, por ejemplo) para transmitir la información de un hablante a otro.
Es efímera e inmediata. Se desvanece en el tiempo, ya que las ondas sonoras pasan y no se conservan en el aire, de modo que lo dicho no queda registrado.
Es presencial y directa. Suele requerir la presencia simultánea de los interlocutores, tanto espacial como temporal. También puede ocurrir a distancia, si se emplea algún dispositivo (un teléfono, por ejemplo).
Es de naturaleza social. Vincula a las personas y les permite crear nexos sociales de distinto tipo. Toda comunidad humana posee mecanismos propios de comunicación y un código que refleja su manera de pensar y ver el mundo.
Cuenta con elementos de la comunicación no verbal. Es complementada por elementos que no forman parte del idioma, como la gestualidad, la mirada o los movimientos del cuerpo. Esto dificulta su comprensión fuera del momento específico en el que ocurre.
Suele ser improvisada. Es poco planificada, coloquial, espontánea y menos formal y rígida que la comunicación escrita. Sin embargo, también existen ocasiones en que tiende a lo contrario, como cuando se da una conferencia.
Suele ser bidireccional. Suele producirse en un contexto en el que el emisor y el receptor intercambian sus roles, porque en una conversación el receptor responde y se transforma en emisor.
Permite la rectificación. Puede incluir aclaraciones para explicar malentendidos o añadir información necesaria, y así garantizar la comprensión del mensaje.
Importancia de la comunicación oral: La comunicación oral es importante porque permite establecer vínculos con otras personas, transmitir información relevante sobre el mundo, generar situaciones de enseñanza-aprendizaje, intercambiar ideas, expresar sentimientos y opiniones y lograr acuerdos.
REFERENCIAS

https://concepto.de/comunicacion-oral/

RECURSOS:
Físicos:

- . Mesas, sillas, televisor, listado de asistencia.

Humanos:

- participantes y promotor

RESULTADOS:
Cualitativos:
Durante el taller se buscó dar cumplimiento a los objetivos establecidos para realizar la actividad en la cual los participantes se sensibilizaron sobre la expresión oral en la cual se buscaran estrategias efectivas de comunicación asertiva

Cuantitativos:
Para el desarrollo de esta actividad trasversal se contó con la asistencia y participación de 15 ciudadanos de género masculino

FIRMA DEL RESPONSABLE: Milena Cardenas

FIRMA COORDINADOR:

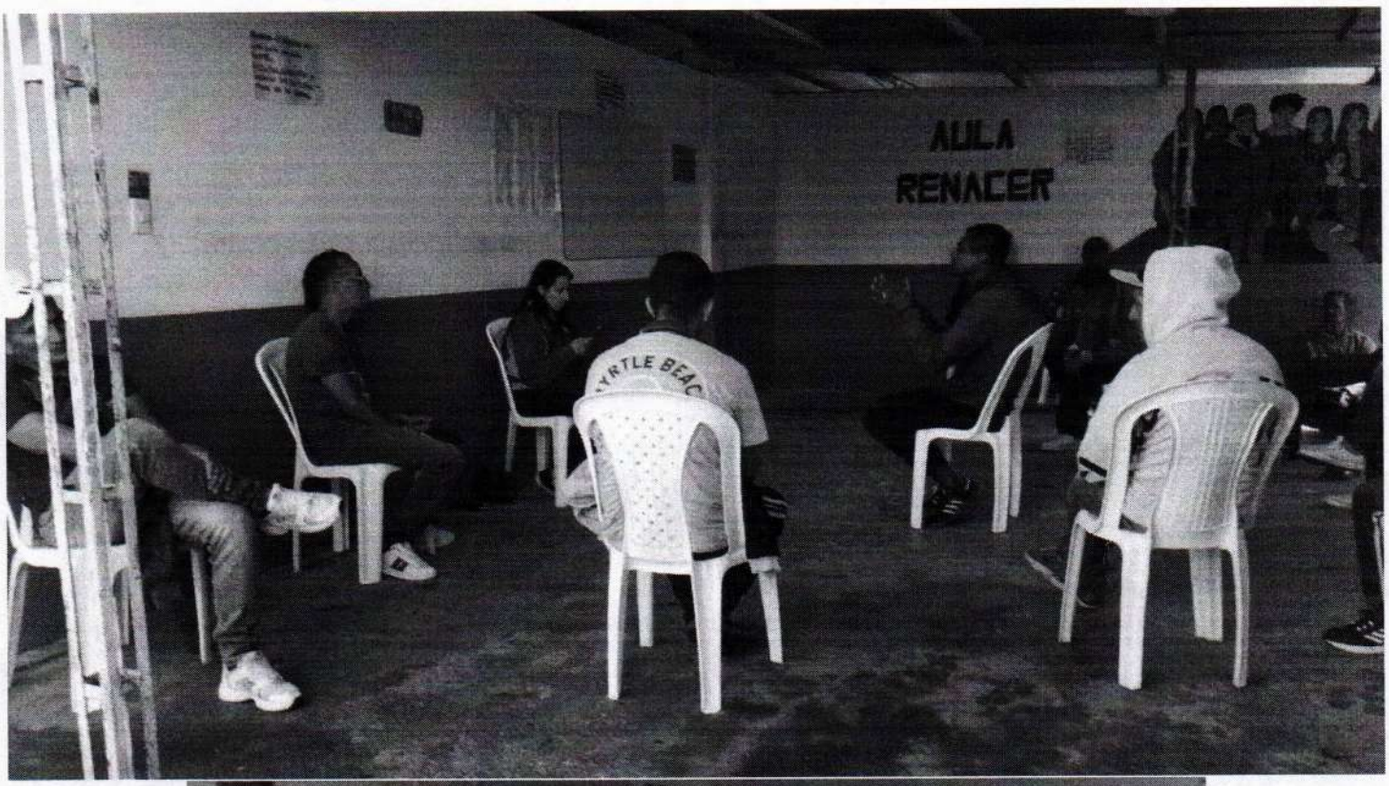
NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ojeda Gutiérrez

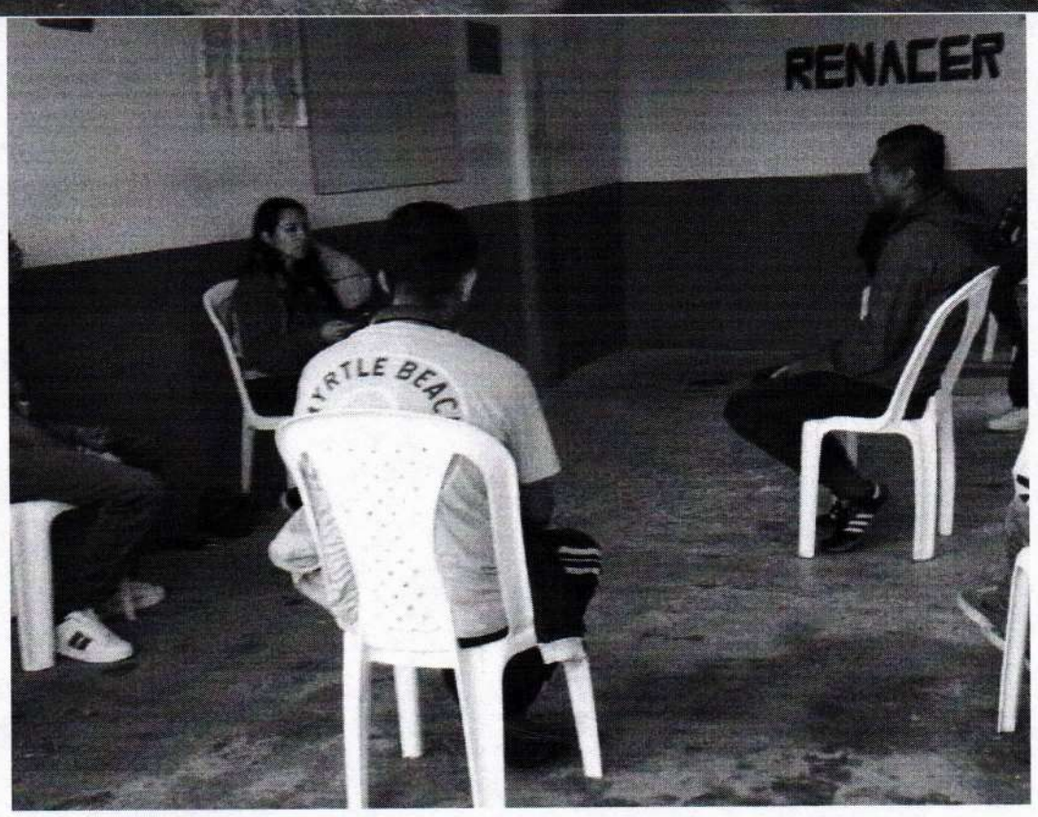
REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Expresion

