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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** 15/01/2026	**HORA:** Inicio: 02:00pm Final: 03:30 pm
ÁREA: Primeros auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Nidia Romero

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Secuelas del consumo de SPA

OBJETIVO GENERAL:
Promover el autocuidado integral en los participantes mediante el fortalecimiento de conocimientos, actitudes y prácticas saludables que contribuyan a la prevención de enfermedades, el bienestar físico y emocional y la mejora de la calidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar hábitos y prácticas de autocuidado que promuevan la salud física y emocional.
- Reconocer la importancia de la prevención en enfermedades comunes y crónicas.
- Desarrollar habilidades para la alimentación saludable, la actividad física y la higiene persona

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, dirigida a ciudadanos de 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 la importancia de tener conocimientos sobre Cuidar es vivir

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 de cuidar es vivir. 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 temas de auto medicación y consecuencias

Tercer momento: Se llevará a cabo una emergencia. 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: CUIDAR ES VIVIR

- Introducción al autocuidado
- Qué significa cuidarse y por qué es importante.
- Beneficios del autocuidado en la salud física, emocional y social.
- Alimentación saludable
- Principios de una dieta balanceada.
- Importancia de la hidratación y reducción de azúcares, grasas y sal.
- Ejemplos prácticos y fáciles de aplicar en casa.
- Actividad física y movimiento diario
- Beneficios del ejercicio regular.
- Tips para integrar actividad física en la rutina diaria.

- Pausas activas y ejercicios sencillos.

REFERENCIAS
https://revistautopia.org/reflexion-educar-para-el-cuidado-es-cuidar-la-vida/

RECURSOS:
Físicos:

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

Humanos:

- Ciudadanos, Auxiliar de de Enfermería

RESULTADOS:
Cualitativos:

- Incremento en la conciencia sobre la importancia del autocuidado y sus beneficios.
- Cambio positivo en actitudes y hábitos diarios, como alimentación, higiene y actividad física.
- Mayor responsabilidad personal frente a la prevención de enfermedades y cuidado de la salud.
- Desarrollo de habilidades para manejar el estrés y mejorar la salud emocional.

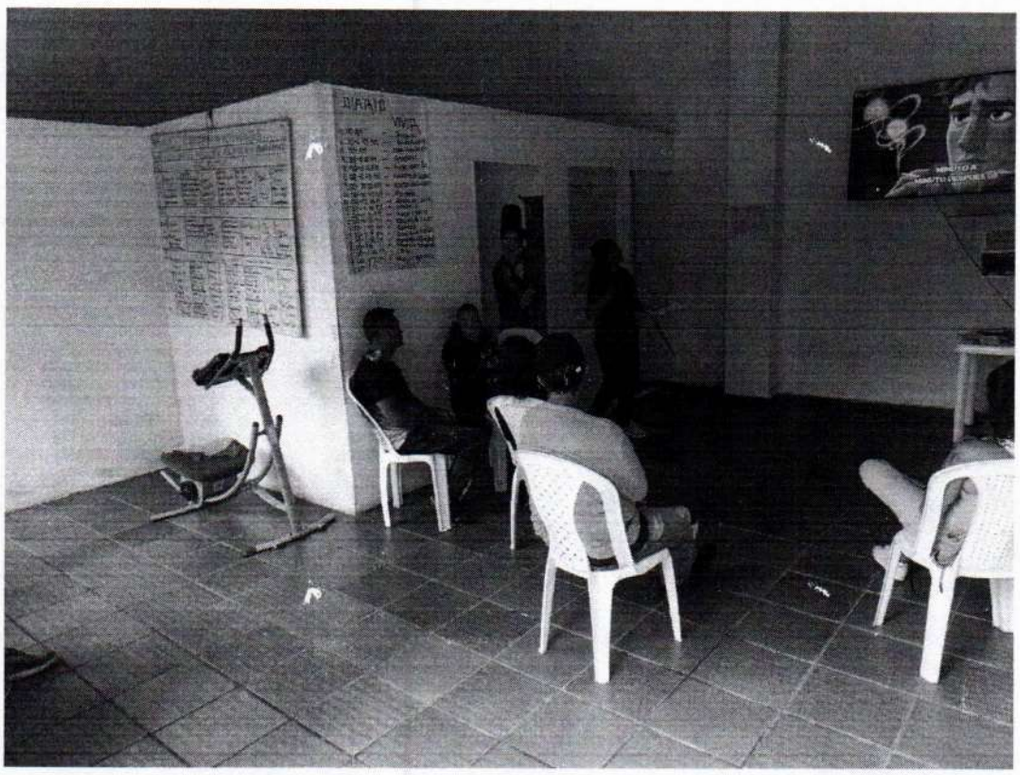
Cuantitativos:
N°. total de ciudadanos: 7
N°. total de mujeres: 2
N°. total de hombres: 5
N°. total de LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: Nidia Romero

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ojol G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: SECUELAS DEL CONSUMO DE SPA
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA
FECHA: 15/01/2026





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: Escuelas del cuidado de SDIS | 4. Fecha: 15/01/2026 | 5. Hora: 02:00 PM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1010769493	Juanita Bustos	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1070583433	Diana Olaya	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	26283084	Edith Rocio	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edith	
4	CC	80174633	Edwin Juarez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edwin J	
5	CC	79973503	Sandra Correa	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					Sandra C	
6	X	1032402289	Ruyarady	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Ruyarady	
7	CC	9225272	Ramiro Mora	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Nidya Romero | 14. Cargo o rol del responsable: Primeros Auxilios | 15. Firma del responsable de la actividad: Nidya Romero

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario	**FECHA:** 15/01/2026	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 03:30 pm

ÁREA: Educación Física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Anggie Paola Murcia Salinas

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Prácticas corporales para el manejo de la ansiedad.

OBJETIVO GENERAL:

Brindar herramientas a los ciudadanos de etapa 2 sobre el papel de la actividad física y el deporte como prácticas corporales que contribuyen al manejo de la ansiedad, fortaleciendo el autocuidado, la regulación emocional y el bienestar integral.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Comprender qué es la ansiedad y cómo se manifiesta en el cuerpo.
- Reconocer la relación entre cuerpo, movimiento y emociones.
- Identificar la actividad física y el deporte como estrategias protectoras frente a la ansiedad.
- Promover la conciencia corporal como recurso de autorregulación emocional.

METODOLOGÍA:

El taller de desarrollo personal se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que contribuye el fortalecimiento de competencias y destrezas que motive a cada uno de los y las participantes de etapa 2 a realizar actividad física, ejercicio y deportes como coadyuvante en su proceso dentro del servicio de comunidad de vida, adquiriendo herramientas a través de prácticas corporales para el manejo de la ansiedad, esta actividad se llevará a cabo por medio de la línea de línea de atención 4: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación

Se realizará la invitación a las y los ciudadanos que participarán del taller y se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad.

Primer Momento

Seguido al llamado y a la organización del grupo se dará una introducción de la actividad, orientada al tema del manejo de la ansiedad, se explica a la población la importancia del desgaste energético para el control de estados de ansiedad y el síndrome de abstinencia, proporcionándola siguiente pregunta orientadora.

Pregunta orientadora

- ¿Cómo se manifiesta la ansiedad en mi cuerpo?

Segundo Momento

A partir de lo reflexionado en conjunto se procede aclarar dudas en relación con el tema tratado generando una nueva pregunta orientadora.

- ¿Qué es la ansiedad y cómo impacta el movimiento corporal?
- Concepto general de ansiedad (emocional, física y mental).

En este espacio se abordará el concepto de ansiedad desde una perspectiva integral, explicando sus componentes emocionales, físicos y conductuales. Se describen las principales manifestaciones corporales asociadas a la ansiedad, como la tensión muscular, la agitación, la fatiga y las alteraciones en la respiración, haciendo énfasis en cómo el sedentarismo y la falta de movimiento pueden intensificar estos síntomas. Se destaca el papel del cuerpo como receptor de tensiones y la importancia del movimiento consciente como regulador natural del sistema nervioso.

así mismo, se desarrollará el concepto de conciencia corporal como la capacidad de escuchar, reconocer y respetar las señales del cuerpo. Se reflexiona sobre cómo identificar estados de tensión, cansancio o activación emocional, y se expone el movimiento corporal como una herramienta de autorregulación emocional que permite disminuir los niveles de ansiedad. De manera, se mencionará la importancia de la respiración, el ritmo corporal y la regularidad en la actividad física como factores que favorecen la calma, el autocontrol y el cuidado personal.

Tercer momento

Para finalizar el taller, se realizará una síntesis de los principales conceptos abordados, reforzando la idea de que el cuerpo es un aliado fundamental para el manejo de la ansiedad. Se invitará a los participantes a

integrar la actividad física, ejercicio y el deporte como parte de su estilo de vida, no solo desde un enfoque de rendimiento, sino como una estrategia de bienestar emocional y prevención generando una reflexión personal sobre el compromiso con el autocuidado corporal y la adopción de hábitos que promuevan la salud mental, indagando frente al nivel de satisfacción, conocimientos adquiridos, motivación frente a su proceso y cumplimiento de objetivos en su vida.

Reacondicionamiento del espacio

Se solicita a los ciudadanos organizar el espacio y los elementos utilizados

Temas

Síndrome de abstinencia

El síndrome de abstinencia o "mono" se trata de un conjunto de reacciones físicas y psicológicas que surgen después de que una persona reduzca o deje de consumir una sustancia de la que ha estado abusando durante mucho tiempo. Estamos hablando de tabaco, alcohol, cocaína, u otros estupefacientes. Los síntomas y su intensidad varían según la cantidad y frecuencia de consumo, estando relacionados con la dependencia y adicción de la persona. Así pues, si no se trata correctamente, pueden desarrollarse problemas de salud muy serios.

Tipos de síndromes de abstinencia

El síndrome de abstinencia se puede clasificar de dos formas: según el tiempo que tardan en aparecer los síntomas o según la sustancia que se consuma. A continuación, te los detallamos.

Síndrome de abstinencia según el tiempo de adicción:

Síndrome de abstinencia agudo. Los síntomas aparecen inmediatamente después de consumir el consumo de la sustancia.

Síndrome de abstinencia tardío. Las secuelas del consumo se mantienen en el tiempo a pesar de haber superado la adicción.

Síndrome de abstinencia psicológico. Aparecen síntomas del síndrome agudo porque el adicto se expone a estímulos y situaciones similares a cuando era consumidor.

Síndrome de abstinencia según la sustancia consumida:

Sabemos que hay muchos tipos de sustancias que generan adicción. Pero, aquí te dejamos las más comunes y qué síntomas surgen después de su consumo:

Síndrome de abstinencia alcohólica. La persona adicta al alcohol durante mucho tiempo puede experimentar, una vez lo deja, taquicardia, insomnio, temblor de manos, ansiedad o agitación.

Síndrome de abstinencia de nicotina. Dejar de fumar provoca frustración, ira, inquietud y un aumento del apetito o de peso, entre otros síntomas.

Síndrome de abstinencia de cannabis. Su consumo es muy común, sobre todo en jóvenes. Las personas adictas a la marihuana que se encuentran en proceso de abstinencia experimentan náuseas, irritabilidad, pérdida de peso y alteraciones en el sueño.

Síndrome de abstinencia de estimulantes. Por estimulantes nos referimos a sustancias como la cocaína o las anfetaminas. La abstinencia de ello provoca problemas de sueño, fatiga, aumento del apetito y humor disfórico. Síndrome de abstinencia de cafeína. El consumo frecuente y diario de cafeína puede generar dependencia. Cuando se deja, causa dolor de cabeza, sueño, cansancio y náuseas.

¿Qué sucede en el cuerpo con la adicción y la posterior abstinencia?

Con el tiempo, el cuerpo de una persona adicta se habitúa a la sustancia, generando una tolerancia a esta. Esto provoca que la frecuencia de los consumos y la cantidad de la sustancia aumenten, y el cuerpo se acostumbre a funcionar con ello. De esta manera, el cuerpo equilibrado antes de la dependencia, aprende a mantener un nuevo equilibrio gracias a la droga o sustancia. Lo que en un principio funcionaba como reforzador, con el tiempo pierde esa función y se transforma en algo necesario para el cuerpo, evitando el malestar que se asocia a su falta. Con la retirada brusca de la sustancia, el cuerpo empieza a sufrir los cambios y síntomas que hemos explicado anteriormente.

¿Cómo se trata la adicción? La abstinencia resulta un proceso desagradable, pero es muy necesario en personas adictas, ya que supone un paso para recuperarse de ello. Desde un primer momento, el adicto debe ser consciente de los síntomas que tendrá si deja la sustancia adictiva, así como la importancia de resistirse a ello para poder superar el problema.

Estados de ansiedad

La ansiedad es una alteración emocional de causa incierta para el portador, acompañada de una pléyade de respuestas subjetivas, fisiológicas y conductuales similares al miedo[5]. Los trastornos de ansiedad (TA) son enfermedades de relevancia debido a que no sólo generan un desbalance en el aspecto personal y familiar del sujeto, sino que afectan a su calidad de vida, afectan el aspecto socioeconómico al aportar un costo asistencial y disminuyen la productividad laboral. La investigación generada en torno a la ansiedad ha impregnado los estudios relacionados al comportamiento humano en sus múltiples escenarios, dada su incidencia en las interacciones del individuo en la vida cotidiana, debido a su atención sobre situaciones negativas potencialmente peligrosas; de aquí que el comportamiento ansioso genera afección es diversos aspectos cotidianos de la vida del individuo como la resolución de problemas, interacciones sociales, autoconcepto, capacidad de relajación, calidad de vida y, por lo tanto, su salud en general. La ansiedad se presenta como una respuesta normal ante diversas situaciones que generan estrés, las cuales anticipan a posibles situaciones de amenaza poniendo en alerta al sujeto frente a un peligro con reacciones cognitivas, fisiológicas o conductuales8. Ahora bien, el trastorno de ansiedad provocado por sustancias psicoactivas se caracteriza por síntomas relevantes de ansiedad que se consideran secundarios a los efectos fisiológicos directos de una droga, fármaco o tóxico

Dependiendo de la naturaleza de la sustancia, puede incluir crisis de ansiedad, fobias, obsesiones y/o compulsiones, tanto durante la intoxicación como en los períodos de abstinencia. El estudio de la relación entre los trastornos de ansiedad y los trastornos adictivos es complejo, ya que la ansiedad y el consumo se encuentran directamente relacionados, debido a que el uso continuado de una sustancia puede conducir a experimentar síntomas e incluso problemas de ansiedad y, por otro lado, algunos trastornos de ansiedad pueden cursar con un mayor consumo de ciertas drogas, como, por ejemplo, el alcohol, el tabaco o los fármacos ansiolíticos o hipnóticos10. En general el abuso continuo de las sustancias psicoactivas podría conducir hacia el inicio de signos y síntomas asociados al consumo, abuso o dependencia de una droga (cafeína, nicotina, alcohol, cannabis, cocaína, heroína, éxtasis, krokodil. Siendo el individuo que consume de forma habitual una droga quien presenta niveles de ansiedad mayores a aquel que no la consume, aún después de haber cesado su consumo

Beneficios del deporte para la deshabituación.

Se lleva cabo el desarrollo de actividades físicas para la rehabilitación física, psicológica y social de personas con problemas de adicción. Los objetivos generales son:

Ofrecer una vía para rehabilitación de las personas con problemas de adicciones, motivándoles por medio del ejercicio físico y actividades físico-deportivas-recreativas.

Guiar y orientar a los usuarios para reintegrarles a la sociedad, promoviendo el desarrollo de capacidades físicas y psíquicas, ayudándoles a que conozcan el respeto hacia ellos mismos y hacia su propio cuerpo.

La importancia deriva en que contribuye a la recuperación física, psíquica y social de la persona, realizando actividades en grupo que promueven la participación y cooperación, trabajando indirectamente otros aspectos o habilidades como: habilidades sociales, trabajo en grupo, socialización, motivación, participación, implicación, etc. Por supuesto, el deporte ayuda primordialmente a combatir situaciones de ansiedad, depresión, impulsividad, desmotivación, etc.; al practicar ejercicios físicos se liberan endorfinas que ayudan a hacernos sentir una sensación de alegría, felicidad, optimismo, relajación y placer; funcionando como un analgésico natural que, en consecuencia, reduce la ansiedad, estrés e incluso el mal humor. Realizar actividades físicas y deportivas también ayuda a mejorar la coordinación, el equilibrio, la flexibilidad, la disciplina, la integración en un grupo y, por último, se obtienen beneficios contribuyendo considerablemente a equilibrar el triángulo de la salud (físico-psicológico-social).

Desde la Asociación Betania se pretende que, este colectivo de personas, incorporen el deporte como actividad de ocio normalizado en la rutina de su vida. El principal motivo es porque el ocio y tiempo libre de la persona con problemas de adicción que se encuentra en un periodo de rehabilitación es en el ámbito donde en la mayoría de los casos se producen las recaídas, a causa de un excesivo tiempo libre. Por estos motivos se trata de concienciar a los pacientes para que sean conscientes de la necesidad de que ocupen el tiempo libre con hábitos saludables, en contacto con otras personas y que no les lleve a un aislamiento que derive en posibles recaídas. Por tanto, el deporte mejora la calidad de vida del paciente y la hace más saludable.

Ejercicio físico, actividad física y deporte:

Existen diferencias sobre las denominaciones de actividad física, ejercicio físico, y deporte, cada una de ellas tiene su propio significado; la primera se refiere al movimiento corporal que realiza el ser humano para el gasto de energía y estos son realizados en el diario vivir; la segunda, es realizar actividad física pero de forma planificada, ordenada y repetitiva, en la cual la persona la realiza con el objetivo de adquirir, mejorar o potenciar cualidades y/o condiciones físicas; y finalmente, para la tercera, es combinar las dos anteriores, es decir la actividad física planeada, pero con un enfoque competitivo ya sea individual o grupal, sometido a unas reglas y organización de una institución (Garita, 2006). En consecuencia, se puede decir que la actividad física es más una facultad de obrar en el diario vivir con movimientos que no exigen un alto nivel deportivo, mientras que el ejercicio físico se describe como un conjunto de movimientos corporales que se realizan para mantener o mejorar la forma física, está además empleada de forma repetitiva que nos conlleva a la realización del deporte (Calla-Sotomayor, 2018).

Fuentes:

- American Heart Association. (s. f.). Reducir el estrés con hábitos saludables [Infografía]. https://www.heart.org/en/healthy-living/healthy-lifestyle/stress-management/fight-stress-with-healthy-habits-infographic
- National Institute on Aging. (s. f.). Beneficios de la actividad física y el ejercicio para la salud mental. https://www.nia.nih.gov/health/mental-and-emotional-health/mental-health-benefits-exercise-and-physical-activity
- World Health Organization. (2020). Actividad física y salud mental. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity
- Ministerio de Salud y Protección Social. (s. f.). Actividad física y bienestar mental. https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/Paginas/Actividad-fisica.aspx

RECURSOS:

Físico:

- Aula, marcadores, computador, Tv, Tableros.

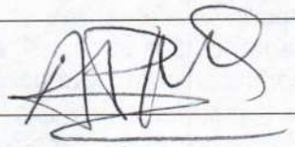
Humano:

- Ciudadanos participes del taller, profesional.

RESULTADOS:

Cualitativos:
Como resultado a este del taller, se evidencia que los participantes adquirieron una mayor comprensión sobre la relación entre el cuerpo, la ansiedad y la actividad física, reconociendo el movimiento corporal y el deporte como herramientas efectivas para el manejo del estrés y la regulación emocional. Asimismo, se logró sensibilizar a los ciudadanos generando conciencia e identificación según las alarmas manifestadas en cada uno de ellos, lo que permitió adquirir herramientas a través del deporte, ejercicio y actividad física para una mejor autorregulación y autocuidado. Durante el taller también se orientó en fortalecer la motivación hacia la adopción de hábitos de vida saludables, promoviendo la actividad física no solo como una práctica, sino como un factor protector de la salud mental y del bienestar integral.

Cuantitativos: Se conto con la participación de 23 ciudadanos todos de genero masculino, de los cuales 4 perteneciente a enfoque diferencial.

FIRMA DERESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Prácticas corporales para el manejo de la ansiedad.
Línea de atención 4: dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.
Fecha:15/01/2026





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: Prácticas corporales para el manejo de la ansiedad.

4. Fecha: 15/01/2026

5. Hora: 02:00 pm.

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1105675584	JORGE BUITRAGO	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80879300	[illegible]	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80512424	[illegible]	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	19284856	[illegible]	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1117512931	EDWIN DUARTE	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1002801027	VICTOR LAVROTA	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	94284722	ARBEY CANO	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1024548580	David Felipe Avila Gutierrez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79971791	FREDY [illegible]	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	31672411	JOCE MAVIM	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1010196962	[illegible]	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80236133	CESAR MOLANO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	566113	Donal Ramos	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79572614	[illegible]	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80075184	Jimmy Carrillo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	80091775	Juan Ramirez	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	79428349	[illegible]	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	79563264	[illegible]	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	[illegible]	[illegible]	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	7010[illegible]	DIEGO PALACIO	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Anggie Paola Murcia J

14. Cargo o rol del responsable: Educación Física

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

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: Prácticas corporales para el manejo de la ansiedad.

4. Fecha: 15/01/2026

5. Hora: 02:00 pm.

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79845772	Luis carlos Gallego	48	No aplica.	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79853890	Fabian Guzmán	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	73,1441	ANTONIO Bolivar	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angie Paola Marca

14. Cargo o rol del responsable: Educación Física

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida el Rosario	**FECHA:** 15/01/2026	**HORA:** INICIO: 02:00 PM FINAL: 03:30 PM
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Elcy Yulieth Rojas Jiménez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Prevención de recaídas

OBJETIVO GENERAL:
Fortalecer en los participantes las habilidades personales, emocionales y sociales necesarias para identificar riesgos, prevenir recaídas y sostener los avances logrados en su proceso de desarrollo personal.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer situaciones, emociones y pensamientos que pueden llevar a una recaída en el consumo o conductas de riesgo.
- Identificar estrategias personales y grupales para afrontar momentos de crisis o tentación.
- Reforzar la responsabilidad individual y el apoyo colectivo como herramientas clave para mantenerse en el proceso.

METODOLOGÍA: El taller se estructura desde la Línea de atención **4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.** La metodología se fundamenta en lúdico-terapéutica: 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.

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

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

Se inicia con la actividad "*Las señales del camino*", Se colocan en el piso tarjetas de colores con palabras o dibujos (ej.: soledad, rabia, dinero, amistades, recuerdos, fiestas, tristeza, estrés). Cada ciudadano y ciudadana camina por el espacio y elige 2 o 3 tarjetas que representen situaciones que le generan mayor riesgo. Luego en círculo, cada ciudadano y ciudadana explica por qué eligió esas tarjetas. Se le realiza preguntas reflexivas; ¿Qué suele pasarme antes de una recaída?, ¿Qué emociones me hacen más vulnerable? Y ¿A quién o a qué debo prestarle más atención?

Momento 2. Estrategias de Manejo: Este es el momento central del taller, donde se realizan actividades participativas que permiten visualizar la importancia de prevención de recaídas.

Se realiza una actividad llamada *"Dos caminos, una decisión"*, En el piso se dibujan o marcan dos caminos con cinta, cuerdas o papel: Camino A: *La recaída*. Camino B: *Seguir en el proceso,* seguidamente se leerán situaciones cotidianas reales, por ejemplo: "Me siento solo y con rabia", "Recibo dinero inesperado", "Me encuentro con antiguos compañeros de consumo", "Siento que ya estoy bien y no necesito ayuda". Ante cada situación, los ciudadano y ciudadanas eligen en silencio en qué camino se ubicarían. Preguntas reflexivas: ¿Qué pasa conmigo si elijo el camino de la recaída? ¿Qué me ha costado llegar hasta aquí?

Momento 3. Cierre y compromiso personal: Este último momento busca consolidar los aprendizajes. Actividad "*No camino solo*"**:** Se le entrega a cada ciudadano y ciudadana una hoja y colores. En el centro de la hoja dibujan su silueta o escriben su nombre, alrededor, dibujan círculos o símbolos que representen a: personas que los apoyan dentro de la comunidad, profesionales o referentes de confianza, compañeros que influyen positivamente, recursos personales (fe, habilidades, metas). Luego, se propone un ejercicio corporal: Los ciudadanos y ciudadanas se colocan de pie en círculo, cada uno toma una cuerda, cinta o lana, formando una red entre todos y por último se reflexiona sobre qué pasa con la red cuando alguien suelta.

Cierre reflexivo y motivacional: el profesional en psicología les resalta "Las oportunidades están ahí, pero dependen de nuestras manos, de lo que hacemos con lo que tenemos y de las personas que nos acompañan".

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

TEMAS:

Recaída

El significado general de recaída es un deterioro del estado de salud después de una mejoría. En el ámbito de la adicción, la recaída tiene un significado más específico: un regreso al consumo de sustancias después

de un período de inactividad. Ya sea que dure una semana, un mes o años, la recaída es lo suficientemente común en la recuperación de la adicción que se considera una parte natural del difícil proceso de cambio. Entre el 40 y el 60 por ciento de las personas recaen durante el primer año de tratamiento, según el Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas de los Estados Unidos. La recaída en la adicción es de particular preocupación porque plantea el riesgo de sobredosis si alguien consume tanta sustancia como antes de dejar de fumar.

Toma de decisiones

La toma de decisiones es el proceso de recopilar información y evaluar múltiples variables o posibilidades, antes de elegir una opción. Existen muchas formas de tomar decisiones en el día a día, por ejemplo, decidir: según el azar (lanzar una moneda al aire), pensar de manera racional o seguir la propia intuición. Sin embargo, para cuestiones de mayor impacto o que involucran a varias personas en el proceso de la toma de decisión, en especial en el ámbito empresarial, es importante pensar y evaluar de manera detallada las opciones o caminos posibles para despejar dudas y elegir el mejor camino a seguir. Lo primero es comprender la necesidad o el problema a solucionar. En ocasiones queremos resolver una situación y perdemos el foco al poner la atención en múltiples problemas a la vez. Por eso, es importante centrarse en un motivo puntual. Para reconocer el problema debemos hacernos preguntas como: ¿qué problema surgió?, ¿cuál es el objetivo de tomar una decisión al respecto?, ¿en cuánto tiempo debería resolverlo?, entre muchas otras.

Síntomas de una recaída en adicciones

Si se llega al consumo de drogas después de todo lo mencionado anteriormente, es un gran error. La decepción es inevitable, ya que la sustancia no produce los mismos efectos que antes. Ahora, en lugar de «consumir para vivir», la persona vive para consumir, Finalmente, las drogas cobran su precio. En este momento, los problemas con la familia, la pareja, la salud y el dinero se vuelven evidentes. Se pierde la confianza, se duda de sí mismo, se pierde el control y se siente vergüenza y culpa. La persona llega al punto de decirse a sí misma: «soy un inútil» y cae en el «síndrome» del pensamiento de que nada puede ayudar. Detener esta avalancha será difícil, pero es crucial intervenir tan pronto como sea posible. En esta etapa, el individuo está completamente deshecho mental, física y espiritualmente. Ha perdido su juicio sano y ya no actúa de manera racional. Por ello, la rehabilitación con un equipo multidisciplinario, en un centro de adicciones reputado, se vuelve fundamental. El apoyo profesional, el tratamiento integral y la orientación adecuada, son esenciales para ayudar al paciente a salir de esta situación y seguir adelante.

Causa la recaída

La recuperación es un proceso de crecimiento y (re)establecimiento de una vida sostenible. Los expertos en recuperación de adicciones creen que la recaída es un proceso que ocurre de forma algo gradual; puede comenzar semanas o meses antes de tomar una bebida o una droga. Además, ocurre en etapas identificables, y la identificación de las etapas puede ayudar a las personas a tomar medidas para prevenir una recaída total.

Recaída emocional. En esta etapa, es posible que una persona ni siquiera piense en consumir sustancias, pero hay una falta de atención al autocuidado, la persona se está aislando de los demás y es posible que solo asista a sesiones de terapia o reuniones de grupo de manera intermitente. La atención al sueño y la alimentación saludable es mínima, al igual que la atención a las emociones y la inclusión de la diversión en la vida. El cuidado personal ayuda a minimizar el estrés, lo cual es importante porque la experiencia del estrés a menudo alienta a quienes se están recuperando a exaltar el uso de sustancias en el pasado y pensar en ello con nostalgia.

Recaída mental. Cuanto más tiempo alguien descuida el autocuidado, más se acumula la tensión interna hasta el punto de la incomodidad y el descontento. La resistencia cognitiva se debilita y aparece una fuente de escape. Esta etapa se caracteriza por un tira y afloja entre los hábitos pasados y el deseo de cambiar. Pensar y romantizar el consumo de drogas en el pasado, salir con viejos amigos, mentir y pensar en una recaída son señales de peligro. Las personas pueden estar negociando consigo mismas sobre cuándo usarlas, imaginando que pueden hacerlo de forma controlada. Las habilidades de afrontamiento pueden evitar que los pensamientos se conviertan en uso de sustancias.

Recaída física. Una vez que una persona comienza a beber o consumir drogas, es difícil detener el proceso. Los buenos programas de tratamiento reconocen el proceso de recaída y enseñan a las personas estrategias viables para salir de tales experiencias.

REFERENCIAS:

- Recaída. (2024, 17 junio). Psychology Today. https://www.psychologytoday.com/es/fundamentos/recaida
- De Azkue, I. (2025, 22 marzo). Toma de decisiones: definición, estrategias y características. Enciclopedia Humanidades. http://humanidades.com/toma-de-decisiones/
- Clinica-Ser. (2025, 2 julio). Descubre las señales de alerta en una recaída en adicciones. Clínica-SER. https://www.clinicaser.com/alertas-de-recaida/

RECURSOS:

Físicos:

- Listado de asistencia, hojas blancas, lápices, marcadores, tablero, computador.

Humanos:

- Ciudadanas y ciudadanos, profesional en psicología.

RESULTADOS:

Cualitativos

De manera general, el taller de Prevención de Recaídas permitió generar un espacio de reflexión, participación y aprendizaje significativo para las y los ciudadanos que se encuentra en la etapa 4 del proceso de desarrollo personal. La metodología ludo-terapéutica facilitó la comprensión de los contenidos, promoviendo la expresión de experiencias, emociones y aprendizajes de forma respetuosa y cercana.

El desarrollo de las actividades favoreció la toma de conciencia frente a las situaciones de riesgo, la importancia de las decisiones cotidianas y el reconocimiento del apoyo comunitario como factor protector. Los participantes lograron identificar señales de alerta y reflexionar sobre las consecuencias de una recaída, mostrando mayor claridad frente a su responsabilidad dentro del proceso.

En términos actitudinales, se evidenció una disposición positiva hacia el autocuidado, la continuidad del proceso y el fortalecimiento de vínculos dentro de la comunidad de vida. El taller aportó al fortalecimiento de la autonomía personal y al sentido de corresponsabilidad grupal, elementos fundamentales para la consolidación de los avances alcanzados.

En conclusión, el taller contribuyó de manera favorable al proceso de desarrollo personal, reforzando habilidades preventivas, conciencia personal y compromiso con el cambio, en coherencia con los objetivos de la etapa 4.

Cuantitativos: Se contó con la participación de 15 ciudadanos, 1 perteneciente al género femenino de 52 años y 14 ciudadanos pertenecientes al género masculino entre 31 – 68.

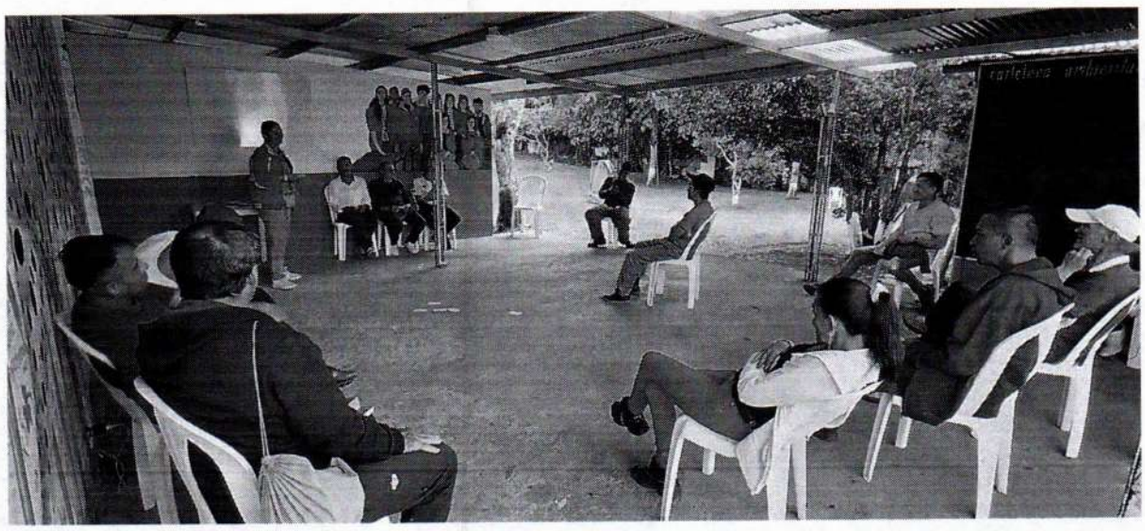
Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 15 ciudadanas y ciudadanos

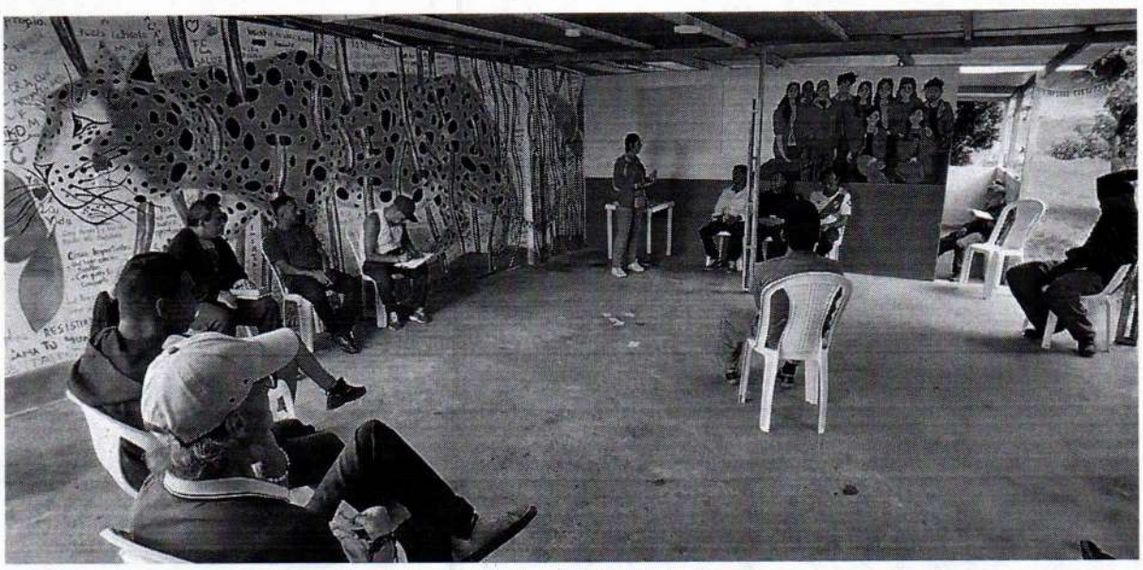
FIRMA DEL RESPONSABLE: Yolieth Rojas

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Oiza G

REGISTRO FOTOGRÁFICO:
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PREVENCIÓN DE RECAÍDAS.
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.
FECHA: 15/01/2026





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: Prevención de recaidas

4. Fecha: 15/01/2026

5. Hora: 02:00 pm

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1032358861	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79774307	JOSE Galzon	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79186668	Oscal J Mik	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79962854	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80165336	JOHAN MURCIA	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1015439310	Harold Laiton	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79305517	Carlos Garcia	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	10101646		64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1012470084	OSCAR G	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	52763187	LUZ marina	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	6762816	JUSTO RGATAN	68	No aplica	NO aplica	No aplica			X						
12	CC	1019062950	Carlos Chaporro	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1014190605	YEISON GARCIA	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1004606652	ESTEVAN Valencia	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1018288010	Marcel Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Elcy Yuliet Rojas

14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga

15. Firma del responsable de la actividad: Yuliet Rojas

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** 15/01/2026	**HORA:** Inicio: 02:00 PM Final: 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jorge Eliecer Banguera Gómez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Fortalecimiento de la toma de decisiones autónomas.

