ejecutadas a partir del aprender haciendo, cumpliendo con las especificaciones técnicas de jardinería, arreglo, embellecimiento y limpieza de áreas comunes.

Tercer momento

Culminadas las jornadas del días se realizara una ronda por los diferentes espacios donde se ejecutó el taller verificando el cumplimento de las actividades asignadas y revisando que hayan quedado bien y acorde a las técnicas, se sensibiliza a los ciudadanos sobre la importancia del orden y el aseo en cada espacio de labores, seguido se deben entregar las herramientas limpias y en buen estado al área encargada, se realiza retroalimentación preguntando a los participantes dudas y dificultades en la ejecución del taller, se les brinda recomendaciones según parámetros técnicos.

Reacondicionamiento:

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

TEMAS:

Plateo

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

Plateo en frutales

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

Objetivos del plateo:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Objetivos del aporque:

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

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

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

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

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

Poda de formación

Es la poda que efectuamos tanto a árboles como a arbustos en sus estados más jóvenes con el fin de crear una forma o estructura concreta. Previamente debemos establecer cuál es la forma correcta que daremos al árbol o arbusto y se irán eliminando las ramas no deseadas. En caso de querer formar estructuras complejas nos serviros de guías tanto metálicas como de madera donde iremos fijando las ramas seleccionadas.

Pinzamientos

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

Poda de saneamiento

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

Plantas ornamentales

Una planta ornamental es aquella que se cultiva y se comercializa con propósitos decorativos por sus características estéticas, como las flores, hojas, perfume, la peculiaridad de su follaje, frutos o tallos en jardines y diseños paisajísticos, como planta de interior o para flor cortada. Su cultivo, llamado floricultura, forma una parte fundamental de la horticultura.
Su importancia se ha incrementado con el desarrollo económico de la sociedad, el incremento de las áreas ajardinadas en las ciudades y el uso de plantas de interior en hogares y edificios públicos.
Las plantas ornamentales normalmente se cultivan al aire libre en viveros, con una protección ligera bajo plásticos o en un invernadero con temperatura controlada. Estas plantas se suelen vender con o sin maceta para ser trasplantadas al jardín o simplemente ubicadas como planta de interior.

El mantenimiento de plantas ornamentales

Es esencial para mantenerlas saludables y hermosas.

Luz

La luz es vital para la fotosíntesis cada planta tiene necesidades de luz diferentes si las hojas se ponen amarillas o se caen, puede ser falta o exceso de luz.

Temperatura

Cada planta tiene un rango de temperatura ideal evita cambios bruscos de temperatura coloca las plantas en lugares protegidos de corrientes de aire.

Humedad

Algunas plantas necesitan mayor humedad ambiental, puedes usar humidificadores o colocar las macetas sobre guijarros con agua.

Abono

Proporciona nutrientes adicionales para un crecimiento saludable sigue las indicaciones del producto evita el exceso de abono, puede quemar las raíces, es recomendable utilizar abonó orgánicos como compost, gallinaza, humus.

Poda

Hojas secas, flores marchitas y ramas dañadas se deben quitar esto nos ayuda a mantener la forma de las plantas, la mejor época para podar depende de cada variedad de planta.

Corte de Prados

Un prado es una tierra llana o de relieve suave, húmeda o de regadío, en la cual crece la hierba con el fin de generar pasto para el ganado y forraje para conservar, cuando hay producción sobrante. Por lo general los prados mesolíticos crecen en regiones húmedas y no muy frías, en las que apenas existe sequía, bajo el dominio de los bosques caducifolios. Los prados forman ecosistemas creados como consecuencia de la actividad humana consistente en una economía rural basada en la ganadería, manteniendo la vegetación en un estado gracias a la alternancia de siega y pastoreo; estas actuaciones alternantes se complementan frecuentemente con otros cuidados como enmiendas calizas, o fertilización orgánica o mineral.

Guadaña

La guadaña, dalle o dalla manual es una herramienta agrícola compuesta de una cuchilla curva ensartada en un palo, usada para segar hierba, forraje para el ganado o cereales. La Guadaña mecánica o moto guadaña es una herramienta de corte motorizada, el corte lo realiza con un hilo de nylon o cuchillas afiladas que funcionan a gran velocidad, es accionada por gasolina o electricidad. El motor conduce una lámina dentada que resbala hacia adelante y hacia atrás horizontalmente a través de los dientes inmóviles para producir una acción del scissor. Hay manijas para permitir que la máquina sea controlada por un operador que camina detrás de ella.

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:

3 machetes, 5 azadones, 4 palines, 2 palas, 1 media luna, 2 tijeras de poda,1 guadaña, 80 kilos de compost, 1 flexómetro, 1 segueta, 1 carretilla, 4 limas para afilar, 3 rastrillos plásticos, 2 rastrillos metálicos

Humanos:

Talleristas agro y ciudadanos.

RESULTADOS:

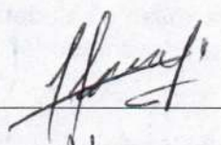
Cualitativos:

- Los ciudadanos regularon sus estados de ansiedad a partir de las actividades de contacto con la naturaleza y la tierra, observando iniciativas, motivación y el compromiso con las tareas de embellecimiento de las áreas comunes y la jardinería, siguiendo instrucciones en la aplicación de los métodos y técnicas para cada una de las plantas.
- Los participantes adquirieron conocimientos en las labores de jardinería y manejo de herramientas para las diferentes variedades de plantación al mismo tiempo se motivaron para tener más corresponsabilidad en el mantenimiento y limpieza} de la comunidad, partiendo de la recolección y recuperación de desechos aprovechables y no aprovechables, mejorando la buena presentación y creando espacios agradables para el diario vivir.
- Los ciudadanos desarrollaron destrezas y habilidades en el arreglo y mantenimiento de plantas frutales, ornamentales y de jardinería realizando actividades cotidianas del área, se destaca el compromiso y responsabilidad que adquieren para dichas labores reflejando un buen ambiente y trabajo en equipo en el entorno de la comunidad.

Cuantitativos:

- Martes 18 de noviembre participan 17 hombres, 2 lgbti, , se hace el corte de césped con guadaña en las áreas comunes de comunidad de vida
- Miércoles 19 de noviembre participan 17 hombres, 2 lgbti, se realiza demarcación y limpieza de canales para que fluyan las aguas lluvias a su vertedero.
- Jueves 20 de noviembre participan 17 hombres, 2 lgbti se hace limpieza y plateo de árboles frutales que se encuentran en las áreas comunes.
- Viernes 21 de noviembre participan 17 hombres, 2 lgbti, se hace mantenimiento y podas a plantas ornamentales en entorno de la casa

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Hernan Ojeda

Registro fotográfico

Nombre de actividad: Mantenimiento y limpieza de áreas comunes.
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 18/11/2025





Registro fotográfico

Nombre de actividad: Mantenimiento y limpieza de áreas comunes.
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 19/11/2025





Registro fotográfico

Nombre de actividad: Mantenimiento y limpieza de áreas comunes.
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 20/11/2025





Registro fotográfico

Nombre de actividad: Mantenimiento y limpieza de áreas comunes.
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 21/11/2025





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: Mantenimiento y limpieza de áreas comunes

4. Fecha: 18/11/2025

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	Yeison Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80169188	oscar angel	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	366113	donalt ramos	89	No aplica	No aplica	No aplica			X					Donal	
4	CC	80165336	Joan murcia	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80926743	Jose ortiz	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1012356917	Rubén perez	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1024545963	David Gutierrez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79742307	Jose garzon	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	11514720	Luis mendez	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1026551962	miguel galindo	30	No aplica	No aplica	No aplica			X					Galindo	
11	CC	52535742	Alejandra Rivas	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					Rivas	
12	CC	88268711	Alejandro Londoño	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	80120697	Juan Uiloria	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79962854	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80845506	Oscar Camacho	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	3167241	Jose marin	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	80286733	Cesar augusto	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	10144916	Julio marquez	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	80770761	Diego roberto	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Roberto	
20																

13. Nombre del responsable: Hernan Escobar Ramirez

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: Mantenimiento y limpieza de áreas comunes
4. Fecha: 19/11/2025
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	1072091720	yeison wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			x						
2	cc	80169188	oscar angel	44	No aplica	No aplica	No aplica			x						
3	cc	566113	donalt ramos	39	No aplica	No aplica	No aplica			x					Donal	
4	cc	816336	juan murcia	46	No aplica	No aplica	No aplica			x						
5	cc	84426713	jose ortiz	43	No aplica	No aplica	No aplica			x					Jose	
6	cc	1012356917	ruben perez	36	No aplica	No aplica	No aplica			x						
7	cc	1024345496	david gutierres	32	No aplica	No aplica	No aplica			x						
8	cc	94742307	jose gravzón	51	No aplica	No aplica	No aplica			x						
9	cc	1151142	luis mendez	41	No aplica	No aplica	No aplica			x						
10	cc	1026551762	Migel Galindo	33	No aplica	No aplica	No aplica			x					Galindo	
11	cc	52535742	Alejandra rivas	47	No aplica	No aplica	No aplica			x					Rivas	
12	cc	88263716	Alejandro londoño	46	No aplica	No aplica	No aplica			x						
13	cc	80120687	juan viloria	41	No aplica	No aplica	No aplica			x						
14	cc	79623854	Mauricio rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			x						
15	cc	80845506	oscar camacho	46	No aplica	No aplica	No aplica			x						
16	cc	3167241	jose marin	46	No aplica	No aplica	No aplica			x						
17	cc	80236733	cesar augusto	40	No aplica	No aplica	No aplica			x						
18	cc	1011491G	julio marquez	64	No aplica	No aplica	No aplica			x						
19	cc	80720861	diego roberto	41	No aplica	No aplica	No aplica			x					Diego roberto	
20																

13. Nombre del responsable: Hosmar Escobar Ramirez
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: Mantenimiento y limpieza de áreas comunes

4. Fecha: 20/11/2025

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	Yeison Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	cc	80169188	oscar angel	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	566113	donalt ramos	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					donal	
4	cc	8165336	Joan murcia	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	80926713	Jose ortiz	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jose	
6	cc	1012356917	Ruben perez	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	1024554596	david gutierrez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	79792807	Jose garzon	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	11511420	Luis mendez	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	1026551762	Miguel galindo	33	No aplica	No aplica	No aplica			X					Galindo	
11	cc	52535742	Alejandra Rivas	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					Rivas	
12	cc	88263711	Alejandro londoño	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	80120687	juan Vilora	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	cc	79962854	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	80845506	oscar camacho	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	cc	3167241	Jose marin	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	cc	80236933	Cesar augusto	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	cc	10114916	Julio marquez	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	cc	80770861	Diego roberto	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Roberto	
20																

13. Nombre del responsable: Hosmar Escobar Ramirez

14. Cargo o rol del responsable: Talberista 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: Mantenimiento y limpieza de áreas comunes
4. Fecha: 21/11/2025
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	1076912[illegible]	yeison wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	cc	80169188	oscar angel	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	cc	566113	Donal ramos	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	ce	916336	juan murcia	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	80926713	jose ortiz	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	cc	1012356917	ruben perez	36	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	1026545896	david gutierrez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	79742307	jose garzon	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	ce	11511486	Luis mendez	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	ce	1026551762	Miguel Galindo	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	cc	52535742	Alejandra rivas	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	88263214	Alejandro londoño	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	ce	80120687	juan ulloa	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	cc	79602854	Mauricio rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	cc	80845506	oscar camacho	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	cc	3167241	jose marin	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	cc	80230733	Cesar augusto	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	cc	10114916	julio marquez	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	cc	80770861	diego roberto	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20																

13. Nombre del responsable: Homar Escobar R
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 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:**18/11/2025	**HORA:** Inicio: 9:00 AM Final: 12:00 M
ÁREA: TALLERISTA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leonel Malagón

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: taller del maestro (papel mache)

OBJETIVO GENERAL: Elaborar con las y los ciudadanos figuras decorativas y artísticas utilizad como material principal el papel, desarrollando habilidades manuales y creativas

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Crear objetos decorativos
- Realizar figuras tridimensionales a partir de la pulpa de papel
- Desarrollar actividades artísticas

METODOLOGIA La actividad se llevará a cabo por medio de la metodología lúdico -practica centrada en la experiencia del juego como herramienta de aprendizaje de integración y recreación des de la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. donde deben seguir el paso a paso de la elaboración, de figuras en papel mache.

Adecuación: Se realizará la notificación del taller por medio de los tableros informativos que la actividad se realizará en área polifuncional de artes donde se dará una breve explicación de las figuras a realizar se hará entrega de materiales para el inicio de la actividad

Primer momento: se dará la información de cada actividad a realizar con la metodología a desarrollar se realizará el llamado a los ciudadanos que deseen participar en la actividad de figuras en papel mache

Segundo Momento: una vez dada una breve explicación del reglamento del juego se procederá a dar inicio a la actividad

Tercer momento: seguido se dará inicio a la actividad de realización de figuras de papel mache donde conocerán técnicas de elaboración

Reacondicionamiento del espacio: se solicitará a los ciudadanos que participaron en la actividad dejar el espacio limpio y en buenas condiciones, limpio y sin residuos de materiales recogiendo sillas para la finalización del a actividad.

TEMA La elaboración de figuras en papel maché es un proceso artístico y manual que consiste en transformar papel reciclado y adhesivos naturales o sintéticos en piezas tridimensionales con volumen, textura y forma. Esta técnica combina creatividad, destreza manual y aprovechamiento de materiales reutilizables, permitiendo modelar desde pequeñas esculturas decorativas hasta grandes estructuras utilizadas en festividades culturales, artes escénicas o expresiones comunitarias. El proceso inicia con la construcción de una base o armazón, que puede realizarse con cartón, alambre, globos, botellas u otros objetos que sirvan para dar la estructura inicial. Sobre esta base se aplican sucesivas capas de papel previamente humedecido en una mezcla adhesiva (engrudo tradicional de harina y agua, o colas comerciales). Cada capa se adapta cuidadosamente a la forma del armazón, permitiendo cubrir, reforzar y dar volumen a la figura. Una vez completadas las capas, la pieza se deja secar por completo, lo que aporta firmeza y resistencia. Posteriormente se procede al pulido y acabado, donde se recortan imperfecciones, se lijan superficies y se definen detalles finos que dan identidad a la figura. Finalmente, la pieza se decora mediante pintura, barniz o técnicas mixtas, lo que aporta color, expresión y durabilidad. El trabajo en papel maché favorece la expresión estética, la imaginación y el pensamiento creativo; además, fomenta el reciclaje, el uso consciente de los materiales y el desarrollo de habilidades motoras. Es una técnica accesible, económica y versátil que permite a personas de todas las edades explorar procesos escultóricos de manera sencilla y significativa. La elaboración de figuras en papel maché es una práctica artística y artesanal que utiliza materiales reciclados para dar vida a formas tridimensionales mediante técnicas de modelado, ensamblaje y construcción manual. Su origen se remonta a antiguas civilizaciones asiáticas y europeas que aprovecharon las propiedades del papel y los adhesivos naturales para crear objetos utilitarios, decorativos y rituales. A lo largo del tiempo, esta técnica ha evolucionado y se ha adaptado a contextos culturales diversos, siendo hoy una herramienta fundamental para el desarrollo de procesos creativos, pedagógicos y comunitarios. El proceso comienza con la

conceptualización de la figura, donde el creador define la forma, el tamaño, la intención estética y el propósito del objeto. Esta fase incluye la observación, el diseño y, cuando es necesario, la creación de bocetos o maquetas que guían la construcción. Posteriormente se elabora la estructura o armazón, que funciona como esqueleto de la pieza. Este soporte puede fabricarse con elementos como cartón, cinta de enmascarar, tubos, alambre, botellas plásticas o globos, dependiendo de la complejidad y el volumen deseado. El armazón debe ser resistente, estable y capaz de mantener la forma durante la aplicación de las capas de papel. Una vez construida la base, se procede a la preparación del material papel, que puede provenir de periódicos, hojas usadas, cajas de cartón delgado u otros papeles reciclados. El papel se corta o se rasga en fragmentos para facilitar su adaptación a las superficies curvas o irregulares. Estos fragmentos se impregnan con una mezcla adhesiva que puede elaborarse mediante engrudo artesanal —una combinación de harina, agua y, en algunos casos, sal para evitar hongos— o mediante colas vinílicas. La selección del adhesivo influye en la durabilidad, textura y tiempo de secado de la figura. El corazón del proceso es la aplicación sucesiva de capas de papel, que deben colocarse de manera uniforme y presionarse para evitar burbujas de aire. Cada capa aporta firmeza, espesor y estabilidad, por lo que la cantidad de capas dependerá del tamaño y el uso final de la figura. Después de completar este paso, la pieza se deja secar completamente, en un ambiente ventilado y libre de humedad, asegurando una estructura sólida y estable que pueda soportar el trabajo de acabado. La etapa de acabado y detallado incluye el lijado, la eliminación de irregularidades, la incorporación de relieves, y la definición de elementos específicos que dan personalidad a la figura. Dependiendo del diseño, se pueden agregar detalles en cartón, papel moldeado, telas u otros materiales livianos. Una vez refinada la superficie, la figura está lista para la decoración, fase en la que se aplican capas base de pintura, colores definitivos, sombras, texturas y barnices protectores. La pintura acrílica suele ser la más utilizada debido a su rápida adherencia, versatilidad y resistencia. Más allá del aspecto técnico, la elaboración de figuras en papel maché tiene un profundo valor pedagógico, ambiental y cultural. Desde lo pedagógico, promueve habilidades motrices, coordinación, concentración, paciencia y resolución creativa de problemas. En el ámbito ambiental, fomenta el uso responsable de los recursos y la reutilización de materiales que generalmente se desechan. Culturalmente, permite la creación de elementos identitarios, máscaras, personajes tradicionales, animales simbólicos o figuras alegóricas que fortalecen la memoria colectiva y el sentido de comunidad. En síntesis, el papel maché es una práctica accesible, económica y sumamente versátil, que combina arte, sostenibilidad y expresión personal. Elaborar figuras con esta técnica implica no solo dar forma a un objeto físico, sino también participar en un proceso creativo que estimula la imaginación, refuerza valores comunitarios y transforma materiales simples en piezas cargadas de significado

REFERENCIAS Bottger, E. (2005). *Papier-Mâché: History and Techniques.* London: Craftsman House.Obra que aborda los orígenes históricos del papel maché y las técnicas tradicionales utilizadas en diferentes culturas. Sánchez, M. (2012). *Manual de técnicas escultóricas: Modelado y construcción con materiales mixtos.* México: Trillas.
Incluye un capítulo dedicado al uso de papel maché como material escultórico.García, L. & Montoya, P. (2017). *Artesanías y reciclaje: Técnicas sostenibles para el trabajo manual.* Bogotá: Eco Arte Editorial.

RECURSOS:
Físicos:

- Pulpa de papel, cartón siliconas engrudo planilla de asistencia, esferos.

Humanos:

- Tallerista, ciudadanos

RESULTADOS:
Cualitativos: se contó con la participación de 13 ciudadanos de diferentes etapas 1 mujer 12 hombres

Cuantitativos: se da cumplimiento al objetivo de realizar la actividad con los ciudadanos juegos tradicionales donde se promovió la convivencia fomentando las habilidades y la creatividad de los participantes donde sienten de agrado estar en esta actividad.

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR:

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: taller del maestro (papel Mache)

Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

Fecha: 18/11/2025





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 MACHETE DAPLL MUSICAL
4. Fecha: 18/11/2025
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	20647775	BLANCA OCHOA	67	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	79150[illegible]	PEDRO DAZA	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	11322000	EVER MOLO	53	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	1004602652	STIVEN STUPIÑAN	30	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	75475755	NORA GUALTERO	62	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	52295325	DANELLY YAIR LINARES	28	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	7935638	GUSTAVO ARANGO	60	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	70106682	DIEGO PALACIO	65	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	3232036	JOAQUIN NAVARRETE	66	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	80194190	NICOLAS GOMEZ	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	1026551762	MIGUEL GALINDO	33	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	52535742	ALEJANDRA RUAN	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	CC	79206542	LUIS ENCINALES	59	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: LEONEL MONTEGAL
14. Cargo o rol del responsable: APOYO CULTURAL
15. Firma del responsable de la actividad: LEONEL MONTEGAL

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:** 18/11/2025	**HORA:** Inicio: 9:00 am Final: 10:30 am
ÁREA: Terapia ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Astrid Carolina Rico Sánchez	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cine foro: Nocaut			

OBJETIVO GENERAL:

- Promover el pensamiento crítico y el diálogo entre los participantes a través del análisis de una película, con el fin de generar procesos de introspección sobre realidades sociales.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Analizar de manera profunda la narrativa de la película para comprender los mensajes mediante la atención y disposición de observación.
- Facilitar una discusión participativa y respetuosa de los asistentes mediante preguntas emergentes.
- Sensibilizar a la población sobre las realidades presentadas en la película mediante procesos autorreferenciales.

METODOLOGÍA:

Para el desarrollo de las actividades se implementará una metodología lúdico-terapéutica que se basa en 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. La actividad será basada en la línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación: Se realizará el llamado a las y los ciudadanos en el aula múltiple, y se realizará alistamiento de los recursos físicos que se van a implementar durante el desarrollo de la actividad de cine foro mediante proyección de documental: NOCAUT.

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 realizará 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 del documental, señalando también el objetivo de la discusión o debate para que durante la misma los ciudadanos estén atentos y pueda ir generando sus propias ideas.

Segundo Momento: Se realizará la proyección del documental Nocaut de la aplicación RTVC play, en el cual tiene un tiempo estimado de 60 minutos. Y se brindará una breve reseña: Yilmar es un joven boxeador afrodescendiente caleño. Cada día, después de entrenar, se convierte en jardinero del cementerio de su barrio: Siloé. Su vida se desenvuelve entre contrastes, por un lado, la rudeza en el cuadrilátero, por otro, la paz que le evoca el ambiente de la muerte día a día.

Tercer momento: A continuación, se culminará con preguntas emergentes y posteriormente una retroalimentación basada en las realidades sociales del personaje principal, haciendo un proceso de autorreferencia.

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.

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.

Teniendo en cuanta la modalidad de cine foro se transmite documental por RTVC Play en el cual muestra diferentes realidades sociales; sin embargo, una reseña del documental: en el boxeo, como todos los deportes de alto rendimiento, requiere de trabajo y disciplina férreas, y conlleva riesgos que los deportistas asumen buscando mejor calidad de vida, y para Yilmar los riesgos lo valen, pues la apuesta es alta y el beneficio económico podría ser mucho. Este documental muestra la historia de uno de tantos competidores que ven en la actividad deportiva el camino hacia una vida mejor.
Sin embargo, el camino del éxito le plantea una dicotomía que no puede ignorar: lograr su objetivo al coronarse como campeón nacional en su categoría es una puerta para competir en ligas españolas, y seguir avanzando en su carrera deportiva, pero lo alejaría de su familia, el amor de su pareja e incluso de su hija.

Fuente:

- 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.
- https://rtvcplay.co/peliculas-documentales/nocaut

RECURSOS

Físicos: portátil, bafle, internet, listado de asistencia, lapicero.

Recursos humanos: Ciudadanos y Terapeuta ocupacional.

RESULTADOS:

Cualitativos: Los ciudadanos mostraron receptividad por ver el documental, dejándose envolver al sentirse identificados de las realidades sociales que vive el protagonista; por lo tanto al momento de mencionar cada una de las preguntas emergentes, muchos realizaron procesos de autor referenciación, lo que permite que puedan relacionar historias de vida, identificar que hay aspectos, vulnerabilidades de las cuales hemos sido expuesto, pero que cuando se tiene un sueño, una meta, hay otros esfuerzos detrás de bambalinas, en donde la constancia, la perseverancia, el amor y la disciplina son elementos claves para cambiar la historia personal. Así mismo resaltan la implementación de hábitos diarios que pueden transformar la dimensión emocional, física e impactando los demás sistemas; por otra parte, suelen evidenciar el establecimiento de límites y la importancia de la toma de decisiones y selección adecuada de una pareja sentimental, haciendo énfasis en que la persona que los acompaña puede hundirlos o motivarlos a cumplir esas metas.