Línea de Atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades

Fecha: 15/10/2025





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: Expresion Oral

4. Fecha: 15/10/2025

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 NUMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1013621668	Jonatan A paez P	34	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jonatan Paez	
2	CC	80169188	Oscar Angel	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1024545903	David Felipe Avila	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1085689676	David sanchez avila	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	C.C	1070917209	Yeisson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80263711	Alejandro Londoño	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	56613	Donal Ramos	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					Donal	
8	CC	80897793	James Bedoya	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					James B"	
9	CC	79567283	Gabriel Erazo	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	73,144488	Antonio Baldris	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79874457	Felix Sicarra	51	No aplica	No aplica	No aplica			X					Felix Sicarra	
12	CC	80029100	Luis A Nieto	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1012354912	Ruben Perez	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	80730924	Jaber Jaimes	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Milena Cardenas

14. Cargo o rol del responsable: Promotora

15. Firma del responsable de la actividad: (Milena Cardenas)

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/ docs/2022/politicas_publicas/20221111_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:** 15/10/2025	**HORA:** **INICIO**: 2:00 Pm **FINAL**: 3:30 Pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela Ivette Rodríguez Pérez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Autoestima y Autoconcepto

OBJETIVO GENERAL:
Fortalecer la autoestima y el autoconcepto de los participantes mediante actividades reflexivas y vivenciales que promuevan el reconocimiento personal, la valoración positiva de sí mismos y la reconstrucción de su identidad desde el autocuidado y la dignidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Favorecer el reconocimiento de cualidades, valores y capacidades personales.
- Promover la aceptación y valoración positiva de la propia historia y experiencias.
- Identificar pensamientos limitantes y transformarlos en afirmaciones positivas.
- Fomentar la confianza en las propias habilidades y el sentido de valía personal.
- Estimular la reflexión sobre la importancia del autocuidado físico, emocional y social.

METODOLOGÍA:
Desde la línea de atención III Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, la actividad se llevará a cabo desde la metodología psico educativa: hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano y la ciudadana mitigar los riesgos y reducir los daños asociados a determinadas situaciones. Con ello, se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada persona logre el mayor grado de desarrollo personal posible.

Adecuación:
Se organizará el espacio destinado para el encuentro con los participantes de etapa II, el cual se realizará en el aula Gabriel García Márquez, seguido a esto se convoca a los y las ciudadanas al espacio asignado, sumado a ello, la profesional realizará el alistamiento de los materiales necesarios para el adecuado desarrollo de la actividad programada

Primer momento: Actividad "La maleta que cargo"
Entregar una hoja a cada participante y pedir que dibuje una maleta. Dentro de ella deben escribir o dibujar tres cosas que "cargan" (culpas, miedos, críticas) y afuera tres cosas que quisieran "llevar" (fortalezas, deseos, cualidades).
Socialización voluntaria y reflexión sobre cómo el peso emocional afecta la autoestima.

Segundo Momento: Dinámica "El espejo que habla"
Entregar espejos o tarjetas reflectivas. Cada participante debe mirarse y decir una frase positiva sobre sí mismo ("Yo valgo", "Soy capaz", "Puedo cambiar").
Luego, escribir tres cualidades personales en una cartulina de colores. La profesional promueve la conciencia sobre la autoimagen y el diálogo interno, resaltando que el modo en que nos hablamos a nosotros mismos moldea la manera en que actuamos. Se puede preguntar: ¿Qué tan fácil fue decir algo positivo de ti? ¿Qué sentiste al hacerlo?
Esta actividad estimula el autoconcepto positivo, refuerza la autopercepción y promueve el reconocimiento de atributos personales, aspectos fundamentales para la autorregulación emocional.

Juego "Banco de talentos"
Cada persona recibe una hoja tipo "tarjeta" donde escribe una habilidad o talento (por ejemplo, cocinar, escuchar, ayudar, reparar cosas). Se intercambian las tarjetas entre compañeros, reconociendo talentos mutuos. Los participantes reflexionan a cerca de la cualidad de su compañero y añaden otra cualidad a su compañero.
Se conversa sobre cómo reconocer las capacidades propias y ajenas fortalece el sentido de pertenencia y el valor del otro. Se puede preguntar: ¿Qué sentiste al recibir un billete con un talento reconocido por alguien más?
Favorece la autoestima social, entendida como la percepción de valor y aceptación dentro del grupo. Potencia la empatía y refuerza el autoconcepto a través del reconocimiento externo positivo.

Actividad "Muro de afirmaciones"

En un mural colectivo, los participantes escriben frases positivas sobre sí mismos y los demás ("Eres valiente", "Tienes buen corazón"). Se construye un mural visual de autoestima.
La profesional guia preguntas como: ¿Cómo cambia lo que sentimos al leer palabras positivas sobre nosotros? o ¿Qué frases te gustaría recordar cuando dudes de ti mismo?
Promueve el refuerzo positivo y la reestructuración cognitiva, permitiendo sustituir pensamientos autocríticos por afirmaciones constructivas. Además, crea cohesión grupal y sentido de pertenencia.
Tercer momento: Ejercicio de cierre: "Carta a mí mismo"
Cada participante escribe una breve carta dirigida a sí mismo con mensajes de esperanza, reconocimiento y compromiso ("Me perdono por...", "A partir de hoy me propongo...").
Se invita a leer voluntariamente una frase de su carta.
Cierre simbólico: todos de pie repiten una afirmación conjunta: "Yo valgo, yo puedo, yo merezco".
Breve relajación guiada (respiración consciente).
se invita a leer voluntariamente una frase de su carta y compartir qué representa para su proceso.
Reacondicionamiento del espacio:
Se solicitará a los ciudadanos organizar el espacio recogiendo las sillas y mesas utilizadas.

TEMAS:

1. Autoestima y autoconcepto

La autoestima se entiende como la valoración afectiva que una persona hace de sí misma, mientras que el autoconcepto corresponde al conjunto de creencias y percepciones que el individuo tiene sobre quién es. Ambos conceptos se relacionan estrechamente y constituyen la base de la identidad personal.
Según Rosenberg (1965), la autoestima implica una actitud positiva o negativa hacia el yo y condiciona la motivación y las relaciones sociales.
Branden (1995) plantea que la autoestima se compone de dos dimensiones: el sentimiento de competencia personal y el sentimiento de valía personal.
Rogers (1959) destaca la importancia de la aceptación incondicional y la congruencia entre el yo real y el yo ideal como base del bienestar psicológico.

2. Autoestima en contextos de exclusión social

Las experiencias de exclusión, rechazo o ruptura de vínculos generan impactos en la autoimagen y la percepción de valía. En el acompañamiento a personas en situación de calle, fortalecer la autoestima implica reconstruir la identidad y reconocer recursos personales que han permanecido invisibilizados.
Estudios sobre intervención psicosocial con población en calle enfatizan el valor del acompañamiento desde la validación y la narrativa de vida.

3. Enfoque teórico aplicado

El taller se fundamenta en el enfoque humanista, que considera a cada persona como un ser con potencial de crecimiento, dignidad y capacidad de elección (Carl Rogers, Abraham Maslow).
Rogers, C. (1961). El proceso de convertirse en persona. Paidós. Además, integra elementos del modelo de competencias emocionales de Goleman (1995) y el paradigma psicosocial, orientado a fortalecer la percepción de agencia y autonomía personal.

FUENTE DE CONSULTA:

- https://psycnet.apa.org/record/1965-35074-000
- https://archive.org/details/sixpillarsselfes00bran
- https://positivepsychology.com/self-concept/
- https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/62463/1/TFG-G6406.pdf
  https://journals.openedition.org/antropologica/4310
- https://www.bibliopsi.org/docs/rogers_proceso_persona.pdf

RECURSOS:

Físicos:

- Hojas blancas y de colores, Marcadores, lápices, cinta adhesiva, Espejo, Cartulinas pliego, Sillas en círculo.

