ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATOREGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADESSERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo|2023036946 - 28/11/2023 Página:1 de 1

Fecha de ejecución:	**09 al 11**	**12**	**2025**	
Unidad Operativa:	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca			
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable			
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento	**Profesional a cargo**:	Luz Medina salamanca (Auxiliar de enfermería)	
Nombre de la actividad:	Estrategia manejo de emociones			

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover en las personas mayores el reconocimiento, expresión y regulación adecuada de sus emociones, mediante estrategias educativas y actividades participativas que fortalezcan su bienestar emocional, favorezcan relaciones saludables y contribuyan a una convivencia armónica en el entorno institucional.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar las emociones básicas y su impacto en el bienestar físico y mental de las personas mayores.
2. Fortalecer la capacidad de reconocer y expresar emociones de manera asertiva y respetuosa.
3. Desarrollar habilidades de autocontrol y regulación emocional frente a situaciones estresantes o conflictivas.
4. Promover espacios de diálogo que favorezcan la comunicación efectiva y el apoyo mutuo entre los participantes.
5. Fomentar prácticas de autocuidado emocional, como respiración consciente, relajación y actividades recreativas.
6. Generar hábitos que contribuyan a una convivencia armónica, basada en el respeto y la empatía.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Durante la semana, se convocan a las personas adultas mayores en la sala de actividades para trabajar de manera conjunta el reconocimiento y gestión de sus emociones. Las sesiones se desarrollan mediante dinámicas interactivas que facilitan la expresión de sentimientos, la escucha activa y la construcción de confianza entre los participantes. Durante cada encuentro, se emplean actividades como ejercicios de respiración, conversación guiada, dramatizaciones sencillas y análisis de situaciones cotidianas, permitiendo que cada persona identifique sus emociones y explore estrategias adecuadas para controlarlas. Asimismo, se promueve un ambiente de respeto, empatía y acompañamiento, reforzando la importancia del autocuidado emocional y la convivencia armónica. La metodología busca que las personas mayores se sientan seguras para compartir, fortalecer sus habilidades socioemocionales y mejorar su bienestar integral.
MOMENTO CENTRAL	**Martes** Durante la jornada del martes se realiza una charla orientada a identificar las emociones básicas que experimentan las personas mayores en su vida cotidiana. A través de una conversación guiada y ejemplos prácticos, se invita a los participantes a reconocer cómo se sienten, qué situaciones les generan malestar o tranquilidad y cómo esas emociones influyen en su comportamiento diario. La actividad busca fomentar el autoconocimiento como primer paso para fortalecer el bienestar emocional. **Miércoles** Se desarrolla una charla centrada en la importancia de expresar las emociones de manera respetuosa y asertiva. Se abordan estrategias sencillas como el uso de palabras adecuadas, la escucha activa y el manejo del tono de voz. Los participantes comparten experiencias y aprenden cómo comunicar sus sentimientos sin generar conflictos. La actividad promueve relaciones más sanas y una convivencia equilibrada. **Jueves** Durante el viernes se realiza una charla dedicada a la regulación emocional. Se enseñan técnicas básicas como respiración consciente, pausa activa y relajación, con el fin de ayudar a los participantes a manejar situaciones de estrés, frustración o enojo. La jornada finaliza con una pequeña práctica grupal para reforzar lo aprendido y favorecer un mejor control emocional en su día a día
MOMENTO FINAL	Al finalizar la semana, se realiza un espacio de cierre en el que las personas adultas mayores comparten cómo se sintieron durante las actividades y qué aprendizajes lograron sobre el manejo de sus emociones. Se refuerza la importancia de reconocer, expresar y regular lo que sienten como parte fundamental de su bienestar. Finalmente, se agradece su participación, destacando el compromiso, la escucha y el respeto que demostraron, motivándolos a seguir aplicando las técnicas aprendidas en su vida diaria para mantener una convivencia armoniosa.