Cuantitativos: Para la realización de esta actividad se contó con la participación de (8) participantes. En el cual se identificaron con el género masculino y dos de ellos son adultos mayores.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Carolina Rico

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

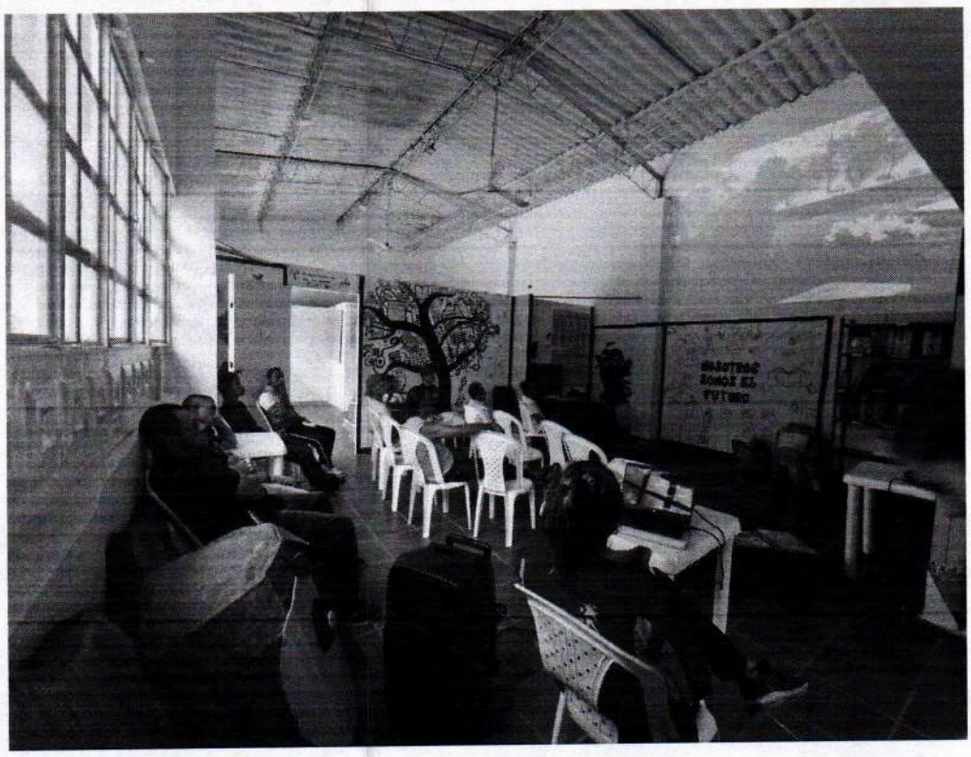
REGISTRO FOTOGRÁFICO

Nombre de la actividad: Cine foro: Documental Nocaut

LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

FECHA: 18/11/2025





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: Cineforo: Nocaut | 4. Fecha: 18/11/2025 | 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	1033716729	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Garcia	
2	CC	7930587	CARLOS GARCIA	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	74853890	Fabian Guerrero	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79824457	Felix Bárrera	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79581883	Luis G. Bueno	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	94284782	ARLEY CANO	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	10101646	[illegible]	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1024545109	David Felipe Avila	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Ana Carolina Rico Sánchez | 14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional | 15. Firma del responsable de la actividad:

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

Unidad Operativa:	**Comunidad de vida El Rosario**
Fecha:	**18/11/2025**
Lugar:	**Olimpiadas deportivas "En noviembre la calle habla"**
Horario:	**08:00am-12:00 pm**

OBJETIVO

Promover la integración, la participación y el fortalecimiento de las habilidades físicas, cognitivas y sociales de las ciudadanas y los ciudadanos de la comunidad de vida El Rosario, a través de unas olimpiadas deportivas en conmemoración al mes de la habitabilidad en calle "En Noviembre la Calle Habla", desarrollando modalidades como voleibol, baloncesto 3x3, dodgeball, fútbol, atletismo, desafío y habilidades cognitivas que favorezcan el trabajo en equipo, la convivencia y la expresión de talentos individuales y colectivos.

METODOLOGÍA

La metodología para el desarrollo de la jornada deportiva en conmemoración del mes de la habitabilidad en calle "En Noviembre la Calle Habla" se implementará lúdico- pedagógica bajo la línea de atención 4: Dinamización integral de la atención integral basada en comunidad de vida. Para el segundo día, la convocatoria será a las 8:00 a.m. en el Parque Metropolitano El Tunal, donde se dará la bienvenida a los servicios y comunidades participantes, promoviendo un ambiente de integración y respeto. Posteriormente, se iniciará la actividad con la modalidad Dodgeball, realizando las indicaciones básicas del juego y el proceso de participación. Al finalizar esta competencia, se continuará con la modalidad de voleibol, la cual se llevará a cabo según el fixture previamente establecido, garantizando orden y tiempos adecuados de juego. Para finalizar la jornada, se compartirán palabras de agradecimiento, resaltando la importancia de estos espacios para fortalecer el deporte, la convivencia y el reconocimiento de la habitabilidad en calle, invitando a todos los participantes a la siguiente jornada de las olimpiadas.

Se dará cierre a la jornada sobre las 12:00 pm, retornando a los respectivos servicios.

1. **Recepción y bienvenida**

- Llegada de los participantes al Parque Metropolitano El Tunal.
- Palabras de apertura y socialización del propósito de la jornada.
- Explicación de las modalidades y normas generales.

2. **Inicio de la modalidad Dodgeball**

- Encuentros según fixture: ejecutar el fixture o sistema de rondas

3. Inicio de la modalidad Voleibol

- Realizar los partidos conforme al fixture (sets y tiempos establecidos). Mantener marcador visible y registrar resultados. Rotaciones y calentamientos previos a cada partido

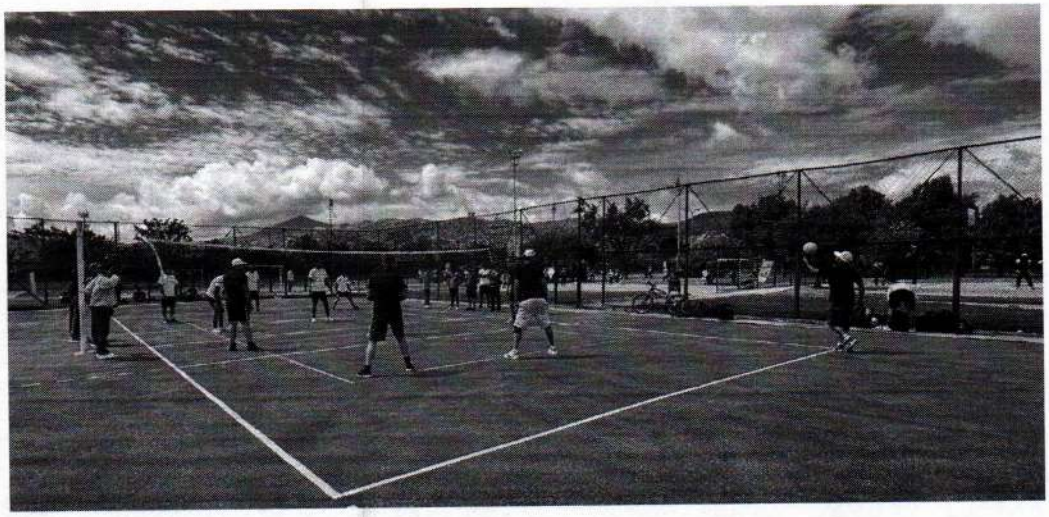
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	
HORA	**ACTIVIDAD**
08:00am	Llegada al parque Metropolitano El tunal
08:00am-08:30am	Recepción y bienvenida.
8:30-10:00am	Modalidad: Dodgeball
10:00am-12:00pm	Modalidad: Voleibol
12:00pm	Retorno a los servicios

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)
Como resultado de la jornada deportiva se fortaleció la integración entre los servicios participantes mediante la participación activa en las modalidades de dodgeball y voleibol, promoviendo el trabajo en equipo, el respeto por las reglas y la sana competencia. Además, la asistencia al Parque Metropolitano El Tunal permitió generar un espacio de recreación y convivencia que favoreció la inclusión social y la promoción de hábitos saludables a través de la actividad física y el deporte. Por parte de los ciudadanos se evidencio compromiso, disposición y motivación durante el desarrollo de las actividades, lo que permitió un ambiente positivo y cooperativo. Finalmente, se generó expectativas para la próxima fecha incentivando la participación constante en los espacios deportivos como herramienta de bienestar y reconocimiento a la habitabilidad en calle. Para esta jornada se contó con la participación de 10 ciudadanos, de los cuales 9 es de genero masculino y 1 de genero femenino, de los cuales 2 son perteneciente a enfoque diferencial.

Nombre del Profesional responsable de la salida: Anggie Murcia- Lic en educación física, recreación y deporte.

REGISTRO FOTOGRAFICO





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Olimpiadas Deportivas" En noviembre la calle habla"

4. Fecha: 18/11/2025

5. Hora: 08:00AM

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	1026551962	Miguel Galindo	33	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Galindo	
2	CC	52535742	Alejandra rivas	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X					Rivas	
3	CC	80126184	Ismael carrillo	42	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	8689121	Juan Prado L	40	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	1026551962	Raul Farieta	36	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	1149[illegible]	Julio, cesar monjor	62	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	566113	Dario Pardo	29	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	1030[illegible]	Jhon Rojas	40	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
9	CC	1996285[illegible]	Mauricio Rico	48	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
10	CC	80174490	NICOLAS GOMEZ	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Jeffre Ulcrica

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 recolectaran mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario	**FECHA:** 18/11/2025	**HORA:** **INICIO** 11:00 AM **FINAL** 12:00 M
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angela Bravo

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Normas Institucionales

OBJETIVO GENERAL: Promover una sana convivencia y el cumplimiento del diario vivir en la comunidad de vida, basada en los principios de equidad, tolerancia, respeto y colaboración, mediante la implementación de estrategias sociales que integre a todos los miembros de la comunidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar el cumplimiento de horarios en las diferentes actividades presentadas en el diario vivir y a si mejorar las habilidades sociales de los y las participantes.
- Promover un espacio de dialogo y escucha activa donde se generen estrategias para mejorar la convivencia social en comunidad.
- Capacitar a los y las participantes en la resolución de conflictos y en las normas y protocolo que se debe tener para mejorar las relaciones sociales.

METODOLOGÍA: En el marco de Línea de atención 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de las oportunidades. Se realizara el taller de interés de forma transversal bajo la metodología psicoeducativa donde se guiará a las y los ciudadanos de la comunidad la transformación de pende del reconocimiento integral de los problemas y necesidades de los cuestionamientos donde solo se puede lograr por medio de las reflexiones Se abordarán temas sobre gratitud, autoestima, retroalimentación, diálogo, así como la importancia de la convivencia social dentro de comunidad, donde se buscara que los y las participantes generen acuerdos de convivencia.

Adecuación: El taller se realizará en la sala de García Márquez donde se les comunicará a los y las participantes por medio charla formativa, se dispondrá de sillas para desarrollar el taller de interés.

Primer momento: Se iniciará el taller donde se les saludara a los y las participantes, luego de eso se les explicara la dinámica y la metodología a llevar en el taller, para así luego poder realizarles dos preguntas orientadoras las cuales son: ¿que entienden como normas de convivencia y como se deben cumplir? Y ¿cuáles son las normas a cumplir y desarrollar en comunidad de vida?, teniendo en cuenta las siguientes preguntas se tendrá un dialogo con los participantes donde se les fortalezca las normas sociales y los mínimos de convivencia social que se tienen en cuenta en comunidad.

Segundo momento: Continuando con la actividad se les realizara una actividad donde los y las participantes tendrán que escribir cuales son las diferentes dificultades que se presentan y cuáles son los acuerdos a los que se pueden llevar, se les explicara que estos acuerdos deben ser basados en el manual de acuerdos para la convivencia y que se deberán tener presente en las diferentes dinámicas de comunidad para su cumplimiento ya que cada uno de ellos y ellas, se comprometerá para el cumplimiento de los mismos.

Tercer Momento: Se finalizará la actividad leyendo cada acuerdo a los que se llegaron con los y las participantes, para así mismo fortalecer los valeres como el respeto, la tolerancia, el amor y el compañerismo ya que con ellos se podrá mantener una buena y sana convivencia dentro de la comunidad.
Reacondicionamiento. Los ciudadanos organizaran el espacio utilizado dejando limpio y ordenado.

TEMA: Qué es Convivencia: La convivencia necesita una pluralidad de personas. En la vida del ser humano, desde que nacemos es fundamental la socialización entre los individuos y, es por ello que las áreas de psicología y medicina, afirman que es imprescindible la interacción con otros seres humanos para la salud mental y la integridad física de la persona y de quienes lo rodean, fundamental para lograr el equilibrio del individuo y su desenvolvimiento en su vida personal, profesional y saciarla convivencia se puede llevar en diferentes ámbitos como: trabajo, hogar, espacios públicos, escuela, entre otros. Es de destacar, en una convivencia es fundamental existir y tener en cuenta los siguientes valores: el respeto, la honestidad, la tolerancia, la solidaridad, entre otros y, normas y códigos de comportamientos que hacen una buena convivencia. En relación a lo anterior, cuando respetamos a los otros, nos respetamos a nosotros mismos y podemos exigir respeto para con uno, ser honesto s es fundamental en cualquier relación, pero primordial para convivir con los demás, porque ser honestos nos hace fiables y de confiar para los demás, del mismo modo debemos tolerar a los demás y sus ideas y ser solidarios en los momentos de dificultad.

Los problemas de convivencia entre las personas pueden generar problemas y enfermedades mucho más graves que afectan la salud de aquellos que comparten o tienen vida en común, como la propia intolerancia entre ellos que a su vez conlleva o puede generar graves problemas de ansiedad, depresión, estrés y hasta depresión extrema que puede ocasionar el suicidio en alguno de los que conviven. Dichos problemas de convivencia lamentablemente son actualmente desdichas que viven muchas familias alrededor del mundo, que se viven entre padres e hijos, parejas, suegros o suegras y nueras o yernos que hacen la vida del día a día insoportable, para ello los especialistas de la psicología recomiendan tratamientos de aceptación propia y aceptación hacia los demás, para luego hacer terapias familiares en las que se digan las cosas que molestan a unos y a otros y canalizar las diferencias y aceptar aquello que no se puede cambiar y transformar aquellas que son viables. Convivencia social Hablamos también de la convivencia social cuando estamos en presencia de una coexistencia pacífica y armoniosa de grupos humanos en un mismo espacio, como por ejemplo cuando hablamos de las relaciones de coexistencia entre los dueños de los apartamentos de un edificio, o de un conjunto residencial de casas conjuntas. En dichas relaciones debe existir un mínimo de respeto y consideración por los demás, saber que hacer ruidos molestos a la 1 de la mañana causa disgusto a los vecinos, así como saber, que no se puede tirar la basura en el pasillo conjunto entre vecinos ya que le causará problemas a la salud tanto de él como a la de los vecinos, por lo que deben existir reglas de convivencia, respeto y consideración por aquellos que cohabitan con nosotros o con los que compartimos zonas en común como es el caso de los vecinos en propiedad horizontal .Convivencia escolar La convivencia escolar está íntimamente ligada al proceso educativo de la persona, donde aprende a relacionarse con los demás, a respetar la idea de los otros, en el ámbito donde expresarse es libertad y donde las diferentes opiniones pueden converger y convivir sin problema, es uno de los primeros sitios donde se aprende a respetar a los demás y sus ideas y donde el proceso de aprendizaje de convivencia se hace a diario con los propios compañeros de aulas, los compañeros de otros salones así como con los maestros y autoridades de la institución.

"La cultura de paz es un enfoque integral para prevenir la violencia y los conflictos violentos, y una alternativa a la cultura de la guerra y la violencia basada en la educación para la paz, la promoción del desarrollo económico y social sostenible, el respeto de los derechos humanos, la igualdad entre mujeres y hombres, la participación democrática, la tolerancia, la libre circulación de información y el desarme", así la define la Resolución Cultura de Paz, aprobada por la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas en 1998. En otras palabras, es un enfoque que requiere de acciones que contribuyan, por un lado, a la eliminación de los conflictos violentos y, por otro lado, que prepare a las personas y a las sociedades a vivir en el marco del respeto mutuo, generando condiciones para el bienestar y convivencia de todas las personas. La Cultura de la Paz -y de no violencia- es un sistema de valores opuesto a la cultura de la guerra y, todavía, lamentablemente, ampliamente extendida entre las personas, comunidades, sociedades y países. Estas dos culturas se componen de una serie de elementos, todos ellos en contraposición, y que marcan la diferencia entre una sociedad abierta y cerrada, una democrática y la otra autoritaria. La creación de la Cultura de la Paz requiere que, paulatinamente, podamos sustituir los elementos de la cultura de la guerra por aquellos que corresponden a la Cultura de la Paz. Mientras más elementos logremos sustituir, mientras más profundamente podamos arraigarnos en nuestra sociedad, la paz será más estable y duradera La paz implica que todas y todos podamos sentirnos cómodos con quienes y cómo somos dentro de las sociedades, desarrollando nuestra propia identidad, pero teniendo en cuenta que hay algo común que nos une. ¿Cómo podemos ser iguales y diferentes a la vez? Muchas veces, los conflictos surgen porque las demandas de reconocimiento identitario de determinados grupos cuestionan la imagen de nación, la narrativa de lo que es esa sociedad e incluso la identidad mayoritaria de la comunidad. Por ejemplo, en aquellas sociedades con grupos sociales identitarios muy enraizados, que son diferentes a la mayoría de la población o que siendo mayoría han sido tratados como minorías -invisibilizados y discriminados-, la posibilidad de enfrentamientos es mucho mayor. Esto significa que además de garantizar la igualdad ante la ley y la igualdad real, que todos y todas podamos alcanzar el éxito en los proyectos que nos propongamos, debemos procurar reconocernos y entendernos, más allá de las diferencias.

PROTOCOLO EN LA MESA

La mesa reviste capital importancia y dignidad por lo que supone el seno de la familia. Es una oportunidad valiosísima para fomentar lazos familiares y de amistad gozando en compañía La mesa es una cátedra de buenas costumbres. A través del comportamiento en la mesa, en la manera de conducirse y de beber, se puede apreciar la educación de una persona y su categoría. Es tradicional bendecir la mesa y dar las gracias al final.

Cuando acudimos a una cena formal o a un evento, muchas veces nos hemos fijado en la disposición de la vajilla y los cubiertos. Se trata del protocolo en la mesa.

Todo ese conjunto de modales o de reglas no escritas con las que se identifica una cultura a la hora de comer en grupo, normalmente en un ambiente formal, es lo que se conoce como protocolo en la mesa. Una manera de demostrar la educación y respeto al resto de comensales a la hora de usar de forma correcta tanto los platos,

como el resto de los utensilios; así como la correcta organización de un servicio de comidas.

POSTURA EN LA MESA:

Durante las comidas no se debe conectar la televisión, que disminuiría la atención que los demás comensales en esos momentos merecen. La primera norma de cortesía en la mesa es lavarse las manos antes de pasar al comedor.

Al sentarse a la mesa, la servilleta se desdobla parcialmente, a lo largo y se desdobla en el regazo. Se utiliza discretamente, apoyándola contra los labios y nunca frotándolos, cada vez que puedan necesitarlo para estar perfectamente limpios. Antes y después de beber se utiliza la servilleta. Una vez finalizada la comida, antes dejará la servilleta junto al plato, generalmente en el lado derecho. Nunca se doblará como si nunca se hubiera usado.

Una vez sentados, la postura correcta es estar derechos, que no quiere decir tiesos, ligeramente apoyándose en el respaldo de la silla evitándose sentarse en el borde o lejos de la mesa. En la mesa se apoyarán las muñecas y los antebrazos, pero no se deben poner los codos, las manos siempre se tienen en la mesa.

Fuente:

- **https://farodemocratico.ine.mx/cultura-de-la-paz**
- https://www.significados.com/convivenci
- https://www.stlouisfrancais.com/wp-content/uploads/2019/12/Manual-de-PROTOCOLO-EN-LA-MESA.pdf

RECURSOS:

Recursos Humanos

- Promotor, ciudadanos

Recursos físicos

- Esfero, planilla de asistencia, sillas, hojas y colores.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante el desarrollo del taller se evidencio una participación asertiva de los y las participantes que asistieron al taller, donde mostraron interés por el cumplimiento de del diario vivir. También expresaron que esto les genera hábitos de vida saludables ya que cumplen con su aseo menor y habitacional también con el cumplimiento de los talleres formativos y de interés, donde fortalecen sus capacidades y habilidades, se les refuerza además que el cumplimiento de el diario vivir genera una sana convivencia ya que no se esta interrumpiendo a los demás en sus labores ni llegando tarde a los diferentes espacios.

Cuantitativos:

Se logro la participación de 6 ciudadanos hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Angela Bravo

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Hermes Diaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Manual de acuerdos de convivencia

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

FECHA: 18/11/2025





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: Normas institucionales

4. Fecha: 18/11/2025

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	9964320	Jerson Moreno.	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1010164	[illegible]	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79.563368	Edwins Cannasca	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1852330	William polanco	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1018089	Sebastian David sanchez	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1024200	Oscar Gonzalez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X					Oscar	
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angela Bravo

14. Cargo o rol del responsable: promotor social

15. Firma del responsable de la actividad: Angela Bravo

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 la victoria		**FECHA:** 18/11/2025	**HORA:** 2:00pm 3:30pm
ÁREA: PROMOTORIA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jean Aponte	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Manejo de emociones y control de la imposibilidad.

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar estrategias de ejercicios básicos, para el manejo de las emociones y el control de las mismas, en los y las participantes de comunidad de vida, ayudándolos a gestionar sus conductas dentro y fuera de la comunidad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Incentivar la importancia del manejo y bienestar emocional y de como este influye en la comunicación y en la escucha activa.
- Identificar el manejo de emociones y el como gestionarlas en el momento de sentir ansiedad, ira, compulsividad o enojo.
- Crear en los y los participantes hábitos de escucha activa y de comunicación asertiva, para mejorar su desarrollo social y personal en su proceso.

METODOLOGÍA: Este taller se desarrollará bajo la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. cual se elaborar con una metodología socio educativa con los y las participantes de etapa 1 y 2. Se brinda a los participantes una introducción sobre el tema lo cual se basa en el manejo de las emociones, la inteligencia emocional. Se dividen los participantes en 4 grupos, distribución de materiales para realizar carteleras donde deben plasmar: que es inteligencia emocional, emociones negativas, así como positiva.

Adecuación: se realizará la adecuación del aula renacer, donde se hará el llamado a los y las participantes de momento 4 y 5 para el desarrollo del taller. Donde se alistará previamente los materiales para la elaboración del taller de formación.

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

Segundo momento: para continuar en el desarrollo del taller, se les explicara la importancia del manejo de las emociones y el auto control, ya que muchas veces se dejan llevar por el momento de euforia, o de estrés del día, también se les reforzara lo importante que es expresar sus sentimientos y emociones para no reprimirlas y que estas les causen depresión o los lleve a sobrecargarse emocionalmente y llegar a cometer acciones no adecuadas,

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

Reacondicionamiento del espacio:

La zona 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:

La Inteligencia Emocional (IE) es la capacidad de gestionar tanto las propias emociones como comprender las de quienes nos rodean. La IE se compone de cinco elementos clave: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. Las personas con alta IE pueden identificar cómo se sienten, qué significan esos sentimientos y cómo estas emociones impactan su comportamiento y, a su vez, el de los demás. Es un poco más difícil gestionar las emociones de los demás: no se puede controlar cómo se siente o se comporta otra persona. Pero si se logra identificar las emociones que subyacen a su comportamiento, se comprenderá mejor su origen y la mejor manera de interactuar con ellos.

Una alta IE se complementa con sólidas habilidades interpersonales, especialmente en las áreas de gestión de conflictos y comunicación, habilidades cruciales en el entorno laboral. Los empleados que pueden autorregular sus emociones suelen evitar tomar decisiones impulsivas: piensan objetivamente antes de actuar. Operar con empatía y comprensión es fundamental para el trabajo en equipo; ser capaz de atribuir el comportamiento de alguien a una emoción subyacente ayudará a gestionar las relaciones y a que los demás se sientan escuchados. A nivel individual, ser consciente de sus sentimientos es el primer paso para no dejar que estos lo controlen. Reconocer cómo se siente y por qué le ayudará a afrontar esos sentimientos y a avanzar de forma productiva.

Los líderes eficaces suelen ser muy inteligentes emocionalmente. En el ámbito laboral, es importante que los líderes sean conscientes de sí mismos y capaces de ver las cosas con objetividad. Esto se traduce en comprender sus fortalezas y debilidades y actuar con humildad. Esto debe equilibrarse con la empatía. Los empleados que se sienten apreciados y valorados en el trabajo no sólo son más felices, sino también más productivos.

Afortunadamente, puedes mejorar tus habilidades de inteligencia emocional con un poco de reflexión y práctica

Intenta controlar tus reacciones ante las emociones. La próxima vez que sientas ira, intenta controlarla antes de reaccionar. ¿Por qué estás enojado? ¿Alguien te molestó? ¿Cuál crees que fue la emoción subyacente a su comportamiento?

Piensa en tus fortalezas y debilidades. Nadie es bueno en todo, ¡y eso está bien! Conócete a ti mismo y reconoce cuándo pedir u ofrecer ayuda.

Esfuérzate por comprender lo que la gente te comunica de forma no verbal. Si le pides ayuda a alguien en un proyecto y acepta, pero parece indeciso, reconoce que podría sentirse abrumado o confundido, o que su experiencia y comprensión son diferentes a las tuyas. Es importante validar y abordar esto antes de seguir adelante.

Esfuérzate por comunicarte de forma eficaz y abierta. Asegúrate de que tu idea principal sea clara, omite la información que no sea relevante para la persona con la que hablas y presta toda tu atención cuando la otra persona esté hablando.

¿Qué es el control emocional y por qué es importante?

Cuando los seres humanos nos exponemos a un estímulo, se genera en nosotros una emoción, la cual produce a su vez reacciones fisiológicas en nuestro cuerpo. Estas reacciones varían en función de cada uno de nosotros, ya que algunas personas son más sensibles o reactivas que otras y otras personas lo son menos.

Cuando nos dejamos dominar por nuestras emociones, podemos actuar impulsivamente sin reflexionar ni tener en cuenta las consecuencias de nuestras acciones, palabras o inacciones. Emociones difíciles como la ira, el odio, el miedo, los celos, la envidia o la irritabilidad producen una actividad en el cuerpo y en la mente que puede llegar a nublarla e interferir de manera inadecuada en nuestra conducta.

Como decíamos, la capacidad de sentir emociones es innata a todas las personas, pero la forma de reaccionar a estas emociones es distinta y viene condicionada por los patrones de comportamiento que hemos aprendido en nuestra infancia de nuestros progenitores.

Para aprender a manejar nuestras emociones es imprescindible que seamos capaces de reconocer nuestros propios sentimientos y emociones, así como aprender a identificar los sentimientos y emociones ajenos utilizando todas nuestras competencias.

Algo fundamental que debemos entender sobre el control emocional es que el manejo de nuestras emociones no se trata de que las reprimamos, sino de que las identifiquemos y reconozcamos. Además, también debemos tener la capacidad de darles un significado y gestionarlas de forma adaptativa y adecuada.