Humanos:

- Ciudadanos, Ciudadanas y profesional de psicología.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Durante el desarrollo del taller de Autoestima y Autoconcepto se contó con la participación activa de los ciudadanos pertenecientes a la etapa II, quienes demostraron una actitud receptiva, colaborativa y reflexiva frente a la temática propuesta. A lo largo de la jornada, cada participante tuvo la oportunidad de expresar libremente sus experiencias personales, a la vez que escuchaba y valoraba las vivencias de sus compañeros, generando un clima de respeto y empatía mutua que favoreció el intercambio y la construcción colectiva del aprendizaje.
- El espacio propició reflexiones profundas en torno a las situaciones en las que los participantes manifestaron no haberse sentido valorados, analizando las causas y emociones asociadas a dichos momentos. Estas reflexiones fueron enriquecidas por la retroalimentación espontánea entre los propios ciudadanos, quienes expresaron palabras de admiración, reconocimiento y validación hacia sus compañeros, fortaleciendo así la construcción positiva del autoconcepto y el sentido de pertenencia grupal.

- Durante las actividades se evidenció que varios participantes aún se perciben vulnerables frente a circunstancias de su vida cotidiana, reconociendo que dicha vulnerabilidad, en ocasiones, los ha llevado a reaccionar de manera impulsiva. No obstante, también resaltaron los avances logrados desde el inicio de su proceso, señalando que ahora cuentan con más herramientas para gestionar estas emociones y han podido superar experiencias en las que antes se sentían desvalorizados o invisibilizados. En cuanto al desarrollo metodológico, los participantes mostraron receptividad y buena disposición frente a las dinámicas propuestas, participando con interés y compromiso. Esto permitió que el taller se desarrollara en un ambiente protector, seguro y de confianza, donde cada persona pudo reconocerse, compartir su historia y resignificar su autopercepción. n términos generales, el espacio se consolidó como un escenario de fortalecimiento emocional y social, en el cual se promovió la autoestima, el reconocimiento del valor propio y la validación del otro como elementos esenciales para el crecimiento personal y la convivencia comunitaria.

Cuantitativos:

- Se obtuvo la participación de 21 (Veintiuno) ciudadanos, 21 (Veintiuno) hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Herney Oiza G

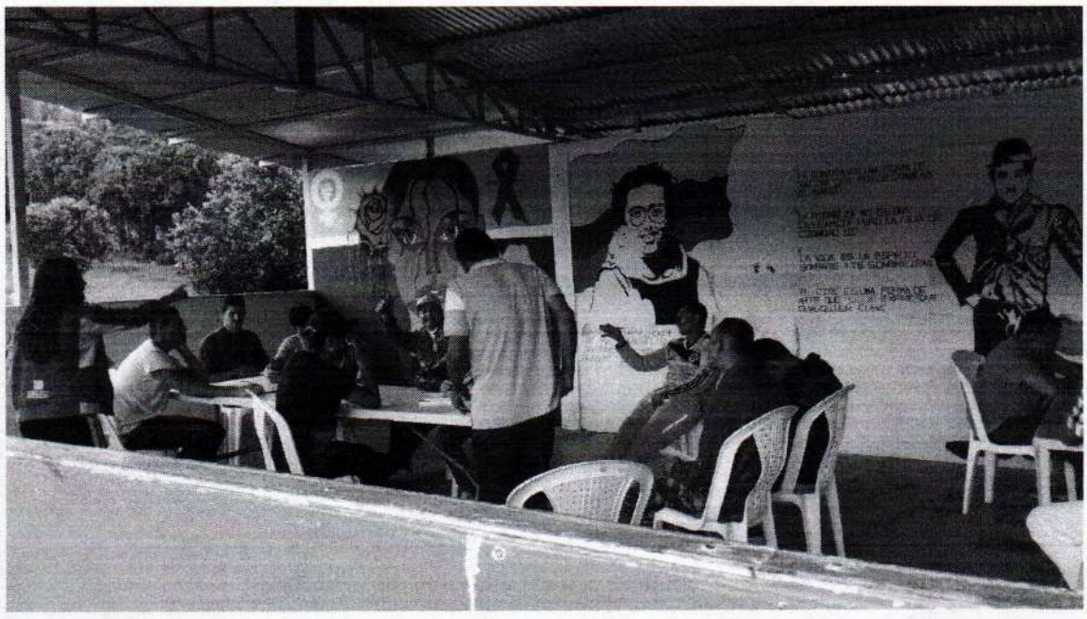
REGISTRO FOTOGRÁFICO

Nombre de la actividad: Autoestima y Auto concepto

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

Fecha: 15/10/2025





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 pobiacion habitante de calle

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Autoestima y Autoconcepto

4. Fecha: 15/10/2025

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	80926516	Andres Jaime Rodriguez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Jaime Rodriguez.	
2	CC	79581883	Luis G. Bueno	54	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis G.	
3	CC	1080045511	Brayan Nicolas Palmer A.	30	No aplica	No aplica	No aplica			X					B. Palmer Acevedo	
4	CC	10175564	JAIME OSORIO	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79917596	FABIO RICO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1030571332	JHON JAIRO Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1019119916	JULIO CESAR	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80770807	Diego Carlos Roberto	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Roberto	
9		79764623	JEISON F. GUZMAN	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79643205	JEISON MORENO	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1032381114	WILMAR FORERO	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1032403228	ANDRES CASTAÑO HUERTAS	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	79735844	LUIS E. RODRIGUEZ	51	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis E.	
14	CC	1033776729	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Garcia	
15	CC	1024555584	DAYRON VIDAL	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	98585387	Freddy Velasquez	54	No aplica	No aplica	No aplica			X					Freddy M.	
17	CC	80026966	JAVIER HUERTANO	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	70.058760	Fernando Arroyo	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1024545533	David Felipe Avila	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	1033971190	Raul Farieta	36	No aplica	No aplica	No aplica			X					Raul Farieta	

13. Nombre del responsable: Daniela Rodriguez Perez

14. Cargo o rol del responsable: Psicologa

15. Firma del responsable de la actividad: Daniela Rodriguez P.

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_h_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx
Entiendo que tengo derecho a entregar o no mis datos sensibles o los del menor de edad que represento, que son aquellos que afectan la intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectaran mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Autoestima y Autoconcepto

4. Fecha: 15/10/2025

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		
21	CC	94486668	Oscar J Mila	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
22																
23																
24																
25																
26																
27																
28																
29																
30																
31																
32																
33																
34																
35																
36																
37																
38																
39																
40																

13. Nombre del responsable: Daniela Rodriguez Perez

14. Cargo o rol del responsable: Bióloga

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida el Rosario	**FECHA:** 15/10/2025	**HORA:** 02:00 PM 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jorge Eliecer Banguera Gomez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TEJIENDO MI RED DE APOYO.

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer la identificación, valoración y construcción de redes de apoyo personales, institucionales y comunitarias que favorezcan el proceso de integración social de los participantes en la etapa tres de Comunidad de Vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer la importancia de las redes de apoyo en los procesos de cambio y sostenimiento de proyectos de vida.
- Identificar las redes de apoyo existentes y potenciales en el entorno personal, familiar e institucional.
- Elaborar de manera simbólica un tejido de red de apoyo, reconociendo los vínculos que pueden fortalecer la reintegración social y la autogestión.

METODOLOGÍA: El taller se estructura desde la Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades. Se basa en una metodología socioeducativa, donde el ciudadano es protagonista de su proceso de aprendizaje. Desde el Trabajo Social, se busca potenciar capacidades relacionales, fortalecer el sentido de pertenencia y promover la autogestión frente a los recursos sociales disponibles.

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

MOMENTO 1: "Personas que me han tendido la mano"

Este primer momento busca generar un ambiente de confianza, motivación y apertura emocional. Se invita a los participantes a realizar una reflexión sobre aquellas personas o espacios que han representado un apoyo en sus trayectorias de vida, resaltando la importancia del acompañamiento y del vínculo como factores protectores en los procesos de cambio.