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer la capacidad de toma de decisiones autónomas en los participantes, promoviendo la reflexión consciente sobre sus elecciones personales, sociales y ocupacionales, como preparación para una inclusión social responsable y sostenible.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer la importancia de la autonomía en la toma de decisiones para la vida cotidiana y el proceso de inclusión social.
- Identificar factores internos y externos que influyen en las decisiones personales.
- Analizar las consecuencias de las decisiones tomadas en diferentes momentos de la vida.

METODOLOGÍA: El taller se desarrolla desde una metodología psico-educativa, la cual integra procesos reflexivos, educativos y emocionales, permitiendo a los participantes comprender cómo piensan, sienten y actúan al momento de tomar decisiones. Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

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: APERTURA "Mis decisiones han marcado mi camino": El taller inicia con la convocatoria de los participantes en un espacio amplio y tranquilo que facilite la escucha y el diálogo. El profesional de Trabajo Social da la bienvenida y presenta el tema, explicando que la toma de decisiones es un elemento clave para la vida fuera del servicio y para la construcción de una nueva etapa personal.

Se invita a los participantes a reflexionar, de manera individual y luego grupal, sobre preguntas como:

- ¿Qué decisiones importantes he tomado en mi vida?
- ¿Cuáles me han ayudado y cuáles me han generado dificultades?
- ¿Cómo suelo decidir impulsivamente, por presión de otros o de manera consciente?

Este espacio permite que los participantes conecten su historia personal con el tema del taller, reconociendo que cada decisión ha tenido un impacto en su trayectoria vital. El profesional acompaña el diálogo validando experiencias, evitando juicios y resaltando aprendizajes.

Segundo Momento: "Decidir con conciencia: opciones, influencias y consecuencias": En este momento se profundiza en el proceso de toma de decisiones autónomas. El profesional introduce el concepto de decisión consciente, explicando que implica reconocer opciones, analizar consecuencias y asumir responsabilidades.

Se trabajan situaciones reales relacionadas con la etapa de inclusión social, tales como:

- Aceptar o no una oferta laboral.
- Elegir con quién relacionarse fuera del servicio.
- Manejar el dinero o el tiempo libre.
- Solicitar apoyo institucional cuando sea necesario.

A través del diálogo guiado, los participantes identifican los factores que influyen en sus decisiones (emociones, presión social, miedo, experiencias pasadas, apoyo recibido). Se promueve el análisis de consecuencias a corto y largo plazo, resaltando la importancia de pensar más allá del momento inmediato.

Este espacio fortalece la capacidad crítica y la autonomía, elementos fundamentales para la vida independiente y la sostenibilidad del proceso de inclusión.

Tercer momento: "Elijo decidir diferente": Para el cierre, se invita a los participantes a realizar una reflexión personal orientada al futuro. Cada uno identifica una decisión próxima o recurrente en su vida y reflexiona sobre cómo podría abordarla de manera más consciente y autónoma.

De forma voluntaria, algunos participantes comparten su reflexión con el grupo. El profesional refuerza los mensajes de responsabilidad, autocuidado y confianza en las capacidades personales.

El taller finaliza resaltando que la autonomía no significa decidir solo, sino decidir con conciencia, sabiendo cuándo buscar apoyo y asumiendo las consecuencias de las elecciones realizadas.

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:

Relaciones interpersonales en contextos de exclusión social

Las relaciones interpersonales se entienden como los vínculos que una persona establece con otras a lo largo de su vida, los cuales influyen directamente en su bienestar emocional, social y psicológico. En el caso de la población habitante de calle, estas relaciones suelen estar atravesadas por experiencias de ruptura de lazos familiares, estigmatización social, violencia simbólica y material, así como relaciones basadas en la supervivencia.

Desde el Trabajo Social, comprender las relaciones interpersonales implica analizar no solo el vínculo individual, sino también el contexto social que lo rodea. Muchas personas en situación de calle han aprendido formas de relacionarse basadas en la desconfianza, la defensa permanente o el conflicto, como mecanismos de protección frente a entornos adversos. En este sentido, la comunidad de vida se convierte en un escenario clave para resignificar las relaciones, promover vínculos más estables y fomentar procesos de reconocimiento mutuo.

Convivencia comunitaria como proceso social y educativo

La convivencia comunitaria no es únicamente la ausencia de conflicto, sino un proceso dinámico de interacción social que implica acuerdos, normas, responsabilidades compartidas y reconocimiento de la diversidad. En espacios como la comunidad de vida, la convivencia es un eje central para el fortalecimiento de habilidades sociales y la preparación para la inclusión social.

Desde una perspectiva socio-educativa, la convivencia se aprende y se construye a través de la experiencia cotidiana, el diálogo y la reflexión colectiva. Para la población habitante de calle, convivir con otros puede representar un desafío, debido a experiencias previas de individualismo forzado, competencia por recursos o aislamiento social.

El abordaje de este tema busca que los participantes comprendan que la convivencia implica corresponsabilidad, respeto por los límites propios y ajenos, y disposición para resolver conflictos de manera pacífica, fortaleciendo así la vida comunitaria y las redes de apoyo.

Reconocimiento del otro como sujeto de derechos

El reconocimiento del otro es un principio fundamental del enfoque de derechos humanos y del Trabajo Social. Implica comprender a cada persona como un sujeto con dignidad, historia, capacidades y derechos, independientemente de su condición social o situación de vida.

Para la población habitante de calle, el no reconocimiento suele manifestarse en experiencias de rechazo, discriminación y exclusión institucional y social. Estas vivencias influyen directamente en la forma en que se relacionan con otros, generando actitudes defensivas, desconfianza o aislamiento.

Trabajar este tema permite reflexionar sobre cómo el reconocimiento mutuo fortalece los vínculos, promueve el respeto y mejora la convivencia. En la comunidad de vida, reconocer al otro implica escuchar, respetar opiniones, aceptar diferencias y asumir que todos tienen un lugar y un rol dentro del colectivo.

Emociones y su influencia en las relaciones interpersonales

Las emociones cumplen un papel fundamental en la manera en que las personas interactúan. Sentimientos como la rabia, el miedo, la tristeza o la frustración influyen en las respuestas ante conflictos, desacuerdos o situaciones de convivencia.

En población habitante de calle, muchas emociones están relacionadas con experiencias de pérdida, abandono y exclusión, lo que puede generar reacciones impulsivas o dificultades para expresar sentimientos de manera adecuada. Reconocer las propias emociones y entender cómo influyen en el comportamiento social es un paso clave para mejorar las relaciones interpersonales.

Desde el Trabajo Social, el abordaje de las emociones se realiza desde una mirada educativa y reflexiva, promoviendo la identificación emocional, la validación de los sentimientos y la búsqueda de formas más saludables de expresión, favoreciendo así interacciones más respetuosas y conscientes.

REFERENCIAS

- Bronfenbrenner, U. (1987). La ecología del desarrollo humano: Experimentos en entornos naturales y diseñados. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (1996). Inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.
- Honneth, A. (1997). La lucha por el reconocimiento. Barcelona: Crítica.
- Rogers, C. (1983). El proceso de convertirse en persona. Buenos Aires: Paidós.
- Sen, A. (2000). Desarrollo y libertad. Bogotá: Planeta.
- Secretaría Distrital de Integración Social. (2020). Lineamientos técnicos del servicio Comunidad de Vida. Bogotá D.C.
- UNESCO. (2017). Educación para la convivencia y la ciudadanía global. París: UNESCO.

RECURSOS:

Físicos:

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

Humanos:

- Profesional, ciudadanas y ciudadanos

RESULTADOS:

Cualitativos: los ciudadanos fortalecieron su capacidad de reflexión frente a la toma de decisiones, reconociendo la autonomía como un elemento central para su vida cotidiana y para los procesos de inclusión social. A través de las actividades de estimulación cognitiva, los ciudadanos lograron identificar la importancia de asumir un rol activo y responsable frente a sus elecciones personales, sociales y ocupacionales. Asimismo, se observó un avance en el reconocimiento de los factores internos y externos que influyen en la toma de decisiones, tales como las emociones, experiencias previas, presiones del entorno y redes de apoyo disponibles. Este ejercicio permitió una mayor comprensión de cómo dichas variables inciden en sus acciones y en el rumbo de su proceso personal.

De igual manera, el análisis de las consecuencias de decisiones tomadas en distintos momentos de la vida facilitó una reflexión crítica orientada al aprendizaje y a la proyección de elecciones más conscientes. En conjunto, el taller aportó al fortalecimiento de la autonomía, la responsabilidad y el pensamiento reflexivo, sentando bases para una inclusión social más responsable, sostenible y coherente con sus proyectos de vida.

Cuantitativos: Se conto con la participación de 15 ciudadanos y ciudadanas, de los cuales los 13 son hombres y 2 mujeres, los cuales tienen orientación sexual heterosexuales.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ochoa

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: FORTALECIMIENTO DE LA TOMA DE DECISIONES AUTÓNOMAS.
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.
FECHA: 15/01/2026





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: FORTALECIMIENTO DE TOMA DE DECISIONES AUTONOMAS

4. Fecha: 15/01/2026

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	80166545	Luis Alcala G	61	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	91214685	Raphael Mendoza	64	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
3	CC	6514782	Jorge Gonzales	74	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	8442584	Alberto Serrano	67	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
5	CC	80194190	Nicolas Gomez	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	[illegible]	Osbaldo Espitia	50	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	8096713	José Ortiz Sierra	44	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
8	CC	80CA4814	Alexander Galeano	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
9	CC	52495541	pilar gonzalez	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
10	CC	1178194431	Jeison Abello	34	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
11	CC	75099866	Andres Castro Gil	49	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
12	CC	80.000.766	Jorge Moreno	55	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
13	CC	79700637	John Jairo Tovar Ruiz	51	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
14	CC	79477765	Blanca Munar	67	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
15	CC	79950581	Pablo Rodriguez	98	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
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:** 16/01/2026	**HORA:** INICIO: 09:00 AM FINAL: 10:30 AM
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Andres Fabián Lopez cano	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Entrenamiento funcional.			

OBJETIVO GENERAL:
Promover la mejora de las capacidades físicas funcionales y el bienestar integral de las ciudadanas y ciudadanos, a través de una sesión de entrenamiento físico adaptado que favorezca la movilidad, fuerza, resistencia y coordinación, fortaleciendo además la autoestima, la inclusión social y hábitos de vida saludable.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fortalecer la condición física general (resistencia, fuerza, flexibilidad y coordinación) favoreciendo el desarrollo de hábitos de vida saludable.
- Desarrollar habilidades funcionales para la vida diaria mejorando la capacidad física y así obtener mayor autonomía y seguridad
- Educar en el conocimiento del cuerpo y el autocuidado, tomando conciencia sobre la importancia del ejercicio en la salud integral.

METODOLOGÍA:
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdica- pedagógica, donde se pretenderá plantear una serie de actividades físicas que trabajen las capacidades motrices de los ciudadanos con el fin de desarrollar los sistemas musculares de estabilización del cuerpo (Abdominales, abductores y rotadores de cadera), de igual manera se fomentará la práctica de una manera activa teniendo en cuenta el déficit corporal que presenta cada ciudadano. Esta actividad se dará bajo la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación: Con ayuda de promotora se hará el llamado a los ciudadanos que deseen ser partícipes de la actividad planificada para este día, se acomodará el espacio para desarrollar la actividad propuesta.

Primer momento: Se procederá a una charla, dando a conocer a los ciudadanos las actividades diseñadas para la realizar, se comentará la dinámica que se implementará.

Segundo Momento: Seguido a esto se dará inicio a la actividad, con una activación y entrada en calor teniendo en cuenta.

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

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

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

Se finalizará la actividad con una vuelta a la calma, realizando los respectivos estiramientos para evitar lesiones en los ciudadanos.

Tercer momento: Se dará por finalizado la actividad, se socializará los resultados positivos y negativos que se generaron en el momento que la culminación de la actividad, respecto a los objetivos propuestos para este día.

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

TEMAS:

Entrenamiento Funcional.

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

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

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

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

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

Fases del entrenamiento

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

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

Zona de core

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

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

Sin embargo, a pesar de que entrenadores, preparadores físicos y monitores de fitness reconocen la utilidad e importancia de la core stability para la mejora funcional y el desarrollo de los deportistas, son

pocos los estudios que han analizado la relación entre el desarrollo de la estabilidad del core y la mejora del rendimiento deportivo10. Además, el uso del término core stability es ambiguo, existiendo cierto debate sobre su correcto significado tanto en la literatura científica como en el ámbito profesional3, 11.
En este trabajo presentamos una revisión de la literatura científica más relevante sobre core stability con el objeto de clarificar el significado de este concepto y su relación con el rendimiento y la patología.

REFERENCIAS:

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

RECURSOS:

Físicos:

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

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, profesional.

RESULTADOS:

Cualitativos

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

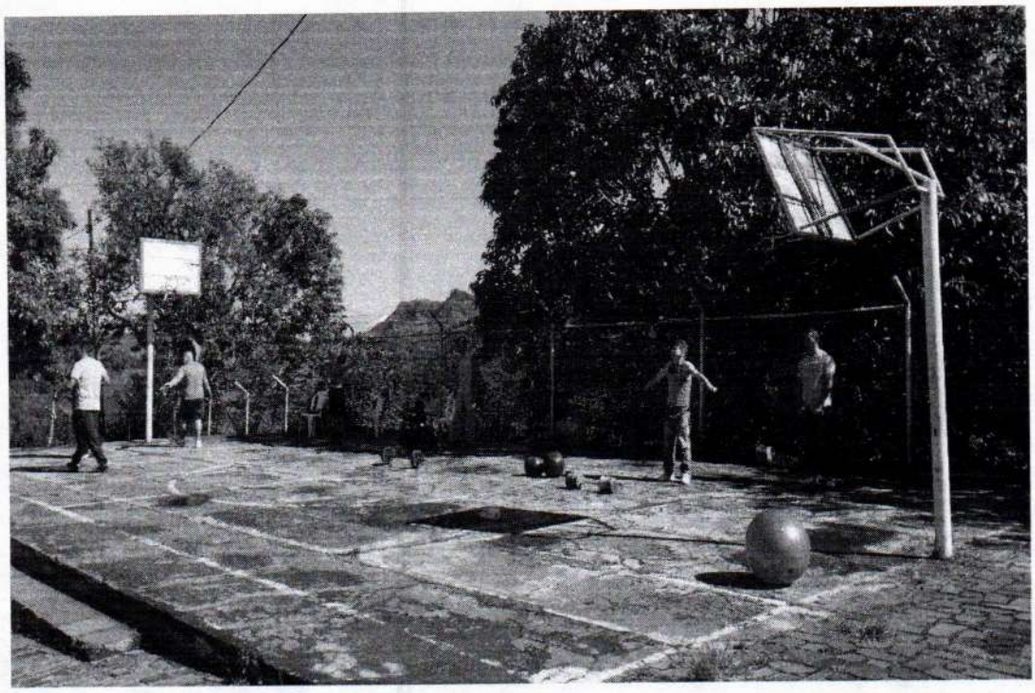
Cuantitativos: Se conto con la participación de (11) ciudadanos de los cuales (9) son de género masculino, (2) de genero femenino. (2) de ellos pertenecientes a enfoque diferencial.

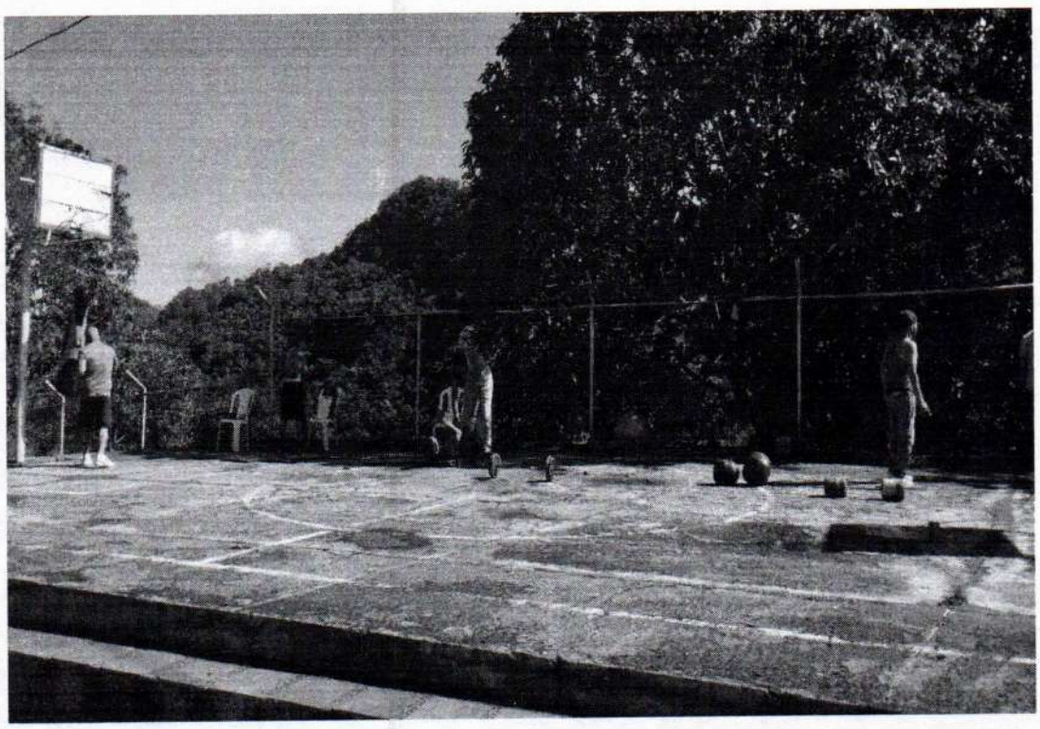
FIRMA DEL RESPONSABLE: Andres F. Jaramillo C.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ojeda G.

REGISTRO FOTOGRAFICO.
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
LINEA DE ATENCION 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.
FECHA: 16/01/2026





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: Enfermedad Funcional

4. Fecha: 16/01/2026

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	C.C	79877258	Diego Gamboa	48	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
2	CC	1012470091	Oscar G	43	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
3	CC	1010164	[illegible]	66	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
4	CC	52763107	Luz marina	52	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
5	CC	1014968962	Jhon Raul	35	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
6	CC	75094964	Andres Castaño Arias	49	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
7	CC	80894635	Edwin Suarez	32	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
8	CC	2947376	Blanca Nuño	67	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
9	CC	79956[illegible]	Pablo Rodas	47	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
10	CC	79703242	Henry Edinson	56	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
11	CC	1015411[illegible]	Juan Diego Lemus	21	NO aplica	NO aplica	NO aplica			X						
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Andres Felipe Mora Cano

14. Cargo o rol del responsable: Educador Físico

15. Firma del responsable de la actividad: Andres F.C.

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

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

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

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO FICHA TÉCNICA DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-129
		Versión: 1
		Fecha: Memo I2019048610 - 20/11/2019
		Página: 1 de 4

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el rosario		**FECHA:** 16/01/2026	**HORA INICIO:** 09:00 am **FINAL:** 10:30 am
ÁREA: Pedagogía	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Hermes Vaca	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Escolarizarte

.

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer procesos escolares a partir de la realización de ejercicios básicos enfocados en procesos lógico-matemáticos y lecto escritores para la ejecución de las pruebas de nivelación académica de la matricula 2026

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Recalcar el valor la lectura y la escritura en el diario vivir
- Reconocer ejes claves de la realización del ejercicio de pruebas aplicadas.
- Realizar actividades prácticas para el desarrollo de sus habilidades con relación a los procesos de lecto escritura y procesos lógico-matemáticos

METODOLOGÍA:

Se realizará el grupo focal de alfabetización, con base en la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. por medio de la cual se pretende acompañar a las y los ciudadanos en el fortalecimiento de habilidades educativas, en ese sentido es importante contemplar una metodológica teórico-práctica basada en ejercicios prácticos, estas últimas como resultado de los temas planteados como temáticas.

Adecuación: Esta actividad se realizará en la biblioteca, donde se contará con el acompañamiento de promotora y ciudadanos para su organización.

Primer momento:

Se iniciará la actividad con la bienvenida por parte del profesional en pedagogía, quien realizará un recuento de lo abordado en la semana anterior para poder realizar un hilo conector y reforzar el trabajo realizado previamente. Luego de ello, se procede a realizar la entrega de los ejemplos de pruebas de valoración inicial enviadas por el equipo de CIPREIA, En este momento los ciudadanos deberán ir identificando las falencias y corrigiéndolas para poder aplicar un principio de aprendizaje que recupera el valor en medio de los errores que se hayan cometido.

Segundo momento:

Para el segundo momento, se realizar un intercambio de guías con sus compañeros para poder identificar las fallas comunes y las posibles soluciones en el plan de trabajo que se traza desde el grupo de enfoque diferencial, en ese sentido se realiza oficialmente la entrega de sus guías. Posteriormente se realiza la entrega de nuevo material didáctico para el trabajo de combinaciones y construcción de oraciones sencillas

Tercer momento:

Por último, se realiza un seguimiento de cada caso, llamándolos a la mesa con el profesional y realizando una valoración de avances y dificultades con la producción de la actividad actual de trabajo, para que así se pueda dejar actividades pare realizar en su tiempo libre y presentar tan pronto se terminado cada punto

.

Reacondicionamiento del espacio:

Una vez terminada la jornada, se les pide a los participantes que dejen el espacio organizado, limpio y nuevamente disponible para otras actividades

TEMAS:

Las funciones ejecutivas son el conjunto de componentes cerebrales que hacen posible el desenvolvimiento funcional de la persona y el alcanzar objetivos complejos. Una de las tareas más complejas para el ser humano es el aprendizaje, que no solo es necesario para la supervivencia, sino que también es un elemento esencial para la estimulación y el desarrollo. Ahora, la relación que existe entre el

aprendizaje y las funciones ejecutivas se produce como un proceso de retroalimentación donde, a medida que aprendemos, mejor será el funcionamiento ejecutivo. Y, a la vez, un mejor desarrollo y enseñanza de las funciones ejecutivas ayudará y facilitará el proceso de aprendizaje. En esta este artículo veremos cómo algunos elementos ejecutivos ayudan a la adquisición de información y desarrollo de habilidades.

Teorías que apoyan la relación del aprendizaje con las funciones ejecutivas

En la última década, se han desarrollado varias teorías que explican la importante relación que tienen las funciones ejecutivas en el aprendizaje. Por ejemplo, algunas investigaciones se centran en el aprendizaje de las matemáticas o de una segunda lengua. La primera se ha observado en una muestra de estudiantes con alto rendimiento en matemáticas que mostraba muy buen rendimiento en pruebas de memoria de trabajo. Esto, a diferencia de los estudiantes con bajo rendimiento en dicha asignatura que, por el contrario, mostraron un rendimiento disminuido en tal función (Begolli et al., 2018). Asimismo, se han hecho descubrimientos parecidos con personas bilingües.

Aquellos que tienen aprendido y presentan fluidez en un segundo idioma muestran un mejor rendimiento en las funciones ejecutivas en comparación con personas que solo manejan un idioma (Marton et al., 2017). La hipótesis del bilingüismo indica que el proceso de enseñanza-aprendizaje y práctica de un segundo idioma estimula no solo áreas del idioma en el cerebro, sino también áreas prefrontales designadas a las funciones ejecutivas. Esta estimulación constante del aprendizaje de un segundo idioma involucra una práctica persistente en la alternancia de dos sistemas lingüísticos. Por lo tanto, es una tarea muy compleja y que demanda mucho manejo ejecutivo de la información.

Memoria de trabajo

La memoria de trabajo es el componente ejecutivo que permite manipular, organizar y trabajar la información en la memoria a corto plazo. Por tanto, es esencial para manejar y calcular números, manipular objetos en el espacio mental y el aprendizaje inicial del lenguaje, siendo fundamental la enseñanza de esta función ejecutiva (Tirapu Ustárroz et al., 2017).

Las áreas encargadas de tal función son el córtex prefrontal dorsolateral y el córtex prefrontal inferior izquierdo. También, encontramos que el córtex parietal inferior izquierdo tiene participación en las tareas que requieren el mantenimiento de la memoria de trabajo más de 8 segundos (Goldstein y Naglieri, 2014).

Para entender cómo funciona la memoria de trabajo en el aprendizaje, te mostramos un ejemplo. Sitúate en un escenario donde debemos multiplicar 12 x 3 de manera mental. Lo primero que hacemos es multiplicar de manera individual el 3 con el 2 y el 1.

Esta tarea es ejercida por la memoria de trabajo gracias a un requerimiento espacial, ya que no solo tenemos que posicionar correctamente los números en un espacio mental, sino que también debemos trazar una acción y reposicionar el resultado en otro espacio. Imaginemos, que utilizamos números más grandes, la labor de la memoria de trabajo será mayor.

Flexibilidad cognitiva

La flexibilidad cognitiva, uno de los componentes ejecutivos, es la habilidad para alternar de manera flexible tareas, operaciones o conjuntos mentales. Normalmente, esta función ejecutiva se utiliza en el aprendizaje a la hora de realizar tareas simultáneas donde la atención se alterna entre dos o más tareas.

Es por esto, que la flexibilidad cognitiva es esencial a la hora de resolver problemas y aprendizajes complejos en los que se requiere adaptarse a los cambios. Ocurre cuando una persona reflexiona sobre un problema desde varias perspectivas y quiere determinar las consecuencias que conllevan estas. El aprendizaje de esta función ejecutiva va a ser fundamental tanto para la educación como para la vida diaria. Ahora, no existe un consenso de las áreas específicas que se encarguen de llevar a cabo tal componente ejecutivo.

Sin embargo, muchos estudios muestran que, generalmente en este componente ejecutivo, se activa el córtex prefrontal dorsolateral izquierdo, córtex prefrontal medial, el giro temporal medial y superior izquierdo, el área motora suplementaria y la ínsula. Para ejemplificar la utilización de la flexibilidad cognitiva, podemos hacer referencia al momento de aprender un segundo idioma. En un principio, se empareja una palabra: *manzana*, con su traducción en inglés: *apple*. Y esto sucede con el resto del vocabulario y estructuras gramaticales. A la hora de escuchar una palabra en inglés, se recurre a la flexibilidad cognitiva para emparejar el sonido "apple" que pertenece al sistema lingüístico inglés aprendido, con su contraparte: "manzana", perteneciente al sistema lingüístico español.

De esta manera, se alterna entre un sistema lingüístico a otro hasta llegar a un punto de **automatizar** dicho proceso. Como resultado, se incorpora el sonido con su concepto sin tener que pasar por el sistema lingüístico español.

Inhibición

Existen diferentes tipos de procesos inhibitorios en el cerebro, entre ellos encontramos el motor, motivacional, ejecutivo y cognitivo. En este caso, nos enfocaremos en la inhibición ejecutiva, que se refiere al control inhibitorio que permite abstenerse o interrumpir acciones, pensamientos y emociones que dificultan o no aportan a la actividad que se realiza (Rojas-Barahona, 2017). Asimismo, interviene en la capacidad para posponer gratificaciones inmediatas a favor de conseguir un objetivo a largo plazo. El control inhibitorio juega un papel importante a la hora de controlar progresivamente la conducta y emociones funcionales a lo largo del desarrollo escolar, construyendo un mayor autocontrol. Además, esta función ejecutiva es fundamental para el proceso de enseñanza y aprendizaje de conceptos académicos.

Según Goldstein y Naglieri (2014) las estructuras que se encargan de realizar el control inhibitorio ejecutivo son el córtex prefrontal dorso medial, córtex prefrontal dorsolateral, córtex parietal, córtex insular, precúneo bilateral y giro temporal angular izquierdo.

Fuente:

- Marton, K., Goral, M., Campanelli, L., Yoon, J. y Obler, L. K. (2017). Executive control mechanisms in bilingualism: Beyond speed of processing. *Bilingualism: Language and Cognition*, *20*(3), 613-631. https://doi.org/10.1017/S1366728915000930
- Milham, M. P., Erickson, K. I., Banich, M. T., Kramer, A. F., Webb, A., Wszalek, T. y Cohen, N. J. (2002). Attentional Control in the Aging Brain: Insights from an fMRI Study of the Stroop Task. *Brain and Cognition*, *49*(3), 277-296. https://doi.org/10.1006/brcg.2001.1501
- Rojas-Barahona, C. (2017). *Funciones ejecutivas y educación: Comprendiendo habilidades clave para el aprendizaje*. Ediciones UC.
- Tirapu Ustárroz, J., Cordero Andrés, P., Luna Lario, P. y Hernáez Goñi, P. (2017). Propuesta de un modelo de funciones ejecutivas basado en análisis factoriales. *Revista de Neurología*, *64*(02), 75. https://doi.org/10.33588/rn.6402.2016227

RECURSOS:

Físico:

- Tv, computador, hojas

Humano: Ciudadanos, ciudadanas y profesional

RESULTADOS:

Cualitativos: Se llevo acabo el desarrollo del taller con las y los ciudadanos que están preinscritos en la estrategia educativa de CIPREIA, con los cuales fue posible desarrollar un simulacro de las pruebas que se van a adelantar el próximo lunes para la nivelación académica. Este ejercicio fortaleció las habilidades y la comprensión de los ciudadanos para presentar el examen. Adicionalmente este escenario facilito la posibilidad de dotar con el kit escolar a 12 ciudadanos nuevos que no contaban con mochila y cuaderno para poder iniciar sus actividades escolares.

Cuantitativos: Para la actividad se contó con la participación de 21 ciudadanos de los cuales (3) son mujeres y (2) personas mayores.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la Actividad: Escolarizarte

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

Fecha: 16/01/2026





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Escolarizarte

4. Fecha: 16/01/2026

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	1002209775	Jhonatan Buste	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1030524933	DIANE OLAYA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79853890	Fabian Guzman	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79572619	Rigoberto RAMIREZ	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80091785	Juan RAMIREZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	79643205	Jerson Moreno	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	52163126	Luz marina	52	No aplica	No aplica	No aplica			X					Buitrago	
8	CC	1020754686	marcela Cardenas	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					marcela	
9	CC	7076569220	JOSE AYALA	25	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	72,1449	ANTONIO Bolivar	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79858472	Luis carlos Gallego	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80926713	Jose ortiz cisna	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOSE	
13	CC	1477465	Blanca Reyes	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79950981	Pablo Rodriguez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	79837637	Felix Sierra	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	19465137	Milton Rojas	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	11322000	Ever Melo	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1016078806	Mario Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1032381141	Wilmar Forero	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	79961854	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Heimes Cacua

14. Cargo o rol del responsable: pedagogica

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

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: Escolarizate

4. Fecha: 16/01/2026

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	79186668	Oscar J M.la	46	no aplica	No aplica	No aplia			X						
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Hermes Cuca

14. Cargo o rol del responsable: pedagogia

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** 16/01/2026	**HORA:** Inicio: 11:00 AM Final: 12:00 M
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jorge Eliecer Banguera Gomez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Política Publica – Equidad de género.

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer la comprensión y sensibilización de la población habitante de calle sobre la Política Pública de Mujer y Equidad de Género, promoviendo el reconocimiento de derechos, la identificación de violencias y la construcción de relaciones equitativas dentro de la Comunidad de Vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Socializar de manera clara y accesible los fundamentos de la Política Pública de Mujer y Equidad de Género.
- Identificar los diferentes tipos de violencia basada en género y sus manifestaciones en la vida cotidiana.
- Sensibilizar a la población sobre la importancia del respeto, la equidad y la no violencia en las relaciones comunitarias.

METODOLOGÍA: El taller se desarrolla desde una metodología psico-educativa, que integra elementos informativos, reflexivos y participativos, permitiendo que los participantes comprendan conceptos clave a partir de ejemplos cotidianos, recursos audiovisuales y espacios de diálogo. Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

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: Convocatoria y organización del espacio: Se realiza el llamado a los ciudadanos al espacio del comedor, invitándolos a participar activamente en el taller. Los talleristas Leonel Malagón y Alejandro Bejarano se encargan de la organización del espacio, garantizando una disposición adecuada de las sillas, un ambiente tranquilo y propicio para la actividad.

Segundo Momento: Comprendiendo la equidad de género y la prevención de violencias: El equipo interdisciplinar da apertura formal al tema mediante la proyección del video "¿Conoces la Política Pública de Mujer y Equidad de Género?" (https://www.youtube.com/watch?v=yrbFQzR5W1s), el cual permite una aproximación visual y sencilla al concepto.

Posteriormente, desde un diálogo guiado, se abordan los siguientes contenidos:

- ¿Qué es la Política Pública de Mujer y Equidad de Género?
- ¿Por qué es importante para la vida comunitaria?
- Presentación del violentómetro como herramienta para identificar conductas de violencia que muchas veces se normalizan.
- Explicación de los tipos de violencia (psicológica, física, sexual, económica y simbólica), relacionándolos con situaciones cotidianas dentro y fuera de la Comunidad de Vida.

Se brindan espacios para la participación activa de las ciudadanas y ciudadanos, permitiendo que expresen opiniones, experiencias y reflexiones, siempre desde el respeto y la confidencialidad. El equipo interdisciplinar acompaña la reflexión, aclarando conceptos y reforzando mensajes de no violencia y equidad.

Tercer momento: Cierre y reflexión final: En el cierre del taller, se realiza una reflexión colectiva sobre la importancia de la Política Pública de Mujer y Equidad de Género como herramienta para la protección de derechos y la mejora de la convivencia comunitaria.

Se invita a los participantes a expresar:

- ¿Qué aprendieron en el espacio?
- ¿Qué actitudes pueden cambiar en su vida diaria?
- ¿Cómo pueden contribuir a una Comunidad de Vida más respetuosa y equitativa?