Aprender a realizar este control emocional puede resultar complejo, sobre todo cuando lo hacemos las primeras veces. No obstante, con el tiempo y la práctica llega a convertirse en una acción natural e innata de comportamiento.

Si, durante este proceso de aprendizaje, perdemos el control de las emociones, es muy importante que aprendamos una serie de técnicas para retomar el control, no caer en un secuestro emocional o en ser esclavos de estas. A continuación, te ofrecemos dos ejemplos de cómo puedes ir implementándolas en tu día a día. ¡Toma nota!

Cuando sientas que tu estado anímico está decaído, que estés cayendo en la negatividad y en pensamientos destructivos, sal a dar un paseo, contempla la naturaleza, haz deporte, aliméntate sano y rodéate de personas alegres y positivas.

Cuando sientas una emoción difícil como el miedo, la tristeza o la rabia, llévate las dos manos al corazón, haz unas respiraciones largas y profundas y di en voz alta: "En este momento siento rabia, miedo, tristeza... Yo no soy la rabia, miedo, tristeza... Esta emoción no es permanente y pasará. Me quiero y me acepto tal como soy, y abrazo el miedo, la rabia o la tristeza. Llevo la atención a mi respiración y calmo mi mente mientras observo esta emoción difícil y cómo se manifiesta en el cuerpo con amabilidad y ternura".

Beneficios del control emocional: la importancia de tomar las riendas de tu vida

¿Alguna vez te has sentido abrumado/a por tus emociones? ¿Has experimentado momentos en los que tus sentimientos parecen tomar el control de tus acciones? No te preocupes, todos hemos pasado por esos instantes en los que nuestras emociones parecen tener vida propia.

No obstante, imagina poder mantener la calma en estas situaciones, pudiendo expresar los sentimientos de manera constructiva e incluso utilizar las emociones como fuente de motivación. ¿Suena increíble? Pues esto es exactamente lo que se consigue mediante una adecuada gestión emocional y una inteligencia emocional desarrollada.

Pero, entremos en mayor detalle. Estos son algunos de los principales beneficios que denotan la importancia del control emocional. ¡Lee con atención!

El control emocional nos ayuda a gestionar mejor nuestros problemas y a solucionarlos de forma más efectiva.

El control emocional nos ayuda a disminuir el desgaste psicológico que nos produce el día a día y hacer frente de forma adecuada a las dificultades que van apareciendo en nuestra vida cotidiana.

El control emocional nos permite controlar nuestros sentimientos y emociones y manejarlos de forma adecuada.

El control emocional nos permite potenciar nuestra autoestima, nuestro orgullo y nuestra sensación de logro y éxito en la vida.

El control emocional nos da una sensación muy grata de autonomía y seguridad, así como de percepción de tener el control de la situación.

El control emocional estimula las relaciones interpersonales y permite que estas sean gratificantes y nutritivas.

El control emocional nos permite mejorar nuestro rendimiento en distintos ámbitos, no solo en el laboral, sino también en el académico, el personal, el deportivo...

Fuentes : https://mhanational.org/es/resources/what-is-emotional-intelligence-and-how-does-it-apply-to-the-workplace/

RECURSOS:
FISICOS: mesas, computador, televisor, sillas, hojas blancas, lápices, hoja de asistencia.
HUMANOS
Participantes y Promotor.

RESULTADOS
CUALITATIVOS
Se logo el cumplimiento de los objetivos planteados, donde los y las participantes se mostraron participativos y emocionados con el taller planteado ya que se abordaron temas de empatía, comunicación asertiva y el manejo de las emociones, los y las participantes comentaron que muchas veces no pudieron disfrutar de los compartir que tenían con las familias o los seres queridos y se arrepienten de eso ya que pensaban en salir a calle se les refuerza la necesidad de identificar emociones por medio del autoconocimiento, y en este sentido regularlas.

CUANTITATIVOS
Se logro la participación de 30 participantes de los cuales todos son hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Jean Alonso

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Ortiz G

REGISTRO FOTOGRÀFICICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Manejo de emociones y control de la imposibilidad.
LINEA DE ATENCION 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 18/11/2025





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Manejo de Emociones y Control de la Impulsividad.

4. Fecha: 18/11/2025

5. Hora: 02:00 P.m

No	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1322000	Eliz Melo	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1033715729	Andres Leonardo Garcia	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Andres Garcia	
3	CC	1013621698	Jonatan A Perez P	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jonatan Perez	
4	CC	1070917204	Jeisson Wilches	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80849743	James Bedoya	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79845471	Luis carlos Gallego	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	80263711	Alejandro londoño	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	72656220	JOSÉ AYAN	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	31672441	JOSE Alarin	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79494396	Juan Moyerce	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	79204542	Luis Escandon	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Luis	
12	CC	79896262	Jhon Ruiz	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	94284782	ARbeiro	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1056758772	JORGE BUITRAGO	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	80106682	DIEGO PALACIOS	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	80169188	Oscar Angel	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	1057335641	William Solano	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	79853368	EDWIN CANTASCAL	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	79881883	Luis G. Bueno	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79567783	Gabriel Garzon	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Jean Carlos Aponte

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Manejo de Emociones y Control de La Impulsividad.

4. Fecha: 18/11/2025

5. Hora: 02:00 P.m

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	13,111461	ANTONIO Baldiris	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1024545903	David felipe Avila	31	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	7026362230	JOSE AYAM	25	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	1092294599	Andres samir	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032381114	Wilmar Forero	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79572689	Ricaborto RAMIREZ	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79643205	Segundo Moreno	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79917593	FABIO RICO	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1074423882	LUIS ALBERTO	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	80100769	JOHN M.P	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Juan Carlos Aponte

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida la victoria	**FECHA:** 18/11/2025	**HORA:** 2:00pm 3:30pm
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Sebastián Delgado

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Comunicación asertiva y escucha activa.

OBJETIVO GENERAL

Implementar estrategias y ejercicios básicos a los y las participantes de la comunidad para que se puedan expresar de una forma asertiva y logren comprender sus necesidades eh inquietudes.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fortalecer en los y las participantes ejercicios básicos de comunicación asertiva, para así expresar sus necesidades y sentimientos de forma clara y concisa.
- Identificar las diferentes formas de expresión de los y las participantes y en la manera en la que se comunican para poder así fortalecer sus habilidades sociales.
- Crear un espacio de escucha activa, donde se brinden los ejercicios de escucha activa mejorando la convivencia social.

METODOLOGÍA: Este taller se desarrollará bajo la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. lo cual se elaborar con una metodología socio educativa con los y las participantes de etapa 3. Se brinda a los participantes una introducción sobre el tema inteligencia emocional, Se dividen los participantes en 4 grupos, distribución de materiales para realizar carteleras donde deben plasmar: que es inteligencia emocional, emociones negativas, así como positiva, concepto de mente emocional y racional, Una vez realizan las carteleras cada uno de los grupos realiza exposición de las mismas, Se lleva a cabo retroalimentación, Los participantes exponen dudas sobre el tema que se resuelven.

Adecuación:

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

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

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

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

Reacondicionamiento del espacio:

La zona 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:

Técnicas de comunicación asertiva

La comunicación asertiva es una herramienta de la comunicación que favorece la comunicación eficaz entre interlocutores. Al ponerla en práctica estamos fomentando el respeto por uno mismo y respetando a los demás.

Las técnicas de comunicación asertiva son herramientas que se pueden aplicar tanto en nuestra vida profesional como personal. En este sentido, conocer qué características la fundamentan y qué recursos podemos usar en nuestro favor, nos darán resultados favorables en cada una de las interacciones que hagamos.

Qué es la comunicación asertiva

La comunicación es básicamente la forma en la que se transmite un mensaje entre un emisor y un receptor, pero cuando hablamos de comunicación asertiva o asertividad, incluimos la actitud de esa comunicación, ya que es la forma en la que una persona expresa sus opiniones desde el respeto hacia el otro, de una forma clara y pausada.

Características de la comunicación asertiva

La comunicación asertiva es un estilo de comunicación con un inmenso impacto tanto en las relaciones emocionales, como en las relaciones profesionales y laborales, a continuación, os presentamos seis características fundamentales para tener una comunicación asertiva efectiva:

1. Cuando miramos a nuestro interlocutor estamos mostrando interés y, esta actitud aumenta sustancialmente la confianza y cercanía.

2. Tener una postura corporal abierta, ya que nuestra comunicación no verbal demuestra interés y sinceridad.

3. Observar nuestros gestos y aprender a controlarlos, ya que los gestos adecuados nos ayudan a dar énfasis a los mensajes que deseamos reforzar.

Comunicación asertiva en el trabajo

Trabajar el asertividad en la comunicación es una de las habilidades deseables para cualquier trabajador, sobre todo, en las áreas comerciales, donde la comunicación es el pilar fundamentar de la tarea laboral. Así, una de las muchas ventajas de la comunicación asertiva en el trabajo y en los negocios es la creación de un clima propicio para la representación de ideas, opiniones y respeto que optimizará las relaciones dentro del contexto laboral.

La comunicación de tipo asertivo es la forma más adecuada para dirigirnos a un cliente, ya que es la mejor manera de expresar lo que queremos decir sin que el otro interlocutor se sienta agredido. Además, comunicar de forma asertiva nos ayuda a potenciar que el mensaje sea asumido con más facilidad y de forma más clara y precisa, sin que nadie tenga que sentirse evaluado, o amenazado.

De esta forma, comunicar nuestro mensaje con claridad y seguridad respetando los derechos del otro, genera una percepción de respeto y credibilidad ante las indicaciones que vamos a dar al cliente con el que nos comuniquemos.

Es importante conocer la información que vamos a dar y cómo darla. Una mala comunicación sobre resultados, diagnóstico o tratamientos puede generar dudas en cuanto a la profesionalidad con la que trabajamos y sesgaría el resto del proceso.

Que el cliente perciba una buena autoestima en nuestro comportamiento cuando expresamos nuestras opiniones es esencial para que se muestre cooperativo y que nos comunique sus propios pensamientos, dudas u opiniones.

Comunicación asertiva en la conducta paraverbal

Entre las características de las conductas paraverbales recomendables que se deben usar en nuestro mensaje son; un tono de voz calmada y constante, respetar los silencios y tener un ritmo constante durante todo el proceso.

Una de las cosas que puede señalar falta de seguridad e incluso nerviosismo es no respetar los silencios que durante la comunicación deben aparecer. No dejar de hablar, mostrarnos incómodos si hay un silencio, y ejecutar con rapidez, hará que el cliente pueda dudar de la realidad que le intentamos mostrar.

Técnicas de comunicación asertiva

2. Técnica del banco de niebla

La técnica del banco de niebla consiste en otorgarle al cliente la razón, pero no dejando lugar a continuar con el enfrentamiento o discusión. En este caso, hay que tener cierto cuidado al usar esta técnica ya que el cliente puede llegar a sentir que no queremos ayudarlo.

Con esta técnica se intenta dar una visión global de la discusión relativizándola para reducir el nivel de agresividad y/o frustración.

Ejemplo:

– No te has enterado de lo que te acabo de decir.

– No le he escuchado con claridad porque estaba comprobando la información que me ha dado.

– Mire, con tranquilidad podremos solucionar esto, no obstante, sabe que esto requiere de un tiempo para poder hacerlo por lo que podemos valorar si le merece la pena continuar ahora o en otro momento. ¿Le parece bien?

4. Técnica del acuerdo asertivo

En este caso se intenta llegar a un acuerdo donde se confirma lo que se pueda considerar como error, pero dando como fundamento que en general, no es lo habitual.

Reflejo de los sentimientos

Para indicar interés y atención resulta imprescindible reflejar los sentimientos que ha expresado la persona. A veces, las personas describen solamente acciones y a través de ellas debemos identificar sentimientos para reformular el diálogo.

Solicitud de aclaraciones

Pedir aclaraciones, ayuda a identificar y comprender el significado de las palabras, a la vez que indica al interlocutor que se está tratando de comprender su punto de vista.

Repetición de palabras o frases claves

En ocasiones también es útil repetir palabras o frases claves que ha utilizado la persona, en particular si ha expresado varias cuestiones a la vez, siendo útil captar la frase clave, lo que ayuda a conservar la conversación sobre los asuntos que preocupan al cliente.

Ejemplo: "No quiero cambiar, al final esto tarda mucho y en estos momentos necesito tiempo y no puedo entretenerme con estas cosas, que al final sale caro".

En este caso sería útil captar la frase clave "necesito tiempo" que nos facilita información sobre la necesidad real del cliente y su mayor preocupación.

Preguntas o afirmaciones con respuesta abierta

Lo que propicia la oportunidad de continuar la conversación. Si se desea obtener más información sobre un tema específico suele ser útil repetir la frase clave dándole a la persona oportunidad para comentar más.

Así, en el ejemplo anterior se podría decir "Dice que su problema es que no tiene tiempo" (repitiendo la frase clave).

También resulta útil un comentario o una pregunta abierta "me iba a decir que..." o "¿le gustaría comentarme algo más sobre ello?".

Análisis de soluciones

En ocasiones, es adecuado ayudar al análisis de posibilidades respecto a la solución de los problemas identificados, dándose cuenta de algunos factores de la situación que no han sido mencionados, incluyéndolos en sus comentarios o preguntas, pero teniendo cuidado de no opinar sobre lo que debe hacer. Se trata de ayudarlo a considerar los factores y posibilidades diversas que no se hayan tenido en cuenta.

La comunicación asertiva nos permite poder entablar una conversación desde un punto de vista colaborativo, donde el cliente no se siente un simple receptor de información, sino que también tiene opinión, y esta es respetada.

Todos hemos tenido, sin duda, alguna experiencia, ya sea telefónica o en persona, en la nos hemos sentido avasallados por un interlocutor que no nos prestaba atención y al que no le interesaba nuestra opinión. Nos gustaría conocer tu experiencia en este sentido, y saber si este artículo te ha proporcionado alguna herramienta de comunicación que desconocías.
Fuentes : https://divulgaciondinamica.es/tecnicas-comunicacion-asertiva/

RECURSOS:
FISICOS: mesas, computador, sillas, hojas blancas, lápices, hoja de asistencia.
HUMANOS
Participantes, Promotor.

RESULTADOS CUALITATIVOS
Se encuentra desconocimiento en el aspecto de mente emocional y racional, por lo cual se refuerza el concepto: exposición voluntaria de situaciones personales identificando los conceptos adquiridos en el transcurso de la narrativa
Los participantes asimilan el concepto que lo apropian para la cotidianidad aplicado al ámbito personal y social.
Conciencia sobre la necesidad de identificar emociones por medio del autoconocimiento, y en este sentido regularlas
RESULTADOS CUANTITATIVOS

Se logro la participación de 19 participantes de los cuales 1 es una mujer y 18 son hombres.

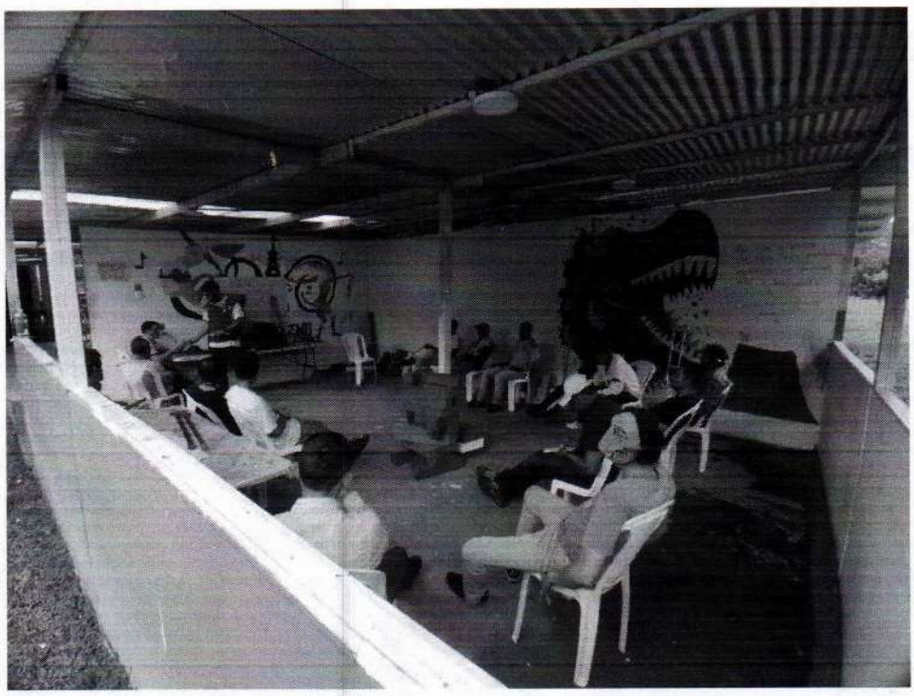
FIRMA DEL RESPONSABLE: Sebastian Delgado

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Diaz G

REGISTRO FOTOGRÀFICICA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Comunicación asertiva y escucha activa.
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 18/11/2025





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: Comunicación asertiva y escucha activa.

4. Fecha: 18/11/2025

5. Hora: 2:00pm

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1016231420	Esteban Zoquno	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	1032488624	Jose contreras	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1001606652	STIVEN STUPIÑAN V	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	80765336	JOHAN MURCIA	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	80.038.760	fernando Amado	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79735844	Luis E Rodriguez	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1001206[illegible]	DIEGO [illegible]	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1015439310	Harold Laiton	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1037[illegible]	[illegible]	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	79874484	DIEGO GAMBOA	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	94291936	Juan Arango	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	3232036	Joaquin Vavariete	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	79356338	Gustavo Arango	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1032358361	Carlos Moreno	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	80.120.687	Juan. Vitoria	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79316876	Cezlai @ Dsp102	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	52[illegible]	MARCELA SANCHEZ	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80321357	YESID CASTRO	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19		79[illegible]	Carlos V	62												
20																

13. Nombre del responsable: Sebastian Delgado

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad: Sebastian Delgado.

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_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:** 18/11/2025	**HORA:** **INICIO:** 02:00PM **FINAL:** 03:30PM

ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Camilo Suarez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Trabajo en equipo y solidaridad en comunidad

OBJETIVO GENERAL: Identificar la forma en que los y las participantes se relacionan con el entorno físico, social y natural, identificando prácticas que favorezcan el cuidado mutuo, la convivencia y el sentido de pertenencia.

Objetivos específicos:

- Reconocer la importancia del entorno en la vida cotidiana (espacios, personas, naturaleza) y el como cada uno de ellos hacen parte de el mismo.
- Formar en los y las participantes la resignificación que les permita aprovechar la oportunidad para crecer y evolucionar en su desarrollo personal.
- Desarrollar acciones individuales y colectivas que fortalecen o deterioran la relación con el entorno. las participantes habilidades para anticipar y mitigar las reincidencias de las dinámicas de calle.

Metodología:

Se desarrollará esta actividad bajo la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. con una metodología socio educativa, lo cual se trabaja con los y las participantes de momento 4 y 5 donde se buscará reconocer y reforzar sus habilidades sociales y mejorando su toma de decisiones a través de la autonomía y el empoderamiento personal pensando en la inclusión social u ocupacional y a si tener el mayor desarrollo personal posible. También se les trabajare el fortalecimiento del carácter y la toma de decisiones asertiva.

Adecuación:
Esta actividad se llevará a cabo con los y las participantes de momento 4 y 5 donde se realizará el llamado a que se ubiquen en el quiosco. Previamente se adecuará con sillas y mesas para tener un mejor espacio y dar el taller de formación.

Primer momento: Se da inicio a la actividad dándoles la bienvenida a los y las participantes, luego de eso se les dará una breve explicación de cuál será la metodología a llevar en el taller, posterior a eso se pasara a realizar una actividad rompe hielo donde se buscara que los y las participantes logren trabajar en equipo y mantener una comunicación asertiva entre ellos, manejando la sana competencia y la convivencia social, luego de eso se realizara las siguientes preguntas orientadoras, ¿ Qué es lo más significativo que has tenido durante tu proceso ?, ¿Cuantos cambios ha presentado durante el tiempo que decidiste realizar mejoras en tu vida ?. esto para poder dar inicio al tema a llevar y poder identificar los avances y retrocesos que han presentado los y las participantes durante su proceso.

Segundo Momento: dándole continuidad a el taller se abordará la construcción del carácter frente a el manejo de las emociones. Para eso se les pedirá a los y las participantes que logren reconocer cuales son las emociones que se les presenta cotidianamente. También se les ayudara a identificarlas ya que muchas veces no saben el cómo se sienten en el momento y por eso se dejan llevar por las mías emociones, esto buscando que ellos puedan ser más consientes y tomar las cosas que pasan en la vida, con la razón y no con la emoción que están sintiendo en el momento. También se les abordara el fortalecimiento de los hábitos saludables y como ellos nos ayudan a mejorar nuestro carácter y a mantenerse fuerte en los procesos de desarrollo personal.

Tercer momento. Se realizará el final del taller con una analogía que buscara que los y las participantes confíen en ellos y fortalezcan sus capacidades de carácter, se realizara una actividad dinámica con los y las participantes en la cual ellos deberán reconocer y saber enfrentar las emociones dadas o que sienten en el momento, esto para saber cuál es la decisión que van a tomar si les llegase a pasar algo, y se les preguntara a los demás compañeres que si la acción la tomo con la razón o con la emoción. Esta actividad se realizara con el fin de que puedan comprender lo importante de saber tomar las decisiones con razón y

no dejarse llevar de las emociones sentidas por el momento más si estas emociones son la rabia, la tristeza o de igual forma la alegría.

Reacondicionamiento del espacio: Se les comunica a los participantes de la comunidad de vida recoger basuras que hayan dejado, también que por favor dejen las sillas en los diferentes espacios que pertenecen

TEMA:

¿Por qué hacer cambios en tú vida?
Son muchos los factores que inciden en decisiones como estas, entre los que cuenta, factores psicológicos, emocionales, biológicos y genéticos (En otro artículo los explicaré).

Los seres humanos somos seres necesitados, es una condición humana, desde necesitar comida, aire, agua, hasta necesitar la experiencia de plenitud, felicidad, autorrealización. Desde que nacemos estamos en una búsqueda constante de sensaciones positivas, en la niñez, la adolescencia, la adultez y todas las siguientes etapas de la vida, hasta el día que ya dejamos de existir, las estamos buscando. Cada uno realiza su propia búsqueda, su propio camino, con los recursos que hasta la misma naturaleza le provee, siempre, dentro de un contexto que tiende a imponerte lo que deberías hacer, así que en ocasiones terminas sesgado en esa búsqueda tratando de complacer y cumplir esos mandatos, buena parte de tu vida, tiendes a construirla desde las condiciones que han determinado otros para ti, padres, la sociedad en general y desde este contexto respondes con el fin de ser aceptado, querido, reconocido, pareciera que buscas satisfacer sus expectativas, y si los demás no te reconocen, entonces no experimentas satisfacción, placer, felicidad. En esa búsqueda, en alguna ocasión se siente vacíos, soledad, sentimientos de desesperanza en algunas ocasiones, y entras en crisis, algunas existenciales que hacen cuestionarte el camino, llevándote a encrucijadas que hacen que plantearte si seguir por esa misma senda o tomar otro camino.

Así que el cambio sobreviene cuando la vida que de alguna manera has escogido no te satisface, no te hace sentir realizad@, no es lo que va con tu genuina identidad, expectativa vital, con tus necesidades, así que te ves avocad@ a generar transformaciones y cambios, porque de lo contrario parece que la vida se tornaría insatisfactoria y hasta vacía, sin sentido.

Esto es un derecho que todos tenemos, a veces hacemos uso de él otras no tanto, tenemos derecho a elegir lo que queremos ser, lo que queremos para nosotros, cómo hacerlo y para qué hacerlo, tengo derecho a hacer lo que quiero siempre que no limite la dignidad del otro, este es el límite, no hacerte daño, ni hacer daño en ninguna de las dimensiones que consta la integridad humana, aunque aquí entraríamos en un debate ético y moral pero mejor dejémoslo ahí, por ahora.

Los que hacemos cambios importantes en la vida damos un paso al vacío y vamos por lo nuestro, es decir, hacemos uso de ese pleno derecho de ir a buscar lo que consideramos nos merecemos y sobre lo que sentimos el pleno derecho de reclamar, es una voz interior que te dice que vayas, es realmente algo que hay en tu interior y para escucharlo necesitas aprender a estar contigo y no con los otros, con esos que te dicen que es lo mejor para ti, claro desde su perspectiva que no es la tuya.

El cambio implica
Renunciar a lo que ahora eres y has construido, lo cual es enfrentarse a una pérdida, perderás eso que construiste.
Borrar el pasado para abrir una nueva cuenta en el futuro.
Desprenderte de creencias, paradigmas, ideas fijas y flexibilizar de aquí en adelante.
Ir hacia la incertidumbre casi que total, porque una cosa es como tú lo calculas y lo planeas y otra en la mayoría de veces, muy distinta, la que es real.
Comenzar de manera disruptiva, hay una interrupción súbita en tu vida y debes iniciar de nuevo, es volver a construir un mundo, dejarás de ser lo que eras y de hacer lo que hacías, porque las circunstancias te ponen en jaque y debes elegir constantemente, seguramente conservarás tu esencia, valores, visión, sentimientos, emociones, pero en tu manera de pensar, sentir y hacer habrá un antes y un después.
Caer y no saber si vas a poder engancharte a algo, a alguien, a ese nuevo mundo que no conoces, aunque lo hayas estudiado, analizado y lo tengas planeado y previsto.
Un gran riesgo para ti y los tuyos, puede que salga muy bien cómo puede que ni salga. El fracaso debe estar en las cuentas.
Ser un aprendiz constante, ahora es como si nada de lo que sabías es válido, todo lo que sabes o piensas lo pondrás en duda, las situaciones te lo harán poner en duda.
Hacerlo con un para qué muy claro, que de sentido para poder sostenerte en las más duras situaciones que llegarán.
Y una decidido…

¿Qué es un cambio de vida?
El cambio de vida implica realizar modificaciones significativas en uno o varios aspectos de tu existencia, ya sean estos profesionales, personales o emocionales. Ahora bien, esta transformación debe ser notable,

pero no tiene por qué ser total. Es decir, para cambiar de vida no tienes que dejar a tu pareja, amigos, familia, estudios o trabajo e irte a vivir al otro lado del mundo.