El trabajador social inicia con una breve introducción sobre el propósito del taller, destacando que "nadie camina solo" y que en los procesos de transformación personal siempre existen manos que acompañan, guían o impulsan. Se resalta que reconocer las redes de apoyo no solo implica mirar el pasado, sino también identificar oportunidades presentes y futuras.

A cada ciudadano se le entrega una hoja para que dibujen un árbol. Se les orienta a completarla de la siguiente manera:

- **Raíces:** escribir los nombres o símbolos de las personas o instituciones que han sido su soporte emocional, afectivo o material (familiares, amigos, profesionales, instituciones, etc.).
- **Tronco:** anotar los valores, aprendizajes o enseñanzas que esas personas les han dejado (por ejemplo: confianza, respeto, esperanza, disciplina).
- **Ramas:** escribir o dibujar las personas o espacios que desean fortalecer o recuperar como apoyo para su proceso actual.

El trabajador social invita a algunos participantes a compartir su experiencia de manera voluntaria.

Reflexión guiada:

- ¿Qué personas o instituciones han sido importantes en mi proceso?
- ¿Qué valores me han transmitido esas relaciones?
- ¿A quién me gustaría volver a acercarme o fortalecer como apoyo?

Intención profesional:

Este momento permite que los ciudadanos reconozcan su historia de acompañamiento, promueva la gratitud y active una mirada esperanzadora frente a los vínculos humanos. Desde el Trabajo Social, se propicia la reconexión emocional y social como punto de partida para fortalecer las redes de apoyo.

MOMENTO 2: "Construyendo mi red de apoyo"

En este segundo momento se lleva a cabo la parte práctica del taller, donde cada participante representa de manera simbólica su red de apoyo actual y potencial. Se busca que la persona identifique los diferentes tipos de redes que la rodean y reconozca cómo puede gestionarlas para su bienestar y proceso de inclusión.

Cada ciudadano recibe una cartulina, marcadores y trozos de lana de colores. En el centro de la cartulina escribe su nombre y alrededor coloca círculos o recuadros que representen distintos tipos de redes:

- **Red personal o emocional:** personas cercanas que brindan apoyo afectivo (familiares, amigos, compañeros de proceso).
- **Red institucional:** entidades o programas con los que tiene relación (Comunidad de Vida, EPS, orientación laboral, iglesias, fundaciones, etc.).
- **Red comunitaria:** espacios o grupos con los que puede vincularse (grupos de deporte, cultura, comunidad religiosa, vecinos).

Con ayuda de los hilos o marcadores, los participantes conectan estos elementos al centro, formando su propio tejido visual. El color de los hilos puede representar el tipo de vínculo o el grado de cercanía.

Durante la actividad, el trabajador social recorre el grupo, escucha y realiza preguntas orientadoras como:

- ¿Cuál de estas redes te ha ayudado más?
- ¿Hay alguna que te gustaría fortalecer?
- ¿Qué acciones podrías realizar para acercarte más a esas personas o espacios?

Al finalizar, cada participante socializa brevemente su red y expresa un aspecto positivo que identifica en ella.

MOMENTO 3: "Mi compromiso con la red"

El cierre busca consolidar el aprendizaje del taller y promover el compromiso personal con el fortalecimiento de las redes de apoyo. Se busca generar una experiencia significativa de conexión y esperanza hacia el futuro.

Cada participante recibe un pequeño papel o tarjeta de color donde escribe un compromiso concreto para fortalecer su red, respondiendo a la pregunta:

"¿Qué acción puedo realizar esta semana para acercarme o mantener mi red de apoyo?"

Ejemplos de compromisos:

- "Llamar a un familiar con el que quiero reconciliarme."
- "Pedir información sobre el grupo de empleabilidad."
- "Agradecer a una persona que me ha apoyado."
- "Participar en la próxima actividad comunitaria."

Luego, todos los compromisos se colocan en una cuerda o mural llamado "Red de oportunidades", donde los papeles se unen con pinzas o hilos, formando una gran red colectiva.

El trabajador social cierra con una reflexión final:

"Así como los hilos se entrelazan para formar algo más fuerte, nuestras vidas también se fortalecen cuando nos apoyamos unos a otros. Cada red que construimos es una oportunidad para crecer y mantenernos firmes en nuestro proyecto de vida."

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

TEMAS:

Las redes de apoyo social: concepto, estructura y funciones

El concepto de red de apoyo social hace referencia al conjunto de relaciones interpersonales que un individuo mantiene y que le proporcionan recursos emocionales, materiales, informativos o de acompañamiento. Estas redes son fundamentales para el bienestar psicológico, la integración social y la resiliencia frente a situaciones adversas.

Según Carlos Sluzki (1996), las redes sociales personales están compuestas por nodos (personas, instituciones o grupos) y las conexiones que existen entre ellos. El autor plantea que las redes de apoyo pueden clasificarse en tres grandes tipos:

- **Redes primarias:** formadas por la familia, amigos cercanos y personas significativas que brindan apoyo emocional directo.
- **Redes secundarias:** conformadas por grupos o instituciones que ofrecen apoyo funcional, como organizaciones sociales, iglesias o grupos de ayuda mutua.
- **Redes terciarias o institucionales:** integradas por instituciones públicas o privadas que prestan servicios sociales, de salud, empleo o educación.

Las redes cumplen varias funciones esenciales:

1. **Apoyo emocional**, al ofrecer escucha, comprensión y contención afectiva.
2. **Apoyo instrumental o material**, mediante ayuda concreta (alojamiento, alimentación, transporte).
3. **Apoyo informativo**, que orienta sobre recursos o estrategias de afrontamiento.
4. **Apoyo valorativo o de reconocimiento**, al reafirmar la identidad, autoestima y sentido de pertenencia.

En contextos de habitabilidad en calle, las redes de apoyo pueden estar fracturadas o debilitadas por el deterioro de los vínculos familiares, la pérdida de confianza social o la estigmatización. Por ello, el proceso de reconstrucción de redes es una acción central del Trabajo Social, al permitir restablecer la conexión del sujeto con su entorno y facilitar su inclusión social.

Importancia de las redes de apoyo en el proceso de inclusión social

El proceso de inclusión social implica la participación activa de las personas en los ámbitos económico, político, social y cultural de la sociedad. Para las personas habitantes de calle, la reconstrucción de redes de apoyo constituye un elemento clave en la transición hacia la vida autónoma y comunitaria.

El modelo ecológico de Bronfenbrenner (1987) plantea que el desarrollo humano se da en función de la interacción constante entre la persona y los diferentes sistemas en los que está inmersa (microsistema, mesosistema, exosistema y macrosistema). Desde esta perspectiva, las redes de apoyo operan como mediadores entre el individuo y su entorno, generando oportunidades para el cambio y la estabilidad social.

El fortalecimiento de las redes permite:

- Disminuir la soledad y el aislamiento social, al ofrecer espacios de pertenencia y reconocimiento.
- Facilitar la accesibilidad a recursos y servicios, mediante el contacto con instituciones y programas.
- Favorecer la construcción de identidad social, al reinsertar al sujeto en dinámicas de interacción positiva.
- Impulsar la autonomía, al proveer herramientas de apoyo que fortalecen las decisiones personales.

Gestión y aprovechamiento de las oportunidades en las redes de apoyo

Una red de apoyo no solo existe para brindar acompañamiento, sino también para movilizar recursos y oportunidades que potencien el desarrollo personal y colectivo. En el contexto del programa Comunidad de Vida, la línea de atención 3 busca precisamente fomentar la capacidad de los participantes para identificar, gestionar y aprovechar los apoyos disponibles a nivel familiar, institucional y comunitario.

De acuerdo con Pichón-Rivière (1985), los grupos humanos son espacios de aprendizaje donde el sujeto construye sentido y modifica su realidad a través de la interacción. Las redes sociales funcionan de manera similar: son escenarios de intercambio donde circulan recursos materiales y simbólicos.

La gestión de redes implica:

1. **Reconocimiento:** identificar quiénes forman parte de la red y qué tipo de apoyo brindan.
2. **Activación:** establecer o restablecer vínculos deteriorados, buscando acercamiento y comunicación.
3. **Articulación institucional:** coordinar acciones con entidades que puedan responder a necesidades específicas (salud, empleo, vivienda, educación).
4. **Autogestión:** promover que la persona participe activamente en la búsqueda y mantenimiento de sus redes.