El equipo interdisciplinar refuerza el mensaje de que la equidad de género es responsabilidad de todas las personas y que pequeñas acciones cotidianas pueden generar transformaciones significativas.

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:

Política Pública de Mujer y Equidad de Género

La Política Pública de Mujer y Equidad de Género es un conjunto de orientaciones, estrategias y acciones impulsadas por el Estado colombiano para garantizar los derechos de las mujeres, reducir las brechas de desigualdad entre hombres y mujeres y prevenir todas las formas de violencia basada en género.

Esta política reconoce que, históricamente, las mujeres han enfrentado condiciones de desventaja social, económica, política y cultural, las cuales se profundizan en contextos de exclusión social como la habitabilidad en calle. Por ello, promueve acciones afirmativas que permitan el acceso a una vida digna, libre de violencias y discriminación.

Enfoque de género

El enfoque de género es una forma de analizar la realidad social que permite comprender cómo la sociedad asigna roles, comportamientos y expectativas diferentes a las personas según su género. Estos roles no son naturales, sino construidos socialmente, y muchas veces generan desigualdades y relaciones de poder injustas.

Por ejemplo, se ha enseñado culturalmente que:

- Las mujeres deben ser cuidadoras, sumisas o dependientes.
- Los hombres deben ser fuertes, dominantes y no expresar emociones.

Estas creencias pueden generar conflictos, violencias y dificultades en la convivencia comunitaria. Desde el enfoque de género, se busca cuestionar estas ideas, promover relaciones más justas y reconocer que todas las personas tienen derecho a expresar sus emociones, tomar decisiones y participar en igualdad de condiciones.

Equidad de género

La equidad de género se refiere a la justicia en el trato entre hombres, mujeres y personas con identidades diversas, reconociendo que no todas las personas parten de las mismas condiciones. A diferencia de la igualdad, la equidad implica generar apoyos diferenciados para garantizar el acceso real a los derechos.

En contextos de habitabilidad en calle, la equidad de género es fundamental porque:

- Las mujeres enfrentan mayores riesgos de violencia física, sexual y emocional.
- Existen desigualdades en el acceso a recursos, protección y redes de apoyo.
- Las relaciones comunitarias pueden reproducir prácticas machistas o discriminatorias.

Violencias basadas en género

Las violencias basadas en género son todas aquellas acciones u omisiones que causan daño físico, psicológico, sexual, económico o simbólico a una persona por razón de su género. Estas violencias no siempre son visibles y, en muchos casos, se encuentran normalizadas en la vida cotidiana.

Tipos de violencia:

- Violencia psicológica: insultos, humillaciones, amenazas, control, celos excesivos.
- Violencia física: golpes, empujones, agresiones.
- Violencia sexual: cualquier acto sexual sin consentimiento.
- Violencia económica: control del dinero, negación de recursos.
- Violencia simbólica: lenguaje ofensivo, burlas, estereotipos.

El violentómetro es una herramienta pedagógica que permite identificar estas conductas, desde las más sutiles hasta las más graves, ayudando a prevenir la escalada de la violencia y promoviendo relaciones basadas en el respeto.

REFERENCIAS

- Congreso de la República de Colombia. (2008). Ley 1257 de 2008: Por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres. Diario Oficial No. 47.193.
- Consejo Nacional de Política Económica y Social. (2013). CONPES 161: Política Pública Nacional de Equidad de Género para las Mujeres. Departamento Nacional de Planeación.
- ONU Mujeres. (2018). Conceptos básicos sobre género y equidad. Naciones Unidas.
- Organización Mundial de la Salud. (2012). Comprender y abordar la violencia contra las mujeres. OMS.
- Secretaría Distrital de la Mujer. (2019). Política Pública de Mujeres y Equidad de Género. Alcaldía Mayor de Bogotá.
- Lagarde, M. (2015). Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. Siglo XXI Editores.

RECURSOS:

Físicos:

- . Listado de asistencia, hojas, computador, video beam, parlante, micrófono y celular con cámara.

Humanos:

- Profesional, ciudadanas y ciudadanos

RESULTADOS:

Cualitativos: Las y los ciudadanos fortalecieron su comprensión y sensibilización frente a la Política Pública de Mujer y Equidad de Género, a partir de una socialización clara y accesible de sus fundamentos, lo que permitió un mayor reconocimiento de los derechos asociados a la igualdad y la no discriminación. Las actividades de estimulación cognitiva facilitaron la apropiación de conceptos básicos relacionados con género, equidad y corresponsabilidad, contextualizados en la realidad de la vida cotidiana y la Comunidad de Vida.

Asimismo, se identificaron de manera participativa los diferentes tipos de violencia basada en género y sus manifestaciones, favoreciendo la reflexión crítica sobre prácticas naturalizadas que vulneran derechos y afectan la convivencia. Este ejercicio permitió visibilizar situaciones de riesgo y promover una mayor conciencia sobre las consecuencias personales, sociales y comunitarias de dichas violencias. De igual manera, el taller contribuyó a sensibilizar a la población sobre la importancia del respeto, la equidad y la no violencia en las relaciones interpersonales, evidenciándose una mayor disposición al diálogo, al reconocimiento del otro y a la construcción de vínculos más justos y solidarios.

Cuantitativos: Se conto con la participación de 61 ciudadanos, los cuales 55 son hombres y 6 son mujeres, con una orientación sexual heterosexuales.

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: POLÍTICA PUBLICA – EQUIDAD DE GÉNERO.
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.
FECHA: 16/01/2026





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: POLITICA PUBLICA EQUIDAD DE GENERO

4. Fecha: 16/01/2026

5. Hora: 11:00AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	75101420	Judus Mavlauda	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	75903500	Jose Ortiz.	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1020756686	Claudia Cardenas	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Marcela	
4	CC	79465137	Milton Rojas	63	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	79853890	Fabian Guzman	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	79.581883	Luis G. Bueno	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	79.066892	DIEGO PALACIOS	68	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	79572684	Rigoberto Ramirez	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79526060	Sandra Correa	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Sandra C	
10	CC	52005501	Pilar Gonzalez	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Pilar G	
11	CC	79997791	Fredy Cancer Neira	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	79043205	Jonson Morero.	53	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	8726226	Jose Caballero	62	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1030524933	DIANA DIAZ	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	1010704773	JHONATAN BUSTOS	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	79035833	Gustavo Arango	60	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	29477765	Blanca Muñoz	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	79950588	Pablo Ramos	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	80212915	Alonso Tejada	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	79700637	John Jairo Formosa	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: JORGE E. BANGUERA GOMEZ

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: POLITICA PUBLICA EQUIDAD DE GENERO

4. Fecha: 16/01/2026

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	3232036	Joaquin Noguerete	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	75099964	Andres Castaño Gil	49	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79742307	JOSE GARZÓN	51	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	8442584	Adalberto Serrano	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1072917209	Jeisson Wilches	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	73144	ANTONIO Baldi	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	CC	1019196782	Thup Bad	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	10252880	Edith Julio	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	79917593	FABIO RICO	45	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	1032358861	Carlos Moreno	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	80174633	EDWIN SOLER	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	98263711	Alejandro Londoño	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	CC	80244894	Alexander Galeano	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	80165326	JOHAN MURCIA	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	79703642	HENRY ZAMORA	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	1057675078	JORGE BUITRAGO	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	84569959	MILTON CORREA	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	1024545103	David Felipe Mola	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	1024200	OXAR 6	43	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	1018498626	David Sanchez Cuellar	20	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						

13. Nombre del responsable: JORGE E. BANGUERA GOMEZ

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: POLÍTICA PUBLICA EQUIDAD DE GENERO
4. Fecha: 16/01/2026
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	80512924	Jhon Romero Diaz	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	C.C	79874204	Diego Gramboa	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1026560	JOSE AYALA	25	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	cc	8889[illegible]	JUAN RICARDO	40	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	[illegible]	JHON [illegible]	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1928[illegible]	NUBIA Osoario	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	cc	1151[illegible]	LUIS mendez	41	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
8	CC	1019062950	Carlos Chaparro	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	CC	1030[illegible]	Jhon Reyes	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	CC	91.214.618	Rafael Mendoza	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	CC	7984[illegible]	LUIS CARLOS Gallego	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	CC	1015459310	Harold Laitón	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
13	C.C	79049013	Pedro Laitón	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
14	CC	1015[illegible]	JHON Freddy Cuesta	C/	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
15	CC	11 322000	Ever Leal	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
16	CC	94234772	ARBEY CANO	57	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
17	CC	[illegible]	[illegible]	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
18	CC	80091725	Juan Ramirez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
19	CC	7968[illegible]	Ivan Mosquera	56	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
20	CC	1857337[illegible]	William [illegible]	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_s_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: POLITICA PUBLICA EQUIDAD DE GENERO

4. Fecha: 16/01/2026

5. Hora: 11:00AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	cc	79762854	Mauricio Rico	48	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
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. RANGUERIA

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:** 16/01/2026	**HORA:** Inicio: 02:00 PM Final: 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Jorge Eliecer Banguera Gomez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconociendo un nuevo espacio

OBJETIVO GENERAL: Facilitar el proceso de adaptación de los participantes al servicio Comunidad de Vida, promoviendo el reconocimiento del nuevo espacio físico, social y normativo como un entorno seguro de cuidado, convivencia y acompañamiento integral.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Favorecer el reconocimiento del servicio Comunidad de Vida como un espacio de protección y oportunidad.
- Identificar los diferentes espacios físicos y su función dentro de la comunidad.
- Promover la comprensión inicial de las normas básicas de convivencia.

METODOLOGÍA: El taller se desarrolla desde una metodología socio-educativa, adecuada para la etapa de adaptación, ya que permite acompañar a los participantes en el reconocimiento del nuevo entorno a partir de la experiencia directa, el diálogo y la interacción con otros. Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

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: APERTURA "Llegar a un nuevo lugar": El taller inicia con la convocatoria de los participantes en un espacio común del servicio. El profesional de Trabajo Social da la bienvenida, presentándose y explicando el propósito del encuentro: acompañar el primer acercamiento al nuevo espacio y facilitar el proceso de adaptación.

Se abre un espacio de diálogo donde los participantes pueden expresar cómo se sienten al llegar al servicio, qué expectativas tienen y qué inquietudes surgen frente a este nuevo entorno. A través de preguntas orientadoras como ¿qué significa para mí estar aquí? o ¿qué necesito para sentirme más tranquilo en este lugar?, se promueve la expresión emocional y la escucha activa.

Este momento busca generar confianza, reducir la ansiedad propia del ingreso y transmitir el mensaje de que la comunidad de vida es un espacio de acompañamiento y respeto.

Segundo Momento: "Conociendo la comunidad de vida": En este momento se realiza un reconocimiento guiado del espacio físico y social del servicio. El profesional acompaña a los participantes en un recorrido por las áreas principales (habitaciones, comedor, espacios comunes, zonas de atención), explicando de manera clara la función de cada lugar.

Durante el recorrido, se dialoga sobre normas básicas de uso de los espacios, horarios, responsabilidades y la importancia del cuidado colectivo. Se enfatiza que las normas no son castigos, sino acuerdos que permiten la convivencia y el bienestar de todos.

Este momento también permite identificar a los actores clave del servicio (equipo profesional, equipo de apoyo, compañeros), resaltando la importancia del respeto mutuo y la colaboración como base de la vida comunitaria.

Tercer momento: "Este espacio también es mío": Para el cierre, se invita a los participantes a reflexionar sobre lo aprendido durante el taller. Cada persona identifica un espacio del servicio que le haya generado tranquilidad o seguridad y expresa cómo puede cuidarlo y respetarlo.

El profesional refuerza la idea de pertenencia, resaltando que el proceso de adaptación es gradual y que el servicio Comunidad de Vida está diseñado para acompañarlos en esta etapa inicial. Se finaliza con un mensaje de motivación, recordando que reconocer y cuidar el espacio es el primer paso para construir nuevas oportunidades.

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:

El proceso de adaptación en contextos institucionales

La adaptación es un proceso social, emocional y cognitivo mediante el cual las personas ajustan sus comportamientos, expectativas y percepciones frente a un nuevo entorno. En el caso de la población habitante de calle, el ingreso a un servicio institucional como Comunidad de Vida representa un cambio significativo, ya que implica pasar de un contexto de alta autonomía informal y supervivencia en la calle a un espacio regulado por normas, horarios y convivencia colectiva.

Desde el Trabajo Social, la adaptación no se concibe como un acto inmediato, sino como un proceso progresivo que requiere acompañamiento, comprensión y respeto por los tiempos individuales. Las experiencias previas de exclusión, rechazo institucional o violencia pueden generar resistencia, desconfianza o ansiedad frente al nuevo espacio. Por ello, el acompañamiento social busca disminuir estas tensiones, favorecer la comprensión del entorno y promover una adaptación basada en el respeto y la participación activa.

El proceso de adaptación es fundamental, ya que de su adecuada consolidación depende la permanencia del ciudadano en el servicio y el inicio de procesos posteriores de identificación, fortalecimiento y preparación para la inclusión social.

El espacio físico como entorno protector y simbólico

El espacio físico no es neutro; cumple una función social y simbólica en la vida de las personas. Para quienes han habitado la calle, los espacios suelen estar asociados a la inseguridad, la exposición constante y la vulnerabilidad. El ingreso a un entorno estructurado, protegido y organizado puede generar tanto alivio como tensión.

Desde el enfoque del Trabajo Social, el espacio institucional se entiende como un entorno protector, que ofrece condiciones mínimas de seguridad, cuidado y estabilidad. Reconocer los espacios del servicio — habitaciones, comedor, áreas comunes, zonas de atención— permite a los participantes apropiarse gradualmente del lugar, disminuir la sensación de extrañeza y comenzar a construir rutinas saludables.

Además, el reconocimiento del espacio fortalece el autocuidado y la corresponsabilidad, ya que comprender su función facilita el respeto por las normas y el cuidado colectivo, elementos esenciales para la convivencia comunitaria.

Convivencia comunitaria como aprendizaje social

La convivencia comunitaria se define como la capacidad de compartir espacios, normas y relaciones con otras personas, respetando la diversidad y promoviendo el bienestar colectivo. En Comunidad de Vida, la convivencia es un eje transversal del proceso de atención, ya que la vida cotidiana se desarrolla de manera colectiva.

Para la población habitante de calle, convivir con otros puede resultar complejo, debido a experiencias previas de aislamiento, relaciones instrumentales o conflictos constantes en la calle. Por ello, la convivencia se trabaja como un aprendizaje social, donde se reconocen derechos, deberes y responsabilidades compartidas.

Desde el Trabajo Social, la convivencia se fortalece a través del diálogo, la mediación y la construcción de acuerdos, promoviendo relaciones basadas en el respeto, la tolerancia y la corresponsabilidad.

Normas y límites como elementos de cuidado

Las normas institucionales suelen ser percibidas inicialmente como restrictivas o impositivas. Sin embargo, desde una perspectiva socio-educativa, las normas cumplen una función protectora y organizadora de la vida comunitaria.

En el proceso de adaptación, es fundamental que los participantes comprendan que las normas no buscan castigar, sino garantizar la seguridad, el respeto y el bienestar de todos. Reconocer los límites como parte

del cuidado permite resignificar la relación con la autoridad y fomentar el cumplimiento consciente de los acuerdos colectivos.

El Trabajo Social cumple un rol clave en la mediación entre las normas institucionales y las necesidades individuales, favoreciendo procesos de comprensión, apropiación y corresponsabilidad.

Sentido de pertenencia y vinculación al proceso

El sentido de pertenencia se refiere al vínculo emocional que una persona establece con un grupo, un espacio o una comunidad. En población habitante de calle, este sentido suele estar debilitado debido a procesos de exclusión social y ruptura de lazos familiares y comunitarios.

Fortalecer el sentido de pertenencia en la etapa de adaptación contribuye a generar confianza, estabilidad emocional y motivación para continuar el proceso. Reconocer el servicio como un espacio propio, donde se es escuchado y respetado, favorece la permanencia y el compromiso con el proceso de atención.

REFERENCIAS

- Goffman, E. (1961). Internados: Ensayos sobre la situación social de los enfermos mentales. Buenos Aires: Amorrortu.
- Lefebvre, H. (2013). La producción del espacio. Madrid: Capitán Swing.
- Rogers, C. (1983). El proceso de convertirse en persona. Buenos Aires: Paidós.
- Sen, A. (2000). Desarrollo y libertad. Bogotá: Planeta.
- Secretaría Distrital de Integración Social. (2020). Lineamientos técnicos del servicio Comunidad de Vida. Bogotá D.C.
- UNESCO. (2017). Educación para la convivencia y la ciudadanía. París: UNESCO.

RECURSOS:

Físicos:

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

Humanos:

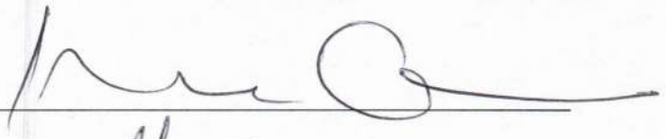
- Profesional en trabajo social, ciudadanas y ciudadanos.

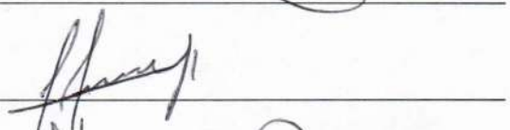
RESULTADOS:

Cualitativos: Los ciudadanos y ciudadanas lograron avanzar en su proceso de adaptación al servicio Comunidad de Vida, reconociéndolo progresivamente como un espacio de protección, cuidado y oportunidad para su proceso de desarrollo personal. A través de las actividades de estimulación cognitiva, los ciudadanos comenzaron a identificar el servicio como un entorno seguro que favorece la convivencia, el acompañamiento integral y el acceso a apoyos institucionales.

Asimismo, se observó un mayor reconocimiento de los diferentes espacios físicos que conforman la Comunidad de Vida y de las funciones que estos cumplen en la dinámica cotidiana, lo cual facilitó la orientación, la apropiación del lugar y la disminución de sentimientos de desconfianza o desubicación propios del ingreso al servicio.

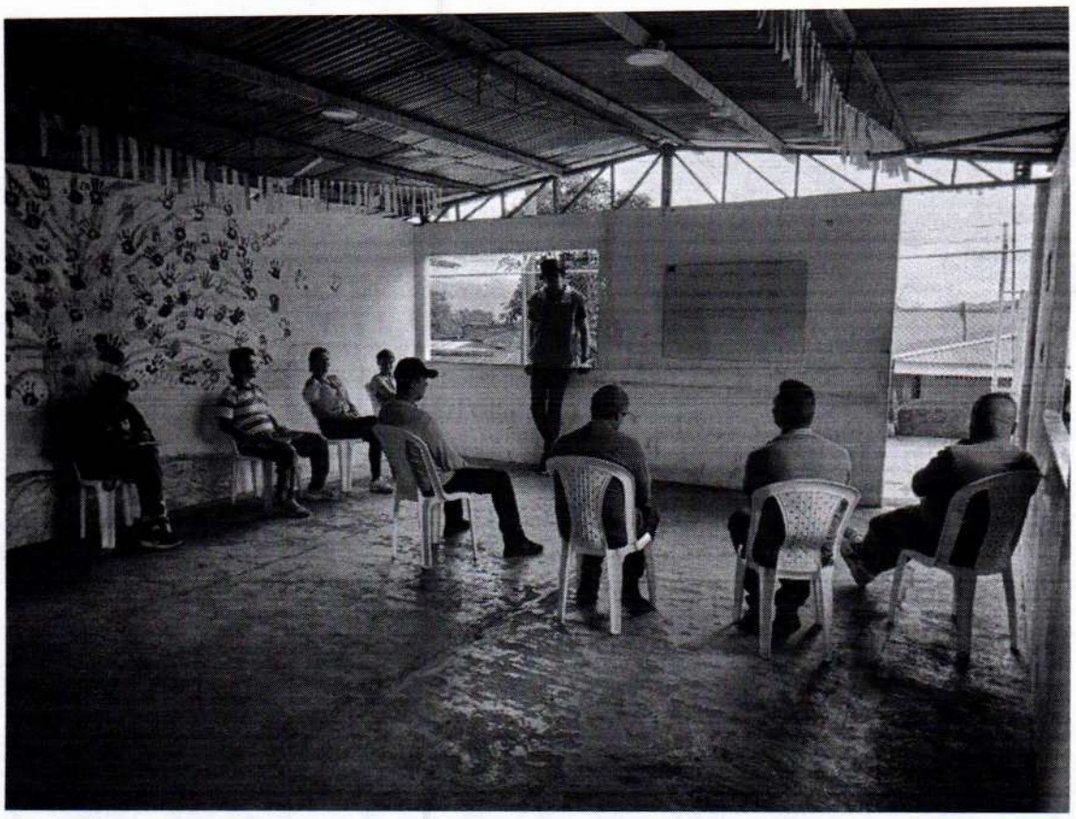
Cuantitativos: Se conto con la participación de 8 ciudadanas y ciudadanos, de los cuales los 5 son hombres y 3 son mujeres, con una orientación sexual heterosexuales.

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD RECONOCIENDO UN NUEVO ESPACIO.
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.
FECHA: 16/01/2026





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: RECONOCIENDO UN NUEVO ESPACIO

4. Fecha: 16/05/2026

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	79773500	Jose Alejandro Ortiz P	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
2	CC	1053460885	Keycirdy	38	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			✓					Keyarny	
3	CC	79703918	HENRY ZAMORA	50	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
4	CC	80174035	EDWIN SUAREZ	42	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Edwin. S	
5	CC	1010824138	Jhonatan Bustos	32	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
6	CC	1030524937	DIANA OLAYA	43	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X						
7	CC	1026283089	Edit Hoyos	39	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Edit	
8	CC	46526060	Sandia Colica	46	NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA			X					Sandia C	
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:** 16/01/2026	**HORA:** Inicio: 2:00 pm Final: 3:30 pm
ÁREA: Terapia Ocupacional	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**		María Camila Pardo
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Normas sociales para la convivencia			

OBJETIVO GENERAL:
Promover en los ciudadanos el reconocimiento, comprensión y apropiación de las normas sociales como herramienta fundamental para una convivencia respetuosa y un adecuado desempeño ocupacional en los diferentes contextos de participación social.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:
- Identificar normas sociales básicas presentes en contextos cotidianos como la comunidad, la familia y los espacios públicos.
- Reflexionar sobre las consecuencias individuales y colectivas del cumplimiento o incumplimiento de las normas sociales.
- Fortalecer habilidades socio-ocupacionales como el respeto, la empatía, la autorregulación y la comunicación asertiva.

METODOLOGÍA:
La metodología de intervención será de orden socio educativo, y responde a la línea de atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida.

Adecuación:
La actividad se llevará a cabo en una de las aulas polifuncionales, se organizará el videobeam para proyectar el material audio visual correspondiente.

Primer momento:
Se inicia el taller con la proyección de un video corto y dinámico (situaciones cotidianas dramatizadas o animadas) donde se evidencian comportamientos adecuados e inadecuados frente a normas sociales básicas (turnos para hablar, respeto por el espacio común, manejo del conflicto, normas de convivencia). Posteriormente, se realiza una conversación guiada con preguntas reflexivas como: ¿Qué pasó?, ¿qué norma se cumplió o se rompió?, ¿cómo se sintieron los personajes?, ¿qué habría pasado si actuaban diferente? Este momento busca generar conciencia y activar la participación desde la observación.

Segundo Momento
Se realizará una actividad grupal de mímica con el fin de promover el reconocimiento y la reflexión sobre las normas sociales en la vida cotidiana. Los participantes se dividirán en dos grupos, procurando un número equilibrado de integrantes. De manera alternada, cada grupo enviará un participante al frente, quien tomará una tarjeta con una situación relacionada con normas sociales (respeto de turnos, uso de espacios comunes, manejo del ruido, resolución de conflictos, entre otras). El participante contará con 60 segundos para representar la situación mediante mímica, mientras su grupo intenta adivinarla. Cada acierto sumará un punto. La actividad se desarrollará en varias rondas para garantizar la participación de diferentes ciudadanos. Al finalizar, el grupo con mayor puntaje recibirá un reconocimiento simbólico. Posteriormente, se realizará una reflexión guiada sobre cómo estas normas influyen en la convivencia y la participación social dentro de la comunidad.

Tercer momento
Para finalizar, se invita a los ciudadanos a identificar una norma social que consideren importante fortalecer en su vida cotidiana y en la comunidad. De manera voluntaria, comparten su reflexión y se propone un compromiso grupal sencillo orientado a mejorar la convivencia. Se resalta que el cumplimiento de normas no es un castigo, sino una herramienta que facilita la participación, el respeto mutuo y el bienestar colectivo.

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

TEMAS: Normas sociales como parte de las habilidades para la vida: Las normas sociales son acuerdos implícitos o explícitos que regulan la conducta humana dentro de los diferentes contextos de interacción, permitiendo la convivencia y la participación social de manera organizada y respetuosa. Desde la Terapia Ocupacional, estas normas influyen directamente en el desempeño ocupacional, ya que orientan la forma en que las personas se relacionan, se comunican y participan en actividades colectivas.

El reconocimiento y la interiorización de normas sociales favorecen el desarrollo de habilidades socio-ocupacionales como la autorregulación, la empatía y la resolución de conflictos, fundamentales para mantener relaciones interpersonales saludables. En poblaciones en proceso de adaptación social, trabajar estas normas desde estrategias lúdicas y reflexivas facilita el aprendizaje significativo y la generalización a la vida diaria.

Asimismo, el uso de actividades grupales y juegos permite resignificar las normas sociales, no como imposiciones, sino como herramientas que promueven el bienestar, la corresponsabilidad y el sentido de pertenencia. Este enfoque fortalece la participación social y contribuye a una convivencia más armónica dentro de la comunidad.

REFERENCIAS:

- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Prentice Hall.
- Kielhofner, G. (2008). Model of human occupation: Theory and application (4th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.
- Organización Mundial de la Salud. (2014). Habilidades para la vida. OMS.

RECURSOS:
Físicos: Aula, sillas, bafle, videobeam, esfero y listado de asistencia
Humano: Terapeuta ocupacional, ciudadanos y ciudadanas

RESULTADOS:

Cualitativos:
Durante el desarrollo del taller de reconocimiento de normas sociales, los ciudadanos y ciudadanas participaron de manera activa y colaborativa, evidenciando disposición para reflexionar sobre conductas cotidianas que influyen en la convivencia y la participación social. A través de la actividad lúdica de mímica, se observó una mayor comprensión de situaciones relacionadas con el respeto, la comunicación asertiva y el cumplimiento de normas básicas en contextos comunitarios, familiares y sociales. Los participantes lograron identificar comportamientos adecuados e inadecuados, reconociendo las consecuencias que estos tienen en la construcción o deterioro de los vínculos interpersonales. Asimismo, se evidenciaron avances en habilidades como la escucha activa, el trabajo en equipo y la autorregulación conductual. Al cierre del espacio, los ciudadanos manifestaron mayor conciencia frente a la importancia de las normas sociales como facilitadoras de una convivencia armónica y de su desempeño ocupacional en escenarios de inclusión social.

Cuantitativos:
Se contó con la participación total de 20 ciudadanos y ciudadanas de comunidad de vida, 19 de género masculino y solo 1 de género femenino, además 2 de ellos, son personas mayores.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Camila Pardo.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz

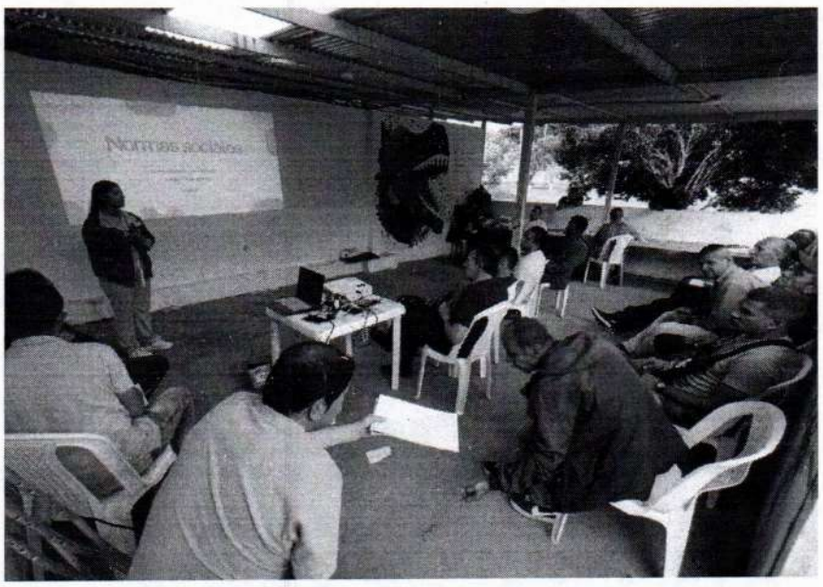
REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Normas sociales para la convivencia

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

FECHA: 16/01/2026





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 sociales para la convivencia.
4. Fecha: 16/01/2026
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	75101424	Gludres Hernandez	41	No aplica	No aplica	No aplica			x						
2	CC	1020756686	Marcela Cardenas	35	No aplica	No aplica	No aplica			x					marcela	
3	CC	80512942	Jhon Romero	54	No aplica	No aplica	No aplica			x					Jhon	
4	CC	79572619	Rigoberto RAMIREZ	56	No aplica	No aplica	No aplica			x						
5	CC	79845472	Luis Carlos Gallego	48	No aplica	No aplica	No aplica			x						
6	CC	79853890	Fabian GUZMAN	47	No aplica	No aplica	No aplica			x						
7	CC	56643	Donal Ramos	40	No aplica	No aplica	No aplica			x					Donal	
8	CC	7010682	DIEGO PALACINO	68	No aplica	No aplica	No aplica			x						
9	CC	80236133	Cesar molano	45	No aplica	No aplica	No aplica			x					Cesar	
10	CC	94284722	Arbei cano	57	No aplica	No aplica	No aplica			x					Arbei.	
11	CC	14287856	Alvaro OSORIO	67	No aplica	No aplica	No aplica			x					Osorio	
12	CC	14569457	MILTON CORREA	42	No aplica	No aplica	No aplica			x					MILTON	
13	CC	79997791	FREDY GARCES	44	No aplica	No aplica	No aplica			x					Paga	
14	CC	79428349	Jose IVAN BUSTOS	58	No aplica	No aplica	No aplica			x						
15	CC	79.563.368	EDWIND CARRASCAL	55	No aplica	No aplica	No aplica			x						
16	CC	18523304	William Polanco	40	No aplica	No aplica	No aplica			x						
17	CC	1024545903	David felipe Avila	32	No aplica	No aplica	No aplica			x						
18	CC	1010196962	Jhon Raul Rios	35	No aplica	No aplica	No aplica			x						
19	CC	1018489676	David Sanchez	29	No aplica	No aplica	No aplica			x						
20	CC	1000801022	VICTOR LARROTA	34	No aplica	No aplica	No aplica			x					Victor	

13. Nombre del responsable: María Camila Pardo Serrato
14. Cargo o rol del responsable: Terapeuta Ocupacional
15. Firma del responsable de la actividad: Camila Pardo

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida El Rosario		**FECHA:** 16/01/2026	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 03:30 pm
ÁREA: PROMOTORIA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angela Bravo	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Fortalecimiento de la autoestima y la resiliencia.

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 trabajar con un taller de interés.

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.

• **Potencia tu sociabilidad.** Entabla relaciones sociales que te enriquezcan, evitando el aislamiento. Tener una buena red social es un pronóstico fiable para el desarrollo de una buena 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, computador, mesas.

Recursos humanos:

- Ciudadanos y ciudadanas, promotor

RESULTADOS:

Cualitativos: Se logro con el cumplimiento de los objetivos planteados durante el desarrollo del taller, en donde los participantes se mostraron participativos eh interesados en el tema presente, ya que se enfocó en mantenerse fuerte y estable durante la temporada navideña, de seguir manteniendo sus buenos hábitos de vida saludables y de no dejar todo atrás ya que ellos saben lo que les cuesta, mantenerse fuerte y estables, durante el transcurso del taller los participantes expresaron que las herramientas adquiridas en comunidad les ha funcionado a mantenerse estables y a regular la ansiedad por eso quieres realizar su proceso de desarrollo personal.

Cuantitativos: Se logró con la participación de 24 participantes de los cuales todos son hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Angela Bravo

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Nombre de la actividad: Fortalecimiento de la autoestima y la resiliencia.

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

Fecha: 16/01/2026





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: Fortalecimiento de la autoestima y la resiliencia

4. Fecha: 16/01/2025

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	79764623	Jeison P. Carmen	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79356338	Gustavo Arango	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1322000	Cruz reto	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79581883	Luis G. Bueno	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	88263711	Alejandro Londoño	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1054111116	Jhon Fredy Londoño	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1070917209	Jeison Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80212913	Alonso tejada	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1026562920	SOFIA AVILES	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79824457	Felix Sierra	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79696396	Ivan Mosquera	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	80175192	Sammy carrillo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	80770854	Diego Roberto	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	3232036	Joaquin Navarrete	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	79874789	Diego Gamboa	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	19458334	Pluto Rojas	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	79917558	FABIO RICO	45	No Aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	80091725	Joan Ramirez	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1032381814	Wilmar Forero	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	1020937122	Jhon Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angela Bravo

14. Cargo o rol del responsable: Angela Bravo

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

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: Fortalecimiento de la autoestima y la Resiliencia

4. Fecha: 16/01/2026

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	1001701	DIEGO ORJUELA	53	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego	
2	CC	1032485662	JOSE CONTRERAS	C16	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jose	
3	CC	79645201	Jerson Moreno	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1032403228	ANDRES CASTAÑO HUERTAS	37	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: Angela Bravo

14. Cargo o rol del responsable: Promotora 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 el Rosario	**FECHA:** 16/01/2026	**HORA:** Inicio: 02:00pm Final: 03:30 pm
ÁREA: Primeros auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Nidia Romero

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Secuelas del consumo de spa

OBJETIVO GENERAL:
Fortalecer los conocimientos, habilidades y actitudes de los participantes para la promoción de la salud mental, la prevención de trastornos psicológicos y el manejo adecuado del estrés, fomentando el bienestar emocional, la resiliencia y la calidad de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar los principales conceptos relacionados con la salud mental y sus determinantes.
- Reconocer señales tempranas de trastornos psicológicos y factores de riesgo.
- Desarrollar habilidades para el manejo del estrés, la ansiedad y otras emociones difíciles.

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, dirigida a ciudadanos de 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 la importancia de tener conocimientos sobre Salud Mental

Adecuación: El taller se llevará a cabo en el espacio Kiosco, 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 de cuidar es vivir. 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 temas de Salud Mental

Tercer momento: Se llevará a cabo una emergencia. 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: CUIDAR ES VIVIR

- Reconocimiento de síntomas tempranos de ansiedad, depresión, estrés y otros trastornos.
- Factores de riesgo y factores protectores.
- Estrategias para identificar y controlar el estrés.
- Técnicas de relajación, respiración y mindfulness.
- Regulación emocional y manejo de conflictos.