Un cambio de vida también es dejar tus estudios para comenzar otro grado que te resulta más interesante, mudarte a una nueva ciudad para buscar oportunidades laborales más ambiciosas, realizar acciones de upskilling para reorientar tu carrera profesional hacia otro sector o tratar de adoptar medidas de conciliación y gestión del estrés para afrontar el trabajo desde una perspectiva más saludable.

¿Cómo saber si necesitas un cambio en tu vida?

En un mundo en constante transformación, el cambio se convierte en una necesidad y no en una opción. Sin embargo, identificar la conveniencia de un cambio de vida puede ser complicado. ¿Cuáles son las señales que evidencian que es momento de dar un giro a tu vida?

Desmotivación constante: ¿te levantas sin ganas de enfrentar el día o cualquier nuevo proyecto te resulta indiferente?

Sensación de estancamiento: ¿sientes que no has crecido ni avanzado lo esperado en tu carrera profesional o vida personal?

Estrés y ansiedad: ¿tu situación actual te causa un estrés prolongado?

Cambios de humor: ¿tu carácter se está volviendo más volátil, con episodios frecuentes y explosivos de irritabilidad o tristeza?

Falta de entusiasmo: ¿ya no te diviertes con los proyectos o actividades?

Relaciones superficiales: ¿te sientes desconectado de las personas que te rodean, y tu círculo de amigos se va reduciendo de forma paulatina?

Apego a la rutina: ¿parece que estás atrapado en un ciclo repetitivo que no te satisface y en el que actúas por inercia?

Baja autoestima: ¿tus logros no te generan satisfacción y te sientes incapaz de alcanzar tus metas?

Reevaluación de prioridades: ¿empiezas a cuestionar qué es realmente importante para ti?

Búsqueda de significado: ¿te preguntas si lo que haces tiene un impacto o propósito en tu vida?

¿Cómo lograr un cambio de vida?

Conseguir un cambio de vida consciente y voluntario no es un proceso inmediato y tampoco existe una fórmula universal para ello. Sin embargo, sí que hay una serie de elementos que te ayudarán a llevar a cabo el proceso con más posibilidades de éxito. ¿Cuáles son los pasos para reinventarte?

Empieza por el autoconocimiento

Sientes que necesitas un cambio de rumbo, pero ¿sabes por qué? Auto conocerse implica indagar en tu propósito de vida y entender de dónde viene esa necesidad de transformación.

En ocasiones, puede tratarse de una situación clara, concreta y fácilmente detectable. No obstante, en otras, no hay un hecho preciso y debes ahondar más para encontrar la causa.

Sea como sea, este trabajo de autoconocimiento te otorgará las claves para encontrar la motivación de seguir adelante. Como señala Paulo Coelho: "Volví a sentir unas inmensas ganas de vivir cuando descubrí que el sentido de mi vida era el que yo le quisiera dar".

Toma la decisión

Querer y hacer no es lo mismo. Detectar la necesidad es un primer paso, pero, tras ello, hay que adoptar una decisión consciente.

Un cambio de vida no es un acontecimiento vital que se produce en el momento que lo necesitas, sino que es algo que se busca de manera activa hasta generar la oportunidad. Por este motivo, tomar esta primera decisión de "voy a hacer un cambio" es fundamental.

Define tus objetivos

Con el deseo y la voluntad reafirmados, el siguiente paso de todo cambio de vida es establecer qué deseas lograr. Pregúntate: ¿Qué me haría feliz? Define tus metas a corto y largo plazo, y asegúrate de que sean específicas y alcanzables. Además, ¿sabías que, según los estudios, si plasmas por escrito estos objetivos las probabilidades de lograrlos aumentan un 42%?

Identifica tus miedos y obstáculos

Los miedos y los obstáculos que encontrarás en el camino son uno de los mayores frenos de la transformación personal. Haz una lista de lo que te detiene y busca formas de abordar esos frenos a tu cambio de vida. Recuerda que, muchas veces, los obstáculos son solo percepciones que podemos superar con acción y valentía. Por ejemplo, el miedo a no ser capaz de desenvolverte en una nueva profesión se suple con la formación adecuada.

Márcate un plan de acción
Un cambio de vida puede sonar abrumador, pero ¿qué tal si empiezas por pequeños hábitos? En este sentido, elaborar un plan detallado, con hitos asequibles, es crucial para ir adaptándote de forma progresiva y avanzar sin perder la motivación. Es complicado pasar de la noche a la mañana de ser contable en una empresa a estrella del pop. Sin embargo, es más sencillo proponerse pequeñas metas, como empezar clase.

FUENTES:

https://claudiasogamoso.com/que-es-y-lo-que-necesitas-para-dar-un-salto-al-vacio/
https://www.santanderopenacademy.com/es/blog/cambio-de-vida.html

RECURSOS:

Físicos.

- formatos de asistencia, mesas, sillas y computador.

Humanos.

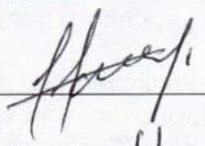
- Ciudadanos, Promotor.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el desarrollo del taller se logró cumplir con los objetivos planteados los cuales estaban enfocados en comprender la importancia de la toma de decisiones enfocadas en el carácter y en las emociones sentidas y las diferentes acciones positivas o negativas que estas conllevan, en donde se tomó la palabra de los y las participantes basando la experiencia que han adquirido en su vida y así poder tomarla como aprendizaje para su proyecto de vida ya que no se pueden quedar en lo vivido, sino en lo que se quiere lograran en el futuro pero ya tomando decisiones más asertivas y pensadas en su desarrollo personal. Los y las participantes de etapa 4 y 5 lograron reconocer sus fortalezas ya que durante su proceso han podido notar un cambio en su carácter y han podido reconocer sus emociones, siendo estas los que los conllevan a tomar decisiones negativas en sus vidas.

Cuantitativos: Se contó con la participación de 14 participantes, 1 mujeres y 13 hombres.

FIRMA DERESPONSABLE: Camilo Suarez

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ojeda

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Trabajo en equipo y solidaridad en comunidad

Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

FECHA: 18/11/2025





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: Trabajo en equipo y Solidaridad en Comunidad.

4. Fecha: 18/11/2025

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	6844782	Jorge Gonzales	73	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	29477765	Blanca Munar	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79950571	Pablo Rodriguez	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	8449584	Adalberto Forero	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	8726226	Caballero Dos	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79049003	Pedro Latón	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79700637	John Jairo Torres Pinzon	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	10105641	Carlos Zuluaga	65	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1013639105	Yurani Gonzalez	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	6762614	Justo Gaitan	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	7994083	Roberto Gamboa	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	8196362	Francisco Pulido	69	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	4845898	[illegible]	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1053844044	William Arteaga	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Camilo Suarez

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:** 19/11/2025	**HORA:** INICIO: 09:00am FINAL: 10:30am
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela Ivette Rodríguez Pérez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Farmacodependencia

OBJETIVO GENERAL

Favorecer procesos de conciencia, autocuidado y construcción de redes de apoyo frente a la farmacodependencia, mediante una experiencia lúdico-terapéutica que permita reconocer riesgos, recursos y decisiones personales para fortalecer la vida en comunidad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la reflexión sobre los efectos y riesgos asociados al consumo mediante una actividad experiencial y simbólica.
- Reconocer recursos personales y colectivos que apoyan la reducción de daños y el alejamiento de dinámicas de calle.
- Fomentar la comunicación, cooperación y sentido de pertenencia como elementos protectores frente a recaídas.

METODOLOGÍA:

La actividad utiliza el movimiento, el juego simbólico, la construcción colectiva y la expresión corporal para permitir que los ciudadanos exterioricen emociones, reconozcan tensiones internas y reflexionen sobre su proceso frente al consumo sin necesidad de exponer verbalmente experiencias personales. El juego actúa como mediador emocional, disminuye la resistencia, favorece la participación activa y ayuda a resignificar el camino personal frente a la farmacodependencia. Esta actividad se desarrollará a partir de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

- **Adecuación**:

Se realizará una convocatoria previa en la cual se mencionará a las y los ciudadanos que la actividad se desarrollará en la cancha de futbol, en donde se adecuará el espacio.

- **Primer momento:**

(Activación – Vinculación)
Duración: 15 min
Actividad: "Camino libre y construcción de confianza"
Los participantes caminan por el espacio (cancha o zona verde) siguiendo instrucciones lúdicas: caminar rápido, lento, saltar, moverse en zigzag, caminar hacia atrás.
Esto permite activar el cuerpo, generar conexión con el grupo y bajar defensas emocionales.
Pequeñas preguntas de apertura:
¿Cómo se sintió moverse así?
¿Qué tan fácil es cambiar la dirección?
Esto prepara el cuerpo para el ejercicio central.

- **Segundo Momento:**

Paso 1. Construcción simbólica del espacio (10 min)
El grupo organiza dos caminos:

Camino rojo (consumo): bombas, cuerdas, obstáculos, palabras de riesgo.
Camino verde (vida): aros, telas, palabras positivas, actividades en equipo.
La construcción genera apropiación y simbolismo.
Paso 2. Recorrido del camino rojo (15 min)
Cada participante atraviesa obstáculos que representan el consumo.
Sensaciones de ruido, dificultad, presión y desorden expresan simbólicamente los efectos del consumo.
Preguntas durante el recorrido:
¿Qué tan difícil fue avanzar?
¿Qué obstáculos fueron más fuertes?
Paso 3. Recorrido del camino verde (15 min)
Ahora el camino incluye apoyo, cooperación y pequeños retos positivos.
Preguntas:
¿Qué hizo más fácil este camino?
¿Cómo se sintió recibir apoyo?
Paso 4. Comparación simbólica (10 min)
De pie, frente a ambos caminos, se reflexiona sin exponer historias personales:
¿Qué diferencias notaron?
¿Qué les recuerda cada camino?
¿Qué necesitan para mantenerse en el camino verde?

- **Tercer momento:**

Cada ciudadano recibe un papel verde y escribe una palabra o símbolo que represente algo que desea cuidar o fortalecer.
Lo pega en un mural colectivo llamado:
"Razones para elegirme a mí"
Cierre con respiración profunda y un mensaje de autocuidado.

- **Reacondicionamiento del espacio:**

Se solicitará a las y los ciudadanos organizar el espacio recogiendo los materiales utilizados.

TEMA:
La farmacodependencia se entiende como una dependencia física, psicológica y emocional hacia una sustancia psicoactiva. No es solo un hábito, sino un proceso complejo que surge de factores biológicos, sociales, ambientales y emocionales.
En el contexto de la vida en calle, el consumo suele convertirse en una forma de afrontamiento frente a la soledad, el dolor, la ansiedad o situaciones de riesgo, pero también genera pérdidas: salud, vínculos, estabilidad, autocuidado y proyecto de vida.

- La recuperación implica:
- desarrollar herramientas de afrontamiento,
- fortalecer redes de apoyo,
- aprender a reconocer detonantes,
- identificar riesgos,
- construir alternativas significativas de bienestar,
- ejercitar decisiones conscientes.

El objetivo no es juzgar, sino comprender cómo se transita entre dos caminos:
uno que genera daño, y otro que construye vida, y cómo las decisiones, apoyos y recursos influyen en ese recorrido.
Dimensión biológica
Las sustancias actúan directamente sobre el cerebro, especialmente en sistemas relacionados con el placer, la motivación y la recompensa. Esto genera cambios en:

- la tolerancia (necesitar más cantidad),
- la dependencia física (síntomas al no consumir),
- la dependencia emocional (sensación de incapacidad sin la sustancia),
- la toma de decisiones (dificultad para controlar impulsos).

Por eso, dejar de consumir no depende solo de "fuerza de voluntad", sino de un proceso acompañado y consciente.

Dimensión psicológica

La farmacodependencia se relaciona con emociones como:

angustia, tristeza, culpa, desesperanza, necesidad de aliviar malestar inmediato.

El consumo puede convertirse en una forma de "anestesiar" experiencias y sentimientos difíciles. Sin embargo, con el tiempo, produce deterioro emocional, disminuye la capacidad de afrontamiento y afecta la identidad personal.

Dimensión social y comunitaria

La calle funciona como un entorno donde:

el consumo es accesible, existe presión grupal, se establecen vínculos basados en la supervivencia,

se normalizan conductas de riesgo, hay pocas oportunidades de cuidado y apoyo.

Cuando la persona inicia un proceso de transformación, estos mismos vínculos pueden actuar como factores de riesgo, dificultando el cambio.

Por eso, uno de los elementos más protectores es la red de apoyo, incluso cuando inicia siendo únicamente el equipo de atención.

Dimensión emocional y del proyecto de vida

La farmacodependencia impacta la capacidad de planear, proyectarse y visualizar un futuro.

La recuperación no consiste solo en dejar de consumir, sino en:

fortalecer recursos internos, reconocer capacidades, construir metas alcanzables, resignificar la historia personal, vincularse a actividades de vida saludable, sentirse parte de una comunidad que acompañe el proceso.

Es un camino que implica avances, retrocesos y aprendizajes. Ninguna recaída invalida el proceso; es parte del mismo y permite identificar detonantes, riesgos y alternativas nuevas.

Enfoque desde la intervención

Desde la atención integral con población ex habitante de calle, se trabaja la farmacodependencia desde:

la reducción de daños, la comprensión sin juicio, la promoción del autocuidado, la autonomía y la toma de decisiones, la participación en actividades significativas, el fortalecimiento emocional, la construcción de comunidad, el vínculo terapéutico y el acompañamiento constante.

Este taller busca que la persona comprenda, desde una experiencia simbólica y corporal, que la vida está hecha de decisiones, caminos y apoyos. No se trata de obligar a elegir, sino de mostrar que existen alternativas reales, que pueden ser construidas paso a paso con acompañamiento.

Fuente de consulta:

https://www.unodc.org
https://www.minsalud.gov.co
https://www.who.int
https://www.drogas.gov.co
https://www.nih.gov

RECURSOS:

Físicos:

- Bombas de colores, Cuerdas o lazos, Conos o botellas, Aros deportivos, Carteles con palabras de riesgo y de protección, Papel kraft o cartelera, papeles verdes, Marcadores, Cinta adhesiva, Balón (para mini-retos en el camino verde), Espacio amplio: cancha o zona verde.

Humanos:

- Profesional de psicología, ciudadanos participes de la actividad

RESULTADOS:

Cualitativos

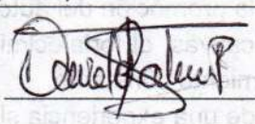
Durante el desarrollo del taller se evidenció una participación altamente activa, receptiva y comprometida por parte de los ciudadanos de las distintas etapas del proceso. El espacio permitió que los participantes reconocieran de manera clara sus factores de riesgo asociados al consumo y la manera en que estos han impactado de forma significativa sus trayectorias personales, sociales y emocionales. Este reconocimiento emergió de manera espontánea y genuina, favorecido por la dinámica grupal y por la metodología lúdico–terapéutica, que posibilitó la expresión libre y segura de pensamientos, sensaciones y reflexiones sin que se sintieran juzgados.

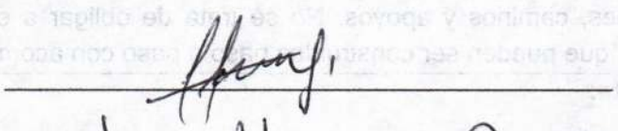
La participación transversal de ciudadanos de diferentes etapas enriqueció el taller, generando un intercambio de experiencias que propició aprendizajes colectivos y permitió que cada uno pudiera mirar su propio proceso con mayor amplitud. Este diálogo horizontal facilitó resignificar vivencias relacionadas con el consumo, ampliando la comprensión del daño, las pérdidas y los riesgos, pero también del potencial de cambio y del valor de mantenerse en el proceso de restablecimiento.

Los ciudadanos manifestaron sentirse en un espacio de confianza donde podían expresar lo que sienten y piensan, lo que fortaleció la vinculación grupal y la apertura emocional. Esta disposición evidencia un avance importante en la construcción de conciencia sobre la farmacodependencia como fenómeno integral que afecta múltiples dimensiones de la vida, y al mismo tiempo resalta la necesidad de continuar fortaleciendo herramientas de autocuidado, toma de decisiones y proyección hacia una vida más estable y saludable.

Cuantitativos

Se contó con la participación de 5 (cinco) ciudadanos hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ojeda

Registro fotográfico
Nombre de la actividad: Farmacodependencia
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 19/11/2025





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: Farmacodependencia | 4. Fecha: 19/11/2025 | 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	80897393	James Bedoya	34	No aplica	No aplica	No aplica			X					James B.	
2	CC	1016231900	Esteban Lozano	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79563368	EDWIND CARRASCAL	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1024545903	David Felipe Avila	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1032[illegible]382	Juan Rojas	20	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: Daniela 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:** 19/11/2025	**HORA:** INICIO: 11:00am FINAL: 12:00pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela Ivette Rodríguez Pérez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Conmemoración del día del hombre

OBJETIVO GENERAL

Reconocer el valor personal, emocional y humano del hombre a través de una experiencia lúdico–terapéutica en piscina que permita resignificar la masculinidad, fortalecer la autoestima y promover el autocuidado como parte esencial del bienestar.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover una visión de la masculinidad orientada al cuidado propio, la expresión emocional y el respeto por sí mismos.
- Favorecer la confianza corporal, el disfrute sano y la vinculación a través de una actividad simbólica y colaborativa en el agua.
- Resignificar creencias limitantes sobre el rol del hombre mediante dinámicas que potencien la fortaleza emocional, la sensibilidad y el apoyo mutuo.

METODOLOGÍA:

Lúdico-terapéutica: Se basa en 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, La metodología lúdico-terapéutica permite trabajar el significado de ser hombre desde el movimiento, el juego y el contacto simbólico con el agua. La piscina actúa como un espacio terapéutico donde el cuerpo se relaja, disminuye la tensión física y emocional, y se facilita la expresión de emociones de manera segura. El agua representa renovación, limpieza interna, libertad y transformación; por eso, es un escenario ideal para resignificar ideas tradicionales de masculinidad, integrar el autocuidado y fortalecer la autoestima. Esta actividad se desarrollará a partir de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

- **Adecuación**:

Se realizará una convocatoria previa en la cual se mencionará a las y los ciudadanos que la actividad se desarrollará en la piscina, en donde se adecuará el espacio y se ambientará con música.

- **Primer momento:**

(Activación – Vinculación)

Los participantes ingresan a la piscina y realizan desplazamientos libres: caminar dentro del agua, moverse con brazos abiertos, sumergir el rostro o mojar el cabello. Cada movimiento representa soltar tensiones y abrirse a la experiencia. Se les pide elegir un movimiento que represente cómo se sienten hoy como hombres: fuerte, cansado, tranquilo, incómodo o en proceso. No deben explicarlo; solo mover el cuerpo.

- **Segundo Momento:**

Paso 1. Construcción del puente flotante (15 min)

En forma de cadena los participantes se organizan y cada uno piensa en una palabra que define al hombre de hoy en día.

Este puente simboliza el camino del hombre hacia una vida más consciente, valiosa y cuidada.
Paso 2. Atravesar el puente (20 min)
Cada participante cruza el puente, es decir cuando diga la palabra pasa por debajo de sus compañeros y ocupará el último lugar y así de manera consecutiva con todos los ciudadanos.
El cruce simboliza pasar de una masculinidad rígida a una masculinidad real y humana.
Durante el cruce, se puede lanzar una pelota haciendo preguntas reflexivas:
¿Qué sueltas hoy como hombre?
¿Qué quieres llevar contigo?
¿Qué quieres construir?
No deben responder en voz alta; solo pensar.
Paso 3. Movimiento de apoyo y hermandad (10 min)
El grupo forma un círculo dentro del agua y se toma de los hombros. Se mueven en conjunto hacia delante y hacia atrás. Esto simboliza apoyo y unión masculina.

- **Tercer momento:**

Fuera del agua, el grupo hace un círculo. Cada persona dice una sola palabra que represente cómo quiere ser de ahora en adelante:
paz, respeto, calma, fuerza, cuidado, familia, reconstrucción, valor.
Cierre con respiración profunda y un mensaje de reconocimiento masculino.

- **Reacondicionamiento del espacio:**

Se solicitará a las y los ciudadanos organizar el espacio recogiendo los materiales utilizados.

TEMA:

Masculinidades sanas, autocuidado y resignificación del rol masculino

La conmemoración del Día del Hombre no se limita a celebrar un rol social, sino que busca reconocer la importancia de resignificar lo que significa "ser hombre" en contextos vulnerables, en procesos de restablecimiento de derechos y en recorridos marcados por dificultades personales, consumo o situaciones adversas. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, las expresiones rígidas de la masculinidad —como la imposibilidad de llorar, no pedir ayuda, siempre mostrarse fuerte o no mostrar vulnerabilidad— pueden convertirse en factores de riesgo para la salud física, emocional y social.

Un enfoque de masculinidad sana implica comprender que los hombres también sienten, necesitan apoyo, tienen heridas, requieren descanso, valoran el afecto y merecen espacios de cuidado. La salud mental masculina ha sido históricamente invisibilizada, lo que genera malestar emocional no expresado, impulsividad, aislamiento y dificultades para gestionar el sufrimiento. La psicología comunitaria y la psicoeducación señalan que cuando los hombres reconocen sus emociones, aceptan su vulnerabilidad y construyen vínculos respetuosos y empáticos, aumentan sus capacidades para transformar su vida, sostener procesos de cambio y fortalecer sus relaciones.

Muchos hombres aprendieron a sobrevivir desde la dureza, la desconfianza y la resistencia emocional. Sin embargo, durante el proceso de restablecimiento, empiezan a descubrir que la fuerza no consiste en aguantar solo, sino en saber pedir ayuda, cuidarse, regular emociones, tener propósitos y construir vínculos significativos. La resignificación del rol masculino implica comprender que la vida no exige ser invulnerable, sino auténtico. Significa moverse de modelos rígidos hacia modelos de masculinidad más humanas, respetuosas, sensibles y empáticas, donde se valore la responsabilidad, la protección hacia sí mismo y hacia otros, el autocuidado y la capacidad para sentir.

El agua, en este taller, representa una metáfora terapéutica muy poderosa: la posibilidad de soltar, limpiar, renacer y sostenerse. La flotación simboliza confiar; el movimiento en el agua simboliza la flexibilidad; y el trabajo en equipo en la piscina simboliza que nadie está solo, y que ser hombre también significa apoyarse mutuamente.

Fuente de consulta:

- https://www.who.int
- https://www.apa.org

- https://www.unicef.org
- https://www.psychologytoday.com
- https://www.mind.org.uk
- https://www.paho.org

RECURSOS:
Físicos:

- Piscina, Flotadores, Tablas de natación, Pelotas pequeñas o medianas, Música suave.

Humanos:

- Profesional de psicología, ciudadanos participes de la actividad

RESULTADOS:
Cualitativos

El taller conmemorativo del Día del Hombre se desarrolló como un espacio de esparcimiento consciente y de profunda reflexión sobre el rol masculino dentro de la comunidad y en la vida cotidiana de los participantes. A través de actividades simbólicas y conversacionales, los ciudadanos pudieron explorar la manera en que se perciben como hombres, cómo ejercen su rol en la comunidad de vida y qué significa para ellos reconstruir su masculinidad desde un enfoque más sano, humano y respetuoso.

Durante el espacio, los participantes compartieron experiencias relacionadas con su día a día, reconociendo tanto las dificultades como los aprendizajes que han surgido durante su proceso. Este intercambio permitió visibilizar diferentes formas de ejercer la masculinidad, evidenciando la importancia del autocuidado, la responsabilidad emocional, el apoyo mutuo y la expresión respetuosa de sentimientos como componentes clave para fortalecer su proceso personal y comunitario.

La entrega de frases de empoderamiento masculino fue un momento especialmente significativo. Cada ciudadano recibió una frase pensada para promover la valoración personal, la dignidad y la construcción de una masculinidad consciente. Estas frases actuaron como detonantes reflexivos que facilitaron la conversación sobre sus capacidades, su valor como individuos y el impacto positivo que tienen dentro del grupo. Asimismo, este ejercicio favoreció la identificación de nuevas habilidades personales, generando un reconocimiento interno y colectivo de fortalezas que algunas veces pasaban inadvertidas.

Cuantitativos
Se contó con la participación de 24 (veinticuatro) ciudadanos hombres.