El aprovechamiento de oportunidades dentro de las redes requiere habilidades sociales, comunicación asertiva, reciprocidad y sentido de corresponsabilidad. En el caso de la población habitante de calle, fortalecer estas capacidades se convierte en una herramienta clave para evitar recaídas, reducir el aislamiento y consolidar proyectos de vida sostenibles.

FUENTES:

- Sluzki, C. (1996). *La red social: frontera de la práctica sistémica.* Barcelona: Gedisa.
- Cassel, J. (1976). *The contribution of the social environment to host resistance.* American Journal of Epidemiology, 104(2), 107–123.
- Barrón, A. (1996). *Apoyo social: aspectos teóricos y aplicaciones.* Madrid: Siglo XXI.
- Linares, J. L. (2010). *Redes sociales y salud mental.* Barcelona: Herder.
- García, M., & Londoño, N. (2015). *El papel de las redes sociales en los procesos de inclusión de poblaciones vulnerables.* Revista Colombiana de Trabajo Social, 31(2), 45–62.
- Durston, J. (2000). *Redes sociales, cultura y poder: Ensayos de sociología latinoamericana.* CEPAL.

RECURSOS:

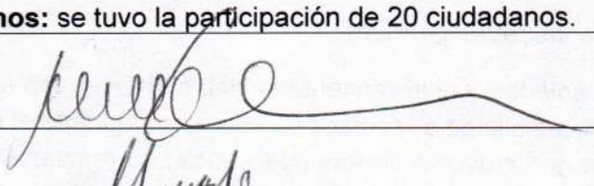
- Listado de asistencia, hojas, lápices y celular con cámara.

RESULTADOS:

Cualitativos Durante el desarrollo del taller, se evidenció una participación activa y receptiva por parte de los ciudadanos frente a la temática abordada. Desde el área de trabajo social, se identificó que los participantes lograron reconocer la relevancia de las redes de apoyo como un componente fundamental para el fortalecimiento personal y la generación de cambios significativos en sus procesos de vida. Asimismo, se observó la capacidad de los ciudadanos para identificar las redes con las que actualmente cuentan, reconociendo tanto sus potencialidades como las limitaciones presentes en las mismas. El espacio permitió promover la reflexión individual y colectiva, generando en la mayoría de los participantes el deseo de reconstruir y fortalecer sus tejidos de apoyo, comprendiendo estos como elementos esenciales para su inclusión social y bienestar integral.

Cuantitativos: Se conto con la asistencia de 20 ciudadanos al espacio del taller, de genero masculino, con 19 de orientación sexual heterosexual y una persona homosexual.

Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: se tuvo la participación de 20 ciudadanos.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

Registro fotográfico: 15/10/2025
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Tejiendo mi red de apoyo.
Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.
TIPO DE ACTIVIDAD: Etapa III.





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: TEJIENDO MI RED DE APOYO

4. Fecha: 15/10/2025

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	1012470051	OSCAR Gonzalez	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					OSCAR	
2	CC	80.104.183	Juan Vilovia	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	80218905	DANIEL AREVALO	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	1010164	doña elicea	64	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Elicea	
5	CC	79046410	Carlos A V.	62	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Carlos V.	
6	CC	79316876	Carlo E Ospina	61	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	74186668	oscar J Vila	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	1032358861	Carlos Moreno	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Carlos Moreno	
9	CC	79529558	ELKIN RIVER	52	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	1047423882	LUIS ALBERTO	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					LUIS ALBERTO	
11	CC	79305529	CARLOS GARCIA F.	60	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	7178486	FARID RIVER	29	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	CC	7157400	Luis Mendez	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14	CC	80165336	JOHAN MURCIA	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
15	CC	79842307	Jose Garzon	51	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
16	CC	79962854	Mauricio Rico	48	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
17	CC	1078000010700		45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
18	CC	1350[illegible]87	JESUS		NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					JESUS	
19	CC	80174190	NICOLAS GOMEZ	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
20	CC	1010062950	Cecilia Chaparro	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						

13. Nombre del responsable: JORGE E. BARRERA

14. Cargo o rol del responsable: TRABAJO SOCIAL

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 15/10/2025	**HORA:** INICIO: 2:00 pm FINAL: 3:30 pm
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Anggie Paola Murcia Salinas	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividad física como ejercicio social

OBJETIVO GENERAL:
Promover en los ciudadanos de etapa 5 la reflexión crítica y vivencial sobre el rol de la actividad física y ejercicio como herramienta de integración social, expresión personal y bienestar integral, reconociendo su valor más allá del rendimiento físico.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer los beneficios sociales, emocionales y personales que surgen de la práctica de la actividad física.
- Fomentar actitudes colaborativas a través del diálogo y la reflexión sobre experiencias personales relacionadas con la actividad física y la convivencia.
- Brindar la participación en espacios comunitarios que fortalezcan la inclusión social y el bienestar colectivo.

METODOLOGÍA:
Este taller de desarrollo personal se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico - pedagógica, que favorecerá el aprendizaje practico y cognitivo de habilidades, destrezas y competencias que motiven a las y los ciudadanos de etapa 5 a desarrollar acciones físicas, cognitivas y deportivas, que permitan reconocer el impacto que conlleva la actividad física como ejercicio social, esta actividad de dará bajo la línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades.

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

- **Primer momento:** Se explicará los objetivos a alcanzar durante la ejecución de la actividad y las acciones a realizar dentro del taller de desarrollo personal.

- **Segundo Momento:** Se formará el grupo en posición de atención, para la charla previa a toda la actividad, se orientará a partir de los siguientes ítems:
  1. Concepto de actividad física desde una mirada integral (cuerpo, mente, emociones y entorno social).
  2. Diferencia entre ejercicio individual y ejercicio social.
  3. La importancia del movimiento colectivo: cooperación, respeto, comunicación y empatía.
  4. Ejemplos de cómo la actividad física promueve la inclusión y la convivencia (deportes en comunidad, caminatas barriales, juegos cooperativos).

A partir de lo anterior, se establecerá dos preguntas orientadoras, de esta manera se abrirá un espacio de dialogo según la opinión de cada uno de los ciudadanos.

1. ¿Cómo la actividad física puede ayudarnos a construir una comunidad más sana y unida?
2. ¿Qué podríamos hacer para promover la práctica colectiva en nuestro entorno?

Se proyectara un video reflexivo enfocado en; "El movimiento no solo cambia el cuerpo, también transforma la manera de relacionarnos".

- **Tercer momento:** Se llevará a cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su vida.

TEMAS: Importancia de la actividad física.

La actividad física es entendida como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS, world Health Organization 2005).

El término actividad física también se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de "ejercicio" físico.

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

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

Al trabajar en la deshabituación de conductas adictivas se debe abordar el mismo de manera interdisciplinaria, teniendo en cuenta esto una de las áreas a que deben formar parte del grupo interdisciplinario es el área de la Educación Física, porque la misma educa de manera integral, cuerpo y mente al mismo tiempo, y ofrece grandes cambios en muchas áreas de la conducta.

En el trabajo de deshabituación a las drogas se ha considerado mucho la importancia de la actividad física como parte del tratamiento, se ha visto que la misma ayuda al cambio de conductas y la recuperación de aquellas capacidades y condiciones físicas y psíquicas que se habían perdido. La actividad física permite que el paciente mejore su capacidad aeróbica, la coordinación general, orientado en el tiempo y espacio, aprende a controlar sus impulsos nerviosos, la postura, la marcha; el mismo reconoce su cuerpo y aprende a cuidarlo, mejora la relación social por medio de mejoras en la comunicación, aprende a ganar y a perder, empieza a controlar la frustración.

