ACTA N° 918 COMUNIDAD CUIDADO HOGAR CASA NOSTRA 2022

FECHA: Bogotá D.C., agosto, 10 de 2022.

HORA: 10:00 a.m. – 4:00 p.m.

LUGAR: CC HOGAR CASA NOSTRA – Salón Múltiple

TEMA: Taller: Técnicas para la regulación del estrés

ASISTENTES: Diana Maritza Malpica (responsable de la actividad), Ing. Fredy Alexander Segura Poveda, Jessica Cabrera (coordinador responsable de la unidad operativa), talento humano

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo.
2. Introducción.
3. Desarrollo.
4. Materiales a utilizar.
5. Compromisos.
6. Anexos

DESARROLLO:

Objetivos:

Ofrecer a los trabajadores de la comunidad del Hogar Casa Nostra un espacio de aprendizaje vivencial, reflexivo y motivante para practicar diversas técnicas holísticas en el día a día logrando estados de tranquilidad y manejo asertivo de situaciones a nivel individual y laboral.

Introducción:

El estrés laboral es un fenómeno, cada vez más frecuente, que está aumentando en nuestra sociedad, fundamentalmente porque los tipos de trabajo han ido cambiando en los últimos años. Afecta al bienestar físico y psicológico del trabajador y puede deteriorar el clima organizacional. Llamamos estrés laboral a un conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento del trabajador a ciertos aspectos adversos o nocivos del contenido, el entorno o la organización del trabajo, este se puede prevenir o controlar de distintas formas como, por ejemplo: control en la alimentación, practicar algún deporte, yoga, caminatas u otros ejercicios de control corporal, fisioterapia y relajación.

Desarrollo:

En el Hogar Casa Nostra se desarrolló un taller donde se le enseñó a los trabajadores técnicas holísticas para la prevención y el control del estrés, este se llevó a cabo en dos grupos uno en la mañana y el otro en la tarde, dando así cobertura al total de la población trabajadora, la actividad se realizó en cambo abierto libre de ruido, lo que permitió que los trabajadores tuvieran contacto con el cuerpo, la mente y el espíritu, adicional se realizaron juegos de concentración, coordinación, integración y trabajo en el equipo.

Se da el espacio para retroalimentación y se finaliza con pausa activa

Materiales:

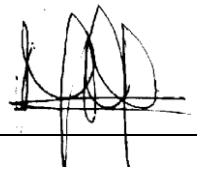
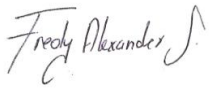
Sonido, campo abierto, sillas.

5. Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

Poner en práctica los conocimientos aprendidos en la capacitación	Talento humano	A partir de la fecha

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Diana Maritza Malpica	Seguridad y Salud en el Trabajo	Hogar Casa Nostra	
Fredy Alexander Segura	Gestor Ambiental	Hogar Casa Nostra	
Jessica Cabrera	Coordinadora	Hogar Casa Nostra	

Anexos: Registro Fotográfico y Planilla de asistencia.

Elaboró: Diana Maritza Malpica

Registro fotográfico

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 1 de 2

Tema: Técnicas para la regulación del estrés Lugar: Hogar Casa Nostra Fecha y hora: 10/08/22 - 10:00 a.m a 12:00 p.m

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Sandra Ramirez Diaz	39549297	Hogar Casa Nostra	Regente Farmacia	sandraradi43@gmail.com	3144197235	Sandra R
2	Maria Elisa Suarez	60363940	H C N	Aux Enfermeria	maria.suarez@hotmail.com	3142423266	[illegible]
3	Daren Anaya P	1045733407	H. C. N.	Nutricionista	nutricioncn@tecnologicodelsur.edu.co	3162209068	[illegible]
4.	Lorena Barreto D.	1022342446	H C N	Psicóloga	psicologiacn@tecnologicodelsur.edu.co	3167556656	Lorena B.
5	Paola Andrea Forero	1013650275	H C N.	Trabajo Social	tsocialcn@tecnologicodelsur.edu.co	3005712883	Paola A Forero
6	Jessica Cabrera Sánchez	23914516	Hogar Casa Nostra	Coordinadora	cnostra@tecnologicodelsur.edu.co	3173752390	Jessica C. S.
7.	Fredy Alexander Segura	1070781496	Hogar Casa Nostra	Responsable ambiental	cnostra@tecnologicodelsur.edu.co	3168717514	Fredy S.
8	Horacio Avila Garay	12646678	Hogar Casa Nostra	Jefe de Enfermería	hag9979@gmail.com	3203327023	[illegible]
9	Lina Valero	1013627578	Hogar casa nostra	Aux enfermera	marcevalero1234@gmail.com	3228178676	Lina Valero
10	Leidy Candela	1023932342	Hogar casa Nostra	Auxiliar enfermeria	leidy-21@hotmail.com	3107588085	Leidy Candela

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Escaneado con CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 2 de 2

Tema: Técnicas para la regulación del estrés Lugar: Hogar Rosa Nostra Fecha y hora: 10/08/22. 10:a.m a 12:00 p.m.