RECURSOS

1. Sillas	1. Personas mayores 2. Equipo de primeros auxilios

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

La semana permitió fortalecer el reconocimiento y manejo de las emociones en las personas adultas mayores, brindándoles herramientas sencillas para expresarse de manera asertiva y regular sus sentimientos en situaciones cotidianas. Las actividades favorecieron un ambiente de respeto, escucha y apoyo mutuo, contribuyendo a su bienestar emocional y a una convivencia más armoniosa dentro del entorno institucional. Se anexa Formato listado ingreso al servicio y asistencia a las actividades FOR -PSS 525.







PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-528 | Versión: 2 | Fecha: Rama (2024018223 - 05/07/2024 | Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso: Adriana Moreno

Fecha: 9-12-2025.

Jornada: Día: ☐ Noche: ☑

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Agudelo Bejarano	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: Buenas Practicas de Envejecimiento.	LINEA:	LINEA:	LINEA:
1	CC	65498056	Nubia	Lopez			SI			
2	CC	23213480	Graciela	Vilaboas			SI			
3	CC	41488819	Rosalia	Paz.			SI			
4	CC	31858380	Martha	Manrique			SI			
5	CC	41394911	Flor	reyes			SI			
6	CC	20549375	Zoila	Garzon			SI			
7	CC	20398332	Bertha	Torres			SI			
8	CC	41308070	Edna	Zamora			SI			
9	CC	41648903	Maria	Quintero			SI			
10	CC	17151176	Bernardo	Restrepo			SI			
11	CC	17190851	Manuel	Sandoval			SI			
12	CC	17194212	Pedro	Buitrago			SI			
13	CC	17094057	Salaman	Maldonado			SI			
14	CC	2884316	Victor	Segura			SI			
15	CC	3345976	Carlos	Mora			SI			
16	CC	2313698	Jose	Torrijos			SI			
17	CC	19258513	Victor	Quintero			SI			
18	CC	19009123	William	Gonzalez			SI			
19	CC	19167795	Francisco	Rodriguez			SI			
20	CC	3045396	Jorge	Fruyrilo			SI			
21	CC	3281474	Roberto	Ospina			SI			
22	CC	19091275	Arturo	Escobar			SI			
23	CC	19062898	Misael	Lozano			SI			
24	CC	19097352	Jaime	Rodriguez			SI			
25	CC	14148927	Jorge	Espina			SI			
26	CC	19459835	Luis	Montero			SI			
27	CC	19308727	Orlando	Sanchez			SI			

Scanned with CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-698
Versión: 3
Fecha: Memo 20234010223 - 06/07/2024
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Fecha: 9-12-2025.

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ

Jornada: Día: ☐ Noche: ☒

Nombre de quien registra el ingreso: Adriana Marero

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Andrea Alejandra Buenos Pachacas	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: de envejecimiento.	LINEA:	LINEA:	LINEA:
28	CC	93200631	Jose	Agapito			Si			
29	CC	17110199	Luis	Ruiz			Si			
30	CC	74998?2	Carlos	Tamayo			Si			
31	CC	2813698	Jose	Paz			Si			
32	CC	83159?36	Amado	Ocampo			Si			
33	CC	16855629	Epifano	Aguirre.			Si			
34	CC	10265961	Martin	Gutierrez			Si			
35	CC	6861818	Carmelo	Annichiarico			Si			
36	CC	14433715	Luis	Cayigas			Si			
37	CC	19052573	Luis	Varela			Si			
38	CC	93545701	Guillermo	Lamprea			Si			
39	CC	14209165	Jose	Jaramillo			Si			
40	CC	71970929	Ariel	Castillo			Si			
41	CC	12554624	Alfredo	Candelario			Si			
42	CC	19183134	German	Ochoa			Si			
43	CC	17077757	Luis	Castellanos			Si			
44	CC	14445224	Alejandrino	Valencia			Si			
45	CC	19072609	Guillermo	Jimenez			Si			
46	CC	19176561	Luis	Davila			Si			
47	CC	19188686	Jose	Novoa			Si			
48	CC	7502494	Jose	Martinez			Si			
49	CC	19059820	Rafael	Franco			Si			
50	CC	17132844	Alvaro	Camelo			Si			
51	CC	3295130	Herrardet	Arias			Si			
52	CC	1019338867	Saub	Mosquera			Si			
53	CC	19915459.	Helmer	Gutierrez			Si			