Actividad física: diferencias entre ejercicio y deporte

La actividad física ha empezado a incrementar en los últimos años ya que se la han atribuido efectos en la función fisiológica y en el bienestar mental y psicosocial. Existe evidencia de que al incrementar la actividad física se mejora la condición física y se producen cambios fisiológicos y psicológicos importantes (Asci, Kin y Kosar, 1998). Como actividad física, se conoce todo aquel movimiento que realiza el ser humano que implica el desplazamiento de los diversos componentes corporales y el gasto energético que pueden ser realizados durante el diario vivir, como ocupación, distracción, ejercicio y deporte. El ejercicio, por su parte, es un tipo de actividad física, planeada y estructurada, en la que el hombre participa con el objetivo establecido de mejorar alguna de sus cualidades físicas como la fuerza, la potencia, la velocidad, la resistencia aeróbica, entre otras; el deporte, es la actividad física organizada en ligas con competición individual o grupal (Nigg, 2003). Teniendo en claro esta diferencia, algunos estudios han usado el deporte como variable (Frederick y Ryan, 1992; Weinberg, Tenenbaum, McKenzie, Jackson, Ashel, Grove y Fogarty, 2000; Isogai, Brewer, Cornelius, Etnier y Tokunaga, 2003; Rosich, 2005), mientras otros lo han hecho con el ejercicio (Smith y Storandt, 1997; Asci y cols, 1998; Pavón, Moreno, Gutiérrez y Sicilia, 2003). Motivación Tanto en la actividad física como en cualquier ámbito de la sociedad, el éxito depende de muchos factores, ya sean de tipo ambiental, biológicos, de personalidad, psicológicos, entre otros. Uno de los aspectos más importantes para el buen desempeño en determinada actividad es la motivación, ya que funciona como factor regulador de la energía y la emoción empleada para cumplir un objetivo (Valdés, 1996) y es uno de los tópicos de investigación más comunes en psicología general o deportiva (Biddle, 1999); de hecho, Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Brière y Blias (1995), indican que la motivación es uno de los problemas deportivos más interesantes, tanto en la respuesta del rendimiento de ambientes sociales como la competición y el comportamiento de los entrenadores, como la influencia en el desarrollo de variables de comportamiento como la persistencia, aprendizaje y rendimiento. Antes de ahondar en el tema de la motivación, es importante establecer su definición, la cual según Morilla (1994), es la intensidad y dirección del comportamiento; la dirección se refiere a si el individuo busca, se aproxima o siente atraído por ciertas situaciones y la intensidad se refiere a la cantidad de empeño que la persona emplea en una situación determinada (Weinberg y Gould, 1996). Además, se puede agregar que la persistencia, en el sentido de determinar cuánto dura el sujeto en la actividad, puede ser un indicador importante de motivación; entonces, el proceso motivacional es el que aporta energía, dirección y persistencia

al comportamiento y está determinado por múltiples necesidades: biológicas, cognitivas, afectivas y sociales (Valdés, 1996). El concepto de motivación es un término multidimensional, integrado por la motivación intrínseca, extrínseca y la amotivación. La motivación intrínseca se refiere a comprometerse en una actividad Revista MHSalud® (ISSN: 1659-097X) Vol. 3. No. 1. Julio, 2006.https://doi.org/10.15359/mhs.3-1.2
3puramente por el placer y la satisfacción que provoca hacerla; cuando una persona está motivada intrínsecamente se comporta voluntariamente en ausencia de recompensas materiales u obligaciones o presiones externas (Deci y Ryan, 1985). En este tipo de motivación, se han identificado tres diferentes categorías: a.) Motivación intrínseca hacia el conocimiento, que está relacionada con la exploración, curiosidad, metas de aprendizaje, motivación de aprender por la necesidad de conocer y entender. Es desempeñar una actividad por el placer y la satisfacción que se experimenta mientras aprende, explora o trata de entender algo nuevo; b.) Motivación intrínseca hacia el cumplimiento, también llamadomotivación de dominio, motivación de eficacia y orientación a la tarea y definida como comprometerseen una actividad por el placer y la satisfacción experimentada cuando se intenta crear algo o cumplircon alguna técnica de entrenamiento difícil y c.) Motivación intrínseca para experimentarestimulación, es cuando alguien se compromete en una actividad con el fin de experimentarsensaciones estimulantes producto de su participación, por ejemplo, un atleta que participa en eldeporte para vivir experiencias emocionantes (Pelletier y cols., 1995). Una investigación exhaustiva seha realizado en el tema de la motivación intrínseca, en los estudios de Glenn, Horn, Campbell y Burton(2003) y Huang, Chou, Lu, Chen, Yeh, Chang, Lin, Lin, Wang y Wu (2003).Por el contrario, existe otro tipo de motivación en la cual el sujeto basa su energía para realizar la actividad en medios externos, es decir, su principal motivación no se encuentra dentro de sí, sino que proviene del exterior, por la recompensa material o social, entre otros; este tipo de motivación es llamada Motivación extrínseca, queno es un comportamiento determinado por si mismo, solamente puede ser propuesto por asuntos externos como las recompensas y se subdivide en: a.) Regulación externa, que se refiere al comportamiento que es controlado por medios externos, como recompensas materiales o la imposición de otros (Deci y Ryan, 1985); b.) Introspección, indica que quien participa en el deporte es porque siente presión de estar en buena forma por razones estéticas, porque se siente avergonzado o apenado cuando no está en su mejor forma y c.) Identificación, que es cuando el sujeto valora o juzga un comportamiento como importante y por eso lo elige. Siente que su participación contribuye a una parte de su crecimiento y desarrollo como persona (Pelletier y cols., 1995). Por su parte, Biddle (1999) expresa que son cuatro los tipos de motivación extrínseca, los tres anteriormente mencionados además de regulación integrada, que es la más autodeterminada forma de regulación de comportamiento; el comportamiento es integrado dentro de su propia personalidad o identidad. Finalmente, el análisis de la teoría motivacional sugiere que también existe un tipo de motivación, en la cual, el sujeto no es motivado ni interna ni externamente; en otras palabras, no tiene definida la motivación por la que practica el deporte; este tipo de indecisión motivacional es llamada Amotivación, que es cuando el individuo no percibe eventualidad entre sus acciones y las respuestas a sus acciones. Los sujetos amotivados, experimentan sentimientos de incompetencia y falta de control (Deci y Ryan, 1985). Además la amotivación ha sido hallada como el estado que existe cuando el individuo tiene poca o no tiene motivación para intentar un comportamiento (Biddle, 1999). Así como son muchos los aspectos que provocan la deserción de deportistas (otras prioridades, diferencias con el entrenador, falta de tiempo, entre otros), el establecimiento de objetivos o metas es un factor que influye en la preferencia del uso de determinado tipo de motivación, esto quiere decir que algunos atletas eligen objetivos realmente retadores, difíciles, que demandan gran energía y tiempo para obtenerlos, enfrentando sus deseos y temores y algunos obstáculos que se presentan externamente; por otro lado, existen los deportistas que seleccionan sus metas en las cuales el esfuerzo aplicado para llevarlas a su fin no sea mucho, es decir, metas fáciles de alcanzar, donde no entreguen ni dediquen su mayor cantidad de energía e interés, no dan lo mejor de sí. El establecimiento de metas se ve influenciado por diferentes variables como el sexo, la edad y la cultura de los sujetos, en otras palabras, dependen de cada sujeto y de la situación específica que viva.

Fuente de consulta:

Biondi, R. F. (2007). La importancia de la actividad física en el tratamiento de deshabituación a las drogas. Alcmeón, 14(2), 82-89.

Azofeifa, E. G. (2006). Motivos de participación y satisfacción en la actividad física, el ejercicio físico y el deporte. *MHSALUD: Revista en Ciencias del Movimiento Humano y Salud*, *3*(1).

RECURSOS:
Físicos:

- Aula Gabriel García, tablero, ropa cómoda, listado, tabla, esfero.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, profesional de educación física

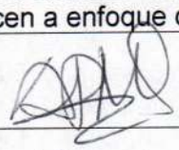
RESULTADOS:

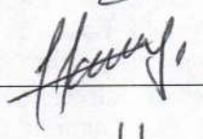
Cualitativos:

Durante el taller con las y los ciudadanos de etapa 5 se logra reconocen la importancia de la actividad física y el ejercicio más allá del rendimiento físico, comprendiendo su impacto como medio de integración social, expresión personal y bienestar general. A partir de las experiencias vivenciales, se fortalecen los vínculos sociales, la empatía y la cooperación entre los participantes durante el proceso, surgieron reflexiones críticas frente a los estereotipos corporales y las exigencias de desempeño, promoviendo una perspectiva inclusiva y promoviendo la diversidad. De igual forma, se motivación a continuar manteniendo la disposición hacia la práctica constante de hábitos saludables donde los participantes comprendan la actividad física como una herramienta de inclusión, bienestar y desarrollo humano integral.