REFERENCIAS

- **https://www.paho.org/es/temas/salud-mental**

RECURSOS:

Físicos:

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

Humanos:

- Ciudadanos, Auxiliar de Enfermería

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Mayor conciencia sobre la importancia de la salud mental y su impacto en la vida diaria.
- Incremento del conocimiento sobre factores de riesgo, señales tempranas y prevención de trastornos psicológicos.
- Desarrollo de habilidades para el manejo del estrés, la ansiedad y las emociones negativas.
- Cambio positivo en actitudes hacia el autocuidado y el bienestar emocional.
- Reducción de estigmas y prejuicios asociados a los problemas de salud mental.

Cuantitativos:

N°. total de ciudadanos: 7
N°. total de mujeres: 3
N°. total de hombres: 4
N°. total de LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: Nidia Romero.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Ojón G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: SECUELAS DEL CONSUMO DE SPA
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA
FECHA: 16/01/2026





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: Secuelas del consumo de spa

4. Fecha: 16/01/2026

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	1010238775	Jhonatan Bustos	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1030524978	DIDIER OLAYA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1026283089	Edith Rocio	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80174633	Edwin Suarez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	45526060	Sandra Correa	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	79973500	Jose Alejandro Ortiz Perez	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1032407285	Ruyardy	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Nidya Romero

14. Cargo o rol del responsable: Primeros Auxilio

15. Firma del responsable de la actividad: Nidya Romero

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:		4. Fecha:	DD/MM/AAAA	5. Hora: HH:MM

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

13. Nombre del responsable: _____ 14. Cargo o rol del responsable: _____ 15. Firma del responsable de la actividad: _____

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida el Rosario	**FECHA:** 16/01/2026	**HORA:** INICIO: 02:00 PM FINAL: 03:30 PM
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Elcy Yulieth Rojas Jiménez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Elaboración del cierre del proceso

OBJETIVO GENERAL:
Facilitar un cierre consciente, significativo y emocionalmente reparador del proceso de desarrollo personal vivido en la Comunidad de Vida, reconociendo los aprendizajes, transformaciones y herramientas adquiridas durante las cinco etapas.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Promover la reflexión personal sobre los cambios logrados a lo largo del proceso, fortaleciendo la autovaloración y la identidad personal.
- Facilitar la elaboración simbólica del cierre del proceso mediante actividades ludo-terapéuticas que permitan resignificar las experiencias vividas y fortalecer el sentido de logro personal.
- Incentivar la proyección personal hacia el futuro, reforzando el compromiso con el autocuidado y la continuidad del proceso de crecimiento.

METODOLOGÍA: El taller se estructura desde la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. La metodología se fundamenta en lúdico-terapéutica: 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.

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

Se inicia con la actividad "*La Línea de Mi Proceso*", cada ciudadano o ciudadana construye de manera simbólica una línea del tiempo usando cartulina, dibujos, palabras o recortes. En ella representa momentos significativos de cada una de las cinco etapas (retos, aprendizajes, logros). Se le realiza preguntas reflexivas; ¿Cómo llegué a la comunidad de vida? ¿Qué fue lo más difícil y qué logré superar? ¿Qué aprendí de mí mismo en este proceso?

Segundo momento: Estrategias de Manejo: Este es el momento central del taller, donde se realizan actividades participativas que permiten visualizar la importancia de prevención de recaídas. Se realiza una actividad llamada "Antes no podía / Hoy sí puedo", Los ciudadano y ciudadanas se ubica en círculo, en el centro se colocan tarjetas o papeles con frases incompletas, por ejemplo: Antes no podía confiar en nadie… hoy sí puedo. Antes me rendía fácil… hoy sigo intentando. Antes no me cuidaba… hoy me respeto más, cada ciudadano y ciudadana toma una tarjeta o construye su propia frase de manera oral si no desea escribir, de forma voluntaria, completa la frase y la comparte con el grupo. Preguntas reflexivas: ¿Qué es algo que hoy haces diferente a cuándo llegaste? ¿Qué aprendiste de ti mismo en este proceso?

Tercer momento: Cierre y compromiso personal: Este último momento busca consolidar los aprendizajes. Actividad "*El recorrido final*": Se organiza 4 estaciones cortas en el espacio asignado, El grupo pasa por todas las estaciones en orden, de manera grupal o en pequeños subgrupos: Estación 1 Inicio. Acción sencilla (caminar, ordenar objetos, formar fila). Representa el ingreso al proceso. Estación 2 Proceso. Actividad cooperativa breve (pasar una pelota, armar algo simple). Representa el trabajo realizado. Estación 3 Logro. Acción de superación (cruzar una línea, resolver algo básico). Representa haber llegado hasta la etapa 5. Estación 4 Cierre.

Cierre reflexivo y motivacional: el profesional en psicología les resalta "Las oportunidades están ahí, pero dependen de nuestras manos, de lo que hacemos con lo que tenemos y de las personas que nos acompañan".

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

TEMAS:

Sentido de pertenencia

El sentido de pertenencia es el sentimiento o conciencia de formar parte de uno o varios grupos o comunidades. Tomamos como modelos de referencia estos grupos humanos, los cuales influyen

directamente en nuestras características y percepción de nosotros mismos. En función de cuántos rasgos compartamos con los miembros de un determinado grupo más probable es que nos identifiquemos con el mismo, viendo a estas características como pruebas de formar parte de algo más grande. El tamaño del grupo no importa. El sentido de pertenencia se puede formar en cualquier tipo de grupo y lo que realmente importa para que lo desarrollemos es, además de la cantidad de rasgos que compartamos con sus miembros, la importancia que tiene para nosotros ese mismo grupo. Un ejemplo de ello lo tenemos en la familia con la que, por muy pequeña que pueda ser, compartimos rasgos tanto físicos como comportamentales, además de una historia común y dependencia emocional y económica. Si bien la familia es el primer grupo con el que establecemos contacto, siendo clave para nuestra supervivencia y desarrollo cultural y, por lo tanto, la primera comunidad con la que desarrollamos el sentido de pertenencia no es la única. A medida que vamos creciendo establecemos contacto con diferentes grupos, como pueden ser los vecinos de una misma calle, los compañeros de la clase, otros niños con intereses similares y todo tipo de grupos sociales diferentes que moldearán nuestra identidad y despertarán diferentes sentidos de pertenencia.

Proyección personal

Ciertamente, los estudios son un componente esencial en el proceso de formación profesional. No obstante, el convertirse en un(a) profesional exitoso(a) va más allá de adquirir, un conjunto de conocimientos y habilidades prácticas necesarias para obtener cierto, nivel de experticia en un determinado campo laboral, sino que también requiere de una buena proyección. La proyección profesional se puede definir como aquella percepción que tienen los demás respecto a uno en el ambiente de trabajo, según el comportamiento y desempeño expuestos. De acuerdo con Guerrero (2010), las personas profesionales deben encontrar un equilibrio entre su proyección y su preparación académica. Esto es, simplemente demostrar lo que se es (Castellanos, 2019). Para exhibir un alto grado de profesionalismo, los dos elementos (proyección y preparación académica) deben estar presentes a la par ya que dependen el uno del otro. Además, es importante que haya coherencia entre ambos para poder causar una impresión que transmita seguridad e influya positivamente en el prójimo. De este modo es que los(as) verdaderos(as) líderes consiguen cautivar a sus colaboradores y, por ende, lograr lo que se proponen (Guerrero, 2010). Entonces, ¿qué hacer para desarrollar una proyección profesional adecuada? A continuación, algunas recomendaciones: (1) defina su visión profesional; (2) sea auténtico(a); (3) cuide su imagen personal; (4) asuma una actitud positiva; y (5) busque oportunidades de desarrollo. La primera recomendación se enfoca en lo que la persona debe hacer antes de proyectarse. Para ello, necesita saber hacia dónde se dirigirá, lo cual se basa en establecer metas a corto/largo plazo, identificar sus intereses y encontrar un propósito en su carrera. Una vez lo haya definido, debe preguntarse a sí mismo(a) qué es lo que desea proyectar conforme a sus aspiraciones profesionales. Como capitán de su propio velero, esto le ayudará a encaminarse en dirección a esos objetivos que se ha propuesto (Castellanos, 2019). La segunda recomendación invita a sacar el máximo provecho de los talentos, de la personalidad, y de todo lo que el individuo tiene disponible para realizar la mejor ejecución posible (Lugo, 2019). Consiste en revelar ese profesional que lleva dentro, destacando esas virtudes y capacidades que posee, aprovechando cada una de estas para ofrecer su versión más completa en el quehacer laboral. Guerrero (2010) subraya el valor de tener una identidad propia acorde a las características individuales, valores, principios y competencias profesionales. Cada quién debe conseguir que su marca personal e imagen profesional refleje la mayor cantidad de información verdadera de sí mismos(as) para generar confianza y credibilidad (Castellanos, 2019). Se refiere a mantenerse fiel a su esencia.

REFERENCIAS:

- Rubio, N. M. (2020, septiembre 28). *Sentido de pertenencia: qué es y cómo influye en nuestro comportamiento*. pymOrganization. https://psicologiaymente.com/social/sentido-pertenencia
- Escalante, R. (2024, mayo 1). *¿Cómo Fortalecer su Proyección Profesional?* Albizu.edu. https://infocentral.albizu.edu/featured/como-fortalecer-su-proyeccion-profesional/#/

RECURSOS:

Físicos:

- Listado de asistencia, hojas blancas, lápices, marcadores, tablero, computador.

Humanos:

- Ciudadanas y ciudadanos, profesional en psicología.

RESULTADOS:

Cualitativos

El taller permitió generar un espacio de cierre estructurado, contenido y coherente con la etapa final del proceso, facilitando en las y los ciudadanos la comprensión de que los procesos personales tienen un inicio, un desarrollo y un cierre. De manera general, se evidenció una participación acorde a las características de la población, respetando los ritmos individuales y sin forzar la expresión emocional.

Desde el enfoque ludo-terapéutico, las actividades propuestas favorecieron la integración grupal y la sensación de finalización del proceso, permitiendo que los participantes reconocieran, de forma implícita o

explícita, los avances logrados durante las cinco etapas. El uso de dinámicas sencillas contribuyó a disminuir la resistencia, el cansancio emocional y la ansiedad asociada al cierre.
En términos emocionales, el taller brindó contención y estabilidad, evitando la apertura de situaciones conflictivas o emociones desbordadas. Se observó que el cierre guiado y progresivo facilitó una despedida más tranquila, promoviendo sentimientos de reconocimiento, orden y logro, tanto a nivel individual como colectivo.
A nivel relacional, el espacio fortaleció el sentido de pertenencia y respeto mutuo, validando el esfuerzo sostenido dentro de la comunidad de vida. El reconocimiento grupal permitió resignificar la experiencia compartida, reforzando la idea de que el proceso fue significativo más allá de los resultados individuales.
Finalmente, el taller cumplió su propósito de cierre al consolidar una experiencia final clara y estructurada, dejando en los participantes una sensación de finalización del ciclo y de preparación para la continuidad de su proceso de desarrollo personal, ya sea dentro o fuera de la comunidad. Desde una mirada cualitativa, el impacto del taller se refleja en la apropiación del proceso vivido, el fortalecimiento de la autovaloración y la disposición a sostener los aprendizajes adquiridos en la vida cotidiana.

Cuantitativos: Se contó con la participación de 15 ciudadanos, 2 ciudadanas pertenecientes al género femenino entre 42 – 67 años y 13 ciudadanos del género masculino entre 43 – 74 años.

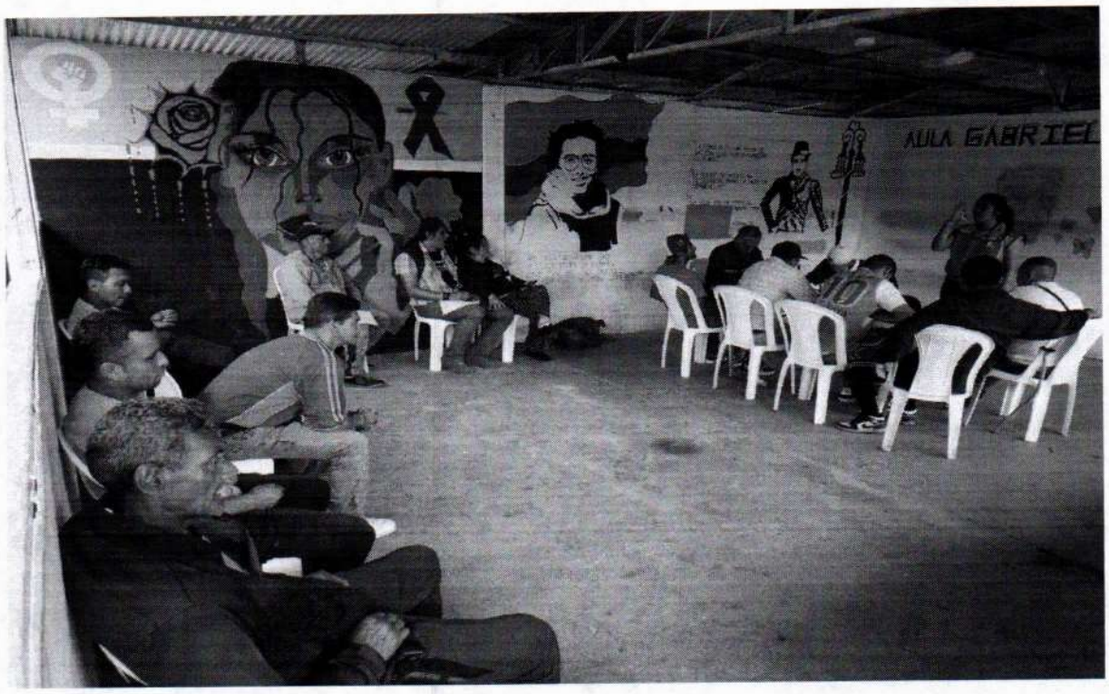
Totalidad de ciudadanas y ciudadanos: 15 ciudadanas y ciudadanos

FIRMA DEL RESPONSABLE: Yulieth Rojas

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: Jose Henry Oiza G

REGISTRO FOTOGRÁFICO:
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ELABORACIÓN DEL CIERRE DEL PROCESO.
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.
FECHA: 16/01/2026





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: Elaboración del cierre del proceso

4. Fecha: 16/01/2026

5. Hora: 02:00 pm

No	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80144190	Nicolas Gomez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80926713	Jose Ortiz	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOSE	
3	CC	6814782	Jorge Gonzalez	74	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80009766	[illegible]	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79810036	Obdulio Ecapitic	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	10101646	[illegible]	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	8726226	Jose Ceballos	62	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	2947776	[illegible]	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79940581	Pablo [illegible]	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	91.214618	Rafael A. Mendoza	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79700637	John Jairo Torres Rivera	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	75079966	[illegible]	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	80271819	[illegible]	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	8449584	[illegible]	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	52995591	Pilar Gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Pilar G	
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Elcy Yulieth Rojas

14. Cargo o rol del responsable: Psicóloga

15. Firma del responsable de la actividad: Yulieth Rojas

Autorización para el tratamiento de datos personales. En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/ docs/2022/politicas_publicas/20221111_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:** 17/01/2026	**HORA:** Inicio: 08:00 Am Final: 10:30 Am
ÁREA: Promotor social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Cristian Avila	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ornato - Aseo General			

OBJETIVO GENERAL:
Realizar una jornada de ornato, desinfección y disminución de objetos acumulados para mejorar la calidad del entorno y promover un ambiente saludable y agradable.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar la participación de la comunidad y generar conciencia sobre la importancia del mantenimiento continuo de la limpieza, el orden y la disposición adecuada de los residuos, promoviendo prácticas sostenibles.
- Organizar los objetos y materiales en el espacio para mejorar la funcionalidad y la eficiencia en el uso del área, y reducir el estrés y la ansiedad asociados con la desorganización.
- Promover en los ciudadanos el orden y aseo habitacional a través de jornadas de ornato que les permitan fortalecer su desarrollo personal.

METODOLOGIA:
Para el desarrollo de esta actividad con los participantes que asisten de manera transversal y dando cumplimiento a la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida en esta activad y basándose en las acciones individuales y grupales que se desarrollan en el marco del proceso de atención y desarrollo personal de las y los participantes que hacen parte de esta modalidad se enmarcara bajo la metodología psico educativa la cual hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias que permitirán al ciudadano o ciudadana mitigar los riesgos y reducir los daños asociados a determinadas situaciones, con esto se busca que entre más logre el ciudadano involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir que buscar que cada persona logre el mayor desarrollo personal posible.

Adecuación: Se realizará el llamado a las y los ciudadanos, así mismo el respectivo alistamiento de los elementos para que puedan participar en la actividad transversal y que se pueda ejecutar de la mejor manera, en donde se promoverá espacios de bienestar.

Primer momento: Se indica a los participantes para realizar dicha actividad y sobre la importancia de limpieza y desinfección al interior de las habitaciones con el fin de evitar malos olores e insectos en las mismas. Sensibilizar a quienes se les dificulta el hábito de higiene menor y mayor para lograr la participación en la mayoría de los participantes en comunidad.

Segundo momento: Los participantes recibirán en cada espacio la metodología a llevar a cabo, por lo tanto, se les sensibilizará sobre la importancia de la higiene mayor e higiene menor durante la actividad, así mismo se potenciará en ellos el uso adecuado de elementos de aseo y de instalaciones.

Tercer momento: Por último, se realizará retroalimentación de las actividades presentadas, con el fin de dar conclusiones a la propuesta planteada, teniendo en cuenta que lo que se quiere es reducir niveles de suciedad y acumulación en las habitaciones.

Reacondicionamiento del espacio:
Una vez terminado el encuentro en medio del espacio del taller, se solicita a las y los ciudadanos dejar el espacio en las condiciones en las que lo encontraron, quienes acatan y cumpliendo la petición del profesional.

TEMAS
El papel del orden y la limpieza en nuestro bienestar
El hogar es el epicentro de nuestras vidas y queremos cuidarlo y mejorarlo. Podemos pensar que la única manera de mejorarlo es redecorándolo o haciendo una reforma, pero no es cierto. El bienestar en el hogar va mucho más allá. En ese bienestar juega un papel fundamental el orden y limpieza en casa, que no solo son importantes para que nuestra casa se vea bonita, también influyen en las emociones y sentimientos.

¿Sabías que el orden y la limpieza son clave para nuestra salud mental?

El desorden es el mayor enemigo del bienestar que puede existir en un hogar: provoca estrés y que las familias que viven en hogares desordenados se sientan menos motivadas y más cansadas. Los lugares caóticos dificultan la concentración, la memoria y también la capacidad de procesar bien la información. Debemos prestar especial atención al desorden si teletrabajamos o hay personas estudiando desde casa, en esos casos un hogar ordenado y organizado es todavía más fundamental.

Un dormitorio ordenado y limpio nos ayuda a dormir mejor

Una simple acción diaria como la de hacer la cama mejora nuestro sueño en casi un 20%. Además, con un dormitorio ordenado no solo mejorará la calidad de tu sueño, también podrás conciliar el sueño con mayor facilidad. El desorden nos distrae y no permite que nuestra mente desconecte para dormir adecuadamente.

Mayor creatividad y productividad

Desarrollamos más tareas en casa que nunca, especialmente las que hemos mencionado, el teletrabajo y las clases online. Para poder trabajar y estudiar desde casa de forma correcta es fundamental contar con un espacio ordenado que nos permita concentrarnos. Si lo que vemos es ropa tirada en el suelo o un entorno lleno de polvo, lo único en lo que nos ayudará será en distraernos. Y no sólo hablamos de productividad, también de creatividad. Un espacio ordenado y limpio nos ayuda a centrarnos en aquello que necesitamos y dejar volar nuestra creatividad sin obstáculos.

El orden también influye en tu vitalidad

Una persona activa tiene menos niveles de estrés y ansiedad en su cuerpo. Aunque no parezca mucho, ordenar estantes, recoger la ropa o limpiar los muebles nos ayuda a estar activos y quemar calorías. Esta actividad diaria nos ayuda a estar activos ya estar listos para otro tipo de actividad, si es deporte mucho mejor.

Un hogar limpio y ordenado te ayuda a ganar tiempo

¿Cuántas veces has buscado algo en casa y has tenido que repasar todos los rincones de tu hogar para encontrarlo? Con un espacio perfectamente organizado esto no sucederá y ahorrará tiempo en tu día a día que podrás dedicar a cosas que verdaderamente te gustan y te hacen sentir bien. Además, de cara a nuestras visitas, especialmente aquellas que son de última hora, nuestra casa estará siempre lista y no tendremos necesidad de estar con estrés para dejar todo listo antes de su llegada.

¿Qué es lo primero que se debe limpiar en una casa?

Cuando se trata de mantener el orden y la limpieza en casa, es esencial establecer una rutina eficiente para abordar las tareas de limpieza. Para empezar, lo primero que debes limpiar en una casa son las áreas de uso común, como la sala de estar, la cocina y el baño. Estas áreas tienden a acumular desorden y suciedad con mayor rapidez. Aquí hay algunas pautas:

1. Sala de estar: Comienza por recoger cualquier desorden, como libros, revistas o juguetes. Luego, pasa la aspiradora o barre para eliminar el polvo y la suciedad. No olvides limpiar las superficies, como mesas y estantes.
2. Cocina: Limpia los platos y utensilios después de cada comida. Limpia las superficies de trabajo, como encimeras y estufa, regularmente. Además, realiza una limpieza profunda del horno y la nevera de manera periódica.
3. Baño: Mantén el baño limpio y ordenado. Limpia el inodoro, la ducha y el lavabo regularmente. También asegúrate de cambiar las toallas y mantener los artículos de tocador organizados.

¿Cómo mantener el orden y la limpieza en casa?

Mantener el orden y la limpieza en casa no se trata solo de realizar una gran limpieza de vez en cuando, sino de mantener una rutina constante. Aquí tienes algunos consejos para lograrlo:

- Establece un horario: Programa tiempos específicos para la limpieza y el orden en tu hogar. Esto podría ser una hora al día o una limpieza más profunda los fines de semana.
- Asigna tareas: Si vives con otras personas, distribuye las responsabilidades de limpieza. Cada miembro de la familia puede tener tareas específicas.
- Utiliza listas de verificación: Crea listas de verificación de tareas diarias, semanales y mensuales. Esto te ayudará a no pasar por alto ninguna tarea importante.
- Invierte en almacenamiento: Utiliza soluciones de almacenamiento, como estantes, cajas organizadoras y ganchos, para mantener tus pertenencias ordenadas y fuera de la vista.
- Elimina lo innecesario: Regularmente, revisa tus pertenencias y deshazte de lo que ya no necesitas. Dona o vende artículos que estén en buen estado.
- Mantén la coherencia: El mantenimiento regular es la clave. No dejes que el desorden y la suciedad se acumulen; en su lugar, limpia y ordena a medida que avanzas.

¿Cómo se dividen las tareas de limpieza en casa?

Dividir las tareas de limpieza en casa es una estrategia efectiva para distribuir la carga de trabajo. Aquí hay una posible forma de dividirlas:

- Limpieza diaria: Estas son tareas que deben realizarse a diario, como hacer la cama, lavar los platos y recoger el desorden general.
- Limpieza semanal: Reserva un día de la semana para tareas más exhaustivas, como aspirar o barrer toda la casa, limpiar baños y cambiar sábanas.
- Limpieza mensual: Una vez al mes, dedica tiempo a tareas más detalladas, como limpiar ventanas, persianas o electrodomésticos.
- Limpieza estacional: Dos veces al año, realiza una limpieza más profunda, incluyendo la limpieza de alfombras, cortinas y la organización de armarios.

El hogar es nuestro refugio. Un hogar ordenado y limpio no solo se ve bien, nos hace sentir bien y nos ayuda a estar más relajados, con menos estrés y hasta con mayor vitalidad.

REFERENCIAS:

- **https://www.aquitureforma.com/blog/beneficios-orden-y-limpieza/#:~:text=Limpieza%20diaria:%20Estas%20son%20tareas,limpiar%20ba%C3%B1os%20y%20cambiar%20s%C3%A1banas.**

RECURSOS

Físicos: Jabón, desinfectante, traperos, escobas, cepillos, paños de tela, baldes.

Humanos: Ciudadanos, promotores sociales.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante esta jornada de ornato y desinfección la cual permitió mejorar significativamente la limpieza, el orden del espacio intervenido. Los participantes manifestaron un alto nivel de compromiso y trabajo colaborativo, lo que fortaleció el sentido de pertenencia hacia el entorno. Se logró una transformación visual notoria, eliminando desechos y focos de contaminación, lo que generó una percepción más positiva del lugar por parte de la comunidad.
Además, la actividad fomentó hábitos de higiene colectiva y conciencia entre los asistentes, contribuyendo al bienestar general. La participación de la mayoría de los ciudadanos promovió la integración y el trabajo en equipo.

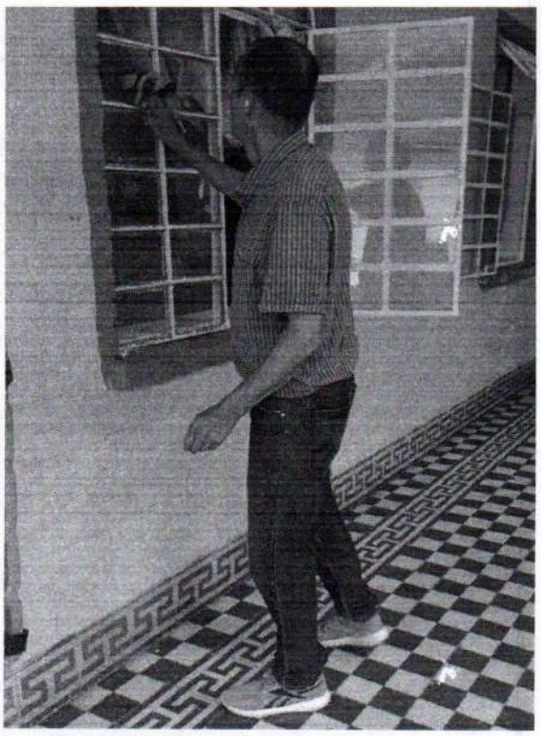
Cuantitativos:
N°. total de ciudadanos: 80
N°. total de mujeres: 5
N°. total de hombres: 75
N°. total de LGBTI: 0

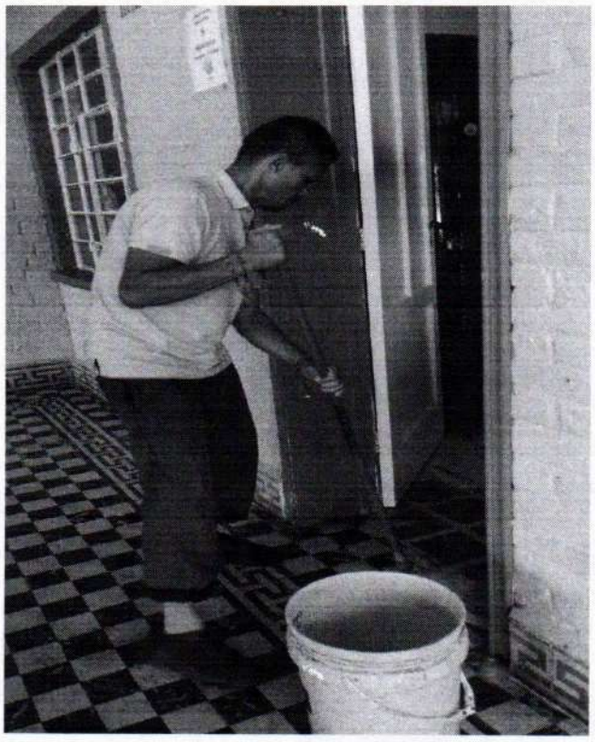
FIRMA DEL RESPONSABLE: Cristian Avila

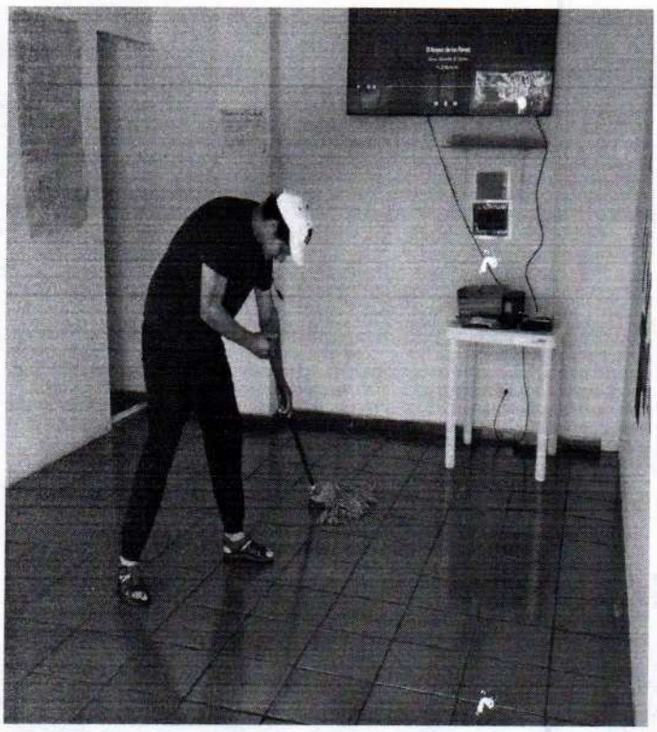
FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz S

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ORNATO - ASEO GENERAL
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA
FECHA: 17/01/2026









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: Orinato - Aseo General
4. Fecha: 17/01/2026
5. Hora: 08:00 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80169188	Oscar Angel	49	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1032335884	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	52263[illegible]	[illegible]	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	45526060	Sandra COLECO	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80212913	Alonso tejada	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	7701604	Gustavo Monsalve	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1032402788	Ricardy	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80774635	Edwin Suarez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1024[illegible]	David felipe Avila	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1026[illegible]	JOSE AVILA	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	10012069	DIEGO chacon	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1015433310	Harold Laiton	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	79049093	Pedro Laiton	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79572619	Roberto PAYARES	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	6762816	JUSTO REGALADO	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	80512924	Jhon Romero	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	1076683081	Edith Ibas	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	19284856	Alvaro Osorio	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	5232036	Joaquin Navarrete	69	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	1117512431	EDWIN DUARTE	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Cristian Avila
14. Cargo o rol del responsable: Practicante 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: Oinato - Aseo General.

4. Fecha: 17/01/2026

5. Hora: 08:00 Am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79735849	Luis E. Rodriguez	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79.874.8	DIEGO GUIBOC	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79705242	HENRY ZAMORA	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79853840	Fabian Guerrero	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79350338	Gustavo Arango	60	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80236133	Cesar Molano	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1070917221	Jeisson Wilches	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1030670107	Jorge Quitrago	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79863068	Edwin (Anmasca)	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	3167241	JOCE Martin	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1030521332	Juan. Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	79827467	Fder Sierra	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1010201177	Jhonatan Pastos	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1030233333	Diana oleya	93	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	79742307	Jose Corzon	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1010646		64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	19465331	Milton Rojas	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	79186668	Oscar J Mila	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	79.000.824		55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	80166345		61	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Cristian Avila

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: Orato - Aseo General

4. Fecha: 17/01/2026

5. Hora: 08:00 Am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79567293	Gabriel Guzman	50	No aplica	No aplica	No aplica			X					Gabriel	
2	CC	7956385	Osbaldo Espitia	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79700677	Jairo Tarez	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79643205	Jorge Moreno	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80247088	Oscar G	43	No aplica	No aplica	No aplica			X					Oscar	
6	CC	80765336	Graham Murcia	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1014190605	Yeison Garcia	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Yeison Garcia	
8	CC	79106682	Diego Paiacino	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	8449584	Adalberto Serrano	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79305578	Carlos Garcia	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79079764	Pablo Castro	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	5814797	Jorge Gonzalez	74	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	79845772	Luis carlos Gallego	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	73144	Antonio Bailon	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	7995591	Pablo Rodriguez	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	2995065	Blanca Nuñez	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	79973500	Jose Ubanto Ospina	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	11322000	Ever Leal	54	No aplica	No aplica	No aplica			X					Ever	
19	CC	80770867	Diego Cano Bautista	47	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Cano	
20	CC	91.214.618	Rafael A. Mendoza	64	No aplica	No aplica	No aplica			V						

13. Nombre del responsable: Gestor Aula

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: Ornato Aseo General

4. Fecha: 17/01/2026

5. Hora: 08:00 AM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79962850	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	8926743	Jose Otir Sierra	99	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1019062950	Carlos Chaparro	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79905593	FABIO RICO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79764623	Jeison R. Gomez	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1852334	William Polanco	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80897795	James Bedoya	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1032403223	ANDRES CRISTIAN HUERTAS	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	566117	Donal Ramos	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79428369	Jose WAN BUITRA	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	9928477	CARBERCOMA	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1076855	Marcel Castillo	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1032381114	WILMAR FORERO	38	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1121697076	David Sanchez	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80897121	Juan Eduardo R	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1117514431	Jeison Abello	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	79581883	Luis C. Bueno	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1076963499	Cristian Mendez	33	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	80175164	Jimmy Carrillo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	80248189	Alexander Galeano	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Cristian Avila

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:** 17/01/2026	**HORA:** INICIO: 11:00 AM FINAL: 12:00 M
ÁREA: Promotor social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Angel Olaya

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividades acuáticas

OBJETIVO GENERAL: Promover el bienestar integral de los ciudadanos y ciudadanas de la comunidad de vida, a través de la práctica recreativa de actividades acuáticas mejorando la condición física, facilitando la relajación y fomentando la socialización entre los participantes.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Contribuir al fortalecimiento físico general (resistencia, coordinación, y tono muscular) en un ambiente lúdico y no competitivo.
- Fomentar la relajación y reducción del estrés, mediante ejercicios de respiración, flotación y desplazamiento en el agua.

METODOLOGÍA: La actividad se llevará a cabo, a partir de Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, que permitirá el aprendizaje de habilidades, destrezas y ejercicios acuáticos, motivando a todos los ciudadanos presentes para mejorar la regulación de cargas emocionales y además su condición física.

Adecuación: Se realizará la invitación a los ciudadanos que participarán de la actividad y se adecuara el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad en piscina.

Primer momento: Se explicarán los objetivos y las actividades propuestas mediante el modo de ejecución y su metodología a seguir.

Segundo Momento: Se les informara a los ciudadanos que existen unas reglas y normas las cuales deben de implementarse para mantener la higiene y el buen uso del espacio (piscina).

Se deberá llegar al ingreso de la piscina duchado.

Cada ciudadano debe de portar como modo de indumentaria, sus chanclas, toalla de secado.

El traje de baño para los hombres debe ser de dos piezas – (bóxer y pantaloneta)

El traje de baño paras las mujeres debe ser de tres piezas – (panti, short-pantaloneta y top)

No realizar entradas al agua arriesgadas o que comprometan la integridad física.

Se implementará ejercicios y recorridos en el estilo crol (libre). Como modo recreativo y lúdico.

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

Reacondicionamiento del espacio: Se invitará a los ciudadanos a dejar el espacio en óptimas condiciones.