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
11	Dinnis Rodriguez P	39872860	Hogar Casa Nostra	Auxiliar de Enfermeria	diapat740@hotmail.com	3213156782	
12	claudia Buitrago	53890822	Hogar casa Nostra	Auxiliar de enfermeria	viviana.es@hotmail.com	3137950407	claudia Buitrago
13	Blanca	53008886	Hogar casa Nostra	S Generales	— o —	3138281298	Blanca
14	FIANNA WILCHES	1023864849	HOGAR CASA NOSTRA	DERECHO DOCUMENTAL	ARCHIVO@CAJATECNICA OCTSM.GOV.CO	3165160013	
15.	Camilo Crispoea	1014054544	Hogar Casa Nostra	tallerista	talleristados@tecnologicodelsur.edu.co	3212016364	
16	Elizabeth Mosquera	52479550	Hogar casa Nostra	Aux cocina	— o —	3208891240	Elizabet
17.	Bibiana Jaramillo	53092940	Hogar casa Nostra	Aux Cocina	— o —	3012997859	Bibiana
18	Marcela Gamboa	51829460	Hogar casa Nostra	Aux cocina	— o —	3138015420	Marcela G
19	Andres Acevedo	52235108	Hogar Casa Nostra	Medico	medicocne@tecnologicodelsur.edu.co	3134159476	
20	Yudyeffant es	39245860	Hogar casa nostra	Aux enfe	———	3142761108	

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Escaneado con CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 2 de 2

Tema: Técnicas para la regulación del estrés Lugar: Hogar Casa Nostra Fecha y hora: 10/08/22. 10:00 am. a 12:00

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
21	Ruby Rivas	52390293	hog. Cap. n.	a. enfer.	ruby.rivas04@gm.	3157145545	[signature]
22	yenifer Torres	100492281	hog cap n.	a enfera	tyenfer113@gmail	3212714811	[signature]
23	Ximena A. Torres Campos	1013597936	ARL SURA	Psicóloga.	alexatorrescampos2021@gmail.com	3144495391	[signature]

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Escaneado con CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 2 de 2

Tema: Técnicas para la regulación del éstres Lugar: Hogar Casa Nostra Fecha y hora: 10/08/22 2:00 a 4:00 pm

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Nataly prada	38210249	Hogar Casanostra	Servicios Generals	natalyprada1502 39@gmail.com	3113735049	[illegible]
2	Yamile Marchán Caceres	39725769	Hogar Casa Nostra.	Aux enfermera	yamima02410@hotmail.com	3183287909	[illegible]
3	Claudia Torres Sosa	52047593	Hogar Casa Nostra	Gerontologa	gerontologia@hotmail.com	3204158132	[illegible]
4.	Jhon Cortés	1072189043	H. Casa Nostra	Tallerista.	Johntao0587@hotmail.com	3026704282	[illegible]
5	Mayra Gómez	1013667850	H. Casa Nostra	T. Ocupacional	mayralgogu@gmail.com	3162357847	[illegible]
6	Angelica Poblador L.	1032388478	Hogar Casa Nostra	Fisioterapeuta	frangolika@gmail.com	3012758709	[illegible]
7.	Sinebaldo Forero	1073130292	Hogar Casanostra	Aux. Enfermeria	Sine1855@hotmail.com	3118117517	Sinebaldo F.
8	ANDRÉS SALAZAR	16071579	HOGAR CASA NOSTRA	JEFE DE COCINA	—	3138792536	[illegible]
9	Constanza Vargas Sastre	53092433	Hogar Casa Nostra	Aux Enfermera Aprendiz	Jheimyavira2006@gmail.com	3227528594	[illegible]
10	Adriana Lucia Jadino	1003663884	Hogar Casa nostra	Aux. Cocina	Adrilu305@gmail.com	3217903698	Adriana Jadino

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Escaneado con CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 1 de 2

Tema: Técnicas para la regulación del éstres Lugar: Hogar Casa Nostra Fecha y hora: 10/08/22 2:00 a 4:00 pm

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
11	Yesica Lorena Puentes Rivas	1105688193	Hogar casa nostra	S Generales	— o —	3006497031	Yesica puentes
12	Mariana Escobar	1003534880	Hogar Casa Nostra	Aux. Enfermería	— o —	3135956129	Mariana E
13	Jennifer Pardo	1024470014	Hogar Casa Nostra	Aux. Enfermería	Jeyapardo @gmail.com	3125354928	[signature]
14	Sarai Ordoñez	1000349921	Hogar Casa nostra	Aux enfermería	— o —	3137680081	[signature]
15	Nancy Torres	39802880	Hogar Casa Nostra	aux Cocina	— o —	3207178485	Nancy Torres
16	Adriana Vasquez V.	53.041731	Hogar casa Nostra	aux Cocina	— o —	3212256252	Adriana V
17	Yoseidy Navarro	1063860029	Hogar Casa Nostra	S. Generales	Yoseidy Navarro@gj	3124078687	Yoseidy N
18	Viviana Prada Pinzón	1031128009	Hogar nostra	Aprendiz	viviana30hofquez7@gm	3229166123	[signature]
19	Aura Maria Jozano	1033780395	Hogar casa Nost	S Generales	— o —	3142996246	Aura Jozano
20	Maricela Cardona C.	1109292143	Hogar casa nostra	S Generales	— o —	3208031665	Maricela C.

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Escaneado con CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 2 de 2

Tema: Técnicas para la regulación del éstres Lugar: Hogar Casa Nostra Fecha y hora: 10/08/22 2:00 a 4:00 p.m

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
21	Diana Milena Beltrán Mazo	52857890	H.C.N	Aux De Enfermería	beltranmilena[illegible]	3105565572	[illegible]
22	Yakeline Cangul	[illegible]	H C N	Aux De enfermería	[illegible]@gmail.com	3224067734	[illegible]
23	Diana Aldana	20370839	H C N	S. G	aldana.diana1982@gmail.com	3232139117	Diana A.
24.	Ximena A. Torres Campos	1013597936	ARL SURA	Psicóloga	alexatorresCampos.1021@gmail.com	3144495391	[illegible]

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Escaneado con CamScanner