Cuantitativos:

Para este taller se cuenta con la participación de 14 ciudadanos, de los cuales 11 son de genero masculino y 3 de genero femenino, de los cuales 7 pertenecen a enfoque diferencial.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: actividad física como ejercicio social, línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, fecha:15/10/2025, etapa 5.





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Actividad física. como ejercicio social.
4. Fecha: 15/10/2025
5. Hora: 02:00 pm

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	6883968	Jose Corzo	69	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	454355	[illegible]	62	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	79239[illegible]	Fabio Barrio	60	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	75079964	Andres Castaño	49	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	79.951.635	Julio Cieva	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	1.013.629.057	Mayerly Yurani	33	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC.	79374180	Juan Motta	59	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	52703197	Luz marina	53	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
9	CC	79585367	Freddy Velasquez	54	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
10	CC	80401364	luis padilla	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
11	CC	80926713	JOSE ORTIZ	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
12	CC.	88[illegible]	MARCELA SANCHEZ	44	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
13	CC	8140362	FRANCISCO PULIDO	69	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
14	CC	6810782	Jorge Gomez	73	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Anggie Paola Morera
14. Cargo o rol del responsable: Educación Física
15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario	**FECHA:** 16/10/2025	**HORA:** **INICIO** 09:00 AM **FINAL** 10:30 AM
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andrés Suarez
NOMBRE DE ACTIVIDAD: Actividad deportiva		

OBJETIVO GENERAL:
Incentivar a los ciudadanos a realizar actividad física, con el deporte de Voleibol, esto con el fin de mejorar su condición física y sacarle provecho a su espacio de ocio y esparcimiento en comunidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Incentivar a los participantes la importancia del trabajo en equipo ya que esto les ayudara en su desarrollo personal, dentro y fuera de comunidad.
- Generar hábitos de ejercicio, para que el ciudadano lo adquiera como habito en su tiempo libre en comunidad.
- Mejorar la condición física de los ciudadanos con el fin de sacar provecho a sus destrezas en diferentes tipos de deportes.

METODOLOGÍA:
Se realizará bajo la metodología lúdico-terapéutica: para el desarrollo de esta actividad en el marco de la línea de atención III: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades, se basa en lo lúdico como medio de expresión de sentimientos y emociones, donde permita a las y los ciudadanos tener un espacio de recreación y deporte e integración con los demás practicantes de comunidad, se convoca a los participantes que deseen participar en la actividad, posterior a esto se adecua el espacio según la cantidad de asistentes, luego se inician las actividades deportivas.

- **Adecuación**
  Se adecuará los diferentes espacios los cuales son la cancha de futbol y cancha de voleibol, ya que cuenta con la amplitud y ventilación para el desarrollo de la actividad.

- **Primer Momento**
  Se dará la bienvenida a los ciudadanos asistentes y se socializara la actividad y el juego que se desarrollara durante la actividad deportiva del día, posteriormente se les informa que el promotor tallerista Andres Suarez hará el papel de arbrito de campo, con el fin de hacer cumplir las reglas del deporte de manera neutral, para mantener el orden y un ambiente de respeto entre jugadores, después se integrara a la población para participar.

- **Segundo Momento**
  Se realizará ejercicio de precalentamiento para evitar lesiones o dolores en el cuerpo, luego se les entregara a los dos equipos que participaran voleibol, cada ciudadano se integrara a su respectivo equipo, donde se les explicara el objetivo de la actividad y las reglas para que puedan competir de una manera pacífica y recreativa.

- **Tercer Momento**
  Se finalizará el taller, reuniendo a los ciudadanos en la cancha de Voleibol, donde se les socializará un párrafo el cual está enfocado en la importancia de los buenos hábitos de vida saludable por medio de la "actividad física" y recalcando la importancia de realizar actividades deportivas una vez o dos veces por semana, ya que esto contribuye con un buen desarrollo físico y el aprovechamiento del tiempo libre.

Reacondicionamiento del espacio: La zona de la cancha de Voleibol se utilizará para el taller el cual se alistará y adecuará para realizar la actividad deportiva.

TEMAS:

Fomentar la actividad física a los ciudadanos e incentivar aprovechamiento del tiempo libre y la participación en actividades físicas en estos espacios deportivos que tiene para ofrecer el servicio de comunidad de vida

1. El Arbitraje: Disciplina y Reglas Claras en el Juego

Este tema establece la conexión directa entre las reglas deportivas y la disciplina personal y social (reglas de convivencia en la Comunidad de Vida).

2. Actividad Física y Deporte: Construyendo Hábitos Saludables

Esta sección diferencia la actividad deportiva de otros conceptos y subraya la importancia del ejercicio como uso positivo del tiempo libre.

3. Voleibol: Interdependencia y Estrategia de Equipo

Este tema se centra en el deporte elegido y cómo sus características promueven el objetivo del **Trabajo en Equipo**.

El/la árbitro/a:

Es una figura presente en gran variedad de deportes que se encarga de presidir el juego y hacer cumplir las reglas del deporte en que participa de manera neutral, velando por mantener el orden y un ambiente de respeto entre jugadores/as. Este/a profesional es la máxima autoridad en la pista de juego y, en caso necesario, tiene el poder de sancionar cualquier miembro del equipo deportivo o técnico de manera inmediata o a efectos de la competición en general.

Dependiendo de la disciplina deportiva donde ejerza, esta figura podrá presentar varias denominaciones y deberá coordinarse o no con otros árbitros. En algunas modalidades deportivas existen diferentes tipologías de árbitros en función de las tareas, de la presencia y el peso que tendrá en el juego o competición: árbitros principales: árbitros asistentes, cuartos árbitros y árbitros asistentes adicionales. Por último, el número de árbitros que se requieran dependerá también de la magnitud del juego o la competición y de la especialidad o modalidad deportiva (por ejemplo, taekwondo, fútbol, baloncesto, etc.). Tareas.

- Controla la duración del juego o competición deportiva.
  Gestiona el inicio y el final del mismo, junto con las diferentes paradas que establezca el reglamento de la disciplina deportiva o que el árbitro/a considere.
  Cronometra el juego o competición deportiva.
  Vela para que el juego o competición se lleve a cabo con el mínimo de interferencias posibles.
- Se responsabiliza del desarrollo del juego o competición deportiva.
  Supervisa el correcto desarrollo del juego o competición.
  Actúa con firmeza, realizando veredictos ante situaciones con diferentes interpretaciones. La gestión se llevará a cabo en colaboración con otros miembros del equipo arbitral o de forma independiente.
- Se encarga de hacer cumplir el reglamento colegiado.
  Tiene autoridad para implementar, en caso de que haga falta, medidas disciplinarias establecidas por el reglamento.
  Realiza su trabajo siguiendo la ética arbitral en base a los principios de independencia e imparcialidad.
- Resuelve conflictos.
  Se encarga de la mediación en la existencia de conflictos que puedan surgir en las diferentes partes del partido o competición deportiva.
  Vela por mantener un ambiente de respeto entre deportistas y personal técnico.
- Tiene cuidado de la integridad física de los jugadores/as o competidores/as.
  En el caso de lesiones graves, se asegurará de que estos/as sean transportados fuera del terreno de juego o de competición.
- Recoge datos y realiza informes.
  Recogerá datos de todas las medidas disciplinarias y sobre cualquier otro incidente que haya ocurrido antes, durante y después del juego o competición deportiva.
  Toma nota de los incidentes sucedidos y remite a las autoridades competentes un informe del mismo.
-

Concepto de Actividades deportivas
Activista es un vocablo latino que llegó al castellano como actividad. La noción suele utilizarse con referencia a la acción o la diligencia que lleva adelante un individuo o una entidad. Deportivo, por su parte, es un adjetivo que alude a lo relacionado con el deporte (la competencia o el juego sujeto a reglas y que requiere entrenamiento para perfeccionarse en su práctica).
Las actividades deportivas son aquellas que suponen la práctica de una de estas disciplinas. Como parte de un deporte, estas actividades deben enmarcarse en un cierto reglamento.