Scanned with CamScanner

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código:	FOR-PSS-628
Versión:	2
Fecha:	Memo 20234016223 - 05/07/2024
Página:	1 de 1

Nombre Unidad Operativa:	CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA	Fecha:	10-12-2025.
Nombre del coordinador:	YEINY MARTINEZ	Jornada: Día: ☐	Noche: ☒
Nombre de quien registra el ingreso:	Alejandro Castellano		

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Ivz Medina	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: BUENAS PRACTICAS	LINEA:	LINEA:	LINEA:
1	CC	3295130	Hernando	Arias			SI			
2	CC	1075338867	Saulo	Mosquera			SI			
3	CC	1090122?5	Alfonso	Escobar			SI			
4	CC	91970979	Ariel	Bustillo.			SI			
5	CC	14198927	Jorge	Espinel			SI			
6	CC	41308070	Aura	Zamora			SI			
7	CC	20049375	Zoila	Gaitan			SI			
8	CC	41394911	Flor	Reyes.			SI			
9	CC	31988380	Marta	Manrique.			SI			
10	CC	65495056	Nubia	Lopez.			SI			
11	CC	20398332	Bertha	Torres			SI			
12	CC	33459766	Carlos	Mora.			SI			
13	CC	52481598	Jose	Paez.			SI			
14	CC	14433715	Luis	Cubillos.			SI			
15	CC	17084316	Victor	Segura			SI			
16	CC	17094057	Salomon	Maldonado			SI			
17	CC	14209165	Guillermo	Lamprea			SI			
18	CC	93345701	Jose	Jaramillo.			SI			
19	CC	19459855	Luis	Montero			SI			
20	CC	14445224	Alejandrino	Velasquez.			SI			
21	CC	2045346	Jorge	Trujillo			SI			
22	CC	17132844	Alvaro	Cabrera.			SI			
23	CC	17151776	Bernardo	Restrepo.			SI			
24	CC	17110199	Luis	Ruiz			SI			
25	CC	3281474	Roberto	Ospina			SI			
26	CC	17077753	Luis	Castellanos			SI			
27	CC	7503494	Darwin	Martinez			SI			

Powered by CamScanner

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-025
Versión: 3
Fecha: Memo 20240918223 - 06/07/2024
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA — **Fecha:** 10 - 12 - 2025

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ — **Jornada:** Día: ☐ Noche: X

Nombre de quien registra el ingreso: Alejandro Castellanos

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: [illegible]	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: [illegible]	LINEA:	LINEA:	LINEA:
28	CC	2313698	Jose	torres			SI			
29	CC	19072604	Guillermo	Jimenez			SI			
30	CC	6861518	Carmelo	annichiarico			SI			
31	CC	13194212	Pedro	buritago			SI			
32	CC	A1908851	Luis	Sandoval			SI			
33	CC	19062898	Misael	Lozano			SI			
34	CC	5932655	Javier	Peña			SI			
35	CC	19091123	William	Gonzalez			SI			
36	CC	8315936	Amado	Ocampo			SI			
37	CC	19012573	Luis	[illegible]			SI			
38	CC	7179682	Carlos	Tamayo			SI			
39	CC	19097362	Jaime	Roa.			SI			
40	CC	23213480	Graciela	Villalobos			SI			
41	CC	41648903	Maria	Eugenia			SI			
42	CC	12554624	Alfredo	Candelio			SI			
43	CC	16805629	Epifanio.	Aguirre.			SI			
44	CC	19188686	Edgar	Novoa			SI			
45	CC	19167775	Francisco	Rodriguez			SI			
46	CC	19133134	Germán	Ochoa			SI			
47	CC	19176561	Luis	Davila			SI			
48	CC	19308777	Orlando	Sanchez			SI			
49	CC	19258503	Victor	Quintero			SI			
50	CC	19059820	Rafael	Franco			SI			
51	CC	79.705.593	Guillermo	Alba.			SI			
52	CC	57537515	Maria Teresa	Gorzón			SI			
53										

Powered by CamScanner

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-426
Versión: 2
Fecha: Rome 0504818223 - 6647772924
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Fecha: 11 - 12 - 2025

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ

Jornada: Día: ☐ Noche: ☒

Nombre de quien registra el ingreso: Adriana Moreno.