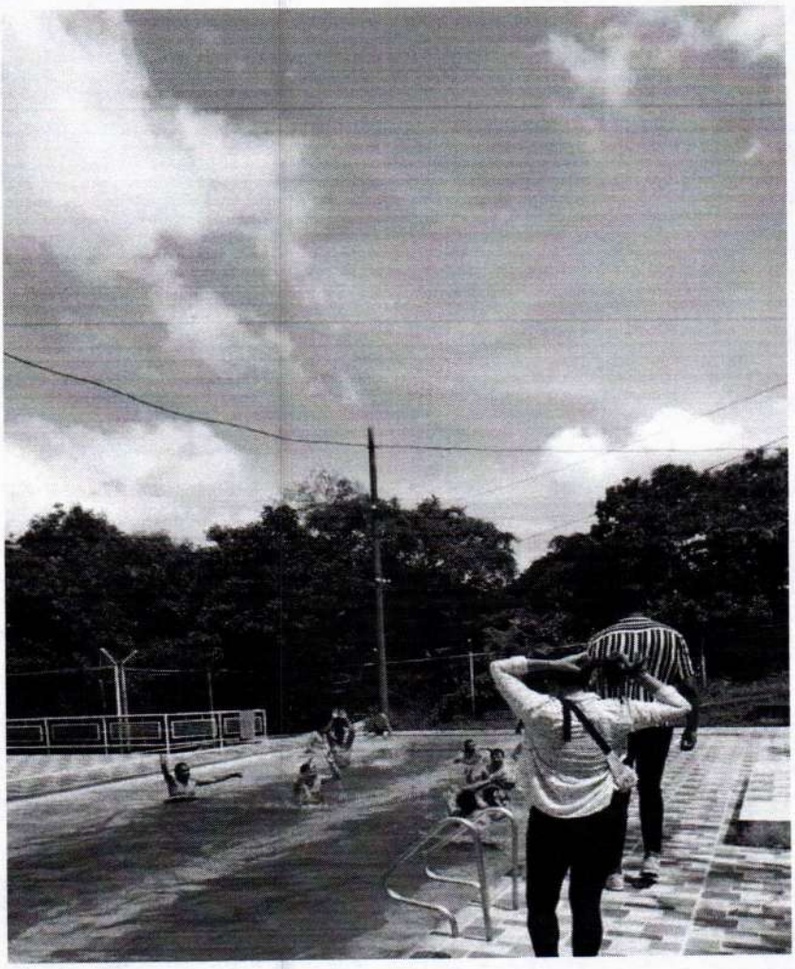
FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz S

Registro fotográfico
Nombre de la actividad: Conmemoración del día del hombre
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 19/11/2025





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: Conmemoración del dia del hombre

4. Fecha: 19/11/2025

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	1033[illegible]	Andres Leonardo Garcia	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Garcia	
2	CC	80[illegible]	[illegible]	55	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
3	CC	1030[illegible]	Juan [illegible] Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
4	CC	7935633	Gustavo Arango	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
5	CC	105.411.116	Juan Ficdy Leiva	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
6	CC	1033[illegible]	Jhon Eduardo	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
7	CC	1852[illegible]	William Polanco	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
8	CC	7919[illegible]	Fabio Rico	45	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
9	CC	[illegible]	Raul Farieta	36	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
10	CC	9478[illegible]	Juan Arango	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
11	CC	1056[illegible]	Jorge Buitrago	57	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
12	CC	[illegible]	Juan Ricardo [illegible]	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
13	CC	7985[illegible]	Fabian Guzman	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
14	CC	1070[illegible]	Jeisson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
15	CC	79[illegible]	Edwin [illegible]	55	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
16	CC	1032[illegible]	Wilmar Fuquen	30	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
17	CC	7982[illegible]	Felix Sierra	57	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
18	CC	1024[illegible]	David Felipe Avila	24	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
19	CC	1[illegible]	Jhon Gutierrez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
20	CC	1003[illegible]	Ruben Perez	56	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	

13. Nombre del responsable: Daniela Rodriguez Perez

14. Cargo o rol del responsable: Psicologia

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_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
4. Fecha: 19/11/2025
5. Hora: 11:00 am
3. Tema / Actividad: Conmemoracion del dia del hombre

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	3232036	Joaquin Nacemete	66	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1026582[illegible]	JOSE AYALA	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80236733	Cesar Augusto Valdeon	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79700624	John Jairo Ramirez	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Daniela Ivette Rodriguez

14. Cargo o rol del responsable: Psicologia

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_sin_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:** 19/11/2025	**HORA:** Inicio: 11:00 AM Final: 12:00 M
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jorge Eliecer Banguera Gomez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ENFOQUE DIFERENCIAL NARP.

OBJETIVO GENERAL: Promover el reconocimiento, respeto y valoración de las identidades culturales NARP dentro de la comunidad de vida, fortaleciendo la convivencia, la autonomía cultural y el ejercicio de derechos a partir del enfoque diferencial.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar las características socioculturales de las comunidades NARP y su importancia en el contexto social colombiano.
- Reflexionar sobre la discriminación, el racismo y las desigualdades estructurales que afectan a esta población, especialmente en relación con la habitabilidad en calle.
- Fortalecer actitudes de respeto, empatía y reconocimiento hacia la diversidad étnica dentro de la comunidad de vida.

METODOLOGÍA: Linea de atención 4: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. La metodología se sustenta en la socio-educativa la cual se basa en el reconocimiento de las personas como sujetos de derechos, portadores de saberes, experiencias y capacidades. En este taller se aplican procesos pedagógicos, participativos y comunitarios que buscan fortalecer la autonomía, el pensamiento crítico y la convivencia desde el enfoque diferencial NARP.

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.

Primer momento: "¿Qué me identifica?": Este primer momento busca preparar emocional y cognitivamente a los participantes para el aprendizaje. Desde el enfoque socio-educativo, la intención es reconocer al sujeto como protagonista del proceso y partir de sus experiencias, saberes y percepciones.

El profesional de Trabajo Social realiza una presentación breve del propósito del taller, explica que es un espacio de participación voluntaria, sin juicios, respeto mutuo y construcción colectiva. Se invita a los participantes a sentirse en un espacio seguro donde sus experiencias son valiosas. Se los proyectara un video sobre la población NARP en la ciudad de Bogotá

Se pide a cada ciudadano que escriba una palabra, símbolo o elemento que considere representativo de su identidad:

- un gusto cultural (música, comida, celebración),
- un rasgo personal significativo,
- algo que lo conecte con su historia o territorio.

Quienes deseen, comparten el significado de su tarjeta con el grupo. El profesional valida las intervenciones, resalta la diversidad presente y hace puentes entre lo compartido y la noción de identidad cultural.

Se introduce la idea de que en Colombia existen múltiples identidades culturales, incluyendo las de las comunidades **Negros, Afrocolombianos, Raizales y Palenqueros (NARP).** Se plantea: "Así como cada uno tiene un rasgo que lo identifica, estos pueblos también tienen características culturales, históricas y sociales propias que merecen ser conocidas y respetadas".

Segundo Momento"Exposición dialogada "Reconociendo lo NARP": Este segundo momento constituye el núcleo pedagógico del taller. Se privilegia la construcción del conocimiento, conectando teoría con experiencias de vida.

El profesional expone oralmente (con apoyo visual si es posible) aspectos fundamentales:

- ¿Qué significa NARP?
- Orígenes e historia de estas comunidades.
- Aportes culturales (música, gastronomía, espiritualidad, lenguas, trajes).
- Procesos de resistencia y lucha por derechos.
- Racismo estructural y formas de discriminación en Colombia.
- Por qué es importante el enfoque diferencial.

La exposición debe ser corta, clara y con ejemplos que conecten con la vida cotidiana: situaciones de discriminación en calle, acceso a oportunidades, convivencia, lenguaje.

Se formulan preguntas abiertas, como:

- ¿Qué conocen sobre la cultura afrocolombiana?
- ¿Han presenciado actos de discriminación?
- ¿Qué palabras o gestos pueden dañar sin intención?
- ¿Qué prácticas culturales admiran de lo afro?

Esto fortalece el diálogo de saberes, propio del enfoque socio-educativo.

Tercer momento: "Acciones para la convivencia respetuosa": Este momento busca consolidar aprendizajes, promover reflexión personal y generar compromisos que se retomen en la vida comunitaria.

Se invita al grupo a compartir cómo se sintieron en el taller y qué aspectos les llamaron la atención del enfoque NARP.

Preguntas como:

- ¿Qué idea me llevo hoy sobre la diversidad cultural?
- ¿Qué formas de discriminación debemos evitar en la comunidad?
- ¿Qué prácticas pueden mejorar nuestro respeto entre pares?

El profesional recopila los compromisos y, se dejará en una cartelera de la comunidad de vida a modo de recordatorio.

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:

Enfoque diferencial étnico: fundamentos, principios y pertinencia

El enfoque diferencial étnico es una herramienta conceptual, metodológica y política que reconoce que las personas pertenecientes a pueblos y comunidades étnicas poseen características culturales, sociales e históricas que las diferencian de otros grupos poblacionales. No se trata únicamente de "reconocer la diferencia", sino de comprender que las desigualdades, discriminaciones y vulneraciones de derechos tienen impactos distintos dependiendo del origen étnico de cada persona.

Desde la perspectiva del Trabajo Social, este enfoque invita a analizar cómo las estructuras sociales, las instituciones y las prácticas cotidianas pueden reproducir exclusiones y racismo, incluso cuando no existe intención explícita. De esta manera, el enfoque diferencial no es una teoría aislada, sino un lente que orienta la intervención, la escucha activa y la comprensión de los procesos de cada individuo.

Sus principios fundamentales incluyen:

- **Reconocimiento de la identidad cultural** como parte central de la dignidad humana.
- **Igualdad real y no discriminación**, que busca superar barreras históricas.
- **Participación y autonomía**, garantizando que los sujetos étnicos sean protagonistas en las decisiones que les afectan.
- **Protección reforzada**, especialmente ante situaciones de violencia, pobreza extrema o exclusión social.

Este enfoque es especialmente relevante para la población habitante de calle, pues muchas personas afrodescendientes, raizales y palenqueras han experimentado discriminación múltiple: por su condición étnica, por sus condiciones socioeconómicas y por la habitabilidad en calle.

¿Quiénes conforman las comunidades NARP? Identidad, historia y territorio

Las comunidades **Negros, Afrocolombianos, Raizales y Palenqueros (NARP)** representan una parte fundamental de la diversidad étnica y cultural del país.

Población Afrocolombiana

Los afrocolombianos son descendientes de africanos que fueron esclavizados desde el período colonial. A lo largo de la historia han desarrollado manifestaciones culturales, espirituales, musicales y sociales que constituyen pilares de la identidad nacional. Ritmos como el currulao, la marimba, el bullerengue, las danzas, la cocina tradicional y las trenzas como símbolos de memoria histórica son ejemplos de su riqueza cultural.

Pueblo Raizal

Ubicado principalmente en San Andrés, Providencia y Santa Catalina, posee identidad lingüística propia (creole), expresiones religiosas particulares, formas de organización social basadas en la cooperación comunitaria y una relación espiritual profunda con el mar. Los raizales han luchado históricamente por la defensa de su territorio frente a procesos de migración masiva y políticas que desconocieron su cultura.

Pueblo Palenquero

Descendientes de africanos cimarrones que escaparon de la esclavitud y formaron comunidades libres. San Basilio de Palenque es reconocido como la primera comunidad libre de América. Conserva una lengua propia (el palenquero), tradiciones vinculadas a la música, la cocina, los peinados, las terapias tradicionales y las prácticas de hermandad comunitaria. Su historia es un referente de resistencia y libertad.

Aportes al país

Las comunidades NARP han contribuido enormemente al deporte, las artes, la literatura, la música, la gastronomía y la lucha por los derechos humanos. Su presencia no es marginal: es constitutiva de la identidad colombiana.

Racismo estructural, discriminación y desigualdad histórica

El racismo en Colombia no solo se expresa en insultos o violencia explícita; también se manifiesta en estructuras sociales que limitan las oportunidades de las personas NARP. Este fenómeno se conoce como **racismo estructural**, y se refleja en:

- Menor acceso a educación de calidad.
- Empleos más precarios o informales.
- Altas tasas de pobreza multidimensional.
- Estigmatización social por rasgos físicos o culturales.
- Violencias simbólicas: burlas, chistes, estereotipos.
- Exclusión urbana y marginalidad territorial.
- Errores institucionales que omiten el enfoque diferencial.

Para la población habitante de calle, estas desigualdades se agravan. Muchas personas NARP han llegado a la calle debido a procesos como:

- Duelo migratorio.
- Rupturas familiares marcadas por discriminación.
- Dificultades de inserción laboral debido al racismo.
- Violencia intrafamiliar o comunitaria.
- Falta de acceso oportuno a redes de apoyo.

El Trabajo Social, desde el enfoque diferencial, identifica estas desigualdades para no homogeneizar las experiencias de la habitabilidad en calle y para comprender que el proceso de cada persona está atravesado por su identidad étnica.

Marco normativo y derechos étnicos de las comunidades NARP

Colombia reconoce jurídicamente la existencia de estas comunidades y sus derechos fundamentales:

Constitución Política de 1991

Reconoce el carácter pluriétnico y multicultural del país, garantizando derechos culturales, territoriales y de identidad.

Ley 70 de 1993

Histórica para la población afrodescendiente, reconoce:

- Derechos colectivos sobre territorios ancestrales.
- Participación política.

- Protección de prácticas culturales y espirituales.
- Educación con pertinencia cultural.

Decreto Ley 4635 de 2011

Enfocado en la reparación integral de víctimas pertenecientes a comunidades NARP. Reconoce impactos diferenciados del conflicto armado sobre estos pueblos.

Convivencia, respeto y vida comunitaria desde la diversidad étnico-cultural

Reconocer la diversidad NARP dentro de los espacios institucionales implica promover ambientes donde las diferencias no generen desigualdad, sino enriquecimiento colectivo. La convivencia en comunidad de vida se fortalece cuando:

- Se evita el uso de expresiones o apodos racistas.
- Se reconoce la responsabilidad de cada persona en construir relaciones respetuosas.
- Se valora la cultura de los compañeros y sus raíces.
- Se promueve la solidaridad como práctica cotidiana.
- Se identifican y corrigen comportamientos discriminatorios.

El enfoque diferencial étnico en convivencia implica mirar a cada persona desde su historia, su contexto y su identidad, comprendiendo que la diversidad cultural es una oportunidad para fortalecer el tejido social dentro del servicio.

REFERENCIAS

- Ministerio del Interior (2018). Enfoque étnico diferencial para comunidades Negras, Afrocolombianas, Raizales y Palenqueras.
- Constitución Política de Colombia (1991).
- Ley 70 de 1993.
- Decreto Ley 4635 de 2011 – Reparación integral para comunidades NARP víctimas del conflicto armado.
- Corte Constitucional, Sentencias T-422/96, T-375/2022 sobre derechos étnicos y enfoque diferencial.

RECURSOS:

Físicos:

- . Listado de asistencia, hojas, lápices, marcador, sillas, televisor, computador y celular con cámara.

Humanos:

- Profesional, ciudadanas y ciudadanos

RESULTADOS:

Cualitativos: Desde el Trabajo Social se evidencia que las y los participantes lograron reconocer elementos clave de las características socioculturales de las comunidades NARP, comprendiendo su valor en la construcción de identidad y cohesión social dentro del contexto colombiano. Asimismo, se observó una reflexión crítica frente a las manifestaciones de discriminación, racismo y desigualdades estructurales que inciden en los procesos de exclusión y en las experiencias de habitabilidad en calle. Como resultado del trabajo desarrollado, se fortalecieron actitudes de respeto, empatía y valoración de la diversidad étnica, promoviendo relaciones más solidarias y un ambiente comunitario que reconoce y dignifica las diferencias culturales presentes en la comunidad de vida.

Cuantitativos: Se conto con la participación de 24 ciudadanos, entre los cuales todos fueron hombres de orientación sexual heterosexual.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ojeda

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Enfoque diferencial NARP

Línea de Atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Fecha: 19/11/2025





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: ENFOQUE DIFERENCIAL NARP

4. Fecha: 19/11/2025

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	1033F16729	Andres Leonardo Garda f	35	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Andres Garcia	
2	CC	1070963469	Cristian Mendez	33	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Cristian M	
3	CC	1032463268	ANDRES CASTRO HUERTAS	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	80770651	Diego camilo Robayo	41	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Diego Robayo	
5	CC	79.986402	John F Gutierrez Avila	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	7026 5626	Jose Ayala	35	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	1070917209	Jeisson Wilches	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	3232036	Joaquin Naranjo	66	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	79204542	Luis Escinales	59	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	79494396	Juan Mosquera	56	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	1024555534	Dayron Vidal	31	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12		1023569177	Ruben Perez	36	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	CC	1024504098	David felipe Avila	31	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14		80169188	Oscar Angel	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
15	CC	1018460476	David Sanchez	21	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
16		11322000	Euer Pedro	53	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
17	CC	79645205	Jerson Moreno	53	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
18		1031057133	Jhon Rojas	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
19		79764623	Jeison f. Carmen	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
20		79581883	Luis G. Bueno	54	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						

13. Nombre del responsable: JOSÉ E. BANGUERA

14. Cargo o rol del responsable: TRABAJO SOCIAL

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

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: ENFOQUE DIFERENCIAL NARP

4. Fecha: 19/11/2025

5. Hora: 11:00 Am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiana					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VÍNCULO		
1	cc	79178593	FABIO LEONARDO RICO	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			x						
2	cc	1065381114	Wilmar Forero	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			x						
3	cc	79837487	Fabio Sabera	51	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			x						
4	cc	1015616690	Jonatan A Paez	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			x						
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: JORGE E. BANGUERA

14. Cargo o rol del responsable: TRABAJO SOCIAL

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 19/11/2025	**HORA:** INICIO: 2:00pm FINAL: 3:30pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela Ivette Rodríguez Pérez	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Autoconocimiento y Resignificación

OBJETIVO GENERAL

Favorecer el reconocimiento personal y la resignificación de la propia historia a través de una experiencia simbólica y creativa que promueva la vinculación, la expresión emocional inicial y la construcción de una autoimagen más positiva.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Facilitar un primer acercamiento al autoconocimiento desde actividades simbólicas, sin confrontación directa.
- Reconocer cualidades, recursos y aspectos positivos que pueden fortalecer el proceso.
- Promover la resignificación de experiencias difíciles a través de una representación creativa que permita transformar la visión sobre sí mismos.

METODOLOGÍA:

Se 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. Se utiliza el juego simbólico, la construcción creativa y la expresión a través de colores, texturas y elementos visuales como herramientas para que la persona explore su identidad sin necesidad de verbalización forzada. Esta actividad se desarrollará a partir de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, teniendo como participantes a los ciudadanos de la etapa 1.

- **Adecuación**:

Se realizará una convocatoria previa en la cual se mencionará a las y los ciudadanos que la actividad se desarrollará en el aula Gabriel Garcia Marquez, en donde se adecuará el espacio.

- **Primer momento:**

(Activación – Vinculación)
Cada participante elige un color de tempera, crayón o hoja de color.
Se les pide que caminen por el espacio y que levanten el color cuando escuchen:
"emociones suaves",

- "fuerza"
- "calma"
- "dudas"
- "inicio"
- "cambio".

No deben explicar nada.
Solo mover el cuerpo y conectar con una sensación inicial.

Propósito: vincularse, reconocer estado emocional sin verbalizar, activar el cuerpo suavemente.

- **Segundo Momento:**

Paso 1. Entrega de cajas (10 min)
Cada ciudadano recibe un molde para armar una caja.
Se explica que la caja representará su identidad y su historia.

Paso 2. Exterior: "Lo que ven de mí" (15 min)
Decorarán el exterior de la caja con:
colores, rasgos positivos, símbolos, imágenes recortadas, formas, texturas.
El exterior simboliza cómo se muestran al mundo o cómo el mundo los percibe.
Guías:
¿Qué color te conecta contigo?
¿Qué símbolo te representa?
¿Qué palabra te gustaría que los demás vieran?
Paso 3. Ahora decoran el interior de la caja, representando:
deseos, sueños, cualidades ocultas, partes de sí que no se muestran.
Pueden usar tiras de papel, colores, dibujos o elementos pequeños.
Preguntas guiadas (no obligatorias):
¿Qué te gustaría que otros conocieran de ti?
¿Qué parte de ti aún está en construcción?
Paso 4. Resignificación simbólica (20 min)
Se entrega un pedazo de papel arrugado.
Representa una experiencia difícil o un pensamiento negativo.
Indicaciones:
"Sin escribir, piensa en algo que quieres transformar."
"Vas a abrir ese papel lentamente y lo vas a convertir en algo diferente: un dibujo, una palabra, una figura."
"Lo transformarás y lo guardarás en tu caja, no para esconderlo, sino para cambiarle el lugar."
Este acto simbólico representa resignificar, no olvidar.

- **Tercer momento:**

En círculo, cada participante dice una sola palabra que represente algo que quiere iniciar hoy:

- calma
- fuerza
- cambio
- respeto
- paciencia
- vida

- **Reacondicionamiento del espacio:**

Se solicitará a las y los ciudadanos organizar el espacio recogiendo los materiales utilizados.

TEMA:

El autoconocimiento es la capacidad de identificar quién soy: mis emociones, pensamientos, comportamientos, fortalezas y necesidades. Es la base para cualquier cambio personal, porque permite comprender por qué actuamos como actuamos y cómo podemos construir nuevas decisiones. El autoconocimiento se trabaja de forma suave, a través de experiencias simbólicas que conecten a la persona con aspectos positivos de sí misma como: cualidades, momentos significativos, valores, sueños pequeños, rasgos que los hacen únicos. La resignificación es la capacidad de reinterpretar experiencias dolorosas o difíciles desde otro lugar. No borra el pasado, pero ayuda a darle un sentido distinto, menos dañino, y a verse como alguien con potencial, no solo como el resultado de situaciones adversas. Este proceso es fundamental, porque permite romper la creencia de "no valgo" o "no puedo cambiar", disminuir la culpa y la autoexigencia, reconocer recursos personales, transformar la narrativa interna, empezar a construir identidad fuera de la calle y el consumo.

El taller utiliza el arte, los símbolos y la expresión libre para que los ciudadanos puedan reconocerse y transformarse sin presión ni exposición verbal.
Autoconocimiento como punto de partida del cambio

Reconocerse permite que la persona:
ubique sus emociones sin sentirse desbordada, identifique qué situaciones le generan riesgo, reconozca lo que le hace bien y lo que no, diferencie su identidad del consumo o de la calle, recupere partes de sí que ha perdido o dejado atrás, comprenda sus límites y posibilidades, empiece a construir su propia narrativa.
El autoconocimiento también ayuda a que el ciudadano tenga una experiencia de sí mismo diferente, donde pueda verse como alguien con capacidades, no solo como alguien que ha vivido momentos difíciles.
La resignificación como herramienta de sanación activa. La resignificación es un proceso psicológico mediante el cual la persona otorga un nuevo sentido a experiencias dolorosas, situaciones difíciles o partes de su historia que antes generaban culpa, vergüenza o angustia.
No significa olvidar lo que pasó, sino entenderlo desde un lugar más compasivo, más humano y más constructivo.
Para población en etapa 1, resignificar permite:
transformar la visión negativa de sí mismo, disminuir el peso emocional de la culpa, reconocer que la historia no define el futuro, permitirse iniciar un proceso sin autoexigencias, mirar sus vivencias con menos dureza, valorar los pequeños progresos, abrir la puerta a una nueva forma de habitar su vida.
Trabajar resignificación desde lo simbólico (la caja, los colores, las texturas, el papel arrugado) es clave, porque permite que el ciudadano transforme sin tener que verbalizar traumas o vivencias aún muy recientes o dolorosas. La actividad actúa como una metáfora terapéutica, facilitando el movimiento emocional necesario para iniciar el proceso.
Por qué el autoconocimiento y la resignificación son fundamentales.
En esta etapa, los ciudadanos apenas están:
construyendo confianza con el equipo, adaptándose a la rutina, gestionando abstinencia o reducción de consumo, empezando a sentirse parte de un espacio seguro, tomando contacto con emociones que hace tiempo evitaban, reconociendo que la vida puede tener otra forma.
Por eso, intervenir estas dos áreas ayuda a:
abrir una puerta emocional sin abrumar, fortalecer la sensación de valor personal, recuperar recursos internos olvidados, disminuir la sensación de vacío, crear significado donde antes había caos, conectar con la posibilidad de cambio, sentirse acompañado y no juzgado, sembrar identidad positiva desde el primer momento.
Cuando la persona empieza a verse con dignidad y compasión, puede iniciar el camino de transformación con más claridad y menos resistencia.
Enfoque terapéutico desde lo simbólico y lo lúdico
Por eso, la lúdica-terapéutica favorece:
que el ciudadano proyecte su mundo interno sin exponerse, que pueda "decir" sin palabras, que se apropie de sus significados a través del arte, que convierta una experiencia negativa en algo nuevo (resignificación), que inicie un vínculo consigo mismo a través de un objeto personal (la caja), que se sienta capaz de construir algo propio, que se reconcilie con partes de sí que había rechazado.
Cada elemento utilizado (colores, texturas, símbolos, papel arrugado) es una herramienta de expresión emocional segura.

Fuente de consulta:

- https://www.unicef.org/es
- https://www.mind.org.uk
- https://www.who.int
- https://www.psychologytoday.com
- https://www.apa.org

RECURSOS:
Físicos:

- Cajas pequeñas de cartón (una por ciudadano), Temperas o crayones, Hojas de colores, Pegante y tijeras, Papeles de diferentes texturas, Cinta y marcadores, Papel arrugado (uno por persona)

Humanos:

- Profesional de psicología, ciudadanos partícipes de la actividad

RESULTADOS:

Cualitativos

El taller de Autoconocimiento y Resignificación generó un espacio altamente significativo para los ciudadanos y ciudadanas, quienes participaron con apertura, creatividad y sensibilidad. La construcción de la "caja emocional" se convirtió en un ejercicio simbólico que permitió que cada persona explorara aspectos internos de su historia y expresara elementos positivos de sus experiencias, favoreciendo la identificación de recursos personales, logros y aprendizajes que, en ocasiones, pasan desapercibidos en su cotidianidad.

La dinámica propició momentos de conexión emocional, risas espontáneas y manifestaciones de afecto, lo que fortaleció la cohesión grupal y permitió que los participantes se vincularan desde la autenticidad y el respeto. Al observar las creaciones, se evidenció una capacidad notable para resignificar experiencias pasadas, transformando recuerdos difíciles en oportunidades de crecimiento y reconociendo cualidades propias que aportan de manera significativa a su proceso.

Asimismo, el taller reflejó una sólida capacidad de adaptación por parte de los participantes, quienes asumieron el reto creativo con disposición, motivación y sentido. La participación activa de todos y todas permitió identificar un nivel profundo de apropiación del proceso, así como un interés genuino en continuar fortaleciendo la comprensión de sí mismos y avanzar hacia formas más conscientes y saludables de relacionarse con su historia personal.