TEMAS:

NATACION: Es el conjunto de técnicas que permite al ser humano nadar. El movimiento y desplazamiento dentro y sobre el agua empleando los brazos y las piernas sin aditamentos o ayudas mecánicas de ningún tipo. Se trata de una actividad recreativa y deportiva.

CROL: El crol frontal se ha empleado desde la antigüedad. En el mundo occidental, el crol frontal fue visto en primer lugar en una competición que se realizó en Londres en 1844, donde fue nadado por dos indígenas americanos del pueblo *ojibwa*, que ganaron fácilmente a los nadadores británicos que usaban el estilo braza. Sin embargo, los caballeros ingleses consideraron que este estilo, con sus relativamente grandes salpicaduras, era «no británico».

John Arthur Trudgen aprendió el crol frontal de los yámanas, onas o tehuelches durante un viaje a Sudamérica en algún momento entre 1870 y 1890 (se desconoce la fecha exacta, pero se cree que fue en 1873). Sin embargo, Trudgen usó por error la patada de tijera, que era la que más se usaba en Gran Bretaña para la braza, en vez de la de batido, que era usada por los indios americanos. A este estilo híbrido se le llamó *Trudgen* y se popularizó rápidamente por su velocidad. En España fue el nadador Enrique Granados Gal, hijo del famoso compositor Enrique Granados, el que nadaría por primera vez en este estilo en la década de 1920.

HABILIDADES DEPORTIVAS: Las habilidades que los deportistas deben aprender son equivalentes a las que se realizan en otros ámbitos. Asimismo, esta clasificación ayuda a destacar los aspectos próximos y diferenciales entre las habilidades en el deporte y en otras actividades humanas. El deporte es una

actividad humana. Aunque frecuentemente se aborda el deporte desde una perspectiva fisiológica en la que se destaca el esfuerzo que debe realizar el deportista, creemos que también es útil hacerlo desde un enfoque conductual centrado en las habilidades que han de adquirir los deportistas y los instrumentos que han de aprender a utilizar. De igual manera, todas las personas a lo largo de su vida aprenden muchas habilidades y manejan diversos instrumentos. Por consiguiente, creemos que es posible establecer una vinculación entre los comportamientos y habilidades en el deporte con los que se dan en otras actividades humanas, respetando, sin embargo, la especificidad de los objetivos y los procedimientos de cada actividad.

JORNADAS LUDO-RECREATIVAS EN NATACION: Este tipo de prácticas, que se suelen tratar como novedosas, han acompañado a nuestra sociedad desde siempre, aunque los estudios e investigaciones sobre los mismos sean recientes (Moreno y Medrano, 1995). En su regazo tienen cabida, y son parte importante, aquellas que poseen un componente fundamental de actividad física. Ello ha dado lugar a una cierta ambigüedad y confusionismo en lo que se refiere a su denominación, merced a su relación con el término deporte. De esta manera, conviven términos como deporte para todos, deporte recreativo, deporte de tiempo libre, deporte alternativo, etc., todo para conceptualizar una misma cuestión y diferenciarla claramente del deporte competición o deporte de rendimiento. Sin embargo, aun proviniendo muchas prácticas físicas recreativas de algún tipo de deporte, se destaca que otras tantas tienen su procedencia en juegos populares, prácticas informales creadas en torno al medio urbano, parques, espacios naturales, gymcanas, juegos de fiestas, etc., (Martínez del Castillo, 1986). 2 Pues bien, tal cuestión, independientemente del concepto que se utilice, reúne unas características propias y que la definen. Entre algunas de estas características se destacan las que De Knop en 1989 estableció: - Búsqueda del placer y la diversión dentro de la misma actividad (objetivo intrínseco). - Pueden participar todo tipo de personas.

REFERENCIAS:

- https://es.wikipedia.org/wiki/Nataci%C3%B3n
- https://sporvit.com/como-mejorar-tu-resistencia-en-natacion-guia-completa/
- Riera, J. R. (2001). Habilidades deportivas, habilidades humanas. Apunts. Educación física y deportes, 2(64), 46-53.
- Moreno, J. A., Rodríguez, P. L., & Pérez, S. (1996). Las actividades acuáticas recreativas: un planteamiento para todos. *SEAE/INFO*, *32*, 12-17.

RECURSOS

Físicos:

- Piscina, flotadores, silbato, cronometro, planilla de asistencia, balón de voleibol.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida, equipo de promotoría.

RESULTADOS:

Cualitativos:

Durante la jornada de actividades acuáticas se evidenció una participación, entusiasta y respetuosa por parte de los ciudadanos. Las dinámicas en el agua generaron un ambiente de confianza, cooperación y disfrute colectivo, favoreciendo la integración grupal y el fortalecimiento de vínculos sociales, se logró dar cumplimiento con el objetivo Promover el bienestar integral de los ciudadanos y ciudadanas de la comunidad de vida, a través de la práctica recreativa de actividades acuáticas mejorando la condición física, facilitando la relajación y fomentando la socialización entre los participantes. Algunos ciudadanos indicaron que el estar en esta actividad los permitió sentirse vivos y tranquilos, el agua los ayuda a estar relajados y liberarse de cargas negativas.

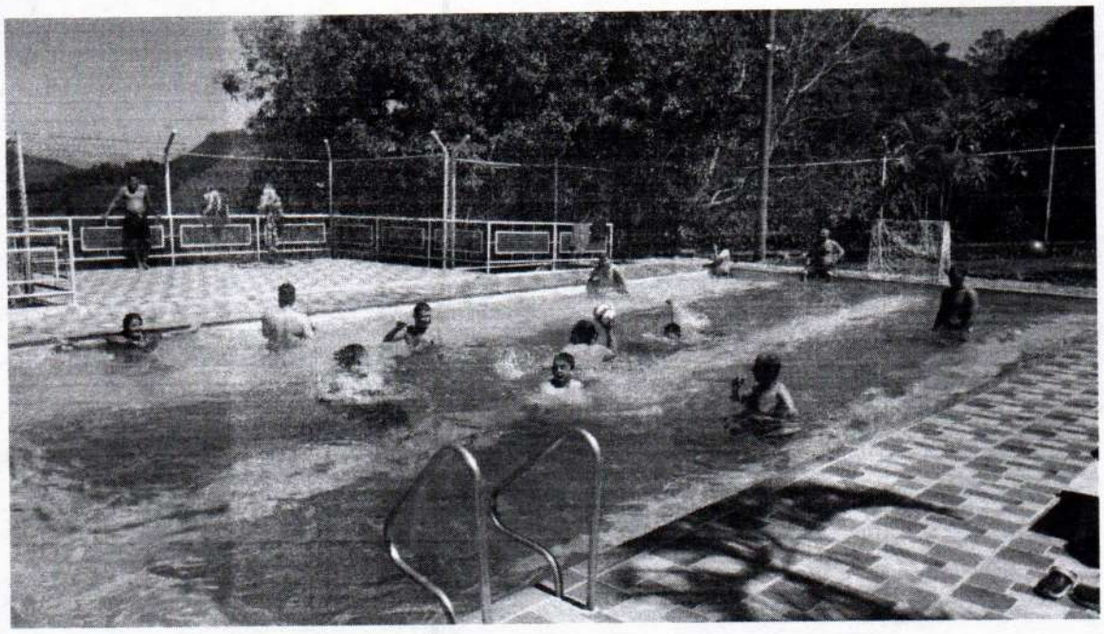
Cuantitativos: Durante la actividad asistieron un total de (20) veinte ciudadanos, de los cuales (2) dos son mujeres, (18) dieciocho hombres.

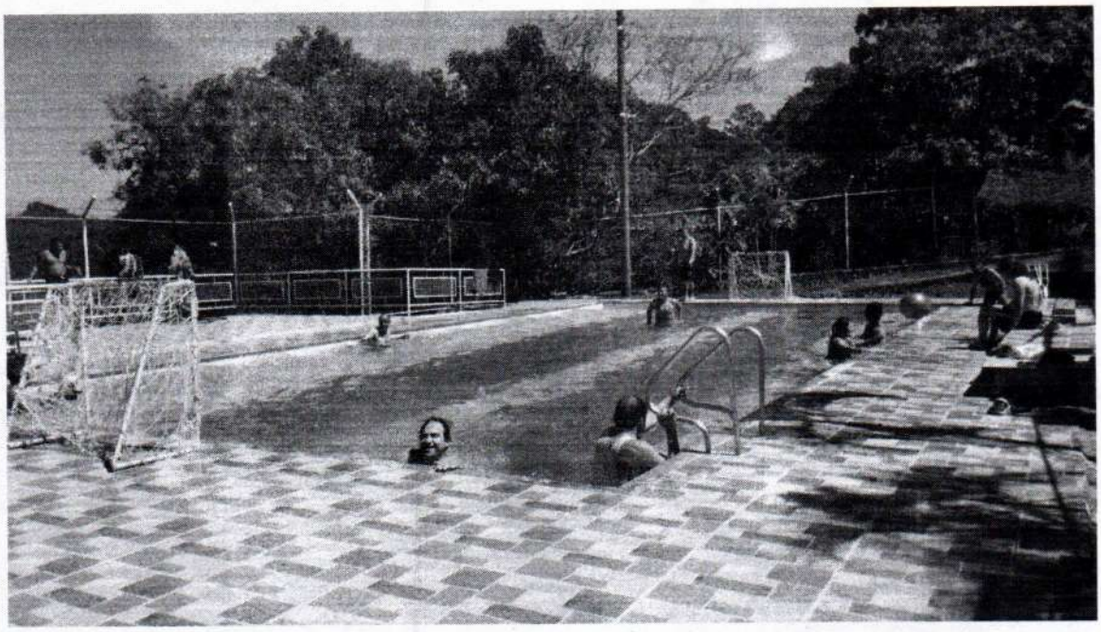
FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ACTIVIDADES ACUATICAS
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACION DE LA ATENCION INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA
FECHA: 17/01/2026





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: Actividades Acuaticas
4. Fecha: 17/01/2026
5. Hora: 4:00 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	1010696	Jorge Aguirre	64	No aplica	no aplica	no aplica			X						
2	CC	80770801	Diego carlo Roberto	47	No aplica	no aplica	no aplica			X						
3	CC	79793242	Henry Zamora	50	No aplica	no aplica	no aplica			X						
4	CC	79845472	Luis carlos Gallego	43	No aplica	no aplica	no aplica			X						
5	CC	80512474	Jhon Romero	54	No aplica	no aplica	no aplica			X						
6	CC	1010209773	Jhonatan Bustos	32	no aplica	no aplica	no aplica			X						
7	CC	1030524903	Diana Olaya	43	no aplica	no aplica	no aplica			X						
8	CC	1030675071	Jorge Buitrago	27	no aplica	no aplica	no aplica			X						
9	CC	1030521572	Jhon Rojas	40	no aplica	no aplica	no aplica			X						
10	CC	79572694	Rigoberto Ramirez	56	no aplica	no aplica	no aplica			X						
11	CC	80174635	Gavio Suarez	42	no aplica	no aplica	no aplica			X						
12	CC	1032408674	Jose Cardenas	46	no aplica	no aplica	no aplica			X						
13	CC	1024280289	Edith Hoyos	39	no aplica	no aplica	no aplica			X						
14	CC	1032407285	Jimy Ruggidi	38	no aplica	no aplica	no aplica			X						
15	CC	1024545985	David Avila	32	no aplica	no aplica	no aplica			X						
16	CC	80797 37	Gabriel Cipriani	48	no aplica	no aplica	no aplica			X						
17	CC	79305517	CARLOS GARCIA	54	no aplica	no aplica	no aplica			X						
18	CC	70106652	DIEGO PALACIO	68	no aplica	no aplica	no aplica			X						
19	CC	79563363	EDWIN CAMACHO	57	no aplica	no aplica	no aplica			X						
20	CC	80232133	Cesar Molano	45	no aplica	no aplica	no aplica			X						

13. Nombre del responsable: Angel Olaya
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:** 17/01/2026	**HORA:** Inicio: 02:00pm Final: 03:30pm
ÁREA: TALLERISTA AGRO	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Carlos Figueredo
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividad deportiva		

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar en las ciudadanas y ciudadanos habitantes de calle una actividad física para que puedan realizar el ejercicio y el esparcimiento con los otros compañeros de la comunidad acogiendo la liberación de tensiones y el disfrute del tiempo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Permitir que los participantes se sientan cómodos y seguros para que puedan realizar actividades de ejercitación y recreación durante su tiempo en comunidad.
- Crear los espacios para que los participantes se sientan en integración con los pares, desarrollando lasos de amistad dentro de la comunidad para el desarrollo de sus procesos.
- Enseñar las diferentes formas de recreación a los participantes aprovechando las diferentes zonas para recreación de la comunidad y como una de ellas p hacer parte de su tiempo de esparcimiento.

METODOLOGÍA: La actividad se lleva a cabo mediante el método de la recreación, por medio de Línea de atención 2: promoción de la inclusión socio ocupacional desde el agenciamiento de capacidades, con una metodología esparcimiento para el fortalecimiento de su confianza personal y que se motiven a realizar estas actividades en los distintos sitios que las distintas comunidades ofrecen y que al terminarla sientan que han logrado ser incluidos en otro campo.

Adecuación:
Se realiza el llamado a los participantes que desean entrar en la actividad para el aprovechamiento del tiempo libre en las horas de la tarde los fines de semana.
Primer momento:
Se reunirá a los participantes, y se diligencia lista de asistencia, se brindarán indicaciones para poder disfrutar de la actividad de sano esparcimiento.

Segundo Momento:
se procede a realizar la apertura en la cancha de futbol y entrar para ser parte y adecuadamente dentro del espacio y ejecutar las diferentes acciones.
Tercer momento:
Se lleva a cabo el cierre de la actividad, indagando frente a su momento de esparcimiento y el nivel de satisfacción individual y colectiva, motivación, se cierra el espacio, verificando todo este en orden.
Reacondicionamiento del espacio: Se solicitará a las y los ciudadanos organizar el espacio, el orden y aseo de manera que quede apto para la presentación del lugar.

TEMAS:
ACTIVIDADES FISICAS
Las actividades deportivas son aquellas que suponen la práctica de una de estas disciplinas. Como parte de un deporte, estas actividades deben enmarcarse en un cierto reglamento. El fútbol, por ejemplo, obliga a los jugadores a no poder tocar el balón con las manos, excepto en situaciones especiales (como en un saque de banda, también conocido como lateral) o en el caso del arquero (portero o guardameta). Por lo tanto, quien desea practicar esta actividad deportiva, debe adaptarse a esa y a otras reglas.
Actividades deportivas y deportes
Aunque muchas veces resulta difícil distinguir entre las actividades deportivas y el deporte, uno de los rasgos más característicos de este último es que implica la búsqueda de un resultado, la lucha por la victoria en el contexto de un enfrentamiento entre dos o más equipos. En otras palabras, los deportistas asumen el desafío de competir entre ellos. Por otro lado, el concepto de actividades deportivas suele estar más relacionado con reuniones en las cuales el objetivo principal es la realización de ejercicio físico de forma amistosa.
Uno de lo ámbitos en los cuales las actividades deportivas suelen aparecer con bastante asiduidad es el centro educativo, ya sea la escuela primaria o secundaria, e incluso la universidad. En estos casos, es

común que se organicen celebraciones a finales de año, con el objetivo de que se reúnan padres e hijos y disfruten de diferentes eventos de carácter deportivo, por lo general, sin perseguir ningún título.

Como puede apreciarse, cuando un colegio o una universidad congregan a los estudiantes y sus familias para formar parte de este tipo de actividades deportivas, el ejercicio físico es el punto de encuentro entre todos los invitados, y no el foco de un enfrentamiento por una copa.

Demostración de lo aprendido
Otro objetivo que a veces persiguen las actividades deportivas es permitir a los estudiantes exhibir todo lo que han aprendido durante el ciclo lectivo, algo que también es muy común en el ámbito de la enseñanza de arte en general (exposiciones de artes plásticas o recitales de música, por ejemplo, a los cuales asisten los seres allegados de los alumnos).

El concepto de actividades deportivas es muy amplio y no tiene límites muy claros: mientras que una institución puede usarlo como se explica en los últimos dos párrafos, para que un gran grupo de personas se junte en un recinto y pase unas horas agradables realizando diferentes deportes, otras pueden entenderlo como un evento realmente competitivo, en el cual sí existe la promesa de un premio para los ganadores.
Es importante señalar que las actividades deportivas son muy beneficiosas para nuestra salud, ya que nos ayudan a hacer un uso más natural de nuestro cuerpo, en cuanto a que nos enseñan a conocerlo en profundidad y a aprovechar sus diferentes características, algo que en la actualidad se da cada vez menos de forma espontánea: usar las piernas para ir desde la cocina hasta el coche y luego hasta la oficina no es precisamente el objetivo que la naturaleza tenía al darnos estos miembros.
ue son muchos los beneficios de hacer deporte es algo que no hemos descubierto ahora. De hecho, en el siglo I a.C., el italiano Décimo Junio Juvenal, en su Sátira X, ya hablaba de los beneficios psicológicos del deporte cuando escribió la famosa máxima "mens sana in corpore sano» (mente sana en cuerpo sano). Ya en la antigua Grecia se sabía que un cuerpo saludable tenía muchos beneficios para nuestra salud. En los últimos años esta idea sobre los beneficios del deporte se ha ido extendido y cada vez más gente práctica algún tipo de deporte, ya sea de manera moderada o a niveles avanzados. Pasamos mucho tiempo sentados y el cuerpo exige más movimiento para tener una vida saludable que lleva implícito, además, una alimentación equilibrada.

Además de las ganancias fisiológicas que la práctica deportiva puede traer a tu vida, a continuación te explicamos también alguno de los beneficios psicológicos de hacer deporte.

Los 10 principales beneficios de hacer deporte:
Reduce el riesgo de enfermedades del corazón: El ejercicio fortalece el corazón y mejora su circulación al aumentar el flujo sanguíneo que eleva los niveles de oxígeno en el cuerpo. Esto ayuda a disminuir el riesgo de tener el colesterol alto, o de sufrir enfermedad arterial coronaria y ataques al corazón.
Regula y controla el peso: Uno de los beneficios de hacer deporte es que juega un papel importante en el control de nuestro peso y previene la obesidad. Para ello, la energía que se quema debe ser igual a las calorías que se comen o beben. En este sentido, también es importante tener en cuenta la cantidad de agua que se recomienda beber al día.
Optimiza los niveles de azúcar en la sangre y de insulina: El ejercicio reduce el nivel de azúcar en la sangre y ayuda a que su insulina funcione mejor. Esto puede reducir su riesgo de síndrome metabólico y las diabetes.
Ayuda a dejar de fumar: Cualquier práctica deportiva puede ser de gran ayuda para dejar de fumar, ya que reduce la ansiedad y los síntomas de abstinencia.
Mejora la salud mental y el estado de ánimo: Durante el ejercicio, el cuerpo libera sustancias químicas que nos pueden ayudar a tener un mejor ánimo, a liberar tensiones acumuladas durante el día y a sentirnos más relajados.
Fortalece los huesos y músculos: Otro de los beneficios de hacer deporte para nuestro cuerpo es que ayuda a que los huesos sean más fuertes en niños y adolescentes. Con el paso de los años, seguir practicando ejercicio disminuye la pérdida de densidad ósea relacionada con la edad. Hacer actividades de fortalecimiento muscular permite aumentar o mantener la masa muscular.
Disminuye el riesgo de caídas: Para los adultos más mayores, las actividades de equilibrio y de fortalecimiento muscular, además de la actividad aeróbica moderada, reducen el riesgo de caídas.
Permite dormir mejor: El ejercicio puede ayudarte a conciliar el sueño con más rapidez y a permanecer dormido más tiempo. Antes de tomar cualquier tipo de medicamento para dormir prueba con realizar actividad física, una práctica más saludable.
Mejora la salud sexual: El ejercicio regular puede suponer una reducción en el riesgo de disfunción eréctil en los hombres. Para aquellos que ya tienen este problema, el ejercicio mejorará su función sexual.
Aumenta sus posibilidades de vivir más tiempo. Algunos estudios apuntan a que uno de los beneficios de hacer deporte es que puede reducir el riesgo de morir de manera prematura por enfermedades cardiovasculares e, incluso, por determinados cánceres. Pero, como ya veíamos, la práctica deportiva también influye en la cabeza, ya que una mejor salud mental es uno de los grandes beneficios psicológicos del deporte. Una buena salud mental es sinónimo de mayor longevidad.

REFERENCIAS

-https: //www.icbf.gov.co
-https://www.jappi.com.co
-https://www.leroymerlin.es

RECURSOS:

Físicos:

Pelota de letras y tapas de envase de gaseosa, cancha de futbol.

Humanos:

- Tallerista agro y ciudadanos.

RESULTADOS:

Cualitativos:

- Los participantes regularon sus estados de ánimo a partir de la ocupación del tiempo libre en las actividades de esparcimiento y el contacto con el medio ambiente.
- Aprendieron que con la entrada a las actividades físicas pueden compartir y jugar para aprovechar de su tiempo de libre.
- La población desarrolla las destrezas y habilidades en el que hacer dentro de distintas actividades físicas para realización de estas en la casa anivel de comunidad o como desarrollo integral con el compromiso y responsabilidad que adquieren para una vida social.

Cuantitativos:

- **N°- Total de ciudadanos :52**
- **N°- Total de mujeres:4**
- **N°- Total de hombres:48**
- **N°-Total de lgtbi:0**

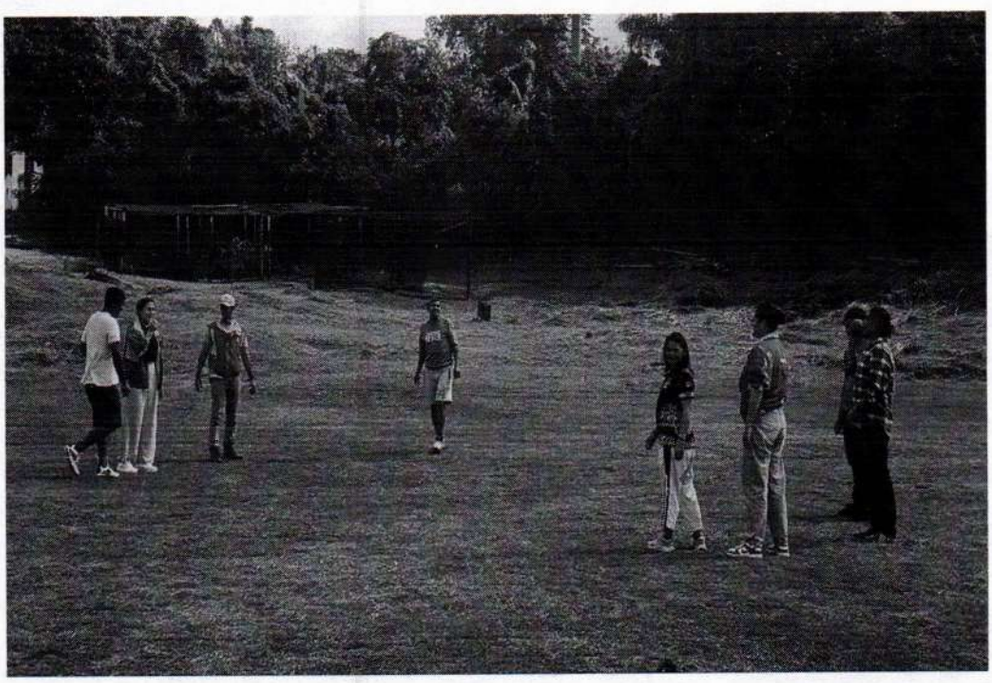
FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ACTIVIDAD DEPORTIVA
LÍNEA DE ATENCIÓN 2: PROMOCIÓN DE LA INCLUSIÓN SOCIO OCUPACIONAL DESDE EL AGENCIAMIENTO DE CAPACIDADES
FECHA: 17/01/2026





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: Actividad deportiva

4. Fecha: 17/01/2026

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	1105073071	Jorge Bustamante	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	14569457	MILTON CORREA	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					MILTON N.	
3	CC	19284856	Alvaro Osorio	67	No aplica	No aplica	No aplica			X					Osorio	
4	CC	8449584	Adalberto Serrano	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	R	1026567...	SOSA AXAIA	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	3232036	Joaquin Navarrete G.	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	70106652	DIEGO PALACIO	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79735894	Luis Eduardo [illegible]	51	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis E.	
9	CC	1018062950	Carlos Chaparro	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Carlos Chaparro	
10	CC	7015...	Juan [illegible]	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79819...	Osbaldo Espitia	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	8010...	Luis Aguilar	61	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis Aguilar	
13	CC	79356338	Gustavo Arango	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Gustavo Arango	
14	CC	79773500	Jose Alejandro Ortiz Ruiz	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	731444...	ANTONIO Bolivar	76	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1000801022	VICTOR LAVOTA	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					VICTOR	
17	CC	70062830...	Edith ROCHA OLLOS	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					EDIC	
18	CC	1010196942	Jhon Bard	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jhon Bard	
19	CC	79735894	Luis E.	51	No aplica	No aplica	No aplica								Luis E.	
20	CC	80720...	Diego Camilo Robayo	41	No aplica	No aplica	No aplica								Diego Roberto	

13. Nombre del responsable: Carlos Fajardo

14. Cargo o rol del responsable: Profesional Apoyo

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Actividad deportiva

4. Fecha: 17/01/2026

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	29477765	Blanca Mirar	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79950581	Pablo Rodriguez	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1020756686	Marcela Cardenas	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Marcela	
4	CC	79241249	Carlos Mendieta	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80770861	Diego camilo edarto	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Edarto	
6	CC	1024345903	David felipe Avila	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80897121	Juan Toledo L	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1024149625	Jhan Bard	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80175184	Jimmy Camilo	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79561783	Gabriel Garzon	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	C.C	79874761	Diego Gamboa	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1010309777	Jhonatan Bustos	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1030534933	DIANA OLAYA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1070917209	Yeisson Wilches	27	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1004606652	STIVIN Valencia	30	No aplica	No aplica	No aplica			X					STIVIN	
16	CC	96079764	Pedro Cortes	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	79845472	Luis Carlos Gallego	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1026233089	EDITH ROCIO	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					EDITH	
19	CC	80091325	Juan RAMIREZ	44	No aplica	No aplica	No aplica			X					Juan R	
20	CC	79204542	Luis Encinales	59	No aplica	No aplica	No aplica			X					Luis	

13. Nombre del responsable: Cesar Figueroa

14. Cargo o rol del responsable: Talentos Dpo

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: Actividad deportiva

4. Fecha: 17/01/2026

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	79356338	Gustavo Arango	60	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X						
2	CC	70106682	DIEGO PALACINO	68	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X						
3	CC	91.216169	Rafael A Mendoza	64	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X						
4	CC	19281856	AYALA OSORIO	67	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X						
5	CC	3232036	Eduardo Navarrete	67	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X						
6	CE	79997791	Freddy Garcia	AA	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X						
7	CC	14569953	MILTON CORREA	42	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X					MILTON	
8	CC	1010196922	Jhon Bustos	35	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X						
9	CC	1026283089	EDITH Rocio	39	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X					EDITH	
10	CC	11 322000	Eva Melo	54	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X						
11	CC	1010209723	JHONAN BUSTO	32	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X						
12	CC	1070924933	DIANA OLAYA	43	Vaupes	Vaupes	Vaupes			X						
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Carlos Andres Figueroa

14. Cargo o rol del responsable: Talentos Apoyo

15. Firma del responsable de la actividad:

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

Unidad Operativa:	Comunidad de vida El Rosario
Fecha:	18/01/2026
Lugar:	Rio Guane – Sasaima Cundinamarca
Horario:	9:00 am – 10:30 am

OBJETIVO

Promover el bienestar emocional y la regulación de emociones en las ciudadanas y ciudadanos, mediante la realización de una caminata ecológica al río Guane, que favorezca la conexión con la naturaleza, la práctica de actividad física y el fortalecimiento de hábitos saludables como estrategia de autocuidado y salud mental.

METODOLOGÍA

La Caminata Ecológica para el manejo de emociones se desarrollará en el marco de la Línea de Atención IV: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, con el objetivo de promover el bienestar emocional a través del contacto con la naturaleza y la actividad física

La actividad tendrá como destino el río Guane, donde se realizará una parada final que permitirá a los participantes disfrutar de un baño recreativo, favoreciendo la relajación y la conexión con el entorno natural. La jornada iniciará a las 8:50 a.m. con la convocatoria frente a la biblioteca de la Casa 1. En este espacio se llevará a cabo una sensibilización previa, en la cual se socializarán los lineamientos, normas de convivencia y medidas de autocuidado que deberán cumplirse durante la salida. Asimismo, se orientará a los participantes sobre la importancia de la actividad física como estrategia para el fortalecimiento de la salud mental y la regulación emocional.

Posteriormente, se realizará el registro de asistencia, con el fin de tener control de las personas que salen del servicio de comunidad. A las 9:00 a.m. se dará inicio a la salida extramural con destino al río Guane, promoviendo una caminata consciente que favorezca la relajación, la observación del entorno y la conexión con la naturaleza. Aproximadamente a las 9:35 a.m., al llegar al destino, los participantes dispondrán de un espacio de disfrute y esparcimiento, donde podrán realizar un baño en el río con una duración aproximada de 10 a 15 minutos, respetando las normas de seguridad establecidas.

Finalmente, se efectuará el retorno a la Comunidad de Vida El Rosario, dando por concluida la actividad, reforzando los aprendizajes y experiencias obtenidas durante la jornada.

Responsables a cargo del acompañamiento durante la actividad: Karen Dayana Aguirre

Ordoñez, Carlos Figueredo y Cristian Ávila.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	
HORA	**ACTIVIDAD**
8:50 am-9:00 am	Llamado de las ciudadanas y ciudadanos en al frente de la biblioteca de casa 1, sensibilización y orientaciones a tener en cuenta durante la salida.
9:00 am	Salida de comunidad de vida El Rosario
9:00 am-9:35 am	Desplazamiento consciente en contacto con la naturaleza.
9:35 am-9: 50 am	Espacio recreativo de baño en el Rio Guané.
9:50 am 10:25 am	Retorno a la comunidad de vida El Rosario.
10:25 am 10:30 am	Ingreso y cierre de la actividad.

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)

Durante la Caminata Ecológica se contó con la participación de 35 personas, quienes se mostraron motivadas, participativas y receptivas a lo largo de la jornada. Se evidenció una actitud positiva frente a la actividad, manifestando agrado por el recorrido y el contacto directo con la naturaleza. Los participantes realizaron ejercicios de reflexión personal, destacando la importancia de estos espacios para el autocuidado emocional y el fortalecimiento del bienestar mental. Asimismo, expresaron sentirse anímicamente motivados, tranquilos y más regulados emocionalmente como resultado de la caminata, reconociendo este tipo de actividades como una estrategia efectiva para la gestión del estrés y el fortalecimiento de su estado emocional. En general, la actividad cumplió con el objetivo propuesto, generando un impacto positivo en el ánimo y la disposición de los participantes.

Nombre del Profesional responsable de la salida: Karen Dayana Aguirre Ordoñez/ Psicóloga.

9:00 am

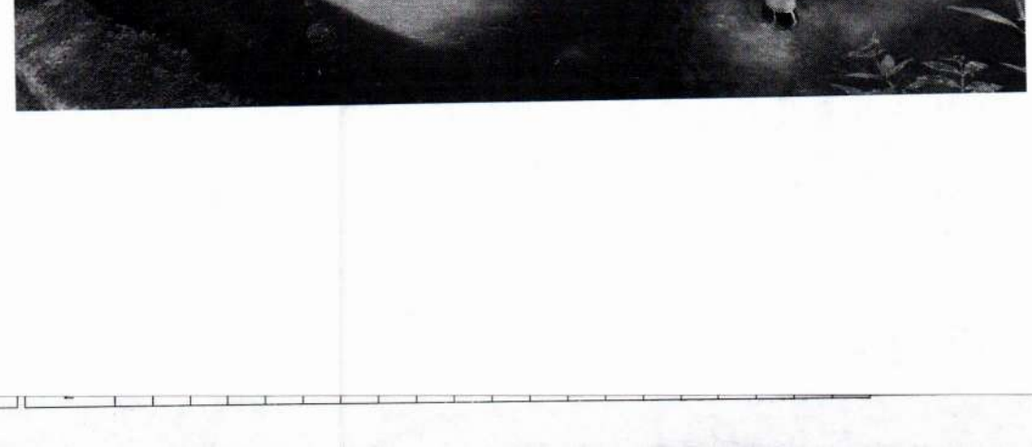
12. OBSERVACIONES

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

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Caminata ecológica para el manejo de emociones
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida
FECHA: 18/01/2026





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Caminata ecologica Para el manejo de emociones

4. Fecha: 18/01/2026

5. Hora: 9:00am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	18523304	William Polanco	40	NO aplica	NO aplica	NO aplica									
2	CC	80790861	Diego Camilo Roberto	41	NO aplica	NO aplica	NO aplica									
3	CC	79700637	Edwin Jairo Torres Ruiz	51	No aplica	No aplica	No aplica									
4	CC	79614716	Iván Mosquera	56	NO aplica	NO aplica	NO aplica									
5	CC	80236133	Cesar Acosta	45	No aplica	No aplica	No aplica									
6	CC	3167241	JOCE Flarin	46	NO aplica	NO aplica	NO aplica									
7	CC	1030531332	Juan Rojas	20	No aplica	NO aplica	NO aplica									
8	CC	79807725	Obeldo Espita.	50	No aplica	NO aplica	NO aplica									
9	CC	1026283079	Edith ROCIO	39	No aplica	NO aplica	NO aplica									
10	CC	1018437616	David Salcedo	24	No aplica	NO aplica	NO aplica									
11	CC	1105075071	Jorge Buitrago	37	NO aplica	NO aplica	NO aplica									
12	CC	80897121	Juan Ricardo C.	40	NO aplica	NO aplica	NO aplica									
13	CC	79186668	Oscar J Mc	46	NO aplica	NO aplica	NO aplica									
14	CC	1105675041	Jorge Buitrago	42	NO aplica	NO aplica	NO aplica								JORGE.B	
15	CC	79997791	FREDY GARCES A.	44	NO aplica	NO aplica	NO aplica								FREDY GARCES	
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Karen Dayana Aguirre

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_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:** 18/01/2026	**HORA:** Inicio: 11:00 pm Final: 12:00 m
ÁREA: Promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD**	Andrés Suárez
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Juegos tradicionales		

OBJETIVO GENERAL

Fomentar el desarrollo de habilidades socioemocionales y cognitivas a través de los juegos de mesa, promoviendo la aplicación práctica de normas (disciplina social), el respeto por los compañeros (convivencia) y el pensamiento lógico-estratégico, como herramientas esenciales para la reintegración y la toma de decisiones constructivas en el proceso de inclusión social.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer el valor de la norma: Lograr que los participantes internalicen la importancia de respetar reglas, turnos y acuerdos (disciplina individual y social) como un factor de orden y prevención ante el conflicto y la recaída.
- Desarrollar el pensamiento estratégico: Incentivar la capacidad de anticipación, planificación y análisis de consecuencias a largo plazo a través de la dinámica del ajedrez y dominó, reflejando su aplicación en la planeación del proceso individual.
- Gestionar la frustración y la emoción: Promover el uso de estrategias de diálogo y la aceptación de la derrota sin recurrir a la agresión o el abandono, fortaleciendo el manejo emocional dentro de un contexto de convivencia grupal.
- Impulsar la interdependencia positiva: Utilizar el juego en parejas (Dominó o Parqués en equipo) para impulsar el apoyo mutuo y la comunicación efectiva, reforzando el concepto de la red de apoyo grupal.