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Andrea Bejarano	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: Buenos Aportes de envejecimiento	LINEA:	LINEA:	LINEA:
1	CC	1095338857	Saulo	Mosquera			SI			
2	CC	79091275	Arturo	Escobar			SI			
3	CC	71970929	Ariel	Castrillo			SI			
4	CC	41308070	Aura	Zamora			SI			
5	CC	20549375	Zoila	Garzon			SI			
6	CC	41394077	Flor	reyes			SI			
7	CC	41483819	Rosalba	Paz			SI			
8	CC	20398332	Bertha	Torres			SI			
9	CC	65745056	Nubia	Lopez			SI			
10	CC	93345701	Guillermo	Lamprea			SI			
11	CC	3345976	Carlos	Mora			SI			
12	CC	52481578	Francisco	Paz			SI			
13	CC	14433715	Luis	Cajigas			SI			
14	CC	79094057	Salomon	Maldonado			SI			
15	CC	17084316	Victor	Segura			SI			
16	CC	14209165	Jose	Jaramillo			SI			
17	CC	3045396	Jorge	Trujillo			SI			
18	CC	17077757	Luis	Castellanos			SI			
19	CC	14445224	Alejandrino	Valencia			SI			
20	CC	17132844	Alvaro	Camelo			SI			
21	CC	17110199	Luis Ernesto	Ruiz			SI			
22	CC	17151176	Bernardo	Restrepo			SI			
23	CC	14198927	Jorge	Espinal			SI			
24	CC	3281474	Roberto	Ospina			SI			
25	CC	3245136	Hernando	Arias			SI			
26	CC	2313698	Jose	Torrijos			SI			
27	CC	17194212	Pedro	Buitrago			SI			

Scanned with CamScanner

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-028	
Versión: 2	
Fecha: Mono 03/04/2023 - 05/07/2024	
Página: 1 de 1	

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso: Adriana Moreno

Fecha: 11 - 12 - 2025

Jornada: Día: ☐ Noche: ☒

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Andrea Bejarano	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: Buenos Cuidados de envejecimiento	LINEA:	LINEA:	LINEA:
28	CC	75037494	Jose Doran	Martinez			SI			
29	CC	71190851	Luis	Sandoval			SI			
30	CC	6861518	Carmelo	Anmchanco			SI			
31	CC	19059820	Rafael	Franco			SI			
32	CC	19052573	Luis	Varela			SI			
33	CC	5932655	Javier	Peña			SI			
34	CC	19091123	William	Gonzalez			SI			
35	CC	19079609	Guillermo	Jimenez			SI			
36	CC	8315936	Amado	Ocampo			SI			
37	CC	19097369	Jaime.	Rodriguez			SI			
38	CC	7479682	Carlos	Tamayo			SI			
39	CC	23213486	Graciela	Villalobos			SI			
40	CC	41648903	Maria	Quintero			SI			
41	CC	19052898	Misael	Lozano			SI			
42	CC	51571515	Maria	Garzon			SI			
43	CC	19415459	Helmer	Gutierrez			SI			
44	CC	12554624	Alfredo	Cardebro			SI			
45	CC	1026596	Martin	Gutierrez			SI			
46	CC	19183134	German	ochoa			SI			
47	CC	19167775	Francisco	Rodriguez			SI			
48	CC	19776561	Luis	Davila			SI			
49	CC	19258513	Victor	Quintero			SI			
50	CC	16855629	Epifanio	Aguirre			SI			
51	CC	31858380	Martha	Manrique			SI			
52	CC	19459835	Luis	Montero			SI			
53	CC	19188686	Jose	Novoa			SI			

Scanned with CamScanner