Cuantitativos

Se contó con la participación de 19 (diecinueve) ciudadanos, 2 (dos) ciudadanas mujeres, 1 (uno) ciudadano LGTBIQ+, 16 (dieciséis) ciudadanos Hombres.

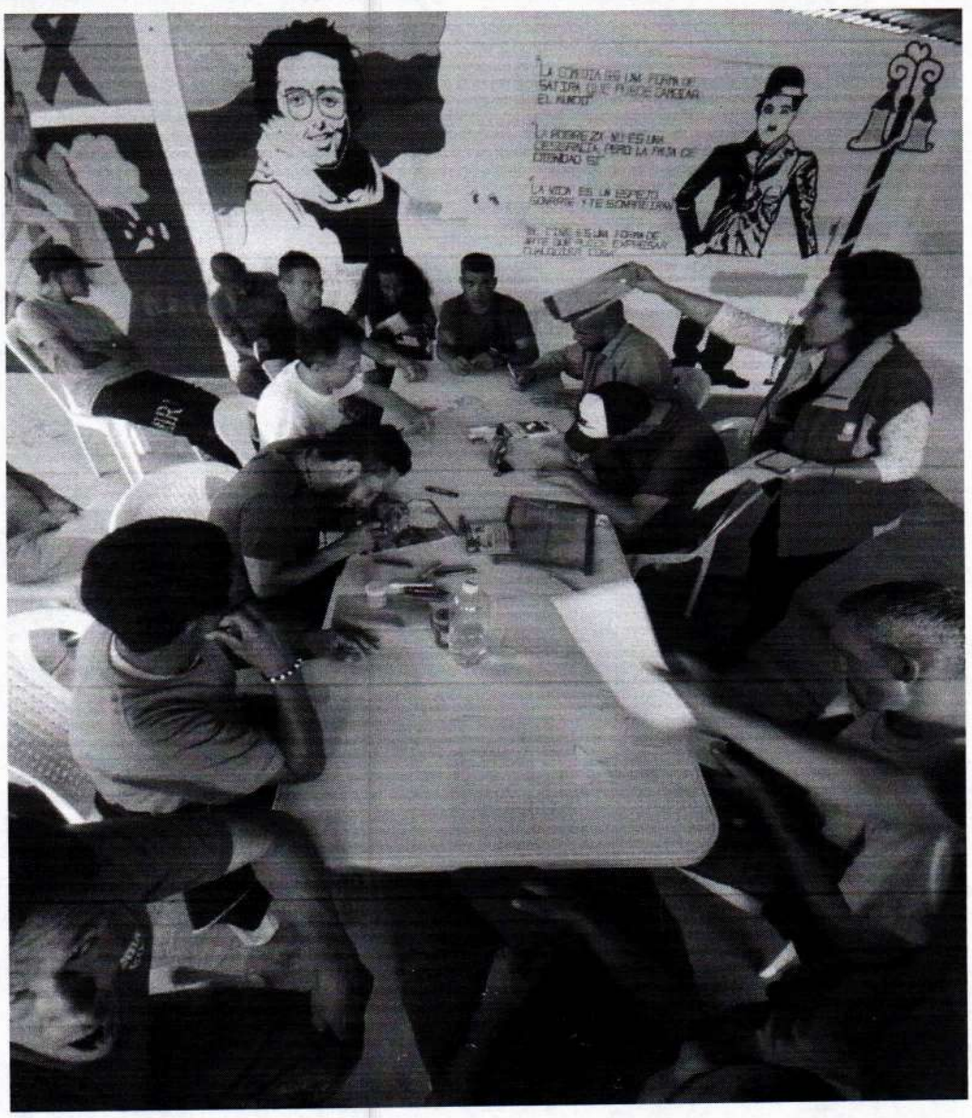
FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: _____

Registro fotográfico
Nombre de la actividad: Autoconocimiento y Resignificación
Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
Fecha: 19/11/2025
Etapa I





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Autoconocimiento y Resignificacion

4. Fecha: 19/11/2025

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	80897747	James Bedoya	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CD	566113	Damal Ramos	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79945477	Juscarlos Gallego	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1852334	William Polanco	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	7956368	EDWIN CARRASCAL	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80897121	[illegible]	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1026551782	Miguel Galindo	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	52535742	Alejandra RIVAS	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1000801427	VICTOR LAVOTA	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1020819682	[illegible]	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	52735325	Daniella yupe Linares	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1056875077	JORGE QUINTERO	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	93.1449	ANTONIO Baldiri	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	94287992	ARBEY CANO	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	79572609	Rigoberto Ramirez	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	80236133	CESAR HOLGUIN	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	1015.111.116	JUAN FRANCISCO	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	3167241	JOSE MARIA	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	70186682	DIEGO PALACINO	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20																

13. Nombre del responsable: Daniela 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:** 19/11/2025	**HORA:** Inicio: 02:00 PM Final: 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jorge Eliecer Banguera Gomez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: DESCUBRIENDO MIS CAPACIDADES Y DESAFÍOS.

OBJETIVO GENERAL: Promover en los participantes el reconocimiento de sus capacidades y desafíos personales, como paso fundamental para avanzar en su proceso de desarrollo personal, fortaleciendo el autoconocimiento, la reflexión crítica y la motivación hacia el cambio dentro de la comunidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Facilitar un ejercicio de autoconciencia sobre las habilidades, fortalezas y recursos personales que los ciudadanos poseen.
- Identificar de manera participativa los principales desafíos, limitaciones o barreras que influyen en su proceso de transformación.
- Promover la reflexión sobre cómo las capacidades pueden convertirse en herramientas para afrontar desafíos y construir un proyecto de vida más estable.

METODOLOGÍA: Linea de atención 4: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. La metodología socio-educativa se fundamenta en el diálogo horizontal, el aprendizaje significativo, la reflexión colectiva y el reconocimiento de la experiencia personal como fuente de saber.

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.

Primer momento: "Abramos la mirada: Reconociéndonos como personas con historia": El trabajador social inicia con una bienvenida cálida, explicando que el taller será un espacio para mirarse a sí mismos, sin juicios, desde el respeto y el acompañamiento. Se realiza una breve conversación inicial donde los participantes comparten una palabra o frase que represente cómo se sienten en este momento de su proceso.

Luego se realiza la actividad "Mi historia en tres momentos". El facilitador entrega tarjetas o papel y propone que cada persona escriba tres momentos importantes de su vida:

- un momento difícil,
- un momento significativo,
- un momento de orgullo o logro personal.

Se pide que cada participante elija voluntariamente uno de estos momentos para compartir con el grupo, si se siente cómodo. El facilitador guía el diálogo para resaltar la valía de cada experiencia, destacando que todos, sin excepción, cuentan con momentos que han requerido fortaleza, decisión o capacidad de afrontamiento.

Se enfatiza que la historia personal no es un obstáculo, sino un punto de partida para comprender capacidades y desafíos actuales.

El trabajador social recoge verbalmente los aprendizajes del espacio, resaltando el respeto, la diversidad de historias y la fuerza presente en cada vivencia compartida.

Segundo Momento: "Mis capacidades: Reconociendo lo que sí tengo": Se introduce el concepto de capacidad explicado en lenguaje accesible: son las habilidades, talentos, conocimientos y cualidades que cada persona posee y que le permiten desenvolverse en su vida cotidiana.

Se realiza la actividad "Mapa de mis capacidades", en la que cada participante recibe una hoja con un círculo central donde escribirá su nombre.

Luego debe dibujar ramas alrededor, como un árbol, donde escribirá:

- habilidades prácticas (ej. cocinar, reparar, cuidar, trabajar en equipo),
- habilidades sociales (escuchar, ayudar, mediar, comunicarse),
- cualidades personales (responsabilidad, creatividad, perseverancia),
- aprendizajes significativos adquiridos en la vida.

El facilitador apoya con preguntas orientadoras:

- ¿Qué cosas sabes hacer bien?
- ¿Qué te dicen los demás que haces con facilidad?
- ¿Qué has aprendido de tus experiencias más duras?
- ¿Qué habilidades crees que te ayudan a seguir adelante?

Después, se genera una ronda de socialización voluntaria para compartir las capacidades registradas. El trabajador social refuerza la relevancia de nombrar y reconocer lo positivo, ya que en etapa de identificación es común que los ciudadanos se centren en sus errores o carencias.

Se concluye destacando que reconocer las capacidades permite ver nuevas posibilidades y fortalezas que serán clave para enfrentar desafíos futuros.

Tercer momento: "Mis desafíos y cómo enfrentarlos desde mis capacidades": El trabajador social introduce la idea de desafío como una situación, hábito, emoción o condición que dificulta avanzar en el proceso de cambio. Se invita a reflexionar sobre aquellos desafíos que surgen en la vida cotidiana dentro de Comunidad de Vida:

- dificultades de convivencia,
- emociones intensas,
- hábitos de consumo,
- falta de redes,
- sentimientos de soledad,
- baja autoestima,
- impulsividad,
- dificultades para pedir ayuda.

Se realiza la actividad "Desafío-capacidad":

Cada participante recibe dos tarjetas: una para registrar un desafío personal actual y otra para escribir una capacidad que ellos mismos identificaron previamente y que podría ayudarles a manejar ese desafío.

El facilitador acompaña con preguntas:

- ¿Qué es lo que más te cuesta en tu proceso?
- ¿Qué capacidad que ya tienes podría ayudarte a manejarlo?
- ¿Qué puedes empezar a hacer diferente desde hoy?

Luego, los participantes comparten voluntariamente sus pares desafío–capacidad. El grupo puede aportar ideas complementarias desde la solidaridad y el respeto.

"Cada desafío que reconocieron hoy no es un límite, sino una oportunidad para usar lo que ya tienen: sus capacidades, sus aprendizajes y su historia. Ustedes son protagonistas de su proceso, y lo que descubrieron hoy puede convertirse en una herramienta para avanzar."

Este cierre refuerza la autoestima, la responsabilidad personal y la motivación hacia la continuidad del proceso.

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:
Autoconocimiento y desarrollo personal

El autoconocimiento es la capacidad de explorar, comprender y reflexionar sobre los propios pensamientos, emociones, comportamientos y experiencias (Goleman, 1995).
Para la población habitante de calle, el proceso de autoconocimiento es un elemento clave en la etapa de identificación, ya que permite mirar la propia historia sin negarla ni idealizarla, reconociendo tanto recursos como vulnerabilidades.

Desde el trabajo social, se considera que el autoconocimiento posibilita:

- aumentar la conciencia sobre necesidades y capacidades,
- fortalecer la identidad,
- tomar decisiones informadas,
- iniciar procesos de cambio sostenidos.

Capacidades y fortalezas personales

Las capacidades son habilidades prácticas, cognitivas, sociales y emocionales que permiten a la persona enfrentar dificultades y desenvolverse en su entorno (Nussbaum & Sen, 1993).
Identificarlas es fundamental en procesos de intervención social, ya que destaca la potencialidad del sujeto más allá del déficit o la carencia.

El enfoque de fortalezas (Saleebey, 1996) propone que cada individuo posee recursos internos y externos que pueden ser activados en su proceso de cambio.

Desafíos personales y afrontamiento

Los desafíos personales son situaciones o condiciones percibidas como obstáculos para el bienestar o el progreso. En la población habitante de calle suelen vincularse a rupturas vinculares, consumo, inseguridad emocional, dificultades para la convivencia y baja autoestima.

El afrontamiento implica los esfuerzos cognitivos y conductuales que la persona realiza para manejar situaciones estresantes (Lazarus & Folkman, 1984).
En intervención social, identificar los desafíos permite estructurar un plan de acompañamiento más coherente con las necesidades reales.

REFERENCIAS

- Barudy, J. & Dantagnan, M. (2005). Los buenos tratos a la infancia. Barcelona: Gedisa.
- Goleman, D. (1995). Inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. Springer.
- Nussbaum, M., & Sen, A. (1993). The Quality of Life. Oxford University Press.

RECURSOS:
Físicos:

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

Humanos:

- Profesional, ciudadanas y ciudadanos

RESULTADOS:
Cualitativos: se observa que los ciudadanos lograron reconocer de manera más clara sus habilidades, fortalezas y recursos personales, lo cual fortaleció su autoconciencia frente a su proceso de cambio. De forma participativa identificaron las principales barreras y desafíos que han limitado su avance, permitiendo una comprensión más realista de su situación. Asimismo, se observó una reflexión significativa sobre cómo sus capacidades pueden convertirse en herramientas útiles para afrontar dificultades y avanzar hacia la construcción de un proyecto de vida más estable y orientado a la autonomía.

Cuantitativos: Se conto con la asistencia de 21 ciudadanos de género masculino y con una orientación sexual heterosexual.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Orozco

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Descubriendo mis capacidades y desafíos

Línea de Atención IV: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Fecha: 19/11/2025





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: DESCUBRIENDO MIS CAPACIDADES Y DESAFIOS

4. Fecha: 19/11/2025

5. Hora: 2:00 PM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1033716729	Andres Leonardo Garcia F	35	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Andres Garcia	
2	CC	1076963449	Cristian Mendez	33	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	1032403228	ANDRES CASTAÑO HUERTAS	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	80770861	Diego camilo roberto	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	74911902	John F Gutierrez Ayala	47	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	7025508	JOSE AYALA	35	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	C.C	1076917209	Jeisson Wilches	37	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	3232036	Jorge Luis Navarrete G	66	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	79.204.542	Luis Encinales	54	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	79464796	Ivan Mosquera	56	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	1024555554	Dayron Vidal	31	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12		1012356917	RUBEN PEREZ	36	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13		1024546905	David felipe Avila	31	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14		80169188	Oscar Angel	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
15		1128481696	David Sanchez	29	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
16		11322000	Cesar Leal	53	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
17		79643205	Jenson Moreno.	53	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
18		1030671332	Jhon Reyes	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
19		79764623	Jeison F. Gomez	45	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
20		88263714	Alejandro Londoño	40	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						

13. Nombre del responsable: JORGE E. BANGUERA

14. Cargo o rol del responsable: TRABAJO SOCIAL

15. Firma del responsable de la actividad:

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_lin_6_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: DESCUBRIENDO MIS CAPACIDADES Y DESAFIOS

4. Fecha: 19/11/2025

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	79950581	PABLO RODRIGUEZ	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA				Y					
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: JORGE E. BANGUERA

14. Cargo o rol del responsable: TRABAJO SOCIAL

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 19/11/2024	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 03:30 pm
ÁREA: PROMOTORIA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Milena Cárdenas	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Cuidarme es posible.			

OBJETIVO GENERAL:
Fortalecer la autoestima y el cariño propio a través del auto reconocimiento como una herramienta sólida para la consolidación de su proceso de crecimiento y desarrollo personal.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Dar a conocer los aspectos teóricos de la autoestima, beneficios y cuidados de su salud mental como estrategia para su reconocimiento como ser humano con cualidades y defectos.
- Promover conciencia de los cuidados de la salud mental y el agradecimiento enfocados en la resiliencia y toma de decisiones con conciencia.

METODOLOGÍA:
Esta actividad se desarrollará bajo la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. y se implementará la metodología psico - educativa, a través de la cual, los participantes adquirirán herramientas que favorezcan al fortalecimiento de su autonomía se trabajara con los y las participantes de etapa 3.

Adecuación: Se realizará alistamiento de los recursos físicos que se van a implementar durante el desarrollo de la temática, además se convocará a los participantes en el espacio en el cual se desarrollará la actividad.

Primer momento: se iniciara el taller con una actividad rompe hielo " el espejo del otro" para lo cual deberán ubicarse en parejas, en el primer momento uno cumple la función del espejo imitando los gestos movimientos del otro al ritmo de la música, luego intercambiaran el rol, seguido a ello deberán socializar su sentir con la actividad y la percepción que tenemos de nosotros mismos y del otro, luego cada uno de los y las participantes realizara un rotulo con un defecto, se realizara una lluvia de ideas en donde cada uno de los participantes darán a conocer que es la autoestima, luego reflexionar de la importancia del auto concepto y la relación con la autoestima de cada uno de las y los ciudadanos.

Segundo Momento: Autoestima alta y autoestima baja. Invitar a los participantes a ponerse cómodos, a relajarse y que vayan entrando en sus sensaciones al recordar alguna ocasión que se sintieron importantes, valiosos, con éxito, con su autoestima alta. Regresar a aquella experiencia y revivir sensaciones y sentimientos. Recordar otra ocasión en la que se sintieron incapaces de resolver algún problema o no tuvieron éxito en algo que emprendieron. Con autoestima baja. Revivir sensaciones y sentimientos. ¿Con qué frecuencia se sienten con la autoestima alta y con la autoestima baja? Con estos comentarios ir haciendo una lista en el tablero de características de la autoestima alta y otra de la baja. Mediante la técnica de imaginación guiada los participantes deben imaginar que hacen un viaje a la infancia y llegan a los 6 ó 7 años de edad. Recordaran a todos los adultos con los que convivían en esa época de sus vidas. Imaginen que a todas estas personas las colocan en dos filas. A la derecha colocan a los que los hacían sentir bien y a la izquierda los que los hacían sentir mal. Tomen conciencia por qué unos los hacían sentir bien y otros los hacían sentir mal a fin de resignificar situaciones en las cuales consideren que se afectó su autoestima.

Tercer momento: Se finaliza la actividad realizando un espacio de reflexión, con el fin de generar un análisis personal, con respecto al tema desarrollado, y del aprendizaje logrado a partir de la temática de esta para su diario vivir, por último, al respaldo del rotulo con el que iniciaron la actividad deben escribir 2 cualidades las cuales deberá fortalecer en pro de mejorar su autoestima promoviendo el auto reconocimiento de las y los ciudadanos.

Reacondicionamiento del espacio: Se solicita a los ciudadanos organizar el espacio utilizado y se organicen el espacio, se dispone a regresar a la comunidad.

TEMAS
Tener **una buena autoestima es fundamental** para afrontar las situaciones conflictivas o difíciles que van ocurriendo en el día a día. A pesar de que esta puede sufrir variaciones a lo largo de la vida, no hay que olvidar que se puede trabajar de diferentes formas para tener una autoestima alta y que las personas se sientan bien consigo mismas.

En el caso de las personas con trastorno mental, este trabajo puede ser mucho mayor y costoso por las situaciones o vivencias pasadas y por todos los prejuicios, estigma y rechazo que en muchas ocasiones la sociedad tiene hacia estas personas.

Auto concepto, Autoestima y Salud mental

El auto concepto es la valoración que tenemos de nosotros, la opinión y los sentimientos que cada uno tiene acerca de sí mismo, de los propios actos, de los propios valores, del nivel de confianza.

La autoestima nace del auto concepto que una persona tiene de sí misma y se forma partir de los comentarios (mensajes verbales) y actitudes (mensajes no verbales) de las demás personas hacia ella, y de la manera como esta los percibe, permitiéndonos lograr un mayor autoconocimiento posibilitando un concepto de sí mismo más objetivo, lo que constituye el primer paso para la auto aceptación.

La auto aceptación consiste en reconocerse a sí mismo como sujeto de cualidades y limitaciones, y permite asumir y aceptar consecutivamente las características que difícilmente pueden ser modificadas.

La salud mental es la manera como se reconoce, el estado de equilibrio entre una persona y su entorno socio-cultural lo que garantiza su participación intelectual, laboral y de relaciones para alcanzar un bienestar y calidad de vida.

Características de Autoestima

Una autoestima bien desarrollada presenta las siguientes características:

- **Aprecio:** Auto reconocimiento de todas las cualidades positivas que podamos tener, es genuino de sí mismo independientemente de todo lo que pueda hacer i poseer una persona.
- **Aceptación**: Viene a ser el autoconocimiento de limitaciones, debilidades y errores, es decir se reconoce como ser falible, por lo tanto, se acepta serenamente sobre todo aquello que no le agrada de su personalidad.
- **Afecto**: Es la actitud cariñosa que uno tiene de sí mismo, es una constante comprensión de sus sentimientos o pensamientos, aunque estos a veces no son totalmente de su agrado.
- **Atención**: Hace referencia a las necesidades reales, lo cual significa atender y cuidarse física, espiritual, intelectual y psicológicamente, pero diferenciando aquellas necesidades generadas por la publicidad pro consumo.

Conductas que determinan el nivel de Autoestima

Autoestima disminuida

- Sentirse con apariencia desagradable
- Sentirse inferior a los demás
- Sentirse con temor al fracaso
- Sentirse aburrido e inseguro
- Sentirse ineficiente e improductivo
- Sentirse rechazado por los demás.
- Evitar situaciones que provocan ansiedad
- Despreciar sus dotes naturales
- Sentir que los demás no lo valoran
- Echarle la culpa de sus propias debilidades a los demás
- Dejarse influir por otros con facilidad
- Ponerse defensivo y frustrarse fácilmente.
- Sentirse impotente
- No poder expresar las emociones y sentimientos

Autoestima alta

- Sentirse a gusto con su apariencia física.
- Aceptar los propios defectos y limitaciones.
- Aprender de los errores
- Sentirse alegre y optimista frente a la vida.
- Sentirse aceptado, cariñoso, eficiente y productivo.
- Sentirse orgulloso de los propios logros.
- Actuar con independencia.
- Asumir responsabilidades con facilidad.
- Saber aceptar las frustraciones.
- Aceptar los nuevos retos con entusiasmo.
- Sentirse capaz de influir sobre otros

Expresar amplitud de emociones y sentimientos.

¿Cómo influye la autoestima en nuestra salud?

Las personas con alta autoestima tienden a cuidarse más comiendo sanamente, haciendo ejercicio físico y mimándose, y por tanto gozan de mejor salud. En cambio, las personas con baja autoestima tienen más posibilidades de padecer trastornos mentales, en especial algún tipo de cuadro depresivo. También aumentan las posibilidades de desórdenes alimenticios, insomnio y un sistema inmunológico más debilitado.

Veamos con más detalle estos aspectos de la salud en los que la autoestima incide de forma directa:

• Desarrollo y mantenimiento de trastornos mentales, en especial la depresión. Las personas depresivas tienden a tener una baja autoestima.

Al encontrarse en ese estado, su inseguridad y baja autoestima dificultan el afrontar nuevas acciones por falta de energía que le lleven a revertir esa situación y salir de ese círculo vicioso.

• Las preocupaciones nos dificultan tener un sueño reparador y provocan despertarse más irritados y con menos energía, además puede causar dificultades de concentración.
• Ocasionarse o padecer agresiones. Una persona con baja autoestima es más vulnerable a ser manipulada, y a su vez puede llegar a justificar los abusos tanto físicos como verbales que le produzca su agresor.
• Desórdenes alimenticios. Detrás de muchos cuadros de anorexia, bulimia y obesidad, se encuentra una baja autoestima.
• Hipertensión. Consecuencia de los puntos anteriores. Si llevamos una vida sedentaria y con malos hábitos alimenticios, aparte de la hipertensión, es más probable que añadamos problemas de colesterol, cardiacos, etc. Por tanto, podemos concluir que **"la autoestima es el sistema inmunitario de la vida psíquica"**.

¿Qué buenos hábitos nos llevaran a subir nuestra autoestima y mejorar la Salud?

Como vemos, la relación entre autoestima, buenos hábitos y salud es circular y se retroalimenta de manera constante, por eso se deben hacer grandes esfuerzos para afianzar

Hábitos saludables. Se deben realizar actividades que refuercen nuestra salud, y por tanto aumenten nuestra autoestima, debiendo ser persistentes y tenaces hasta acostumbrarnos a ellas y precisamente conseguir convertirlas en hábitos. En ese momento, habremos dado un gran paso. Veamos algunos hábitos que nos ayudaran en nuestro propósito:

• **Haz ejercicio.** El generar de endorfina hará que en el día a día te sientas mejor. De manera secundaria vas a dormir mejor, con lo que al día siguiente tendremos más capacidad de rendir. Por último, pasada unas semanas, al mirarnos al espejo y apreciar los avances, aumentará indudablemente nuestra autoestima. La imagen corporal es una pata importante en la que apoyar nuestra autoestima.
• **Evita el perfeccionismo.** En ocasiones la búsqueda de la felicidad actúa como una losa. Ponemos el listón tan alto e idealizado que solo conseguimos frustrarnos y dañar aún más nuestra autoestima. La alegría es simple, modesta, inmediata, espontanea, sin pretensiones, y podemos observarla en los niños pequeños. La felicidad es más compleja, es un concepto más global y es más sencillo caer en la insatisfacción si no llegamos a esa idea global de felicidad. En cambio, la alegría es presente, se encuentra en lo cotidiano, en el día a día, es simple, es causa y fin, menos racional, menos planificada, pero un gran aliado en nuestra mejora de la autoestima.
• **Desarrolla tu asertividad.** No seas dependiente en exceso de lo que digan o hagan los demás, confía en tu propio criterio. No te veas haciendo cosas que no quieres por satisfacer a otros, esto acabará dañando tu autoestima.
• **Desarrolla tus hobbies.** Saca tiempo y alimenta esas actividades que siempre quisiste hacer.

REFERENCIAS:

Branden, Nathaniel. (1991). *COMO MEJORAR SU AUTOESTIMA*. Recuperado de: https://www.casadellibro.com.co/libro-como-mejorar-su-autoestima/9788449323478/1621846.

RECURSOS

Físicos:

- Sillas, lápices, hojas recicladas, colchonetas, bafle de sonido.

Recursos humanos:

- Ciudadanos y ciudadanas, promotor

RESULTADOS:

Cualitativos: Se logro el cumplimiento de los objetivos plateados en el momento de realizar el taller, ya que los y las participantes se mostraron participativos eh interesados en el tema tratado en el taller. También expresaron que en comunidad han podido reforzar sus hábitos de vida saludables, que no muchas veces los mantienen por temas personales, si los recuerdan y entienden la importancia de mantenerlos y de realizarlos todos los días, pero les cuesta realizarlos. Se les refuerza que todo va y esta en la autoestima en las ganas que le colocan en realizar las cosas, que deben de pensar mas en ellos mismos y en cuidarse.