METODOLOGIA: Se realizará el taller mediante la metodología lúdico-terapéutica, bajo la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida, la cual 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.

Primer momento: Fase Inicial: Encuadre y Normas: Bienvenida y presentación del objetivo. Se presenta la reflexión: "El Juego de la Vida y sus Reglas". Se acuerdan tres reglas de convivencia estrictas para el taller (Ej.: Respetar al oponente, no mover las fichas del otro, aceptar la decisión del árbitro/profesional)

Segundo momento: Organización y Demostración: Se distribuye a los participantes en mesas según su juego de preferencia (Parqués, Dominó o Ajedrez). El profesional realiza una breve demostración enfatizando las reglas críticas que, de no cumplirse, generan conflicto (Ej.: Cómo soplar en Parqués, cómo se anuncia el Dominó, movimientos del Ajedrez).

Tercer momento: Juego Central (Observación Activa): Los participantes juegan activamente. El profesional monitorea el desarrollo, interviniendo únicamente cuando una norma es violada o se presenta un conflicto. La intervención debe ser una pregunta reflexiva que vincule la regla rota con una norma de convivencia del centro.

Reacondicionamiento del espacio: El grupo es responsable de recolectar y ordenar todos los juegos y sillas, dejando el espacio limpio y en orden. Y para ello se dispondrá diferentes espacios como el aula

Gabriel García Márquez y el comedor, en los cuales se les brindará a los participantes elementos como son: Sillas, mesas, parques. ajedrez y dominó

TEMAS: Los temas abordados durante la reflexión y la moderación activa se enfocan en la aplicación práctica de los principios del MCTE.

1.La Disciplina Social (El Reglamento): Entender que las reglas del juego son un microcosmos de las normas de la Comunidad de Vida y que el respeto a ellas garantiza un entorno de paz y convivencia.

2.Pensamiento Estratégico vs. Impulsividad: Reflexionar sobre cómo las decisiones impulsivas en el juego (Ej.: mover sin pensar en ajedrez) generan consecuencias negativas, comparándolo con las decisiones impulsivas en la vida (prevención de recaídas).

3.Tolerancia a la Frustración y Manejo Emocional: Abordar el concepto de que la derrota o el error son inevitables. Se utiliza la "Gestión del Fallo" para analizar la emoción y el proceso de ajuste, sin reaccionar de manera violenta o disruptiva (Dominó y Parqués).

4.Interdependencia (Trabajo en Equipo Lúdico): Identificar la necesidad de confiar y coordinar acciones con el compañero de juego (Dominó) como un modelo de la red de apoyo para la automonitoreo

REFERENCIAS:

https://es.scribd.com/document/573292952/DOMINO-Y-AJEDREZ
https://www.mundijuegos.com.co/multijugador/domino/reglas/

RECURSOS:

Recursos Humanos participantes y promotor
Recursos Físicos: 2 Mesas, 1 ajedrez, 1 domino, 1 parques

RESULTADOS:

Cualitativos: Internalizaron el Respeto por la Norma: Se observó que la mayoría de los participantes respetó activamente las reglas del juego, demostrando un avance en la disciplina social.

- Identificaron la Conexión Causa-Efecto: El ejercicio permitió a los participantes relacionar la planificación de su juego con la planificación de sus metas de inclusión
- Aplicaron el Manejo de la Frustración: Se evidenció la aplicación de estrategias de autocontrol y diálogo para manejar los momentos de tensión o derrota, fortaleciendo la convivencia grupal.
- Fortalecimiento del Apoyo Mutuo: Los equipos de Dominó/Parqués mostraron coordinación y comunicación, reconociendo el valor del soporte mutuo para alcanzar un objetivo.

Cuantitativos:
N°. total de ciudadanos: 10
N°. total de mujeres: 0
N°. total de hombres: 10
N°. total de LGBTI: 0

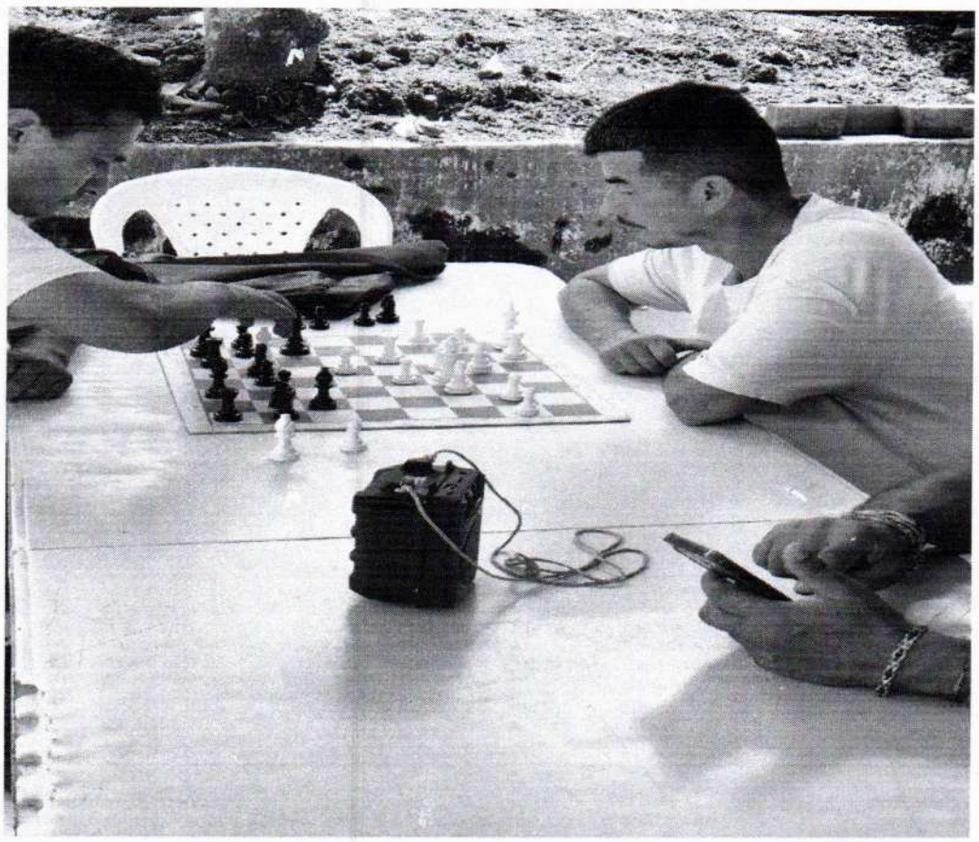
FIRMA DEL RESPONSABLE: Andres Suarez

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: JUEGOS TRADICIONALES
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA
FECHA: 18/01/2026





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: Juegos tradicionales

4. Fecha: 18/01/2026

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	1105675071	Jorge Bultrago	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1026283089	Edth Rocio	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edith	
3	CC	1146049537	MILTON CORREA	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					MILTON	
4	CC	1024515903	David felipe Avila	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	79485890	Fabian Guzman	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	94284722	ARber cano	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79563368	EDWING CAMACAL	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	1852384	William Velasco	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1020877	Jhonatan Bustos	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1017463	Edwin Soalez	32	No aplica	No aplica	No aplica			X					EDWIN	
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Andres Juarez

14. Cargo o rol del responsable: Promotor.

15. Firma del responsable de la actividad: Andres Juarez

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:		4. Fecha:	DD/MM/AAAA	5. Hora: HH:MM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: _____ 14. Cargo o rol del responsable: _____ 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:** 18/01/2026	**HORA:** Inicio: 2:00 PM Final: 3:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Paula Andrea Contreras	
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Preparación para el egreso			

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer las habilidades sociales y personales de las y los ciudadanos en el proceso de preparación para el egreso, promoviendo el establecimiento y fortalecimiento de metas a corto, mediano y largo plazo, la identificación de riesgos y el manejo responsable del dinero, con el fin de favorecer una transición autónoma, responsable y consciente hacia su proyecto de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Se orienta a fortalecer las habilidades sociales y personales necesarias para una adecuada preparación para el egreso, promoviendo la autonomía y la construcción de un proyecto de vida.
2. Integra de manera general aspectos como el fortalecimiento de metas a corto, mediano y largo plazo, la identificación de riesgos y el manejo responsable del dinero, sin profundizar en acciones puntuales, las cuales se desarrollan en los objetivos específicos.
3. Sirve como marco orientador para la planeación y ejecución de las actividades, así como para la definición de estrategias, indicadores y procesos de evaluación relacionados con la preparación para el egreso.
4. Está formulado de manera comprensible y realista, permitiendo su adecuada implementación y evaluación, de acuerdo con las capacidades y el contexto de las y los participantes.

METODOLOGÍA: El taller se estructura desde la Línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. La metodología se fundamenta en el enfoque socio-educativo donde el aprendizaje se construye de manera conjunta a partir de la experiencia, la reflexión crítica y el diseño de estrategias aplicables a la vida cotidiana.

Adecuación: Se realizará la convocatoria a las y los ciudadanos el escenario seleccionado en este caso el comedor para el desarrollo de la actividad, en donde se organizan los recursos necesarios para su desarrollo. Este espacio ya ha sido adecuadamente acondicionado, para garantizar una experiencia cómoda y segura.

Primer momento: Apertura y sensibilización

Se inicia con una dinámica de integración en la que las y los participantes se presentan y comparten una expectativa frente a su proceso de egreso. A partir de preguntas orientadoras, se promueve el diálogo sobre la importancia de las habilidades sociales (comunicación, respeto, toma de decisiones y trabajo en equipo) para la vida cotidiana y la convivencia en nuevos entornos.

Segundo momento: Proyección de metas y reconocimiento de riesgo

Las y los ciudadanos reciben una ficha o cartulina dividida en tres secciones: metas a corto, mediano y largo plazo. De manera individual, escriben sus objetivos personales en cada etapa.

Posteriormente, en pequeños grupos, comparten sus metas y reflexionan sobre los riesgos o dificultades que podrían presentarse en el camino (emocionales, sociales, económicos o del entorno), así como las estrategias para prevenirlos o afrontarlos de manera adecuada. Este espacio busca fortalecer el pensamiento crítico, la anticipación de consecuencias y la construcción de planes de acción que favorezcan una transición segura y consciente. Se analizan cómo organizar un presupuesto sencillo, priorizar necesidades y tomar decisiones responsables frente al uso del dinero. Se promueve la participación activa y el intercambio de ideas.

Tercer momento: Cierre y compromiso personal

Para finalizar, se realiza un espacio de reflexión grupal donde las y los ciudadanos comparten los aprendizajes más significativos de la actividad. Cada persona establece un compromiso personal relacionado con una meta, una habilidad social o una acción concreta para mejorar su manejo del dinero, fortaleciendo así su proceso de preparación para el egreso. Finalmente, se genera un espacio de reflexión colectiva en el que las y los ciudadanos comparten aprendizajes, dudas y experiencias

relacionadas con el manejo del dinero, fortaleciendo la toma de decisiones responsables y la conciencia financiera como parte esencial del proceso de preparación para el egreso y la construcción de un proyecto de vida autónomo.

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

TEMAS:

La **preparación para el egreso** constituye una estrategia fundamental a nivel institucional, comunitario y psicosocial, orientada al fortalecimiento de la autonomía, la responsabilidad y la capacidad de las y los participantes para afrontar de manera consciente y segura la transición hacia la vida independiente. Este proceso comprende el desarrollo de habilidades sociales, la planificación de metas a corto, mediano y largo plazo, la identificación de riesgos y el manejo responsable del dinero, permitiendo que cada persona construya un proyecto de vida acorde con sus capacidades, intereses y contexto social. Un adecuado proceso de preparación para el egreso contribuye a la toma de decisiones informadas, a la prevención de situaciones de vulnerabilidad y al fortalecimiento de competencias para la vida adulta, favoreciendo el bienestar integral y la inclusión social.

Desde una perspectiva **psicosocial y socioemocional**, la preparación para el egreso se consolida como un componente clave para el desarrollo del bienestar emocional y la adaptación a nuevos entornos, en la medida en que promueve la autorregulación emocional, la autoestima, la toma de decisiones responsables y el fortalecimiento de las habilidades sociales. Según Goleman (1995), la inteligencia emocional implica la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones y las de los demás; en este sentido, el proceso de egreso favorece la construcción de herramientas emocionales necesarias para afrontar los cambios, la incertidumbre y los desafíos propios de la vida autónoma. Asimismo, la preparación para el egreso promueve la comunicación asertiva, la resolución pacífica de conflictos y el establecimiento de relaciones saludables, elementos fundamentales para la integración social y comunitaria.

La preparación para el egreso como proceso de aprendizaje para la vida autónoma

El fortalecimiento de la preparación para el egreso se relaciona directamente con el **aprendizaje cooperativo y experiencial**, entendido como un proceso mediante el cual las y los participantes construyen conocimientos, habilidades y estrategias a partir del diálogo, la reflexión y el acompañamiento institucional. De acuerdo con Johnson y Johnson (1999), el trabajo cooperativo favorece el desarrollo de habilidades sociales, la responsabilidad individual y colectiva, así como la toma de decisiones orientadas al logro de objetivos comunes.

En este sentido, las actividades pedagógicas y lúdicas orientadas a la preparación para el egreso generan espacios de reflexión, intercambio de experiencias y construcción colectiva de planes de acción, fortaleciendo la autonomía, la corresponsabilidad y el sentido de proyecto de vida. A través de dinámicas participativas, las y los participantes desarrollan competencias como la planificación de metas, la identificación de riesgos, la búsqueda de redes de apoyo y el manejo responsable de los recursos económicos, aspectos esenciales para una transición exitosa hacia la vida independiente. Desde el trabajo social y la intervención comunitaria, estos procesos favorecen el empoderamiento personal y social, al reconocer a las y los participantes como protagonistas de su propio proceso de egreso.

Reflexión emocional y fortalecimiento de la toma de decisiones en el proceso de egreso

El componente emocional presente en la preparación para el egreso es fundamental, ya que permite reconocer y gestionar las emociones asociadas al cambio, la independencia y la asunción de nuevas responsabilidades. Según Bisquerra (2018), la educación emocional fortalece competencias que permiten afrontar situaciones de transición y desafío con equilibrio y bienestar, lo cual se evidencia cuando las y los participantes logran identificar riesgos, establecer metas realistas y tomar decisiones conscientes frente a su futuro personal, social y económico.

A través de espacios de reflexión, diálogo y acompañamiento institucional, las y los participantes reconocen la importancia de planificar su proyecto de vida, administrar de manera responsable el dinero y fortalecer sus habilidades sociales como herramientas de protección y bienestar. La preparación para el egreso se consolida, así como una estrategia clave para la prevención de situaciones de vulnerabilidad, el fortalecimiento de la autonomía y la construcción de trayectorias de vida más estables, seguras y orientadas al desarrollo integral.

REFERENCIAS

- Bisquerra, R. (2018). *Educación emocional y bienestar*. Editorial Desclée de Brouwer.
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1999). *Learning together and alone: Cooperative, competitive, and individualistic learning*. Allyn and Bacon.
- UNICEF. (2019). *Preparación para la vida independiente de adolescentes y jóvenes*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

RECURSOS:

Físicos:

- Formato listado de asistencia, lápiz, bolígrafo, sillas, mesas.

Humanos:

- Ciudadanos, ciudadanas y Trabajadora Social

RESULTADOS:

Cualitativos: A lo largo de las actividades, los participantes mostraron mayor seguridad para compartir expectativas, inquietudes y proyectos relacionados con su proceso de egreso, favoreciendo un ambiente de confianza, respeto y apoyo mutuo.

En relación con la proyección de metas, se logró que las y los ciudadanos identificaran objetivos claros a corto, mediano y largo plazo, reconociendo la importancia de la planificación como herramienta fundamental para la construcción de un proyecto de vida autónomo y consciente. Asimismo, se evidenció una mayor capacidad para anticipar riesgos emocionales, sociales, económicos y del entorno, lo cual permitió generar estrategias preventivas y planes de acción orientados a afrontar de manera responsable los desafíos propios de la transición hacia la vida independiente.

Desde el componente socioemocional, se observó un fortalecimiento en la autorregulación emocional, la autoestima y la toma de decisiones responsables. Este ejercicio contribuyó al desarrollo de una mayor conciencia emocional y al reconocimiento de la importancia de gestionar adecuadamente las emociones como factor protector frente a situaciones de vulnerabilidad.

En cuanto al manejo responsable del dinero, las actividades permitieron que los participantes adquirieran nociones básicas de planificación financiera, organización de ingresos y priorización de gastos. Se evidenció una mayor comprensión sobre la importancia del uso consciente de los recursos económicos y su relación directa con la estabilidad personal y la toma de decisiones informadas en el proceso de egreso. El intercambio de experiencias fortaleció la conciencia financiera y promovió actitudes responsables frente al ahorro y el consumo.

Finalmente, en el espacio de cierre, las y los ciudadanos establecieron compromisos personales relacionados con el fortalecimiento de una habilidad social, el cumplimiento de una meta específica o la adopción de prácticas responsables en el manejo del dinero. Estos compromisos reflejan un avance en la apropiación del proceso de preparación para el egreso y en el reconocimiento de su rol activo como protagonistas de su proyecto de vida.

Cuantitativos:

Cuantitativos:

N° Total de ciudadanos: 13
N° Total de mujeres: 1
N° Total de hombres: 12
N° Total de población LGBTIQ+: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

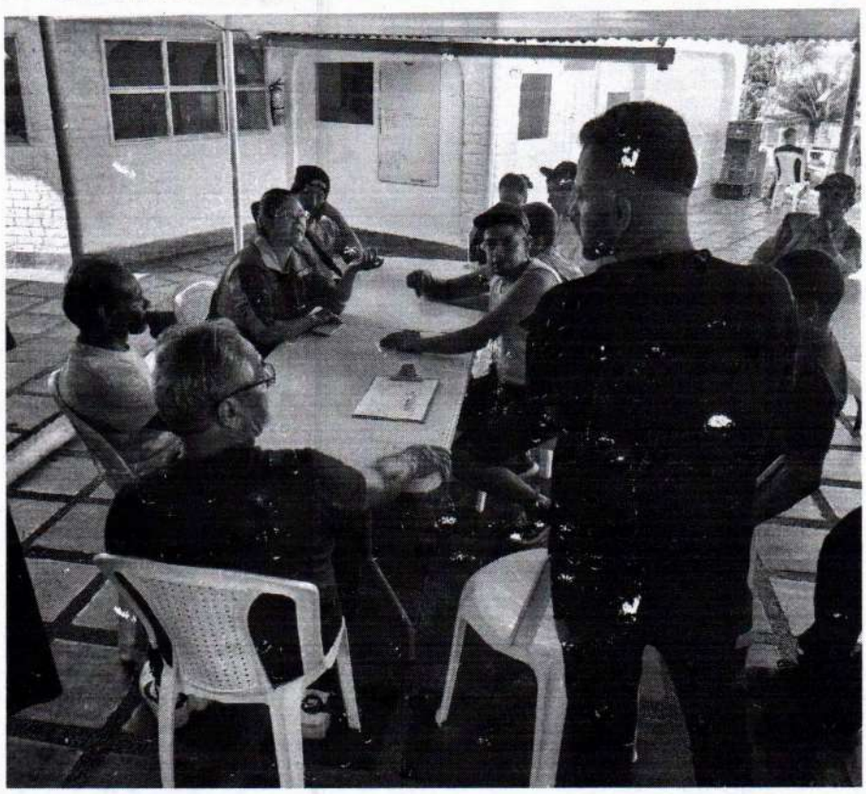
REGISTRO FOTOGRAFICO

Nombre de la actividad: Preparación para el egreso

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

Fecha: 18/01/2026





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: Reparación para el egreso

4. Fecha: 19/01/2026

5. Hora: 2:00 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	1019062950	Carlos Andres Chaparro	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80926716	Jose Ortiz Sierra	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	75099964	Andres Castaneda	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79962854	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1115194431	jeison Abello	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	52495491	pilar gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	80124770881	OSCAR Gonzalez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	74186668	Oscar J Mila	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	79305517	Carlos A. Garcia	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1151982C	Luis Mendez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1004606657	Steven valencia	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	91.714.68	Marcel A Mendoza	64	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	3232036	Leonardo Naranjo	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Paula Andrea Contreras

14. Cargo o rol del responsable: Trabajadora 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:** 18/01/2026	**HORA:** **Inicio:** 02:00 PM **Final:** 03:30 PM
ÁREA: PROMOTORIA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	BRAHYAN MILLAN

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Documental

OBJETIVO GENERAL: Sensibilizar al público sobre una realidad, hecho, problema o fenómeno específico, presentándolo de manera veraz y fundamentada, con el fin de generar conocimiento, reflexión o conciencia crítica en la audiencia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Visibilizar problemáticas, realidades poco conocidas y grupos sociales específicos.
- Analizar el impacto del tema en la sociedad o en una comunidad determinada.
- Promover la reflexión critica y el debate en la audiencia.

METODOLOGÍA: La actividad se desarrollará en el marco de la línea de atención 4: Dinamización de la atención integral basada en comunidad de vida. Mediante una metodología psicoeducativa con el contenido del documental se busca generar aprendizaje, reflexión y cambios de conducta en la audiencia; promoviendo el pensamiento critico y favorecer procesos de sensibilización.

Adecuación: Se organizarán los recursos físicos que se van a implementar durante el ejercicio sillas, mesas, y elementos audiovisuales, posteriormente se convocara a los participantes al espacio asignado para la reproducción del documental.

Primer momento: Se realizará el saludo de bienvenida y se procederá a realizar una actividad de estiramiento muscular y movimientos articulares seguido a esto se va a explicar el contenido del documental donde relacionaremos la información de este con experiencias cotidianas del espectador, facilitando la comprensión y retención del mensaje.

Segundo momento: A continuación, se realizará la reproducción del documental en donde los participantes de manera atenta y silenciosa estarán al pendiente del documental teniendo en cuenta los momentos mas importantes durante la reproducción del video.

Tercer momento: Este momento será el cierre donde finalizará la actividad audiovisual generando un espacio de aportes personales y experiencias de los participantes acerca del tema visualizado.

Reacondicionamiento del espacio: se deja organizado el espacio, se dejan las sillas y mesas en sus lugares correspondientes.

TEMAS:

El documental es un género audiovisual cuya finalidad principal es representar la realidad de manera fiel, informativa y reflexiva. Se distingue de otros tipos de producciones audiovisuales porque se basa en hechos reales y en la observación directa de personas, acontecimientos o procesos existentes. Su propósito no es la ficción ni el entretenimiento puro, sino la transmisión de conocimiento, la educación y la generación de conciencia en el espectador.

Una de las características fundamentales del documental es la investigación previa. Antes de su realización, se lleva a cabo un proceso de recopilación y análisis de información proveniente de diversas fuentes confiables, como documentos históricos, testimonios, estudios académicos y registros audiovisuales. Esta investigación garantiza la veracidad del contenido y permite presentar los hechos de manera clara y estructurada.

El documental suele apoyarse en distintos recursos narrativos y técnicos para facilitar la comprensión de la información. Entre ellos se encuentran la narración en voz en off, las entrevistas a expertos o a personas directamente relacionadas con los hechos, el uso de material de archivo, gráficos explicativos y secuencias grabadas en escenarios reales. Estos elementos se combinan de forma cuidadosa para construir un relato coherente y comprensible sin alterar la autenticidad de la información presentada.

Además de su función informativa, el documental tiene un fuerte componente educativo y social. A través de su contenido, busca estimular el pensamiento crítico del espectador, invitándolo a reflexionar sobre la

realidad observada y a formarse una opinión propia. En muchos casos, el documental también cumple un papel importante en la preservación de la memoria histórica, cultural y social, ya que registra hechos y experiencias que forman parte del patrimonio colectivo.

Desde el punto de vista técnico y artístico, el documental utiliza recursos como la fotografía, el sonido, la música y el montaje para reforzar el mensaje que se desea transmitir. Aunque estos elementos aportan una dimensión estética y emocional, su uso no debe distorsionar los hechos, sino acompañarlos y hacer más accesible la información. De esta manera, el equilibrio entre objetividad y expresión audiovisual es una de las bases del género documental.

Asimismo, el documental puede adoptar diferentes estilos y formatos, como el documental expositivo, observacional, participativo o reflexivo, dependiendo de la forma en que se presenta la información y del grado de intervención del realizador. Esta diversidad permite que el documental se adapte a distintos públicos y contextos, ampliando su alcance y relevancia.

En conclusión, el documental es una herramienta audiovisual de gran valor informativo, educativo y cultural, que combina investigación, realidad y lenguaje audiovisual para ofrecer una representación objetiva del mundo. Su importancia radica en su capacidad para informar, educar y fomentar una sociedad más consciente, crítica y comprometida con la comprensión de su entorno.

Características del documental

Entre las principales características del documental se destacan las siguientes:

- Se basa en hechos reales y verificables.
- Presenta información obtenida a través de una investigación previa.
- Utiliza testimonios, entrevistas y material de archivo como fuentes principales.
- Puede incluir narración en voz en off para explicar o contextualizar la información.
- Emplea escenarios reales y personajes auténticos.
- Mantiene un compromiso con la objetividad y la veracidad.
- Combina elementos informativos con recursos audiovisuales y artísticos.
- El documental cumple diversos objetivos, entre los cuales se pueden mencionar:
- Informar al espectador sobre hechos, situaciones o procesos reales.
- Educar y facilitar el aprendizaje mediante contenidos claros y accesibles.
- Generar conciencia y reflexión crítica sobre la realidad presentada.
- Preservar la memoria histórica, cultural y social.
- Promover el análisis y la formación de opiniones fundamentadas.
- Difundir conocimientos y realidades que no siempre están presentes en otros medios.

Tipos de documental

Existen diferentes tipos de documentales, clasificados según su estilo narrativo y la forma en que se presenta la información:

Documental expositivo: Presenta los hechos de manera directa y explicativa, generalmente acompañado de una narración en voz en off.

Documental observacional: Muestra la realidad tal como ocurre, con mínima intervención del realizador y sin narración directa.

Documental participativo: El realizador interactúa con los protagonistas y forma parte del desarrollo del documental.

Documental reflexivo: Invita al espectador a reflexionar sobre el proceso de realización y la interpretación de la realidad.

Documental histórico: Se centra en acontecimientos del pasado, utilizando material de archivo y testimonios.

Documental educativo: Tiene como objetivo principal la enseñanza y la divulgación de conocimientos.

REFERENCIAS:

- Nichols, B. (2010). Introduction to Documentary. Bloomington: Indiana University Press.
- Rabiger, M. (2014). Directing the Documentary. Burlington: Focal Press.
- Renov, M. (1993). Theorizing Documentary. New York: Routledge.
- Barsam, R. M., & Monahan, D. (2016). Looking at Movies: An Introduction to Film. New York: W. W. Norton & Company.
- Grierson, J. (1966). Grierson on Documentary. Berkeley: University of California Press.
- Aufderheide, P. (2007). Documentary Film: A Very Short Introduction. Oxford: Oxford University Press.

RECURSOS:

Físicos: Video beam, esfero, planilla de asistencia.

Humanos: Promotor, ciudadanos

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el desarrollo de la actividad las y los ciudadanos se mostraron con una actitud receptiva a la película, se cumplió con el objetivo de sensibilizar a la población de la comunidad de vida sobre una realidad, hecho, problema o fenómeno específico, presentándolo de manera veraz y fundamentada, con el fin de generar conocimiento, reflexión o conciencia crítica en la audiencia.

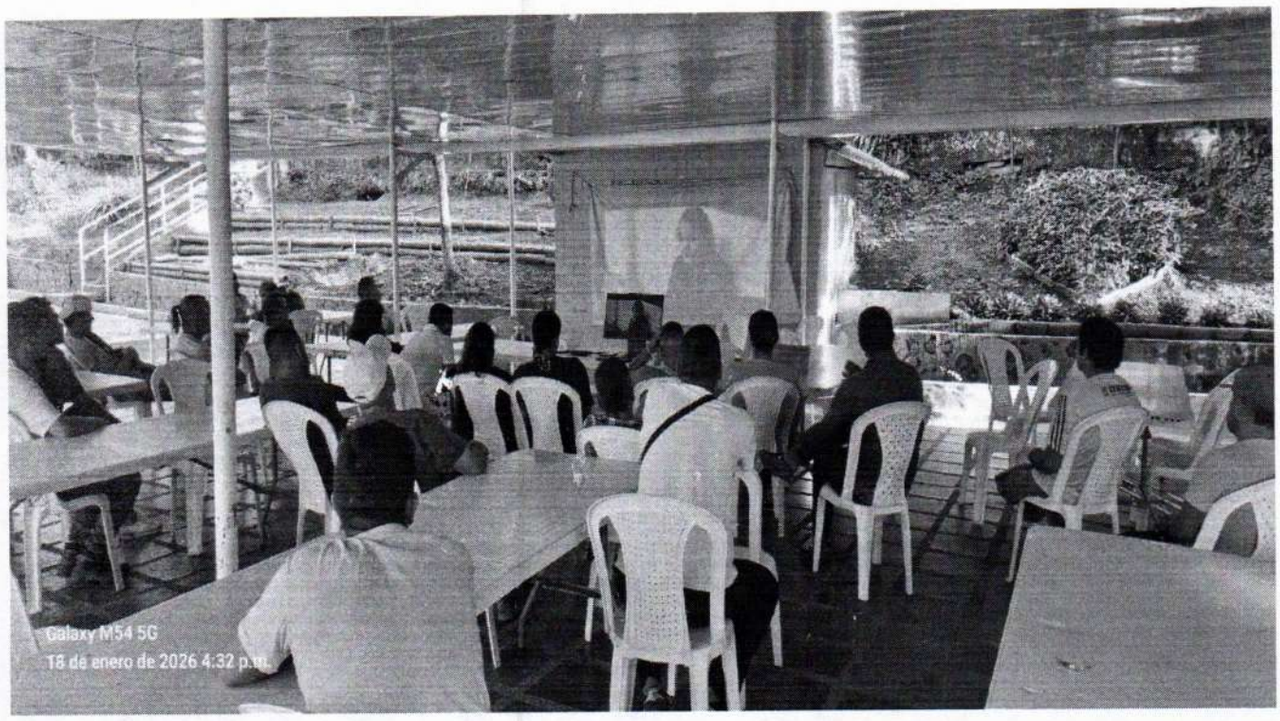
Cuantitativos:
N°. total de ciudadanos: 13
N°. total de mujeres: 0
N°. total de hombres: 13
N°. total de LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: Brahyan S.

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE ACTIVIDAD: DOCUMENTAL
LINEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA
Fecha: 18/01/2026





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: Documental

4. Fecha: 18/01/2026

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	1032468867	JOSE CONTRERAS	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Jose	
2	cc	52320236	Joaquin Navarrete	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	79973500	Jose Alejandro Ortiz P	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	cc	1015.411.116	Juan Jose Lara	21	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	cc	91.204.405	Rafael A. Mendoza	64	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	3167241	JOSE Mario	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7	C.C	1001269	DIEGO CHACON	46	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Diego	
8	CC	79703242	HENRY ZAMORA	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
9	C.C	79567283	Gabriel Garzon	50	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
10	C.C	1005675077	JORGE BUITRAGO	38	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
11	C.C	79206542	Luis Escinales	59	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
12	C.C	1070963	Cristian M	33	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Cristian M	
13	C.C	1456948	MILTON CORREA	42	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					MILTON.	
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Brahyan Millán

14. Cargo o rol del responsable: Promotor Social

15. Firma del responsable de la actividad: Brahyan J.

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:** 19/01 2026 20/01/2026	**HORA:** Inicio: 09:00 Am Final: 12:00 M
ÁREA: TALLERISTA	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Leonel Malagón

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TALLER DEL MASTRO (BISUTERIA)

OBJETIVO GENERAL: Desarrollar habilidades manuales, creativas y técnicas en los participantes mediante la elaboración de collares, promoviendo la precisión, el diseño estético, el uso adecuado de materiales y herramientas, y el fortalecimiento de capacidades productivas que puedan aplicarse en contextos formativos, artesanales o de emprendimiento

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar y seleccionar adecuadamente los materiales, herramientas y tipos de cuentas necesarios para la elaboración de collares y manillas
- Elaborar collares terminados cumpliendo criterios básicos de calidad y presentación
- Desarrollar la coordinación motriz fina y la precisión manual durante el proceso de elaboración

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 3: Fortalecimiento de las redes de apoyo, la gestión y el aprovechamiento de oportunidades. donde los ciudadanos aprenden a elabora collares y manillas en pedrería aprenden mediante la práctica directa con los materiales para la elaboración

Adecuación: Se realizará la notificación del taller por medio de los tableros informativos que la actividad se realizará en área polifuncional aula de artes donde se realizará, el taller bisutería (elaboración de collares y pulsera)

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 bisutería elaboración de denarios y camándulas donde se brindaran los materiales y herramientas. Y el aprendizaje de nudos franciscanos y ensartado de pedrería e imágenes religiosas

Segundo Momento: una vez dada una breve explicación de que se tratará el taller de bisutería donde se realizaran piezas artesanales con la elaboración de camándulas y denarios se procederá a dar inicio a la actividad a realizar

Tercer momento: seguido se dará inicio a la actividad de realización del taller de bisutería donde aprenderán a identificar y usar correctamente hilos, ensartado de accesorios, y la realización de diferentes nudos

Reacondicionamiento del espacio: se solicitara 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 : Para elaborar una camándula con nudos franciscanos, se usa un hilo resistente (como el hilo chino) y cuentas, creando bucles que se aprietan formando nudos sobre sí mismos y alrededor del hilo, generalmente con la ayuda de un pitillo o aguja para dar forma, dejando una separación uniforme (como 1 cm) entre nudos y cuentas para las decenas, y finalizando con la cruz y un nudo corredizo o de seguridad, quemando las puntas para asegurar es una técnica artesanal que consiste en combinar, trenzar o anudar diferentes tipos de hilos y mostacillas para crear accesorios decorativos y simbólicos. Este proceso integra creatividad, diseño y destreza manual, permitiendo expresar estilos personales mediante colores, patrones y formas. Además, es una actividad que fortalece habilidades motrices y favorece la concentración, la paciencia y la apreciación del trabajo hecho a mano. La elaboración de pulseras en hilo es una técnica artesanal tradicional que se basa en el hilado de mostacilla para crear patrones, trenzado y anudado de distintos tipos de hilos —como algodón, lana, nylon o hilo encerado— para crear piezas ornamentales únicas. Esta práctica combina destreza manual, creatividad y sensibilidad estética, permitiendo desarrollar diseños personalizados mediante el uso de colores, texturas y patrones.