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

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

El voleibol, volibol, vóley o balonvolea es un **deporte que consiste en el encuentro de dos equipos compuesto por seis jugadores cada uno**, que se enfrentan en una chanca dividida por una red o malla sobre la cual deben pasar una pelota a fin de que toque el suelo del campo contrario para hacer una anotación.

Por tanto, **el objetivo del voleibol es lograr anotar puntos con los pases de pelota hacia el campo adversario**, cosa que tratará de impedir el equipo contrario a través de jugadas defensivas como toques, ataques o bloqueos.
Cabe mencionar que el balón se puede impulsar con cualquier parte del cuerpo a través de golpes limpios. Sin embargo, por lo general se utilizan las manos y los antebrazos. Durante el juego la pelota no puede ser sujetada o retenida.
La palabra voleibol deriva del inglés *volleyball*, escrita hasta el año 1952 como *volley ball*.

Historia del voleibol
El voleibol es un **juego deportivo creado por William George Morgan en el año 1895**, cuando este se desempeñaba como profesor y entrenador deportivo en la YMCA (Asociación Cristiana de Jóvenes) de Holyoke, Massachusetts (Estados Unidos).
Morgan se vio en la necesidad de crear una actividad física alternativa y de menor intensidad que el baloncesto, deporte creado por su compañero James Naismith en 1891, el cual pudiese ser practicado tanto por jóvenes como por personas adultas en espacios cerrados o abiertos. De esta manera nació el voleibol bajo el nombre de mintonette.
Para su creación Morgan tomó en cuenta todas las técnicas deportivas que él ya conocía y ponía en práctica con sus alumnos, su finalidad era crear un juego por equipos para entrenar y competir, por tanto estableció tanto sus primeras reglas como los elementos del juego.
En el año 1896 Morgan realizó la primera presentación pública del voleibol en una conferencia de las diversas asociaciones YMCA. Desde ese momento el voleibol consiguió gran receptividad y comenzó a expandirse por diversos países.

En principio el voleibol era un deporte practicado exclusivamente por hombres, pero al pasar los años también se incluyó el voleibol femenino.
En la actualidad el voleibol es un deporte que cuenta con un organismo de carácter internacional fundado en el año 1947, la Federación Internacional de Voleibol (FIVB). Es el lugar donde se definen sus reglamentos y organizan las diversas actividades en torno a este deporte.
Los primeros campeonatos mundiales se organizaron en 1949 para la categoría masculina, y en 1952 para la categoría femenina. El voleibol de playa se incorporó a la FIVB en el año 1986 y a los Juegos Olímpicos en 1996.
Ver Deporte.

Reglas del voleibol

A continuación, se presentan las reglas básicas del voleibol.

Campo de juego o cancha



En la imagen se aprecia la línea central de la cancha y sobre la cual se coloca la red divisoria sostenida por los postes. También se ven las varas que delimitan el área de juego, y se aprecian las líneas que delimitan la zona de ataque, justo frente a la red. El suelo de color azul con líneas blancas es la zona libre.

- El campo de juego o cancha es de forma rectangular y debe medir 18 m de largo po 9 m de ancho.
- La zona libre del campo debe medir 3 m en cada uno de sus cuatro lados, ya que ahí también se realizan jugadas.
- La mitad del campo debe estar marcada por una línea sobre la cual se coloca la red o malla divisoria. Esta línea divide la cancha en dos parte iguales que miden 9 m, y donde jugará cada uno de los equipos.
- Luego, década lado de la línea central debe estar marcada una línea que delimita la zona de ataque y que mide 3 m en cada lado de la cancha.
- La parte restante es la zona defensiva y donde se posicionan los zagueros y el líbero.

La red o malla

- La red o malla debe medir entre 9,5 o 10 m de largo y uno de ancho. La malla sobresale hacia las líneas laterales cerca de 50 cm.
- Tiene dos bordes para poder identificar la parte superior e inferior de la malla.
- Sobre la banda superior de la red sobresalen a cada lado unas varillas o antenas de 80 cm cada una, para demarcar la zona de juego. No deben ser tocadas ni por los jugadores ni por la pelota.
- Debe estar sujetada por dos postes a una altura de 2,24 en la categoría femenina, o de 2,43 en la categoría masculina.

Pelota o balón

La pelota que se emplea en voleibol tradicional es la misma que se usa en la variación de voleibol de playa.

- El balón o pelota debe tener una circunferencia entre 65 o 67 cm y un peso entre 260 o 280 g. Su presión debe ser entre 0,3 o 0,325 kg/cm^2.
- Su exterior debe ser de un material sintético o cuero, acolchado y puede tener una combinación de dos o tres colores.

Equipos

En la imagen se puede distinguir a la jugadora líbero del equipo uniformado en azul y blanco.

- Cada equipo puede estar compuesto hasta por 14 jugadores, de los cuales dos son líbero.
- Cada equipo debe contar con un entrenador, uno o dos asistentes del entrenador, un médico y un terapista.
- Durante el juego solo participan seis jugadores por equipo.
- Cada equipo tiene un capitán identificado con una banda.
- Los **jugadores líberos** juegan una posición defensiva. Pueden entrar y salir del campo varias veces para sustituir a cualquiera de sus compañeros, menos al capitán del equipo.
- Todos los jugadores que vayan a jugar deben estar uniformados (pantalón corto, camiseta identificada con un número del 1 al 20, en el frente y la espalda, y zapatos deportivos). El único uniforme que varía de color es el del líbero.

Posiciones y rotaciones

- Tres jugadores delanteros se ubican al frente de la red en la zona de ataque y tres en la zona de defensa, que son los zagueros y el líbero, en la parte de atrás de la cancha.
- Se considera falta la posición incorrecta por parte de los jugadores en el momento del saque. También si un jugador pisa la cancha contraria por debajo de la red interfiriendo con las jugadas del otro equipo.
- Los jugadores no deben tocar los espacios del equipo contrario, esto es considerado como falta.
- En el caso, de que un equipo le arrebate el saque al otro, los jugadores, menos el líbero, deben de rotarse de posición en el sentido de las agujas del reloj.

Anotación

- El voleibol tiene una duración de cuatro o cinco sets, el primer equipo que gane en los tres primeros sets es el vencedor y se da por concluido el juego. Adicionalmente, un equipo gana un set en caso

de alcanzar 25 puntos o superarlos con una ventaja de dos (25-23), y en el caso de tener unos resultados 25-24 habría que esperar 26-24 y así sucesivamente. Adicionalmente, se puede establecer un quinto tiempo, con una reducción de la meta de 15 puntos sin eliminar la ventaja de dos puntos.

- Cuando un equipo anota un punto debe de empezar la partida.
- Un equipo anota puntos cuando el adversario comete una falta.
- Se hace anotación cuando la pelota toca el suelo dentro del campo del equipo contrario.
- Los jugadores pueden tocar la pelota hasta tres veces antes de pasarla al otro lado de red, un cuarto toque genera una falta.

Fuente: https://definicion.de/actividades-deportivas/
https://www.significados.com/voleibol/
https://treball.barcelonactiva.cat/porta22/es/fitxes/A/fitxa52173/arbitroa.do

RECURSOS:

Recursos Humanos

- Promotores, ciudadanos.

Recursos físicos

- Balón de voleibol, silbato, listado de asistencia y esfero.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Las y los ciudadanos participaron conforme a la actividad, desarrollando destrezas, habilidades, relacionándose y interactuando con los demás ciudadanos, sensibilizando a la población que las jornadas deportivas son de gran importancia ya que esto contribuye positivamente en su salud, también aprendieron a que en la vida a veces se gana y a veces se pierde, esto con el fin de que el ciudadano maneje correctamente las emociones cuando se presente alguna de las dos situaciones ya sea dentro como fuera de comunidad.

- Se logró dar cumplimiento al objetivo por medio de la actividad lúdica y física, esto para que el ciudadano logre acoger el hábito de ejercitarse por medio de los diferentes deportes tales como el voleibol, reforzando el trabajo en equipo, estrategia, resolución de problemas y manejo de diferentes estados emocionales, que se evidencia a la hora de la competencia en equipo e individual.

Cuantitativos:
Se contó con la participación de (10) Diez participantes los cuales los diez son hombres

FIRMA DEL RESPONSABLE: Andres Suarez

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Hrney Díaz G