Cuantitativos: Se logro con la participación de 15 participantes de los cuales 1 es una mujer y 14 hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Milena Cardenas

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz

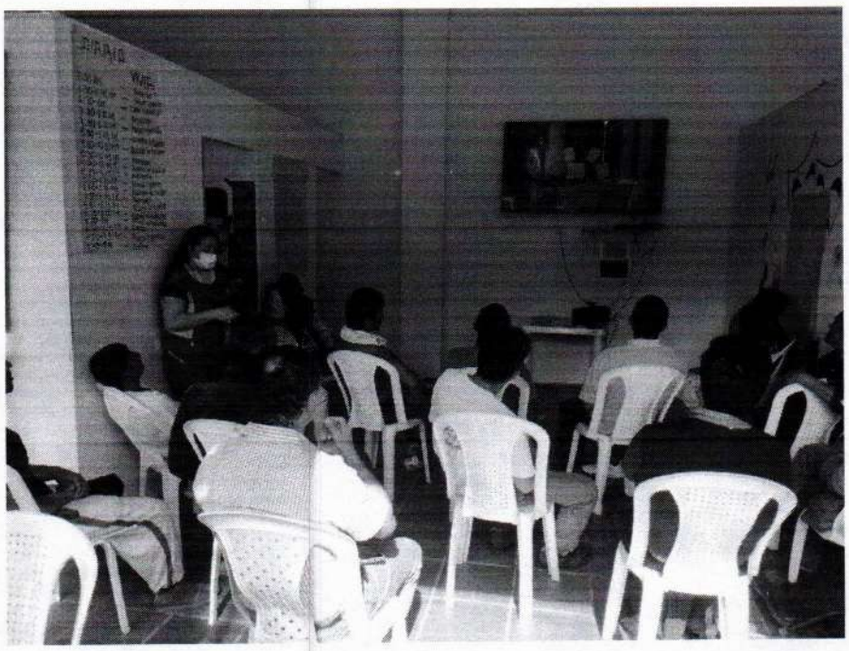
REGISTRO FOTOGRÁFICO

Nombre de la actividad: Cuidarme es posible.

Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

Fecha: 19/11/2025





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

Codigo: 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: Cuidarme es posible | 4. Fecha: 19/11/2025 | 5. Hora: 2:00pm

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 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	79735847	Luis E. Rodriguez	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	6814782	Jorge Gonzalez	73	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79046410	Carlos V.	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80120681	Juan Vilora	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79305577	CARLOS GARCIA	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1144916	Julio Casamorgar	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1077977975	JHON GOCIA	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79186668	Oscar S Mila	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1077423882	LUIS HILBERTO	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79874784	DIEGO GAMBOA	48	No aplica	No aplica	No aplica			X					DIEGO GAMBOA	
11	CC	1015439310	Harold Laitón	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80726896	Andres Leon Rodriguez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Andres Leon Rodriguez	
13	CC	88215	OSCAR [illegible]	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79742307	JOSE GARZON	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	52850286	MAYERLY SANCHEZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					MAYERLY.	
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Milena Cardenas | 14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social | 15. Firma del responsable de la actividad: Milena Cardenas

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 19/11/2025	**HORA:** INICIO: 2:00 p.m. FINAL: 3:30 p.m.
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hermes Vaca	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Vinculaciones a espacios culturales, educativos o laborales en el territorio

OBJETIVO GENERAL:
Promover el reconocimiento de escenarios culturales, educativos y laborales en la región, a partir de la indagación y mapeo del territorio de la región del Gualivá, para la diversidad de oportunidades a las que pueden acceder las y los ciudadanos de etapa 5 de comunidad de vida el rosario.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Acompañar procesos de proyección de escenarios activos para el apoyo de las y los ciudadanos
- Fomentar la lectura contextual del territorio dende se habita
- Analizar posibles estrategias que faciliten la participación de las y los ciudadanos en el territorio.

METODOLOGÍA:
La metodología a trabajar durante el taller formativo con etapa V será psico pedagógica con enfoque de territorio orientada a fortalecer el reconocimiento del ser a partir del contexto. A través de una lectura por equipos, se generarán espacios de integración, análisis y sana convivencia, en coherencia con la Línea de atención 4: Dinamización integral de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación:
Para la ejecución del presente taller se dispondrá del espacio del aula múltiple, la cual cuenta con ayudas tecnológicas y un espacio pertinente para desarrollar las actividades planteadas.

Primer Momento
La actividad iniciará con la presentación del profesional con los participantes, esto teniendo en cuenta el nuevo incorpora miento de ciudadanos la comunidad de vida. Luego de ello, se realiza un ejercicio de reconocimiento de conocimientos previos frente al territorio, para ello, se dará un espacio de 5 intervenciones con sus respectivas respuestas. Para que posteriormente se realice un ejercicio audiovisual, en el cual se presentan la región.

Segundo Momento
Para este momento los ciudadanos ya contaran con conocimientos básicos frente a la región lo cual les permitirá iniciar un proceso de preguntas frentes a las necesidades que se pueden resolver en el territorio, como espacios educativos, culturales y laborales, con base en ello, el profesional presentara un mapa de actores en el campo laboral, explicando a los ciudadanos las fuentes de ingreso que mueven la economía de la región y los escenarios culturales de los que pueden ser participe.

Tercer momento
Luego de ello, se les presentan los centros educativos de la región como lo son establecimientos educativos de educación flexible, tales como sabatinos, nocturnas, además de centros de educación para el trabajo como lo es el SENA. Finalmente se realiza un ejercicio de valoración de la actividad donde se le responderán dudas a las y los ciudadanos frente a la lectura del contexto y se extiende la invitación para que se apropien de los espacios.

TEMAS:

Escenarios culturales, educativos y laborales en la región del Gualivá

1. Introducción

La provincia del Gualivá, situada en el departamento de Cundinamarca, es una región con un rico patrimonio natural, cultural y económico, conformada por municipios como Sasaima, La Vega, Villeta, Nocaima, entre otros. Gobernación de Cundinamarca+2Gobernación de Cundinamarca+2 En este contexto, el municipio de Sasaima, a unos 80 km de Bogotá, emerge como un epicentro rural donde convergen tradiciones ancestrales, un desarrollo educativo limitado pero creciente, y dinámicas

laborales fuertemente ligadas a la agricultura y al turismo sostenible. Este documento analiza los tres escenarios —cultural, educativo y laboral— en Sasaima y la región del Gualivá, destacando sus fortalezas, retos y proyecciones.

Escenario cultural

Identidad y tradiciones

Sasaima conserva una identidad cultural profundamente vinculada a su pasado indígena: su territorio fue habitado por indígenas panches antes de la colonización española. El Tiempo
Las celebraciones religiosas, como las fiestas en honor a San Antonio de Padua y la Virgen del Carmen, reflejan esta mezcla de tradición campesina y fe católica. Gobernación de Cundinamarca
La iglesia colonial, especialmente la Iglesia de San Nicolás de Tolentino, es un símbolo arquitectónico y espiritual del pueblo. El Tiempo

Patrimonio natural y cultural

El entorno natural de Sasaima —quebradas, bosques de guadua, senderos montañosos— es parte esencial de su patrimonio cultural. El Tiempo
Además, hay un importante valor biológico y patrimonial: por ejemplo, se ha documentado una diversa flora de orquídeas en Sasaima, con 41 especies identificadas localmente. fieldguides.fieldmuseum.org
El ecoturismo se convierte, así, en una forma de preservar la cultura local, pues los visitantes participan en recorridos por fincas cafeteras, senderos naturales y zonas patrimoniales, lo que fortalece la identidad comunitaria y genera oportunidades para el diálogo entre tradición y desarrollo sostenible. El Tiempo+1

Integración regional

La provincia del Gualivá ha promovido esquemas de asociatividad entre sus municipios para fortalecer su desarrollo cultural y turístico, generando espacios de integración regional. Gobernación de Cundinamarca+1
Estas iniciativas permiten que los habitantes se involucren en talleres, ferias y proyectos culturales comunes, lo cual enriquece la vida comunitaria y refuerza la tradición local.

3. **Escenario educativo**

3.1 Infraestructura y desafíos

En su plan de desarrollo municipal para 2020-2023, Sasaima prioriza la mejora de la infraestructura educativa, así como la creación de espacios institucionales culturales y deportivos. sasaima.101tramites.com
No obstante, según el diagnóstico provincial para la provincia del Gualivá, existe una tasa de deserción escolar importante en los niveles iniciales (transición) y una baja tasa de matriculación en el nivel medio, lo que evidencia desafíos estructurales para el fortalecimiento educativo. Gobernación de Cundinamarca
Por otra parte, la distribución de la población entre zonas rurales y urbanas en municipios como Sasaima muestra que una parte significativa vive en zonas dispersas, lo que dificulta el acceso a instituciones educativas con calidad adecuada. Gobernación de Cundinamarca

3.2 Estrategias locales

Para enfrentar estos retos, el gobierno municipal ha diseñado programas de fortalecimiento institucional: el plan de desarrollo incluye la construcción y adecuación de instalaciones educativas, así como la articulación con las Juntas de Acción Comunal (JAC) para gestionar recursos y participación comunitaria. sasaima.101tramites.com
Además, las políticas departamentales, como el plan #GobernandoConLasJuntas, prevén capacitaciones y fortalecimiento del tejido social local, lo que puede favorecer la participación comunitaria en procesos educativos. El dorado radio
La integración regional promovida por la Provincia del Gualivá (ver taller de dinámicas regionales) también puede ser un mecanismo para intercambiar buenas prácticas educativas entre municipios.

Escenario laboral

Economía agrícola

La base económica tradicional de la región del Gualivá —y particularmente de Sasaima— es agrícola. Cultivos como café, caña panelera, cítricos, plátano y otros frutales son fundamentales. ICA

El Instituto Colombiano Agropecuario (ICA) ha apoyado la región en la adopción de Buenas Prácticas Agrícolas (BPA), promoviendo la certificación de predios para aumentar la calidad de los productos agrícolas y su competitividad en mercados más exigentes. ICA
Este desarrollo agropecuario no solo genera empleo local, sino que también impulsa la sostenibilidad, ya que los productores adquieren mejores técnicas y estándares productivos.

Turismo sostenible

El turismo rural y ecológico es otra fuente creciente de empleo en Sasaima. Gracias a su paisaje natural —cascadas, senderos, fincas cafeteras y arquitectura colonial—, el municipio se ha convertido en un destino turístico atractivo para quienes buscan experiencias auténticas y sostenibles. El Tiempo
Muchos habitantes ofrecen servicios de hospedaje en casas campesinas, guían recorridos por fincas y realizan actividades de educación ambiental, creando oportunidades laborales vinculadas a la conservación y la cultura local. El dorado radio+1
Adicionalmente, los compromisos de desarrollo suscritos por la Gobernación de Cundinamarca para la provincia del Gualivá han incluido proyectos para fortalecer el turismo y las rutas culturales, lo que podría ampliar más el empleo en este sector. Gobernación de Cundinamarca

Participación comunitaria y gobernanza

El plan #GobernandoConLasJuntas también promueve la organización comunal a través de capacitaciones para las JAC (Juntas de Acción Comunal), lo que fortalece la gestión local y ofrece oportunidades para que las comunidades lideren iniciativas productivas y turísticas. El dorado radio
Esta participación activa permite que los habitantes contribuyan al diseño y ejecución de proyectos económicos, fortaleciendo su empoderamiento y generando empleo de manera más equitativa.

Conclusión

La región del Gualivá, y en particular Sasaima, se caracteriza por un profundo arraigo cultural, una economía agrícola tradicional y un creciente potencial en turismo sostenible. Sin embargo, los escenarios educativos y laborales enfrentan desafíos estructurales que requieren esfuerzos conjuntos entre comunidad, autoridades locales y gobierno departamental. Las iniciativas de integración regional, el fortalecimiento de la infraestructura educativa y la promoción del turismo y la agricultura bajo prácticas responsables son pasos fundamentales para construir un desarrollo incluyente y sostenible. Si se consolida una gobernanza comunitaria sólida, mediante la participación activa de los habitantes y las Juntas de Acción Comunal, el Gualivá podrá proyectarse como un territorio competitivo, respetuoso de su identidad y ambientalmente consciente.

Fuente de consulta:

- Gobernación de Cundinamarca. "Provincia de Gualivá promueve integración regional entre sus municipios." Noticia gubernamental. Gobernación de Cundinamarca+1
- ICA (Instituto Colombiano Agropecuario). "La producción agrícola en la Provincia del Gualivá avanza hacia la competitividad." ICA
- Plan de Desarrollo Municipal de Sasaima 2020-2023. Municipio de Sasaima, Cundinamarca. sasaima.101tramites.com

RECURSOS:

Físicos:

- Cartulina
- Hojas
- Marcadores
- tv

Humanos:

- Talento Humano
- Ciudadanas y ciudadanos de comunidad

RESULTADOS:

Cualitativos:

A partir del ejercicio realizado con las y los ciudadanos de comunidad de vida, se logro promover la indagación y curiosidad frente la multiplicidad de escenarios con los que cuenta el territorio para el fortalecimiento de sus procesos de desarrollo personal al egresar de comunidad, con base en lo anterior. También fue posible instruir frente a herramientas de participación en la región y conocimientos culturales y laborales para la empleabilidad. Por último, la asistencia fue la esperada y se contó con la participación activa de las y los ciudadanos dentro del marco del ejercicio del taller con etapa número 5.

Cuantitativos:
Se conto con la participación total de 15 ciudadanos, de os cuales (3) son mujeres y (3) personas mayores

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: _____

REGISTRO FOTOGRAFICO

Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Vinculación a espacios culturales, educativos o laborales en el territorio

Fecha: 19/11/2024





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: Vinculaciones a espacios culturales, educativos o laborales oferta...

4. Fecha: 19/11/2023

5. Hora: 2:00pm

No	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiana					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	75099966	Andres Castaneda	49	no aplica	no aplica	no aplica			X						
2	CC	52995591	Pilar Gonzalez	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
3	CC	80926713	jose ortiz Cierra	43	no aplica	no aplica	no aplica			X						
4	CC	79760837	John Jairo tomas Rincon	51	no aplica	no aplica	no aplica			X						
5	CC	8449584	Adalberto Serrano	67	no aplica	no aplica	no aplica			X						
6	CC	94511403	Diego Benavides	47	no aplica	no aplica	no aplica			X						
7	CC	79777765	Marco Munar	67	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	CC	79785951	Pablo Rodriguez	47	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9	CC	52373187	Luz marina	52	no aplica	no aplica	no aplica			X						
10	CC	80126087	Juan, Viloria	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
11	CC	1077774971	Jhon Guerrero	39	no aplica	no aplica	no aplica			X						
12	CC	1033697189	Raul Carreta	36	no aplica	no aplica	no aplica			X						
13	CC	6762816	JUSTO CASTAÑO	68	no aplica	no aplica	no aplica			X						
14	CC	94.004769	Tomas Molano	55	no aplica	no aplica	no aplica			X						
15	CC	1019062950	Carlos Chaparro	39	no aplica	no aplica	no aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Heimes Vaca

14. Cargo o rol del responsable: Pedagogo

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de 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 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:** 20/11/2025	**HORA:** INICIO: 09:00 am FINAL: 10:30 am
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andres Fabian Lopez Cano	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada deportiva mensual ("Reto multicapacidades")			

OBJETIVO GENERAL:
Desarrollar una jornada deportiva que promueva la participación activa y el fortalecimiento integral de las capacidades físicas básicas – fuerza, velocidad, resistencia, y flexibilidad – mediante actividades recreativas y competitivas que favorezcan el trabajo en equipo, la motivación y el bienestar físico de los ciudadanos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Estimular la fuerza muscular a través de circuitos y ejercicios funcionales que involucren diferentes grupos musculares, adaptados a las capacidades de los ciudadanos.
- Potenciar la velocidad mediante pruebas cortas de reacción y desplazamiento, fomentando la agilidad y la repuesta rápida ante estímulos.
- Mejorar la resistencia cardiovascular y muscular por medio de actividades continuas o de intervalos que fortalezcan la capacidad aeróbica y el esfuerzo.

METODOLOGÍA:
La jornada deportiva mensual se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico – pedagógica que beneficiará en el fortalecimiento del trabajo colaborativo, de competencias y bienestar que motiven a realizar actividades lúdicas, físico-cognitivas en las y los participantes a través de un circuito de pruebas de agilidad y destrezas, favorecer la integración comunitaria para prevenir estados de sedentarismo y mejorar la calidad de vida. Esta actividad se dará bajo la línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación:
Se realizará la convocatoria con 5 días de anterioridad por medios escritos previos (carteleras, voz a voz, avisos etc.) en la comunidad y el día de la actividad los ciudadanos que participarán deben estar con indumentaria adecuada (ropa ligera, pantaloneta, camiseta), y todo el grupo listo 20 min antes, 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 jornada deportiva mensual y la metodología a desarrollar.

Segundo Momento:
Se formará el grupo en posición circular con el fin de dar paso a una charla previa a toda la actividad, donde realizamos la movilidad articular, activación y fase central de nuestra jornada deportiva lúdica y recreativa en la unidad operativa.

1. Movilidad articular general
2. Tren inferior
3. Tren superior
4. Activación o entrada en calor
5. Pruebas (Circuito reto de multicapacidades)
6. Culminación jornada deportiva
7. Vuelta a la calma y estiramientos generales

Se hará una entrada en calor muy lúdica utilizando juegos recreativos (Pasa aro) para distensionar a todos las y los participantes en donde ellos hagan de la activación algo motivante y relajante para su situación dentro de la comunidad de vida.

Y para la fase central se ejecutará la separación por equipos de referencia donde estarán acompañados por un profesional del mismo; los demás profesionales designados estarán dentro de las estaciones físico cognitivas con el fin de que se realice la prueba de la mejor manera.

Se procederá a explicar el recorrido de la pista de obstáculos, en donde cada miembro de los grupos debe pasar cada estación; ganará el equipo que realice el recorrido en el menor tiempo posible.

1. **Relevos de arrastre (Fuerza):** Por equipos, un integrante se sentará sobre una colchoneta mientras su compañero deberá arrastrarlo a lo largo del recorrido establecido, que va desde la mitad de la cancha de fútbol hasta el arco. Esta actividad busca trabajar la fuerza, la coordinación y el trabajo en dupla, promoviendo el esfuerzo conjunto y la comunicación entre ambos integrantes. Además, se sugiere que los roles se intercambien al finalizar el trayecto para que todos experimenten ambos desafíos.

2. **Carreras de reacción con colores (Velocidad):** Cada jugador llevará una cinta ajustada a la cintura. Al iniciar la dinámica, todos deberán correr por el área designada intentando quitar las cintas de los demás sin perder la propia. El objetivo es poner a prueba la velocidad, la agilidad y la capacidad de reacción de cada participante. Al finalizar, se podrá identificar al jugador más veloz y estratégico de cada grupo, promoviendo el espíritu competitivo y el trabajo individual dentro de un ambiente seguro y divertido.

3. **Carrera continua (Resistencia):** Los participantes se ubicarán en la entrada de la cancha de baloncesto. De manera individual, cada uno deberá desplazarse hasta la entrada de casa 1 y regresar al punto de partida, Al volver, incorporará a un compañero para repetir el mismo recorrido juntos, el que inicie el recorrido siempre deberá de llevar un balón medicinal. La dinámica continuará de esta forma, sumando a un integrante en cada vuelta, hasta formar una cadena humana con todos los participantes avanzando al mismo tiempo. Esta actividad busca promover la coordinación, el trabajo en equipo y la resistencia física, además de fortalecer la comunicación entre los miembros del grupo.

4. **Túnel flexible (Flexibilidad):** Se realizará una actividad de flexibilidad en la que todos los participantes se ubicarán en fila, uno detrás de otro, con las piernas separadas. Uno de los integrantes deberá desplazarse hasta el último compañero y comenzar a avanzar por debajo de las piernas de cada uno hasta regresar al inicio, formando nuevamente la cadena. Posteriormente, permanecerán en la misma formación para transportar tres balones medicinales de ida y vuelta: primero por encima de la cabeza y luego entre las piernas, evitando que caigan. En caso de que algún balón se caiga, el recorrido deberá iniciarse nuevamente.

5. **Resuelve con tu cuerpo:** En este circuito se realizarán una serie de pequeños retos individuales que cada ciudadano deberá resolver utilizando únicamente su cuerpo. Algunos ejemplos son: levantarse desde la posición sentada sin apoyar las manos en el suelo, desplazarse con la ayuda de un compañero en modalidad de carretilla y cargar el peso de su compañero durante un trayecto corto.

Nota: Los equipos de ciudadanos y ciudadanas estarán acompañados todo el recorrido por los siguientes profesionales realizando cada prueba.

Acompañantes de equipo de referencia:

- **Equipo 1:** Jorge Banguera – Daniela Rodriguez
- **Equipo 2:** Karen Aguirre - Carol Cuesta
- **Equipo 3:** Andrea Gonzales – Paula Rico
- **Equipo 4:** Haider Chinchilla – Leidy Muñetonez
- **Equipo 5:** Julieth Rojas – Paula Contreras.

Encargados de estación

- **Estación 1:** Leonel Malagón, Tallerista - Cancha de Futbol
- **Estación 2:** Camila Medina, Ambiental - Cancha de voleyboll y tejo.
- **Estación 3:** Carlos Figueredo, Tallerista – Entrada cancha de Baloncesto.
- **Estación 4**: Carolina Rico - Zona verde de casa 2
- **Estación 5:** Alejandro Bejarano – Cancha de baloncesto

Encargado del listado: Promotoría (Edwin león)

Tercer momento:
Se llevará a cabo el cierre de la actividad, indagando frente al nivel de satisfacción individual y colectiva, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su vida.
Reacondicionamiento del espacio
Se invita a los ciudadanos a reacomodar el espacio dejándolo en óptimas condiciones.

TEMAS:
ACTIVIDADES LUDICAS-COGNITIVAS

El desarrollo cognitivo se caracteriza por la forma en que una persona aprende, adquiere conocimiento e interactúa con su entorno. El desarrollo cognitivo se caracteriza por la forma en que un niño adquiere conocimiento, como interactúa con su entorno y cómo aprende.

Estimular de manera correcta a los niños desde que tienen capacidad para jugar les ayuda a que el aprendizaje sea más significativo. A través del juego y de actividades divertidas podemos sacar al máximo el potencial a las personas.

La actividad lúdica. El proceso o actividad lúdica, favorece en la infancia la autoconfianza, la autonomía y la formación de la personalidad, convirtiéndose así en una de las actividades recreativas y educativas primordiales. El juego es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes, en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa. En tanto ayuda a conocer la realidad, permite al niño afirmarse, favorece el proceso socializador, cumple una función integradora y rehabilitadora, tiene reglas que los jugadores deben aceptar y se realiza en cualquier ambiente.

Desde esta perspectiva toda actividad lúdica precisa de tres condiciones esenciales para desarrollarse: satisfacción, seguridad y libertad. Satisfacción de necesidades vitales imperiosas, seguridad afectiva, libertad como lo señala Sheines (1981) citada en Malajovic (2000):

Sólo gozando de esta situación doble de protección y libertad, manteniendo este delicado equilibrio entre la seguridad y la aventura, arriesgándose hasta los límites entre lo cerrado y lo abierto, se anula el mundo único acosado por las necesidades vitales, y se hace posible la actividad lúdica, que en el animal se manifiesta únicamente en una etapa de su vida y que en el hombre, por el contrario, constituye la conducta que lo acompaña permanentemente hasta la muerte, como lo más genuinamente humano (p.14). Por consiguiente es fundamental comprender todos los aspectos biológicos, psicológicos y sociales que vive el niño desde su ambiente intrauterino para poder desarrollar estrategias didácticas y lúdicas pertinentes, que permitan un desarrollo apropiado de la integralidad y es donde el docente toma desde su reflexión que todo lo que atañe al niño desde su concepción, ambiente familia, social, cultural lo hace único y singular y cada niño es un solo mundo el cual requiere de estrategias, metodologías, modelos diferentes para ser absorbido de manera atractiva hacia su aprendizaje.

CAPACIDADES FISICAS BASICAS

En la actualidad, la evaluación de las cualidades físicas básicas resistencia, velocidad, fuerza y flexibilidad es un tema controversial por la existencia de diversas pruebas de campo que evalúan una misma cualidad tanto en el ámbito educativo como en el deportivo, de esta forma ocasiona una confusión a los profesionales relacionados con el área, así pues, se pretende entregar lineamientos claros para la correcta medición de dichas cualidadesseleccionar las baterías de test actualizadas e idóneas que incluyan las cuatro cualidades físicas básicas, conforme a la edad del evaluado y a la factibilidad de ejecución de cada una de ellas; además, en base a los resultados de las diferentes pruebas de campo seleccionar a los posibles talentos deportivos y a partir de esto orientar a una posible iniciación deportiva, al proponer edades idóneas para iniciar dicho proceso en dependencia del deporte.

ENTRENAMIENTO DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS EN EDAD ADULTA.

Hablar del entrenamiento de la condición física es hablar de la capacidad del ser humano para adaptarse. En la práctica, la adaptación biológica se realiza a través de la utilización de los denominados principios del entrenamiento (Grosser et al., 2000). Los principios son pautas, normas a seguir, conceptos generales que siempre y en todo momento se deben tener en cuenta a la hora de realizar un trabajo físico específico. Éstos tienen sustentos biológicos, pedagógicos y afectivos emocionales, reflejan con fidelidad las características regulares y objetivas del proceso del entrenamiento y se convierten en el camino y las condiciones primordiales para lograr los objetivos planteados (Foran, 2007). Los principios del entrenamiento deportivo se relacionan entre sí, constituyendo un sistema que debe ser entendido y considerado en su totalidad, formando así una guía para la planificación y concreción de los procesos de entrenamiento deportivo (Bompa, 2005).