Como técnica artesanal, fomenta el valor del trabajo hecho a mano, la precisión en los detalles y la expresión cultural, pues muchas de sus formas y estilos tienen raíces en tradiciones indígenas y populares. Además, la elaboración de pulseras en hilo promueve habilidades como la coordinación fina, la paciencia, la concentración y la capacidad de diseñar siguiendo secuencias y ritmos visuales. Es una actividad accesible, económica y significativa que transforma materiales simples en objetos cargados de identidad y simbolismo La bisutería artesanal es la creación de accesorios decorativos (como collares, pulseras y aretes) hechos a mano, con materiales que no son preciosos, y que se distinguen por ser piezas únicas, originales y con un diseño personalizado. A diferencia de la producción industrial, se valora la creatividad, la técnica manual y el detalle de cada pieza. En pocas palabras, **la bisutería artesanal** es aquella que elaboran los artesanos de bisutería de forma manual, cuidadosa y personalizada, aplicando sus conocimientos, habilidades y pasión por este oficio. ¿Qué tipos de bisutería artesanal puedes usar?Existen muchos tipos de bisutería y artesanía que puedes usar para complementar tu look y resaltar tu encanto. Entre esos están: Aretes. En Entrelazos encuentras una variedad de aretes para mujer con diferentes formas, tamaños y estilos. Los aretes de bisutería artesanal pueden ser de metales como la plata, el cobre, estaño, piedras, etc. Puedes elegir los que más te gusten y que combinen con tu atuendo y tu peinado. Té puede interesar: ocasión Collares. Los collares para mujer pueden tener diferentes longitudes, grosores y diseños. Estos accesorios vienen en forma de cadena, de cordón, de cuero, de perlas, de cuentas, entre otros. Elige los que más te favorezcan y armonicen con tu escote y tu maquillaje. Pulseras. La bisutería artesanal, pulseras dan estilo y realzan tu look. Tienen diferentes anchos, formas y colores. Las pulseras de bisutería artesanal pueden ser de metal, de cuero, de tela, de macramé, de hilo, etc. Puedes escoger las que más te agraden y que contrasten con tu reloj y tus anillos. Ahora que sabes qué es la bisutería artesanal y sus beneficios, no dudes en hacerla parte de tu día a día. Lleva contigo los accesorios que te hagan sentir cómoda, segura y feliz mientras disfrutas de la belleza y la originalidad de cada pieza. En entrelazos, manos colombianas artesanas elaboran con mucha dedicación y detalle nuestros accesorios para mujer. No dudes en expresar tu esencia y tu personalidad con nuestra artesanía y bisutería. La **bisutería artesanal** no se produce en masa, sino que cada pieza es única, fruto de la creatividad y el gusto del artesano o la artesana. Las piezas artesanales como los accesorios para mujer se pueden realizar con una gran variedad de materiales, desde los más tradicionales hasta los más innovadores, siempre buscando la calidad, la originalidad y la armonía.

RECURSOS:

Físicos:

- planilla de asistencia, esferos. herramientas de bisutería, hilos de macramé, cuencas de madera ,imágenes religiosas, crucifijos tijeras

Humanos:

- Tallerista, ciudadanos

RESULTADOS:

Cuantitativos: Se observa mayor creatividad en los ciudadanos al diseñar y combinar colores materiales y estilos propios mejoraron su motricidad fina su autoestima y confianza, un mejor manejo y la composición, aplicando combinaciones en sus diseños. el nivel de concentración demostrado durante la actividad.

Cualitativos:

19/01/2026 Se contó con la participación de 18 ciudadanos, 15 hombres y 3 mujeres.
20/01/2026 Se contó con la participación de 18 ciudadanos, 14 hombres y 4 mujeres.

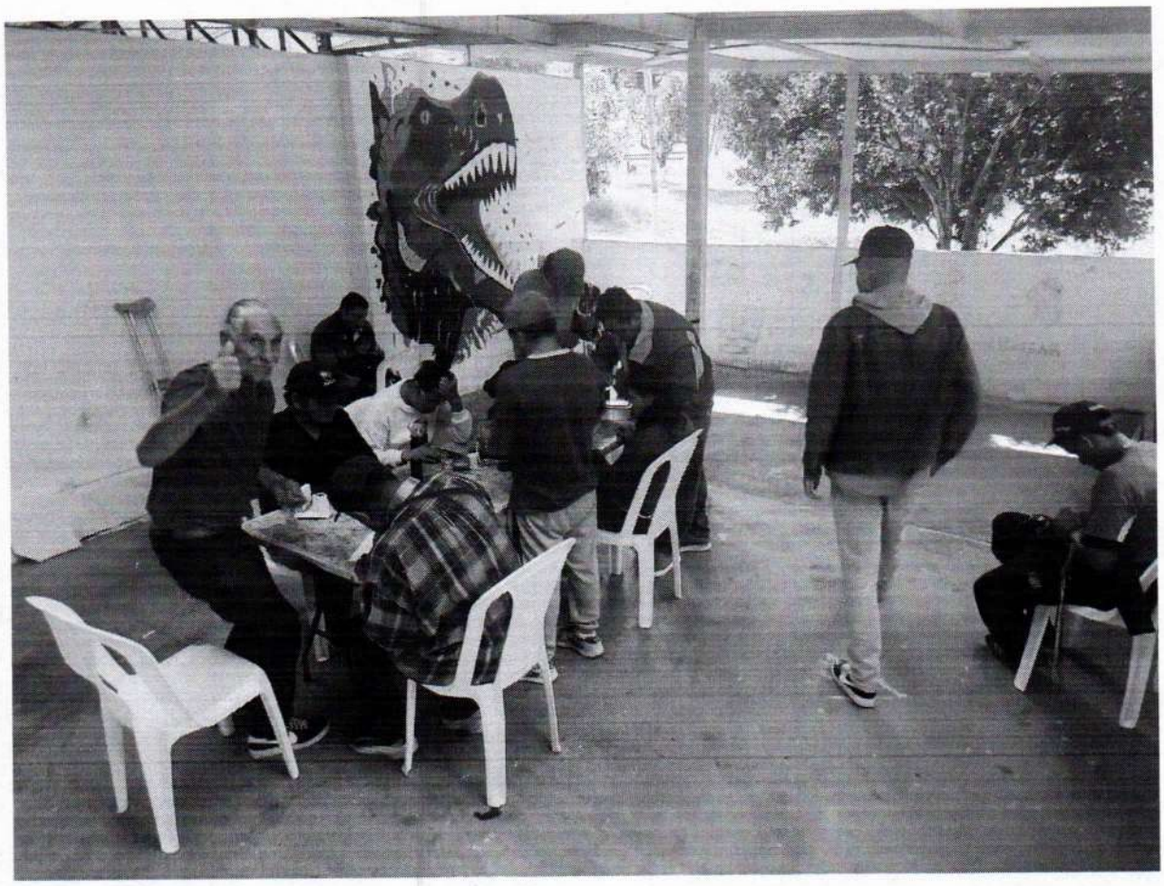
.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Leonel MD17601

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TALLER DEL MAESTRO (BISUTERÍA)
Línea de atención I: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSION SOCIAL
Fecha: 19/01/2026





REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TALLER DEL MAESTRO (BISUTERÍA)
Línea de atención I: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSION SOCIAL
Fecha: 20/01/2026





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: TALLER DEL MAESTRO (BISUTERIA)

4. Fecha: 19/01/2026

5. Hora: 9:00am

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	79756378	Gustavo Arango	60	No aplica	No aplica	No aplica								Gustavo A.	
2	CC	1117512931	EDWIN DUARTE	35	No aplica	No aplica	No aplica									
3	CC	41526060	Sandra Correa	46	No aplica	No aplica	No aplica								Sandra Correa	
4	CC	1026283089	Edith Rocio	29	No aplica	No aplica	No aplica								Edith	
5	CC	2232034	Jorge Navarrete	67	No aplica	No aplica	No aplica									
6	CC	80244819	Alexander Galeano	43	No aplica	No aplica	No aplica									
7	CC	1928183	Mudro Oseio	67	No aplica	No aplica	No aplica									
8	CC	70100682	DIEGO PARICIO	68	No aplica	No aplica	No aplica									
9	CC	32445541	pilar gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica								pilar G	
10	CC	1117519431	Jeison Alberto	34	No aplica	No aplica	No aplica									
11	CC	80897121	Juan Ricardo L	40	No aplica	No aplica	No aplica									
12	CC	79855890	Fabian Guzman	47	No aplica	No aplica	No aplica									
13	CC	80174190	Nicolás Gomez	43	No aplica	No aplica	No aplica									
14	CC	79572619	Roberto Ramirez	56	No aplica	No aplica	No aplica									
15	CC	80079300	Gabriel Cruz	48	No aplica	No aplica	No aplica									
16	CC	79735844	Luis E	51	No aplica	No aplica	No aplica								Luis E	
17	CC	1026524933	DIANA OLAYA	43	No aplica	No aplica	No aplica									
18	CC	1010209773	JHONATAN Bustos		No aplica	No aplica	No aplica									
19																
20																

13. Nombre del responsable: Leonel Moreno

14. Cargo o rol del responsable: Talleristh Cultrup

15. Firma del responsable de la actividad: Leonel Moreno

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

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

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

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

1. Servicio social: Servicio comunidad de vida para poblacion habitante de calle
2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario
3. Tema / Actividad: TALLER DE BARNIZADO (BISUTERIA)
4. Fecha: 20/01/2026
5. Hora: 9000m

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	1022961948	Jhon Jairo Bernal	37	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jhon Bernal	
2	CC	1070917852	Luz Dary Nossa	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1020756686	marcela Cardenas	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					marcela	
4	CC	79703242	HENRY ZORRO	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1030524933	DIANA OLAYA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1010209775	JHONATAN BOSTOS	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1019051467	Shon Perez	37	No aplica	No aplica	No aplica			X					Shonp	
8	CC	52495541	pilar gonzalez	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Pilar G	
9	CC	1117114431	Jeison Abello Sambon	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	3232036	joaquin Navarrete G.	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1037410778	Buxardy	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Buxardy	
12	CC	45526080	Sandra	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					Sandra G	
13	CC	1024555554	Dayron Vidal	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	26283089	EDITH ROCIO	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edith	
15	CC	79350838	Gustavo ATOPGO	60	No aplica	No aplica	No aplica			X					Gustavo A.	
16	CC	1086	JOEL AYALA	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	79010682	DIEGO PAIRAVINO	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1132	Ever Melo	54	No aplica	No aplica	No aplica								Ever	
19																
20																

13. Nombre del responsable: LEONEL MARIN
14. Cargo o rol del responsable: TALLERISTA
15. Firma del responsable de la actividad: LEONEL MARIN

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 LOS SERVICIOS SOCIALES** **FORMATO FICHA ACTIVIDAD EXTRAMURAL**	Código: FOR-PSS-167 Versión: 0 Fecha: Memo INT. 26754 - 18/05/2018 Página: 1 de 3

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

Unidad Operativa:	COMUNIDAD DE VIDA EL ROSARIO
Fecha:	19/01/2026
Lugar:	COMUNIDAD DE VIDA LA VICTORIA
Horario:	8:00am – 3:00 pm.

METODOLOGÍA

La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología activa, que permite el afianzamiento de aprendizajes desde la interacción con los procesos de educación formal. La salida estará organizada según corresponda el proceso protocolario de la herramienta educativa, por medio de cual se podrá participar de actividades educativas tales como: MATRICULAS INSTITUCIONALES para un total de 40 ciudadanos

1) A las 8:30 a.m. se organizan las y los ciudadanos convocados para esta actividad para posteriormente organizarse en las rutas asignadas para el desplazamiento, esto en compañía del profesional asignado para el acompañamiento (Hermes vaca- Pedagogo) y (DANIEL Y SEBASTIAN-promotor)
2) La actividad inicia a las 98:30am con la llegada del bus al punto, en este espacio cada ciudadano en compañía de los respectivos docentes se desplazará hasta el aula asignada y el grado que le corresponde, SE REALIZARAN LAS MATRICULAS ESTABLECIDAS
3) Posteriormente, las y los ciudadanos se desplazan al segundo bloque académico para recibir las asignaturas de habilidades para la vida, lugar donde se realiza acompañamiento y entrega de guías desarrollada por los docentes.
4) Por último, retornan los ciudadanos a la comunidad de vida en compañía del profesional a las 4:30pm

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	
HORA	**ACTIVIDAD**
8:00am	Llamado a la población.
8:30am	Salida de comunidad de vida el Rosario.
9:30am	Llegada a la comunidad de vida la victoria

8:30am-12:00am	• Organización de los diferentes grupos de trabajo • Clases básicas
10:00am-10:30 am	Merienda e hidratación. se realizará entrega de las meriendas a cargo de Equipo profesional de turno
10:30am-12:30pm	• Refuerzo de Guías • Cierre de clases
1:00pm	• contunuacion procesos de matriculas
4:30PM	• Retorno a la comunidad

INSTITUCIONES A CONTACTAR EN CASO DE EMERGENCIA.
BOMBEROS, SASAIMA. ANA LUISA CASTILLO, 3108846399. ESTACION DE POLICIA, SUB INTENDENTE ARCINIEGAS, 3102516091. HOSPITAL HILARIO LUGO, URGENCIAS, 3174271880.

OBSERVACIONES (Este ítem se diligencia posterior a la salida)
La actividad se llevo acabo con total normalidad, dando cumplimiento a los horarios establecidos, un comportamiento adecuado por parte de los participantes, reconociendo las normativas e indicaciones que realizaron los lideres de servicio. Por otra parte, se logró llevar a cabo la matrícula de 40 ciudadanos en los diferentes grados de escolaridad desde alfabetización hasta el grado once. Por último, se crea en compañía de eje trasversal y la pedagoga de la victoria el cronograma de las clases para el primer semestre del 2026.

Nombre del Profesional responsable de la salida: Hermes vaca pedagogo

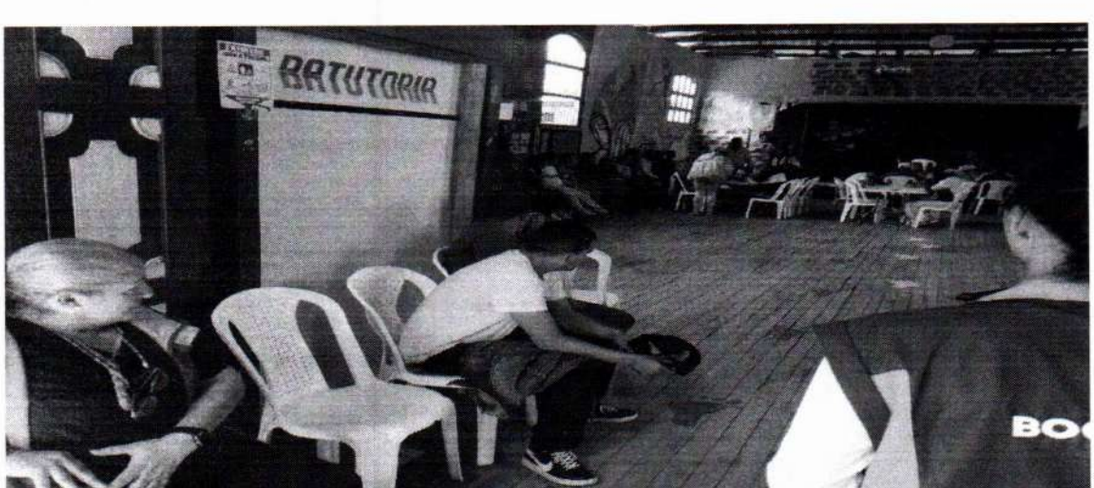
8:00 am

12. OBSERVACIONES

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

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ACOMPAÑAMIENTO CIPREIA
LÍNEA DE ATENCIÓN 4: DINAMIZACIÓN DE LA ATENCIÓN INTEGRAL BASADA EN COMUNIDAD DE VIDA.
FECHA: 19/01/2026
ACTIVIDAD TRANSVERSAL





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA DE LOS SERVICIOS SOCIALES

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

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

2. Lugar / Localidad: Comunidad de Vida el Rosario

3. Tema / Actividad: Acompañamiento CIPRESA

4. Fecha: 19/01/2026

5. Hora: 8:00am

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	1010209773	JHONATAN BASTOS	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	80216864	JOSE CORREDOR	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOSE	
3	CC	1032407288	Reycardy		No aplica	No aplica	No aplica			X					Reycardy	
4	CC	1001200	Diego Cardon	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego	
5	CC	1118442	Diego Gamba	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	79774332	JOSE GAITÁN	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	7216920	JOSE AVILA	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	52760316	LUZ marina	52	No aplica	No aplica	No aplica			X					Buitrago	
9	CC	79572614	Roberto RAMIREZ	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	80894793	James Bobadilla	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1032521332	Jhon Rojas	30	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1920651	Milton Rojas-G	63	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	74186668	OSCAR SMIDT	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1070675071	Jorge Buitrago	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	52995391	Pilar G	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	80166545	JairAguilar	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	79643208	Jairo Navarro	53	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	1026888	Edgar Portilla	31	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	2914777	Diana Mora	6	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	79194	Pedro Rodas	67	No aplica	No aplica	No aplica			X					Pedro	

13. Nombre del responsable: Hermes Ardila

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 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:** 19/01/2026	**HORA:** INICIO: 11:00 am FINAL: 12:00 m
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela Ivette Rodríguez Pérez
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Inteligencia emocional		

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer la inteligencia emocional a través de una dinámica lúdica que combine preguntas psicoeducativas y actividad física, promoviendo el aprendizaje significativo, la autorregulación emocional y el trabajo en equipo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reforzar conceptos básicos de inteligencia emocional.
- Favorecer la atención, la escucha y la toma de decisiones.
- Promover la regulación emocional a través del movimiento corporal.
- Estimular la motivación y la participación activa.

METODOLOGÍA:

Metodología lúdico-terapéutica: 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. Esta actividad se desarrollará a partir de la línea de atención 1: Desarrollo Personal para la Inclusión Social.

Adecuación:

Se realizará una convocatoria previa al aula Gabriel García Márquez en la cual se mencionará a las y los ciudadanos que la actividad es de interés, se adecuará el espacio a fin de reunir a la población.

Primer momento:

(Activación – Vinculación)

La profesional reúne al grupo en el aula Gabriel García Márquez y explica el objetivo del taller. Se realiza un calentamiento corto (movilidad articular y respiración) para preparar el cuerpo y generar disposición.

Segundo Momento:

Los participantes se organizan en equipos o de manera individual. La profesional formula preguntas de inteligencia emocional con opciones múltiples. Cada participante debe responder levantando la mano, avanzando a una línea marcada o diciendo la opción elegida. Por cada respuesta errónea, el participante recibirá una penitencia. Posteriormente, se explica brevemente la respuesta correcta para reforzar el aprendizaje. Se enfatiza la importancia de tolerar el error y aprender de él.

Tercer momento:

Al finalizar las preguntas, el grupo se reúne en círculo. Se invita a reflexionar sobre cómo se sintieron al responder, equivocarse y moverse. La profesional guía una breve respiración consciente para cerrar el taller, asociando el movimiento con la regulación emocional.

Reacondicionamiento del espacio:

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

TEMA:

La inteligencia emocional se define como la capacidad que tiene una persona para reconocer, comprender, expresar y regular sus propias emociones, así como para identificar y responder de manera empática a las emociones de los demás. Este constructo, ampliamente desarrollado por Daniel Goleman, integra habilidades fundamentales como la autoconciencia emocional, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales, las cuales influyen de manera directa en el bienestar psicológico, la toma de decisiones y la calidad de las relaciones interpersonales.

Desde la psicología, se reconoce que las emociones cumplen una función adaptativa, ya que permiten interpretar el entorno, anticipar riesgos y orientar la conducta. Sin embargo, cuando estas no son identificadas o gestionadas adecuadamente, pueden derivar en respuestas impulsivas, dificultades en la convivencia, conductas de riesgo y estrategias de afrontamiento desadaptativas. En este sentido, la inteligencia emocional no implica reprimir las emociones, sino comprenderlas, validarlas y canalizarlas de forma consciente y funcional.

El desarrollo de la inteligencia emocional está estrechamente relacionado con la capacidad de autorregulación, entendida como la habilidad para manejar las respuestas emocionales frente a situaciones estresantes o frustrantes. Esta competencia permite disminuir reacciones impulsivas, favorecer el autocontrol y promover respuestas más reflexivas, lo cual resulta especialmente relevante en procesos de cambio personal y en poblaciones que han atravesado experiencias de vulnerabilidad psicosocial. Aprender a tolerar el error, la frustración y la espera se convierte en un elemento central para el fortalecimiento del equilibrio emocional.

Asimismo, la empatía constituye un componente esencial de la inteligencia emocional, ya que facilita la comprensión de las emociones ajenas y fortalece los vínculos sociales. Desde un enfoque comunitario, esta habilidad favorece la convivencia, el trabajo en equipo y la construcción de relaciones basadas en el respeto y la solidaridad. Reconocer que cada persona vive sus emociones de manera distinta permite disminuir conflictos y fortalecer dinámicas colectivas más saludables.

La integración del cuerpo y el movimiento en procesos psicoeducativos ha demostrado ser una estrategia eficaz para el aprendizaje emocional, dado que la actividad física moderada contribuye a la regulación del sistema nervioso, mejora la atención y facilita la liberación de tensiones acumuladas. Al vincular preguntas de contenido emocional con dinámicas corporales, se promueve un aprendizaje experiencial que resignifica el error como una oportunidad de crecimiento y fortalece la tolerancia a la frustración, aspectos clave en el desarrollo de la inteligencia emocional.

Finalmente, trabajar la inteligencia emocional desde metodologías lúdicas y dinámicas permite generar mayor motivación, participación activa y apropiación de los contenidos, favoreciendo espacios de reflexión donde las personas pueden reconocer sus emociones, aprender de sus experiencias y fortalecer recursos personales que contribuyen a la construcción de una vida más consciente, equilibrada y saludable.

Fuente de consulta:

- https://www.apa.org/topics/emotional-intelligence
- https://www.psychologytoday.com/us/basics/emotional-intelligence
- https://greatergood.berkeley.edu/topic/emotional_intelligence
- https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use

RECURSOS:

Físicos:

- Preguntas impresas o en tarjetas, cronómetro, silbato, marcador, cancha (fútbol o baloncesto), hidratación.

Humanos:

- Profesional de psicologia, ciudadanos partícipes de la actividad

RESULTADOS:

Cualitativos

Durante el desarrollo del taller se evidenció una participación activa y sostenida por parte de las y los ciudadanos, quienes se involucraron de manera motivada en las dinámicas propuestas, mostrando disposición tanto para responder las preguntas como para asumir los retos físicos asociados a la actividad. Asimismo, la retroalimentación brindada después de cada pregunta permitió la comprensión de conceptos clave de la inteligencia emocional, promoviendo la reflexión sobre la importancia del autoconocimiento, la autorregulación y la gestión emocional en la vida cotidiana. En general, el taller propició un espacio

significativo de aprendizaje experiencial, en el que los participantes lograron identificar emociones propias, reconocer las de los demás y reforzar estrategias para una convivencia más consciente y adaptativa.

Cuantitativos:
N°. total de ciudadanos: 8
N°. total de mujeres: 0
N°. total de hombres: 8
N°. total de LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: INTELIGENCIA EMOCIONAL
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL.
FECHA: 19/01//2026





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: Intelligencia Emocional

4. Fecha: 19/01/2026

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	11322000	Suer Arbeláez Mejía	54	No aplica	No aplica	No aplica			X					Emg	
2	CC	3232036	Joaquín Navarrete G.	67	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
3	CC	80716007	Diego Camilo Roberto	41	No aplica	No aplica	No aplica			X					Diego Roberto	
4	CC	1016646	[illegible]	64	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
5	CC	1030571332	Jhon Rojas	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jhon R	
6	CC	1000801021	Victor Carlota	29	No aplica	No aplica	No aplica			X					Victor	
7	CC	80897121	Ricardo L	40	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
8	CC	79856236	EDWIND CARRASCAL	55	No aplica	No aplica	No aplica			X					[illegible]	
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:** 19/01/2026	**HORA:** INICIO: 02:00 pm FINAL: 03:30 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela Ivette Rodríguez Pérez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Habilidades básicas de autorregulación emocional

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer habilidades básicas de autorregulación emocional en ciudadanos y ciudadanas en etapa 1 del proceso, favoreciendo la adaptación al entorno, el reconocimiento emocional y el manejo inicial de emociones intensas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar emociones frecuentes durante el periodo de adaptación.
- Reconocer señales corporales asociadas a estados emocionales.
- Aprender estrategias básicas de regulación emocional.
- Favorecer la sensación de seguridad y autocontrol.

METODOLOGÍA:

Metodología psico educativa: hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano y la ciudadana mitigar los riesgos y reducir los daños asociados a determinadas situaciones. Con ello, se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada persona logre el mayor grado de desarrollo personal posible. Desde un enfoque lúdico-recreativo, que combina el aprendizaje con el juego, utilizando dinámicas interactivas para motivar la participación, el compañerismo y el conocimiento general, de forma divertida y dinámica. Esta actividad se desarrollará a partir de la línea de atención 1: Desarrollo Personal para la Inclusión Social.

Adecuación:

Se realizará una convocatoria al aula García Márquez, en la cual se mencionará a las y los ciudadanos que es un taller de interés, se adecuará el espacio y se ambientará con música, a fin de reunir a la población.

Primer momento:

(Activación – Vinculación)

Paso a paso:

1. La profesional realiza la bienvenida, explica el propósito del taller y establece normas básicas de respeto y confidencialidad.
2. Se entrega a cada participante una tarjeta con una emoción básica.
3. Se les invita a observar la tarjeta y reflexionar internamente sobre si esa emoción está presente en su experiencia actual.
4. De manera voluntaria, los participantes comparten qué emoción eligieron y cómo la sienten en su cuerpo.
5. La profesional valida cada intervención, normalizando las emociones propias del proceso de adaptación.

Segundo Momento: Preparación del espacio: La profesional solicita a los participantes ubicarse de manera cómoda, preferiblemente sentados o de pie en círculo, garantizando que cada uno tenga espacio personal suficiente. Se explica que la actividad no busca revivir experiencias difíciles, sino aprender a manejar las emociones cotidianas que surgen durante el proceso de adaptación.

Identificación, emocional, guiada: La profesional invita a los participantes a pensar en una situación reciente, dentro o fuera del proceso, que les haya generado una emoción intensa (molestia, ansiedad, tristeza, enojo). Se aclara que no es necesario compartir la situación, sólo reconocerla internamente.

Conexión cuerpo–emoción:

Se les solicita que identifiquen en qué parte del cuerpo sienten esa emoción (pecho, estómago, manos, cabeza). La profesional guía verbalmente este reconocimiento, ayudando a que los participantes tomen conciencia de las señales corporales asociadas a la emoción.

1. Uso del recurso físico:
   Cada participante recibe una bomba o pelota suave. Se les indica que la aprieten con ambas manos, representando la tensión que genera la emoción identificada. La profesional explica que esta presión simboliza cómo el cuerpo se contrae cuando una emoción no es regulada.
2. Pausa consciente:
   Se invita a detener el movimiento por unos segundos, manteniendo la presión en el objeto, y a observar cómo se siente el cuerpo en ese momento. Este paso permite introducir la noción de pausa antes de reaccionar impulsivamente.
3. Regulación a través de la respiración:
   La profesional guía una respiración consciente: inhalar profundamente por la nariz mientras se mantiene la presión, y exhalar lentamente por la boca mientras se va soltando el objeto de manera gradual. Este ejercicio se repite varias veces, reforzando la relación entre respiración, cuerpo y emoción.
4. Repetición consciente:
   El ejercicio se repite dos o tres veces, invitando a los participantes a notar los cambios en la intensidad emocional y corporal después de cada ciclo de respiración y soltura.
5. Reflexión guiada breve:
   Finalizado el ejercicio, la profesional realiza preguntas abiertas como: ¿qué cambió en el cuerpo?, ¿la emoción sigue igual de intensa?, ¿qué ayudó a calmarse? Las respuestas pueden ser verbales o internas, respetando el ritmo de cada participante.

Esta actividad se sustenta en principios de autorregulación emocional básica, conciencia corporal y manejo del impulso, entendiendo que las emociones se manifiestan tanto a nivel psicológico como fisiológico.

Tercer momento:

1. La profesional guía una breve respiración consciente, invitando a llevar la atención al momento presente.
2. Se solicita a cada participante identificar una estrategia sencilla que pueda utilizar cuando experimente malestar emocional.
3. De manera voluntaria, los participantes comparten su recurso personal.
4. Se refuerza la idea de que la autorregulación es una habilidad que se aprende y se fortalece con la práctica.
5. Se realiza el cierre del taller, agradeciendo la participación.

Reacondicionamiento del espacio:

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

TEMA:

La autorregulación emocional es una habilidad fundamental que permite a las personas gestionar de manera consciente sus respuestas emocionales frente a situaciones estresantes, cambios significativos o contextos de incertidumbre. Desde la psicología, se entiende como la capacidad de modular la intensidad de las emociones, evitando respuestas impulsivas y favoreciendo conductas más adaptativas. En la etapa 1 del proceso, caracterizada por la adaptación a nuevas rutinas, normas y espacios, es frecuente la aparición de emociones como ansiedad, miedo, irritabilidad y frustración, las cuales forman parte de una respuesta normal ante el cambio.

El desarrollo temprano de habilidades básicas de autorregulación resulta clave para fortalecer la seguridad emocional y facilitar la adaptación. Estrategias como la respiración consciente, la conexión con el cuerpo y la identificación de señales físicas asociadas a la emoción permiten disminuir la activación fisiológica y promover estados de mayor calma. La integración del cuerpo como herramienta de regulación favorece la activación del sistema nervioso parasimpático, contribuyendo a la reducción del estrés y al aumento del autocontrol. Desde un enfoque psicoeducativo, enseñar estas habilidades en etapas iniciales del proceso potencia la autonomía emocional, previene conductas desadaptativas y fortalecer recursos personales que apoyan la continuidad del proceso de cambio.

REFERENCIAS:

- https://www.apa.org/topics/emotion-regulatio
- https://www.psychologytoday.com/us/basics/emotional-regulati
- https://greatergood.berkeley.edu/topic/emotional_intelligence
- https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use

RECURSOS:

Físicos: Bombas o pelotas suaves, tarjetas con emociones básicas, música tranquila, colchonetas o sillas, espacio amplio y seguro.

Humanos: Profesional de psicología, ciudadanos partícipes de la actividad.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el desarrollo del taller se evidenció una participación activa y progresiva por parte de los ciudadanos, quienes lograron involucrarse de manera voluntaria en las actividades propuestas, mostrando apertura al proceso y disposición para el aprendizaje. A nivel emocional, se observó un avance significativo en el reconocimiento de estados emocionales básicos, así como en la identificación de reacciones impulsivas frecuentes durante el periodo de adaptación, lo que permitió generar procesos iniciales de conciencia emocional. Los participantes lograron verbalizar emociones como ansiedad, frustración, enojo y temor, asociándolas a situaciones concretas de su experiencia diaria, lo cual facilitó la comprensión del vínculo entre emoción, pensamiento y conducta. Asimismo, se fortaleció la capacidad para pausar, respirar y reflexionar antes de reaccionar, evidenciando una apropiación inicial de estrategias de autorregulación emocional como la respiración consciente, el conteo y el autocontrol corporal. En el plano grupal, se promovió un ambiente de confianza, respeto y validación emocional, favoreciendo la cohesión del grupo y el reconocimiento del otro como parte del proceso de adaptación. De manera general, el taller contribuyó al fortalecimiento de habilidades emocionales básicas necesarias para el ajuste al entorno, sentando bases importantes para procesos posteriores de manejo emocional, convivencia y toma de decisiones conscientes, acordes a la etapa de intervención.

Cuantitativos:

N°. total de ciudadanos: 6
N°. total de mujeres: 2
N°. total de hombres: 4
N°. total de LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: HABILIDADES BÁSICAS DE AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL.
FECHA: 19/01//2026





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: Habilidades básicas de autorregulación emocional.

4. Fecha: 19/01/2026

5. Hora: 2:00 pm

No.	6. Documento identificacion 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	1030524933	DIANA OLAYA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1010209773	JHONATAN BOTOS	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	1026283089	Edith Hoyos	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edith	
4	CC	80174635	EDWIN SUAREZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edwin	
5	CC	1082402885	Ruvardy	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Ruvardy	
6	CC	79703248	HENRY ZAMORA	50	No aplica	No aplica	No aplica			X					Henry Z.C	
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Daniela Rodriguez Pérez

14. Cargo o rol del responsable: Psicologa

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de Vida el Rosario	**FECHA:** 19/01/2026	**HORA:** 02:00 PM 03:30 PM
ÁREA: Trabajo Social	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Haider Chinchilla

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Reconocimiento de aprendizajes y capacidades adquiridas.

OBJETIVO GENERAL: Favorecer el reconocimiento de aprendizajes y capacidades adquiridas durante el proceso, resaltando la importancia de la autogestión y el desarrollo de competencias para la construcción de proyectos de vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- **Comprender el concepto y la importancia de la planeación estratégica** como herramienta para orientar procesos de desarrollo personal y comunitario.
- **Aplicar la matriz DOFA al ámbito individual**, identificando fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas que inciden en la construcción de proyectos de vida.
- **Facilitar espacios de socialización y diálogo**, donde la población participante comparta sus resultados y reflexiones, promoviendo el aprendizaje colectivo.
- **Reconocer aprendizajes y capacidades adquiridas** durante el proceso, resaltando el valor de la autogestión y la toma de decisiones responsables.

METODOLOGÍA: El grupo de formación será una reunión y elaboración, que se centrará en generar procesos socioeducativos que parten desde la narrativa de dilemas morales y fomentan procesos de socialización basados. El grupo de trabajo se llevará a cabo de acuerdo a la Línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social

Adecuación: se organizará junto a participantes para el desarrollo de la actividad grupal. Se organizarán los recursos físicos requeridos como sillas y mesas.

Primer Momento: Se explicará qué es la planeación estratégica a través de una charla y de videos cortos. Aquí se tendrá en cuenta conceptos y herramientas como el retrato de mi vida, matriz FODA, el mapa de mis deseos, matriz de metas personales. Se mostrará de forma general cómo se aplica la planeación estratégica en empresas y se analizará cómo aplicar estratégicamente la planeación a la vida personal.

Segundo Momento 2: se pasará a cada integrante del grupo una cartulina, en la mesa se dejarán revistas, periódicos, palabras claves en pedacitos de papel o recortes de imágenes que representen propósitos de vida, por ejemplo una maleta o un libro que represente el deseo de estudiar; o una pala, un martillo o computador que represente el deseo de trabajar; un avión o una flota que represente el deseo de viajar; una familia que represente el deseo de unión y comunicación familiar; entre otros. Cada participante deberá desarrollar un collage de sus sueños o deseos, propósitos o metas de vida. Cuando terminen voluntariamente deberán exponerlo al grupo.