El proceso o método de desarrollo del entrenamiento deportivo se basa en fundamentos científicos, de modo que no es posible incrementar las capacidades del deportista sin considerar principios básicos, es decir, las leyes generales sobre la planificación y ejecución del entrenamiento por las que se rige sistemáticamente el proceso de desarrollo de condición física deportiva. Esto es aplicable a los deportistas de elite, pero no es aplicable a los alumnos(as) de un centro escolar, ya que el tratamiento de la actividad física en el ámbito educativo se debe partir de una orientación educativa y lúdica del movimiento y debe estar basado fundamentalmente en la salud del individuo (Foran, 2007). El profesor de educación física debe conocer las necesidades, capacidades y posibilidades del alumnado, las pausas de recuperación y progresiones necesarias en el planteamiento de los ejercicios físicos, cómo afectan determinados tipos de ejercicios al organismo, cuáles son aplicables y cuáles no, en qué edades se pueden aplicar, en definitiva, conocer la repercusión de la actividad física en el organismo de los alumnos

Fuente de consulta:

- Ministerio de Educación Nacional. (1995). Ley Fomento del deporte, la recreación, el 84. aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. Bogotá: Autor.
- Duran Llivisaca, C. L., Heredia León, D. A., Ávila Mediavilla, C. M., & Aldas Arcos, H. G. (2020). Evaluación de capacidades físicas básicas orientada a la iniciación deportiva.
- Bernal-Reyes, F., Peralta-Mendívil, A., Gavotto-Nogales, H. H., & Placencia-Camacho, L. (2014). Principios de entrenamiento deportivo para la mejora de las capacidades físicas. *Biotecnia*, *16*(3), 42-49.

RECURSOS:

Físicos:

- Cancha de fútbol, baloncesto, lazos, plástico, conos, platillos, balones medicinales, aros, pita, costales, baldes.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, equipo psicosocial, profesionales de educación física.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante la jornada deportiva mensual se desarrollaron 4 estaciones recreativas y formativas orientadas al fortalecimiento, practica y dinamización de las capacidades físicas básicas. La participación de los ciudadanos fue activa y constante, mostrando interés por cada una de las estaciones propuestas. En cada circuito se encontraron ejercicios planeados específicamente para estimular una capacidad física distinta. (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad). Favoreciendo así un trabajo integral. la dinámica de ejecutar cada capacidad por estación permitió que cada ciudadano reconociera sus propias habilidades en cada capacidad, identificaran posibles aspectos a mejorar y disfrutaran de la actividad física en un espacio lúdico-pedagógico. Se evidencio buena disposición para la práctica adecuada, comprensión de las instrucciones y buena convivencia. Los ejercicios de fuerza y resistencia mostraron ser los de mayor aceptación, mientras que los de flexibilidad generaron un espacio de autorregulación y conciencia corporal. Como las actividades de velocidad que aportaron dinamismo y motivación dentro del recorrido. La jornada cumplió con el objetivo de la participación y el fortalecimiento integral de las capacidades físicas básicas, promoviendo el estilo de vida saludable, y brindando un espacio de integración en comunidad mediante el movimiento activo.

Cuantitativos: Se conto con una participación de (80) ciudadanos, los cuales (7) son de género femenino, (73) de género masculino, (13) ciudadanos pertenecientes a enfoques diferencial.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Andrés F. Soler R.

FIRMA COORDINADOR:

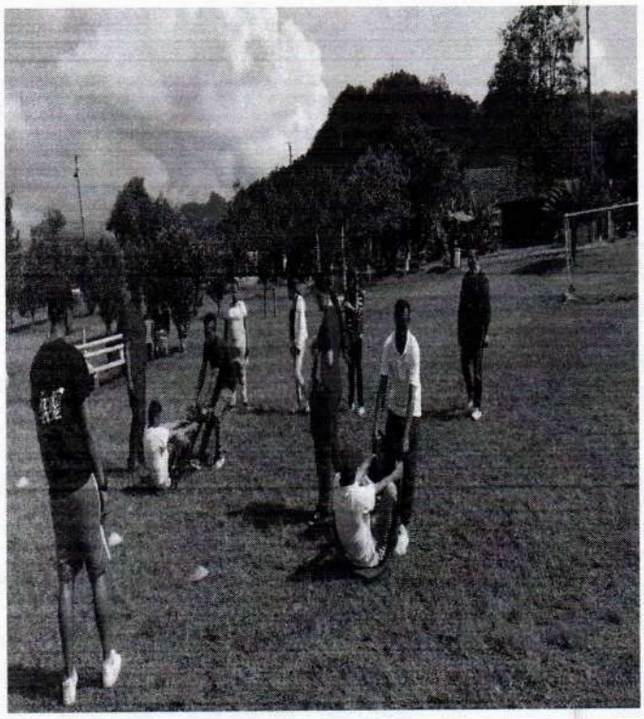
NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ojeda

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Jornada deportiva mensual ("Reto multicapacidades").
Línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
Fecha: 20/11/2025.









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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Jornada deportiva mensual (acto abilidades)
4. Fecha: 20/11/2025
5. Hora: 09:00 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	9472937936	Juan Arango	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	79.204.542	Luis Encinales	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Luis	
3	CC	1097740773	Jhon Granizo	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jhon	
4	CC	7012.411/6	Juan Fredi Lo	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1032402885	Ruyardy Benavides	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Ruyardy	
6	CC	7717906	Diego E Salazar T.	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Diego S.	
7	CC	1000800227	Victor L Vivas	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					VICTOR	
8	CC	7749369[illegible]	Edwin F Gutierrez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	80164188	Oscar Angel	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	11-322000	Cesar Prieto	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					CP	
11	CC	52900398	Claudia Patricia	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	7457264	Rigoberto Ramirez	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1032[illegible]	Jose Contreras	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jose C C	
14	CC	1070963[illegible]	Cristian Mendez	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Cristian M	
15	CC	4612[illegible]	Jhon Viloria	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1012470[illegible]	Oscar Gonzalez	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					OSCAR	
17	CC	1013[illegible]	Mayerly Gomez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					MAYERLY	
18	CC	5263[illegible]	La Merina	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Beatriz	
19	CC	6814182	Jorge Gonzalez	73	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jorge	
20	CC	1030[illegible]	Jhon Rojas	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: Andres Felipe Soler 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_sn_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: Jornada detorfina mensual (Reto Multicategoriales)
4. Fecha: 20/11/2025
5. Hora: 09:00 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	566113	Daniel Pagnos	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
2	CC	6887167	Ricardo Cundumi	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
3	CC	52275356	Darnelly yoselin Rincon	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
4	CC	1015466711	Jorge Buitrago	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
5	CC	1023081114	Wilmar Tirado	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
6	CC	79563368	EDWING CANASCAL	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
7	CC	3167241	Jorge Marin	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
8	CC	80263711	Alejandro londoño	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
9	CC	79106656	DIEGO PALACIOS	65	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
10	CC	52320360	Joaquin Novalle le G.	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
11	CC	1010196762	Jhon Bell	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
12	CC	1032388124	Jesid A. Castro	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
13	CC	79435755	Mauricio Gonzalez	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
14	CC	6'762816	JUSTO GAITAN	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
15	CC	8442584	Alberto Serrano	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
16	CC	79316876	Carlos A Ospina	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
17	CC	52585742	Alejandro Rivas	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
18	CC	52902391	Pilar Gonzalez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
19	CC	7019062930	Carlos Chaparro	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						
20	CC	1013671688	Jonatan A Paez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			x						

13. Nombre del responsable: Angie Felipe Jara 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

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Jornada deportiva mensual (Reto intergeneracional)
4. Fecha: 20/11/2025
5. Hora: 09:00 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80490861	Diego carlo roberto	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Diego Roberto	
2	CC	100120691	Diego chacón	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1022739	Hugo Patiño	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	79355338	Gustavo Arango	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79735841	Luis E Rodriguez	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1004600682	Steven Stop.	30	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79581883	Luis G. Bueno	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79044093	Pedro leiton	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1015437310	Harol leiton	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	3446584	Adalberto Serrano	66	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	79305517	Carlos Garcia	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	94511403	94511403 Diego B.	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	1026557762	Miguel Galindo	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	52535742	Alejandra rivas	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					RIVAS	
15	CC	80726596	Andres Fernando Rodriguez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Andres Fernando R.	
16	CC	1010556	Carlos Barbosa	65	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	3460304	Alfonso Reyes	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	77177593	FABIO RICO	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	1070963409	cristian Mendez	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Cristian M	
20	CC	52860468	MAYERLY SANCHEZ	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					MAYERLY	

13. Nombre del responsable: Andres Fernando Rodriguez Cano
14. Cargo o rol del responsable: Gestor Social
15. Firma del responsable de la actividad: Andres F. Rodriguez C.

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Jornada deportiva mensual (acto multiespecialidad).
4. Fecha: 20/11/2024
5. Hora: 09:00 A.M.

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1142854	Mauricio Rico	48	No	No	No			X						
2	CC	79[illegible]85	Edgar Sciarra V	51	No	No	No			X						
3	CC	9142872	ARLEY CANO	56	No	No	No			X						
4	CC	1122241660	Juan Camilo Acevedo T	45	No	No	No			X						
5	CC	79764623	Jesus J. Garzon	45	No	No	No			X						
6	CC	1074238[illegible]	LUIS ALBERTO	43	No	No	No			X					LUIS	
7	CC	1117519471	Jerson Sanabria	34	No	No	No			X						
8	CC	7552558[illegible]	ELBIN R	50	No	No	No			X						
9	CC	1006[illegible]15	Jose Sierra	43	No	No	No			X					JOSE	
10	CC	80226133	Cesar Molano	40	No	No	No			X						
11	CC	1023[illegible]117	Ruben Perez	36	No	No	No			X						
12	CC	7166[illegible]05	Yerson Mina	53	No	No	No			X						
13	CC	1101[illegible]66	Jorge Agirre	64	No	No	No			X						
14	CC	80174100	Nicolas Gomez	43	No	No	No			X						
15	CC	1033[illegible]189	Raul Fajardo	36	No	No	No			X						
16	CC	10038[illegible]	Arnulfo Arias	44	No	No	No			X						
17	CC	79853890	Fabian Guzman	47	No	No	No			X						
18	CC	8900[illegible]69	Jhon Molano	45	No	No	No			X						
19	CC	79562283	Gabriel Garzon	50	No	No	No			X						
20	CC	7904[illegible]40	Carlos Valbuena	53	No	No	No			X						

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 20/11/2025 21/11/2025	**HORA:** **INICIO** 11:00 AM **FINAL** 12:00 PM
ÁREA: Tallerista	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Alejandro Bejarano	

NOMBRE DE ACTIVIDAD: Danza ritmo y vida – Cachipay

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

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

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

METODOLOGÍA
Para el desarrollo de la actividad se implementará una metodología psicoeducativa, la cual se desarrollará en taller de interés, teniendo en cuenta la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. por la cual se dará inicio con:

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

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

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

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

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

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

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

Se presentara a los participantes la nueva canción que será Cachipay la cual es un pasillo de la región andina, se les hablara a cerca del compás de 4/4 de la canción y las estructura rítmica, se iniciara a trabajar con los pasos básicos y desplazamientos hacia delante, hacia atrás, giro hacia la derecha y giro hacia la izquierda, para que se puedan familiarizar con la ritmización de la canción.

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

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

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

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

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

RECURSOS

Recursos Humanos

- Tallerista, participantes

Recursos físicos

- Bafle y música.

RESULTADOS:

Cualitativos 20/11/2025
Dando cumplimientos al objetivo del día se observó un alto nivel de motivación por parte de los participantes al trabajar con una canción nueva; la novedad generó curiosidad y disposición para aprender, el proceso de aprendizaje generó espacios de colaboración espontánea, donde los participantes se apoyaron mutuamente para memorizar pasos y coordinar movimientos.

Cuantitativos
Ingresan al taller 9 participantes distribuidos de la siguiente manera, tres (3) mujeres, cinco (5) hombres y uno (1) Lgtbiq+, de diferentes equipos de referencia y diferentes etapas todos con buena disposición.

Cualitativos 21/11/2025
Dando cumplimientos al objetivo del día se fortaleció la confianza colectiva, pues varios participantes expresaron sentirse parte activa del grupo, los participantes ampliaron su capacidad de expresión corporal, explorando nuevos gestos, posturas y niveles de movimiento.

Cuantitativos
Ingresan al taller 8 participantes distribuidos de la siguiente manera, una (1) mujer, seis (6) hombres y uno (1) Lgtbiq+de diferentes equipos de referencia y diferentes etapas todos con buena disposición.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz

REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Danza ritmo y vida – Cachipay

LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

FECHA: 20/11/2025



REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Danza ritmo y vida – Cachipay

LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida

FECHA: 21/11/2025



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: Danza Ritmo y vida - Cachipay

4. Fecha: 20/11/2025

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	3286046	MAYERLY SANCHEZ	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					MAYERLY	
2	cc	1026555762	Miguel Galindo	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	cc	1073639057	Mayerli Gonzalez	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Mayerli	
4	cc	73.111494	ANTONIO Bolaño	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	cc	1013681608	Jonatan A Paez	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jonatan Paez	
6	cc	1032338120	Jesid Castro	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	cc	94186668	Oscar J Mila	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	cc	1013681608	Jonatan A Paez P	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jonatan Paez	
9	cc	2947765	Blanca Munar	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro Bejarano

14. Cargo o rol del responsable: Tallerista

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Danza Ritmo y vida - Cachipay

4. Fecha: 21/11/2025

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	1115[illegible]888	ALEJANDRO MORERO	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	7130557	CARLOS GARCIA	61	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1026551223	Miguel Golindo	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	2947765	JOHCA MUNAR	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	70106682	DIEGO PALACIOS	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	80[illegible]21	[illegible] Trejos C	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	80169188	Jose Angel	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1033716709	Andres Leonardo Garcia	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Andres Garcia	
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro Bejarano

14. Cargo o rol del responsable: Talentta

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:** 20/11/2025	**HORA:** Inicio: 2:00pm Final: 3:30 pm

ÁREA: Primeros auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Johana Robayo

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Conozco mis signos (toma y cuidado de signos vitales).

OBJETIVO GENERAL:
Fortalecer los conocimientos y habilidades de los participantes en la identificación, medición e interpretación básica de los signos vitales, promoviendo el autocuidado, la detección temprana de alteraciones en la salud y la actuación oportuna ante posibles emergencias.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer la importancia de los signos vitales como indicadores fundamentales del estado de salud y su papel en la detección temprana de posibles alteraciones o emergencias médicas.
- Aprender las técnicas básicas para medir correctamente los signos vitales —frecuencia cardíaca, frecuencia respiratoria, temperatura corporal y presión arterial— utilizando los instrumentos adecuados.
- Interpretar los valores obtenidos de los signos vitales, diferenciando los rangos normales y anormales, para favorecer la toma de decisiones informadas y la búsqueda oportuna de atención médica.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad, en el marco de la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, se implementará una metodología psicoeducativa que fomente el interés y facilite la comprensión del contenido de manera práctica. El propósito es promover estrategias educativas que permitan a los participantes reconocer los signos vitales y aprender a identificar los valores normales y de riesgo.

Adecuación: El taller se llevará a cabo en el espacio del aula múltiple, el cual será adecuado con sillas para garantizar la comodidad de los ciudadanos participantes. Como recursos de apoyo, se emplearán el televisor de la sala, un computador portátil, actividades escritas y una mesa para la disposición del material necesario. Además, se contará con un listado de asistencia que permitirá evidenciar la participación de los ciudadanos presentes durante la jornada.

Primer momento: Se dará la bienvenida a los ciudadanos participantes del taller mediante una breve presentación de la actividad, centrada en la manera básica la toma de signos vitales. A continuación, se realizará una lluvia de ideas, en la cual cada participante podrá compartir sus opiniones, experiencias y conocimientos previos sobre el tema, fomentando la participación y el intercambio de saberes.

Segundo Momento: Se llevará a cabo el desarrollo del tema mediante una charla educativa e interactiva, en la cual se promoverá la participación de cada ciudadano. Durante la actividad, se abordarán diferentes técnicas o maneras de responder ante una emergencia.

Tercer momento: Se llevará a cabo una reflexión y autorreconocimiento acerca de la importancia de saber tomar nuestros signos vitales. Al finalizar el taller, se abrirá un espacio de diálogo y resolución de inquietudes, permitiendo a los ciudadanos asistentes aclarar dudas y reforzar los conocimientos adquiridos.

Reacondicionamiento del espacio: Al finalizar el taller, se invitará a los ciudadanos a colaborar en la organización del espacio, dejándolo en las mismas condiciones en que fue encontrado, como parte del proceso de corresponsabilidad y convivencia comunitaria. Los participantes acataron de manera positiva la solicitud del profesional, demostrando compromiso y sentido de pertenencia con el entorno.

TEMAS: Conozco mis signos (toma y cuidado de signos vitales).

¿Qué son los signos vitales?

Los signos vitales son mediciones de las funciones más básicas del cuerpo. Los cuatro signos vitales principales que los profesionales médicos y los proveedores de atención médica controlan de forma rutinaria son los siguientes:

- Temperatura corporal
- frecuencia cardíaca
- Frecuencia respiratoria (ritmo de respiración)
- Presión arterial

Los signos vitales son útiles para detectar o controlar problemas médicos. Se pueden medir en un entorno médico, en casa, en el lugar de una emergencia médica o en cualquier otro sitio.

¿Qué es la temperatura corporal?
La temperatura corporal normal de una persona varía según el sexo, la actividad física reciente, la ingesta de alimentos y líquidos, la hora del día y, en las mujeres, la fase del ciclo menstrual. La temperatura corporal normal de un adulto sano oscila entre los 36,5 °C (97,8 °F) y los 37,2 °C (99 °F). La temperatura corporal se puede medir de las siguientes maneras:

- Vía oral. La temperatura se puede tomar por vía oral utilizando el termómetro de vidrio clásico o los termómetros digitales más modernos que utilizan una sonda electrónica para medir la temperatura corporal.
- Por vía rectal. Las temperaturas tomadas por vía rectal (con un termómetro de vidrio o digital) tienden a ser de 0,5 a 0,7 grados Fahrenheit más altas que cuando se toman por vía oral.
- Axilar. La temperatura se puede tomar debajo del brazo con un termómetro de vidrio o digital. Las temperaturas tomadas por esta vía suelen ser de 0,3 a 0,4 grados Fahrenheit más bajas que las tomadas por vía oral.
- A oído. Un termómetro especial puede medir rápidamente la temperatura del tímpano, que refleja la temperatura corporal central (la temperatura de los órganos internos).
- A través de la piel. Un termómetro especial puede medir rápidamente la temperatura de la piel de la frente.

La temperatura corporal puede ser anormal debido a fiebre (temperatura alta) o hipotermia (temperatura baja). Se considera fiebre cuando la temperatura corporal aumenta un grado o más por encima de la temperatura normal de 37 °C (98,6 °F), según la Academia Estadounidense de Médicos de Familia. La hipotermia se define como un descenso de la temperatura corporal por debajo de los 35 °C (95 °F).

¿Cuál es la frecuencia cardíaca?
La frecuencia cardíaca es una medida del ritmo cardíaco, es decir, el número de veces que el corazón late por minuto. A medida que el corazón bombea la sangre a través de las arterias, estas se expanden y se contraen con el flujo sanguíneo. Tomar el pulso no solo mide el ritmo cardíaco, sino que también puede indicar lo siguiente:

Fuerza del pulso

El pulso normal en adultos sanos oscila entre 60 y 100 latidos por minuto. La frecuencia cardíaca puede fluctuar y aumentar con el ejercicio, enfermedades, lesiones y emociones. En general, las mujeres mayores de 12 años tienden a tener una frecuencia cardíaca más rápida que los hombres. Los atletas, como los corredores, que realizan mucho ejercicio cardiovascular, pueden tener una frecuencia cardíaca cercana a los 40 latidos por minuto sin experimentar ningún problema.

Cómo tomarse el pulso
A medida que el corazón bombea la sangre a través de las arterias, se pueden sentir los latidos presionando firmemente las arterias, que se encuentran cerca de la superficie de la piel en ciertos puntos del cuerpo. El pulso se puede encontrar en el lateral del cuello, en la parte interna del codo o en la muñeca. Para la mayoría de las personas, es más fácil tomar el pulso en la muñeca. Si se usa la parte inferior del cuello, asegúrese de no presionar demasiado fuerte y nunca presione los pulsos en ambos lados de la parte inferior del cuello al mismo tiempo para evitar bloquear el flujo sanguíneo al cerebro. Al tomarse el pulso:

- Con las yemas del índice y el corazón, presione firme pero suavemente sobre las arterias hasta que sienta el pulso.
- Comience a contar el pulso cuando la manecilla de los segundos del reloj esté en el 12.
- Cuente su pulso durante 60 segundos (o durante 15 segundos y luego multiplique por cuatro para calcular los latidos por minuto).

- Al contar, no mires el reloj continuamente, sino concéntrate en los latidos del pulso.
- Si no estás seguro de tus resultados, pídele a otra persona que los cuente por ti.
- Si su médico le ha ordenado que se tome el pulso y tiene dificultades para encontrarlo, consulte a su médico o enfermera para obtener instrucciones adicionales.

¿Cuál es la frecuencia respiratoria?
La frecuencia respiratoria es el número de respiraciones que una persona realiza por minuto. Generalmente se mide cuando la persona está en reposo y consiste simplemente en contar las respiraciones durante un minuto, observando cuántas veces se eleva el pecho. La frecuencia respiratoria puede aumentar con fiebre, enfermedades y otras afecciones médicas. Al evaluar la respiración, es importante observar si la persona presenta alguna dificultad para respirar.

Las frecuencias respiratorias normales para una persona adulta en reposo oscilan entre 12 y 16 respiraciones por minuto.

¿Qué es la presión arterial?
La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias durante la contracción y relajación del corazón. Con cada latido, el corazón bombea sangre hacia las arterias, alcanzando su punto máximo de presión arterial durante la contracción. Al relajarse, la presión arterial disminuye.

Al medir la presión arterial, se registran dos valores. El valor más alto, o presión sistólica, se refiere a la presión dentro de la arteria cuando el corazón se contrae y bombea sangre por todo el cuerpo. El valor más bajo, o presión diastólica, se refiere a la presión dentro de la arteria cuando el corazón está en reposo y se llena de sangre. Tanto la presión sistólica como la diastólica se registran en mmHg (milímetros de mercurio). Esta medición representa la altura a la que la columna de mercurio de un antiguo tensiómetro manual (llamado manómetro de mercurio o esfigmomanómetro) se eleva debido a la presión sanguínea. Hoy en día, es más probable que en la consulta del médico se utilice un manómetro de dial para esta medición.

La presión arterial alta , o hipertensión, aumenta directamente el riesgo de sufrir un infarto, insuficiencia cardíaca y accidente cerebrovascular. Con la presión arterial alta, las arterias pueden presentar mayor resistencia al flujo sanguíneo, lo que obliga al corazón a bombear con más fuerza para que la sangre circule.

- La presión arterial se clasifica como normal, elevada o hipertensión arterial de grado 1 o grado 2:
- La presión arterial normal es una sistólica inferior a 120 y una diastólica inferior a 80 (120/80).
- La presión arterial elevada se define como una presión sistólica de 120 a 129 y una presión diastólica inferior a 80.
- La hipertensión arterial de etapa 1 se caracteriza por una presión sistólica de 130 a 139 o una presión diastólica de 80 a 89.
- La hipertensión arterial de etapa 2 se define como una presión sistólica de 140 o superior , o una presión diastólica de 90 o superior.

Estas cifras deben usarse solo como guía. Una sola medición de presión arterial más alta de lo normal no necesariamente indica un problema. Su médico querrá ver varias mediciones de presión arterial durante varios días o semanas antes de diagnosticar hipertensión y comenzar el tratamiento. Pregunte a su médico cuándo debe contactarlo si sus lecturas de presión arterial no se encuentran dentro del rango normal.

¿Por qué debería controlar mi presión arterial en casa?
Para las personas con hipertensión, el monitoreo domiciliario permite que su médico controle las variaciones de su presión arterial a lo largo del día y entre días. Esto también puede ayudar a su médico a determinar la eficacia de su medicación para la presión arterial.

REFERENCIAS: https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/vital-signs-body-temperature-pulse-rate-respiration-rate-blood-pressure

RECURSOS:

Físicos:

- Sillas, 1 Planilla de asistencia, computador portátil, televisor, mesa.

Humanos:

- Ciudadanos, Auxiliar de primeros auxilios.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Los participantes demostraron mayor comprensión sobre la importancia de los signos vitales, identificando cómo estos indicadores permiten detectar cambios en el estado de salud y reconocer posibles situaciones de riesgo o emergencia.
- Los asistentes lograron aplicar adecuadamente las técnicas básicas de medición de signos vitales, utilizando los instrumentos disponibles y siguiendo los pasos necesarios para obtener registros confiables de frecuencia cardíaca, respiración, temperatura y presión arterial.
- Los ciudadanos fortalecieron su capacidad para interpretar los valores obtenidos, diferenciando entre rangos normales y de alerta, lo cual favoreció la toma de decisiones más informadas y la disposición para buscar atención médica cuando identifican señales de anormalidad.

Cuantitativos:

Se logró la convocatoria de 20 ciudadanos pertenecientes a la comunidad de vida, identificándose que la población participante en la capacitación se distribuyó de la siguiente manera:

Mujeres: 2
Hombres: 18
Población LGTBIQ+: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: Jhoana Robayo

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ortiz