Tercer Momento 3: FODA grupal, usando los mismos recortes o escribiendo palabras y frases el grupo deberá, uno a uno, pasar en frente a escribir o pegar una imagen que represente Fortalezas, Oportunidades, Debilidades o Amenazas a nivel personal y colectivo o comunitario, para este fin se pegará en la pared una matriz FODA tamaño grande previamente elaborada para que se motive la participación del grupo. Después se socializarán razones, ideas y propuestas por parte del grupo.

Reacondicionamiento del espacio: se realiza organización del espacio buscando dejar los recursos físicos utilizados en su respectivo lugar.

TEMAS:

PROBLEMAS PERSONALES: Los problemas personales son situaciones, crisis o trastornos que afectan la vida individual en áreas familiares, financieras, de salud mental (ansiedad, depresión) o laboral. Se caracterizan por generar desbordamiento emocional, estrés y, a menudo, requieren cambios de comportamiento. Gestionarlos implica identificar la causa, priorizar soluciones, cambiar la perspectiva y, si es necesario, buscar apoyo profesional.

PROBLEMAS SOCIALES: son condiciones o comportamientos que afectan negativamente a un gran número de personas y requieren atención colectiva o políticas públicas. Incluyen brechas de desigualdad,

violencia, pobreza y falta de acceso a derechos básicos, siendo reconocidos por sus consecuencias negativas en la calidad de vida y el desarrollo.
FACTORES DE RIESGOS: son características, hábitos, condiciones o situaciones (físicas, sociales, genéticas) que aumentan la probabilidad de desarrollar enfermedades, lesiones o eventos negativos en la salud, seguridad o bienestar. Ejemplos clave incluyen el tabaquismo, una dieta inadecuada, el sedentarismo, el consumo excesivo de alcohol, la hipertensión, la obesidad y factores ambientales.
FACTORES DE PROTECCION: son recursos, características o circunstancias (personales, familiares o comunitarios) que fortalecen a individuos y grupos, aumentando su resiliencia para afrontar eficazmente el estrés, adversidades y riesgos, reduciendo la probabilidad de resultados negativos en la salud o conducta, como problemas de conducta o enfermedades. Estos actúan como un "escudo", mejorando las habilidades de afrontamiento y contrarrestando factores de riesgo, y pueden incluir una buena autoestima, hábitos saludables, redes de apoyo social y entornos familiares positivos.
PROYECTO DE VIDA: Es aquello que una persona se traza con el fin de conseguir uno o varios objetivos para su existencia. Lleva a las personas a definir conscientemente el curso de acción que debe guiar su futuro. Su elaboración, debe conducir a definir espacios de profundo análisis sobre las situaciones futuras que enmarcaron el desarrollo familiar, social, laboral y espiritual. Es por esto, que se considera de gran importancia la aplicación de la Planeación Estratégica en el campo personal, como marco de referencia que permita abrir espacios de reflexión a través de los cuales se identifiquen plenamente las potencialidades y limitaciones actuales para ser explotadas o en su defecto vencidas, y lograr diseñar un futuro acorde a los deseos y aspiraciones que se quieran obtener.

REFERENCIAS:

- Garces, W. (2003) LA PLANEACIÓN ESTRATÉGICA UN MEDIO EFICAZ PARA ELABORAR Y ALCANZAR EL PROYECTO DE VIDA. Colombia. Universidad Tecnológica de Pereira.
- Sánchez, M.H. (2014). Movimientos conversacionales terapéuticos del problema al cambio y creaciones sociolingüísticas. Revista Latinoamericana de Estudios de Familia, 6, 191-210
- Gómez del Campo del Paso, M.I. Salazar Garza, M.L. Rodríguez Morril, E.I. (2013) Los talleres vivenciales con enfoque centrado en la persona, un espacio para el aprendizaje de competencias sociales.

RECURSOS:

- Tablero acrílico; libros; marcadores borrables y permanentes, cartulinas, revistas y periodicos, tijeras y colbón.

RESULTADOS:

Cualitativos: Durante el desarrollo del taller se consolidó una dinámica grupal que favoreció la participación activa y el intercambio de ideas. El grupo se mostró receptivo y entusiasta al expresar sus opiniones, otorgando validez a las distintas perspectivas y construyendo colectivamente conceptos relacionados con la planificación estratégica.

Se avanzó en procesos de socialización fundamentados en principios de organización, lo que permitió aplicar herramientas de la planificación estratégica al ámbito individual. Lo más significativo fue observar un grupo respetuoso, dispuesto a pedir la palabra y aportar reflexiones pertinentes sobre el tema.

A nivel personal, los participantes demostraron interés y elaboraron su propia matriz DOFA, evidenciando lenguajes de cambio y capacidad de análisis. Esta herramienta se convirtió en un recurso para organizar ideas, identificar aspectos clave de la vida individual y proyectar acciones, metas y propósitos.

Cuantitativos:
N°. total de ciudadanos: 20
N°. total de mujeres: 0
N°. total de hombres: 20
N°. total de LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: RECONOCIMIENTO DE APRENDIZAJES Y CAPACIDADES ADQUIRIDAS.
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL.
FECHA: 19/01/2026





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: Reconocimiento de aprendizajes y capacidades adquiridas.

4. Fecha: 19/01/2026

5. Hora: 02:00 Pm

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	80779300	Gabriel Cruz	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79428319	Jose Nan Btos	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80512924	Jhon Romero	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80889793	Jairos bedoya	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1088086867	David Sanchez calle	29	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	94284772	Arbey Cano	57	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1098801027	Victor Larrota	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80091725	Joan Ramirez	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	3232036	Joaquin Noguiteteq.	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	79572619	Heriberto Ramirez	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79563368	Edwin Carrascal	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	18523304	William Polanco	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	56113	Donal Ramos	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1010194862	Jhon Bard	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	1117512931	EDWIN DUARTE	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	14569957	MILTON CORREA	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	1024815903	David felipe Acuña	22	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	19281652	NERO [illegible]	67	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	3167241	JOCE Marin	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	1057507	JORGE BUHRago	37	No aplica	No aplica	No aplica			X						

13. Nombre del responsable: Holder Chinchilla Martinez

14. Cargo o rol del responsable: Trabajador 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:** 19/01/2026	**HORA:** Inicio: 02:00 pm Final: 03:30 pm
ÁREA: Primeros auxilios	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Nidia Romero
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Enfermedades crónicas y preventivas		

OBJETIVO GENERAL:
Fortalecer los conocimientos, habilidades y actitudes del personal participante para la prevención, detección oportuna, control y manejo integral de las enfermedades crónicas no transmisibles, promoviendo estilos de vida saludables y la reducción de factores de riesgo en la población.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar los principales tipos de enfermedades crónicas no transmisibles y sus factores de riesgo.
- Reconocer la importancia de la prevención primaria, secundaria y terciaria en el control de enfermedades crónicas.
- Desarrollar habilidades para la detección temprana y el seguimiento oportuno de enfermedades crónicas.

METODOLOGÍA: Para el desarrollo de esta actividad, en el marco de la Línea de atención 1: Desarrollo Personal para la Inclusión Social, dirigida a ciudadanos de 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 la importancia de tener conocimientos sobre enfermedades crónicas y preventivas.

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 de enfermedades cronicas y preventivas 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 temas de enfermedades cronicas, prentivas y habitos saludables

Tercer momento: Se llevará a cabo una emergencia. 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: Enfermedades crónicas preventivas
Prevención secundaria (detección temprana)
Ejemplos por enfermedad

- **Diabetes:** dieta balanceada, ejercicio, control de glucosa.
- **Hipertensión:** reducción de sal, control del peso, monitoreo de presión.
- **Enfermedades cardiovasculares:** actividad física, control del colesterol.
- **Cáncer:** evitar tabaco, vacunación (VPH, hepatitis B), detección temprana.
- **Enfermedades respiratorias crónicas:** evitar humo y contaminantes, vacunación.
- Control periódico de **presión arterial** para prevenir hipertensión.

- Medición de **glucosa en sangre** para detección de diabetes.
- Chequeos de **colesterol y triglicéridos**.
- Exámenes de detección de **cáncer** (mamografía, Papanicolaou, colonoscopía).
- Evaluaciones de **índice de masa corporal (IMC)**.

REFERENCIAS: https://www.cdc.gov/chronic-disease/es/prevention/index.html

RECURSOS:
Físicos:

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

Humanos:

- Ciudadanos, Auxiliar de de Enfermería

RESULTADOS:
Cualitativos:

- Mayor sensibilización de los participantes sobre la importancia de la prevención de enfermedades crónicas.
- Incremento en el nivel de conciencia respecto a los factores de riesgo modificables.
- Mejora en la actitud preventiva y compromiso con el autocuidado de la salud.
- Fortalecimiento de las habilidades educativas para orientar a la población en hábitos saludables.
- Mayor confianza y seguridad en la identificación temprana de signos y síntomas de enfermedades crónicas.
- Cambio positivo en la percepción de la prevención como eje fundamental de la atención en salud.

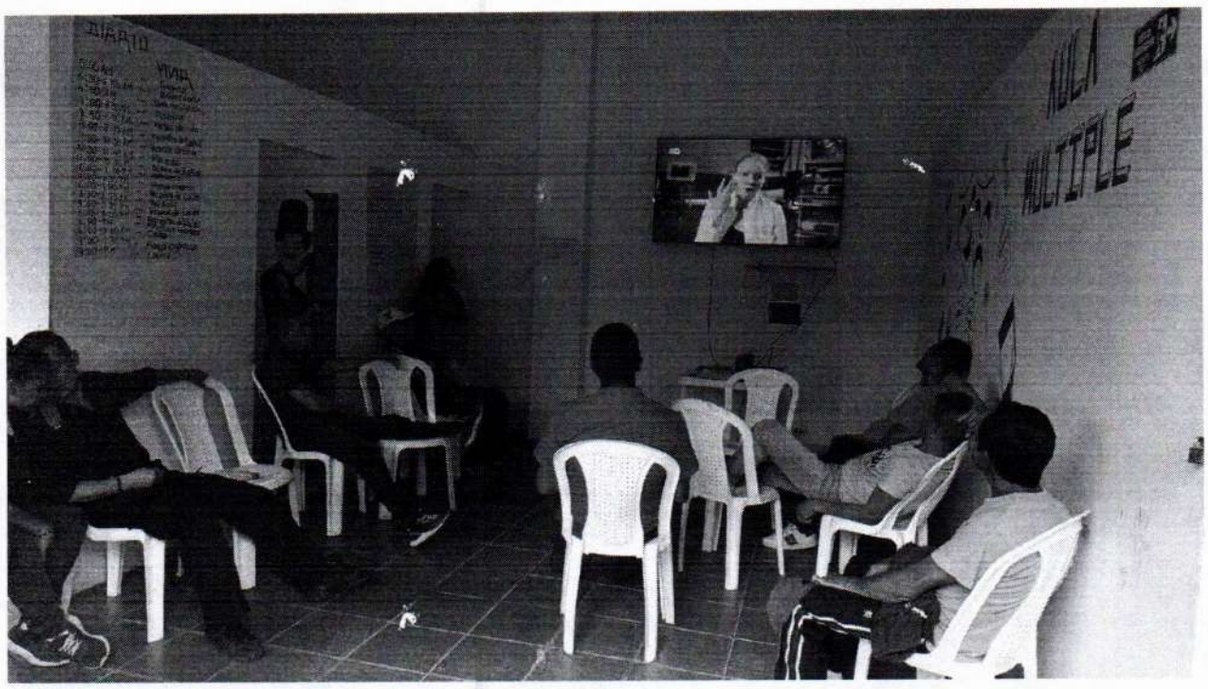
Cuantitativos:
N°. total de ciudadanos: 6
N°. total de mujeres: 3
N°. total de hombres: 3
N°. total de LGBTI: 0

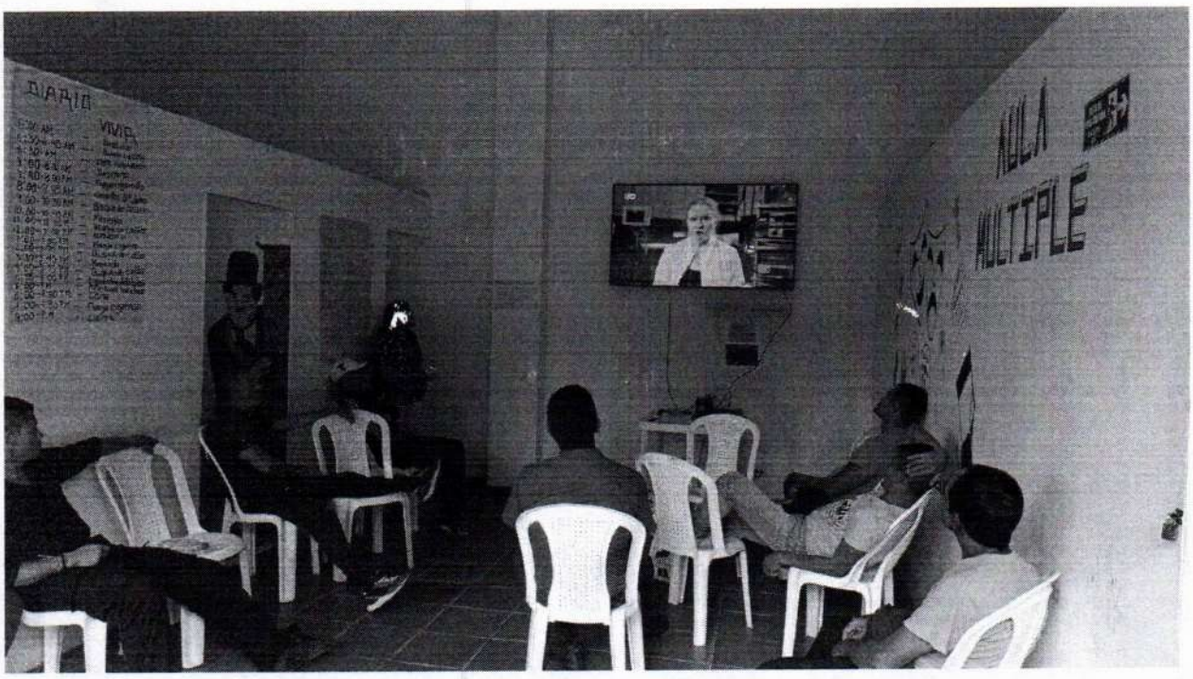
FIRMA DEL RESPONSABLE: Nidia Romero

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ENFERMEDADES CRÓNICAS Y PREVENTIVAS
LÍNEA DE ATENCIÓN LÍNEA DE ATENCIÓN 1: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
FECHA: 19/01/2026





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: Enfermedades Cronicas y Preventivas

4. Fecha: 19/01/2026

5. Hora: 02:00 Pm

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	1030524933	DIANA OLAYA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	1010209773	JHANDRON BUSTOS	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	79703292	HENRY ZORRO	50	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	1026283089	EDITH HOYOS	39	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	45526060	Sandra Correa		No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80174635	EDWIN SUAREZ	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Nidia Romero

14. Cargo o rol del responsable: primeros Auxilios

15. Firma del responsable de la actividad: Nidia Romero

Autorización para el tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y/o los del menor de edad que represento, y que podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/20221111_ln_ti_03_v0_lineamiento_proteccion_datos_personales.docx

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

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se 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:** 19/01/2026	**HORA:** INICIO: 2:00 pm FINAL: 3:30 pm
ÁREA: Educación física	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Anggie Paola Murcia Salinas	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Planificación diaria equilibrando trabajo, descanso y ejercicio

OBJETIVO GENERAL:
Comprender sobre la importancia de una adecuada planificación diaria que integre de manera equilibrada el trabajo, el descanso y la actividad física, promoviendo hábitos saludables que favorezcan el bienestar físico, mental y emocional.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Fomentar a los participantes criterios referentes a la actividad física, los beneficios de realizar algún tipo de acción física en su ambiente y contexto real para evitar el alto impacto ante problemas de salud.
- Reconocer cómo la distribución del tiempo influye en la salud y el rendimiento diario.
- Proponer situaciones que motiven a los participantes a realizar o practicar actividad física para su buen desarrollo personal dentro de la comunidad de vida.
- Identificar señales de sobrecarga física y mental asociadas a una mala planificación.

METODOLOGÍA:
El taller de desarrollo personal se llevará a cabo con etapa 4, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, que favorecerá las competencias para motivar a los participantes a implementar la actividad física, ejercicio o deporte de su preferencia, partiendo de cada uno de los beneficios a su salud ayudando a prevenir enfermedades y estados de sedentarismo y de esa manera se identifique estas acciones como factor protector manteniendo una adecuada planificación diaria equilibrando trabajo, descanso y ejercicio, esta actividad se dará bajo la línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social.

Adecuación: Se realizará la invitación a los ciudadanos que participarán del taller y se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad.

Primer momento: Se dará inicio al taller con una bienvenida a los ciudadanos de etapa 4, explicando el propósito del espacio y la importancia de reflexionar sobre la manera en que se organiza el tiempo en la vida cotidiana. Se resaltará que una planificación adecuada del día permite reducir el desgaste físico y mental, mejorar el rendimiento y fortalecer el bienestar integral. Se brindará el espacio a los participantes a reflexionar de manera individual sobre cómo distribuyen su tiempo a lo largo del día, identificando las horas dedicadas al trabajo, al descanso y a la actividad física. A través de preguntas orientadoras, se buscará que cada ciudadano reconozca posibles desequilibrios en su rutina y tome conciencia de hábitos que puedan estar afectando su salud.

Preguntas orientadoras:

- ¿En qué se va la mayor parte de mi tiempo?
- ¿Cuánto tiempo dedico al descanso y al movimiento?
- ¿Me siento cansado aun sin hacer mucho ejercicio?

Segundo Momento: Se abordará de manera teórica cómo las jornadas laborales extensas y las actividades repetitivas generan carga física y mental. Se explicará las principales consecuencias de una mala gestión del tiempo de trabajo, como la fatiga muscular, el estrés y la disminución del rendimiento, resaltando la importancia de realizar pausas y de respetar los límites del cuerpo. Además, se desarrollará el concepto de descanso como un componente fundamental del bienestar, diferenciando entre descanso pasivo y descanso activo, se explica cómo el descanso adecuado favorece la recuperación muscular, mejora la concentración y previene lesiones, desmitificando la idea de que descansar es una pérdida de tiempo. Así mismo, se explica cómo estos tres componentes (trabajo, descanso y ejercicio) deben interactuar de manera equilibrada para evitar el desgaste del cuerpo. Se planteará que el exceso o la ausencia de alguno de ellos afecta directamente la calidad de vida, por lo que una planificación consciente permite mantener la energía, mejorar el estado de ánimo y prevenir problemas de salud.

Se presentará un modelo teórico de organización del día que incluya tiempos definidos para el trabajo, espacios de descanso y momentos destinados a la actividad física. Se resalta que esta planificación debe ser flexible y adaptarse a las condiciones personales, laborales y físicas de cada participante.

Preguntas orientadoras:

- ¿Qué puedo ajustar en mi rutina actual?
- ¿Qué hábito puedo empezar a cambiar desde hoy?

prepare gradualmente y para evitar lesiones. No comas nada al menos dos horas antes de realizar ejercicio físico: corres el riesgo de sufrir un corte de digestión. Durante el ejercicio Inicia siempre la actividad de forma suave y progresiva. Si comienzas fuerte de golpe, tu organismo no rendirá adecuadamente y tendrás peligro de lesionarte. Bebe abundante líquido si vas a estar haciendo ejercicio durante un tiempo largo o si hace calor. Dosifica tu esfuerzo. Valora tu estado físico y tus posibilidades en función del tipo de actividad y su duración. Puedes controlar la intensidad de tu esfuerzo comprobando tus pulsaciones. Respira adecuadamente: mantener un correcto ritmo respiratorio cogiendo siempre el aire por la nariz nos permite rendir adecuadamente y prevenir el flato. Después del ejercicio Higiene corporal El aseo después de realizar una actividad física es fundamental para prevenir infecciones ya que, durante dicha actividad se producen circunstancias que favorecen su presencia: - Una sudoración importante, que provoca un ablandamiento de la piel, lo cual aumenta el riesgo de infección. - El contacto con agentes bacterianos presentes en el suelo y otras superficies con las que nuestra piel entra en contacto directo. En los baños públicos (piscinas, gimnasios..) es conveniente utilizar siempre chanclas. El lavado debe ser enérgico. Puedes tomar un baño o una ducha, pero la ducha arrastra mejor la suciedad y suele tener un efecto más relajante. La temperatura del agua no debe ser muy fría ya que los poros se cierran y al salir, continuamos sudando. Los cambios de temperatura ya eran utilizados por los romanos, puesto que producen un efecto favorable para la circulación. Después de la ducha es importante asegurarse de que el cuerpo esté bien seco (suele quedar humedad entre los dedos). Por razones de seguridad, ante posibles contagios, no debes compartir toallas ni usar las que hayan sido utilizadas por otras personas. Abrígate al terminar si hace frío: tu cuerpo pierde gran cantidad de calor y puedes resfriarte. Dedica unos minutos a que tu cuerpo vuelva a la normalidad y se recupere adecuadamente: realiza ejercicios de estiramiento, relajación o respiratorios. Bebe líquidos para recuperar el agua perdida a través de la sudoración. Puedes utilizar bebidas específicas para recuperar hidratos y sales minerales. Si la actividad ha sido muy intensa, procura que la siguiente comida sea rica en hidratos de carbono. Conviene visitar al médico cuando tengas alguna lesión. No te auto mediques.

REFERENCIAS:

https://revistas.um.es/cpd/article/view/113871; J Weineck - 2000 - books.google.com; MG Jiménez, P Martínez, E Miró... - International journal of ..., 2008 - redalyc.org

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

Rusch, H./Weineck, J.: Sportförderunterricht. Hofman Verlag, Schorndorf 1993.

Bascon, M. A. P. (1994). Actividad física y salud. *Obtenido de https://archivos. csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_42/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01. pdf*.

González, G. D. P. P. (2024). Sensibilización sobre la de gestión del tiempo y las rutinas saludables para el profesorado de instituciones de educación superior. *Transformar*, *5*(1), 24-36.

RECURSOS:

Físicos:

- Tablero, marcadores, salón de tv casa 2, televisor, computador, extensión, internet.

Humanos:

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

RESULTADOS:

Cualitativos: Al finalizar el taller, los cada uno de los ciudadanos de etapa 4 comprendieron la importancia de una adecuada planificación diaria que integra de manera equilibrada el trabajo, el descanso y la actividad física, reconociendo cómo esta organización favorece adaptar de hábitos saludables y como contribuye al bienestar físico, mental y emocional; además, identificaron la necesidad de realizar una rutina cotidiana para mejorar el autocuidado, disminuir el estrés y fortalecer su calidad de vida teniendo presente sus tiempo en comunidad de vida, mencionando prevenciones a tener en cuenta en el momento de la ejecución de cualquier actividad que requiera de esfuerzo físico.

Cuantitativos:

N°. total de ciudadanos: 14
N°. total de mujeres: 0
N°. total de hombres: 14
N°. total de LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE: _____

FIRMA COORDINADOR: _____

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: PLANIFICACIÓN DIARIA EQUILIBRANDO TRABAJO, DESCANSO Y EJERCICIO
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL.
FECHA: 19/01/2026







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: Planificación diaria equilibrando trabajo, descanso y ejercicio

4. Fecha: 19/01/2026

5. Hora: 02:00 pm.

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	cc	79962854	Mauricio Rico	48	No aplica	No aplica -	No aplica			X						
2	CC	1001606659	STIVEN Valencia	30	No aplica	No aplica	No aplica			X					STIVEN.	
3	CC	6762816	JUSTO R. GAITAN	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	79305517	CARLOS A. GARCIA	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	cc	1010/640	Jorge	64	No aplica	No aplica	No aplica			X					Jorge	
6	cc	1032358861	Carlos Moreno	52	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	cc	79712307	JOSE GARZON	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	cc	7159712	Luis Mendez	47	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	cc	1019062450	Carlos Chaparro	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	cc	80165738	JOHAN MURCIA	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	cc	1015459310	Harold Stiven Laitón	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	cc	79049093	Pedro Antonio Laitón	59	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	cc	94186668	Oscar S Mila	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	cc	79917593	FABIO RICO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Angie Murcia

14. Cargo o rol del responsable: Educadora Física

15. Firma del responsable de la actividad:

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

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

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

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

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: Comunidad de vida el Rosario	**FECHA:** 19/01/2026	**HORA:** Inicio: 02:00 PM Final: 03:30 PM
ÁREA: promotoría	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Josué Guevara

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Apegos materiales en los procesos de inclusión.

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer el desarrollo personal de los ciudadanos y ciudadanas en proceso de resocialización mediante la identificación, reflexión y resignificación de los apegos materiales, como estrategia para promover la autonomía, la construcción de proyecto de vida y la inclusión social.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar los apegos materiales presentes en la historia de vida de los ciudadanos y ciudadanas y su relación con dinámicas de exclusión social.
- Promover procesos de reflexión personal orientados a la resignificación del valor de los bienes materiales frente a las necesidades emocionales y sociales.
- Fortalecer habilidades de autoconocimiento, toma de decisiones y manejo emocional que favorezcan procesos de desapego y autonomía personal

METODOLOGÍA: Desde la Línea de Atención 1: desarrollo personal para la inclusión social en la metodología, esta metodología permite reforzar recursos personales, emocionales y cognitivos, facilitando la identificación de los apegos materiales y su impacto en la toma de decisiones y el proyecto de vida. Se promueve el desarrollo personal como estrategia para reducir riesgos y prevenir el retorno a dinámicas de calle, fortaleciendo la autonomía y la autorregulación.

Adecuación: Se realizará la convocatoria a los ciudadanos y ciudadanas del servicio para participar en el taller. La actividad se llevará a cabo en un aula múltiple previamente acondicionada, garantizando un espacio cómodo, seguro y adecuado para el desarrollo de la jornada

Primer momento: Apertura y sensibilización, Presentación del tema, normas de convivencia y actividad rompehielos orientada a identificar objetos significativos y su carga emocional.

Segundo momento: Desarrollo y reflexión sobre trabajo grupal o individual sobre los apegos materiales, su origen y su impacto en la vida personal y social, apoyado en actividades lúdico-terapéuticas y ejercicios de análisis guiado.

Tercer momento: Cierre y resignificación. Socialización de aprendizajes, conclusiones colectivas y reflexión final orientada a la construcción de nuevas formas de relacionarse con lo material desde la autonomía y el proyecto de vida

Reacondicionamiento del espacio: Al finalizar la actividad, el espacio utilizado quedará ordenado, limpio y libre de residuos u objetos que afecten su adecuado uso y presentación.

TEMAS:

- Concepto de apego material
- Significado emocional de los objetos
- Consumo y exclusión social
- Autonomía personal

REFERENCIAS

- Lineamientos de atención integral para población en proceso de resocialización.
- Enfoque de desarrollo humano y capacidades

RECURSOS

Físicos:

- Formato de listado de asistencia
- Lápices y bolígrafos
- Hojas y material impreso

Humanos:

- Ciudadanos y ciudadanas participantes
- Promotores(as) Sociales

RESULTADOS

Cualitativos:

- Mayor conciencia sobre el significado emocional de los apegos materiales.
- Cambios en la percepción del valor de los bienes materiales frente al bienestar personal y social.
- Fortalecimiento del autoconocimiento y la motivación hacia la construcción de proyecto de vida.

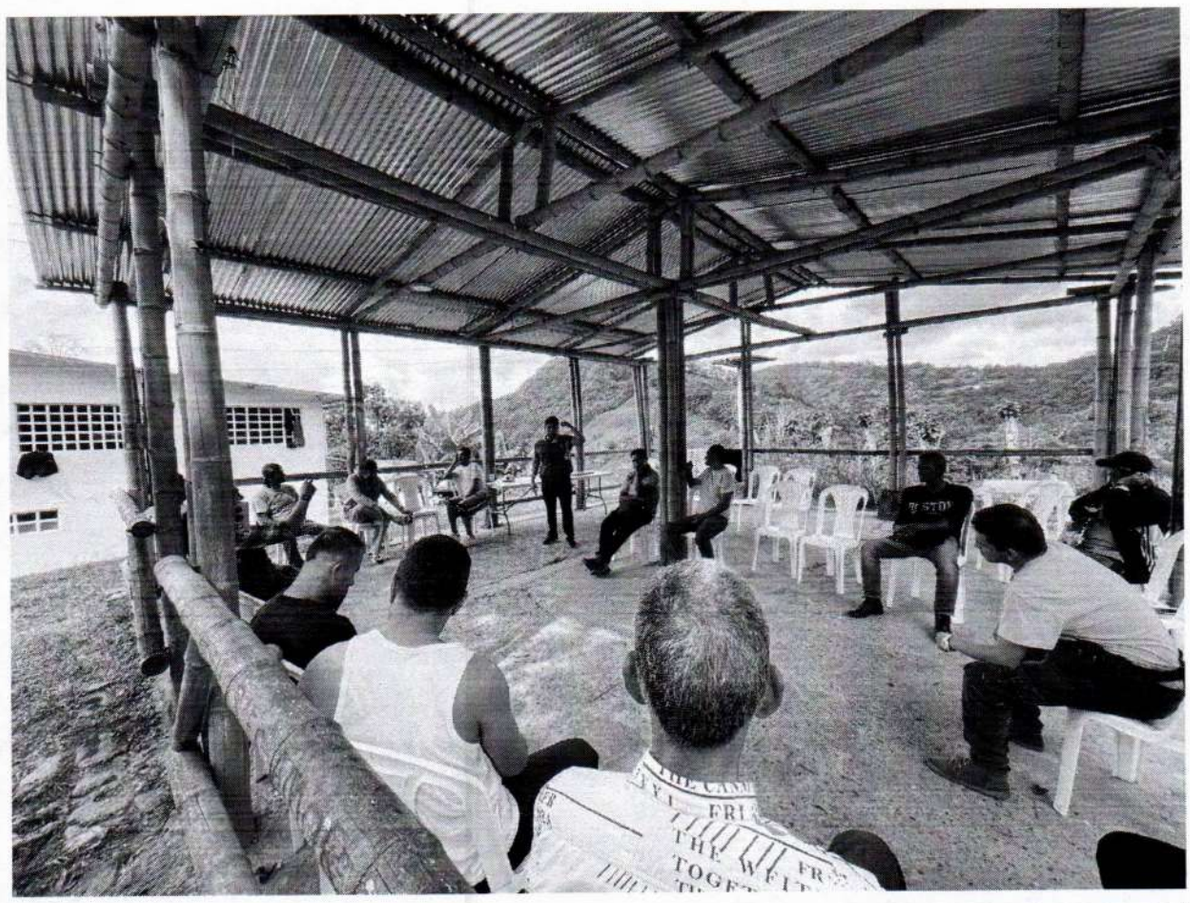
Cuantitativos: se tuvo una participación de 5 participantes de la comunidad de vida el Rosario, 5 hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Josse Guevara

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: APEGOS MATERIALES EN LOS PROCESOS DE INCLUSIÓN
LÍNEA DE ATENCIÓN 1 DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
FECHA: 19/01/2026





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: Abtgos materiales en los Procesos de inclusion | 4. Fecha: 19/01/2026 | 5. Hora: 02:00 PM

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	70106682	DIEGO PALACIOS	68												
2	CC	1020947209	Yeisson Wilches	37												
3	CC	10017069	Diego Chacon	46											DIEGO	
4	CC	1053675071	Jorge Bultrago	37												
5	CC	1456995	MILTON CORREA	42											MILTON	
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Jose Guevara | 14. Cargo o rol del responsable: Promotoria | 15. Firma del responsable de la actividad: Jose Guevara

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_1_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:** 20/01/2026	**HORA:** INICIO: 09:00 am FINAL: 10:30 am
ÁREA: Tallerista Cultural	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	ALEJANDRO BEJARANO	

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Patchwork - Conocimiento de la máquina plana

OBJETIVO GENERAL:
Fomentar el desarrollo personal, comunitario y productivo de los participantes mediante la enseñanza de técnicas básicas y avanzadas de costura, promoviendo la creatividad, el trabajo en equipo y la autogestión dentro de un espacio de contención, aprendizaje y fortalecimiento de habilidades para la vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Enseñar técnicas básicas y avanzadas de costura manual y con máquina, orientadas a la creación de artículos funcionales como maletas, mochilas y accesorios.
- Desarrollar habilidades personales y sociales, como la paciencia, la concentración, el trabajo en equipo y la responsabilidad, a través de procesos creativos y colaborativos.
- Fomentar la creatividad y la autoexpresión de los participantes mediante la elaboración de productos textiles con diseños propios o personalizados.

METODOLOGÍA:
La actividad se llevará a cabo, por medio de una metodología lúdico-pedagógica, encaminada en la línea de atención I; desarrollo personal para la inclusión social., El taller se desarrollará bajo un enfoque teórico-práctico, vivencial y participativo, promoviendo el aprendizaje por medio de la experiencia directa, el trabajo colaborativo y la reflexión sobre el hacer. Se prioriza el respeto por los ritmos individuales, el acompañamiento emocional y el fortalecimiento de habilidades personales y comunitarias.

Estrategias metodológicas

- Aprendizaje activo: Se privilegia el "aprender haciendo", permitiendo que los participantes se involucren en cada paso del proceso de costura.
- Trabajo por proyectos: Los participantes desarrollarán productos concretos (maletas, bolsos, estuches, etc.) que integren los conocimientos aprendidos.
- Trabajo colaborativo: Las actividades serán grupales o en parejas, fomentando el trabajo en equipo, la ayuda mutua y la solidaridad.
- Integración emocional y reflexiva: Se crearán espacios breves de diálogo o cierre al final de las sesiones, para compartir lo aprendido y lo sentido.
- Metodología inclusiva y adaptativa: Las técnicas se ajustarán al nivel y capacidades de cada persona, con apoyos diferenciados si es necesario.
- Enfoque ecológico y sustentable: Se fomentará el uso de materiales reutilizables o reciclados, como telas en desuso, retazos, cierres y otros insumos donados.

Etapas del taller

1. Diagnóstico inicial y motivación:
    - Encuentro de bienvenida y presentación del taller.
    - Identificación de intereses, conocimientos previos y expectativas.
    - Introducción al uso seguro de herramientas básicas (tijeras, agujas, máquinas de coser).
2. Formación técnica:
    - Enseñanza progresiva de técnicas de costura a mano y con máquina.
    - Reconocimiento de tipos de tela y materiales.
    - Trazado, corte, armado y terminaciones.
3. Aplicación práctica:
    - Confección de productos simples (bolsitas, estuches, porta objetos).
    - Confección de productos más complejos (mochilas, maletas, organizadores).
    - Personalización y diseño creativo de los productos.
4. Evaluación y cierre:

- Exhibición de los trabajos realizados.
- Espacio de devolución, reflexión grupal y reconocimiento del proceso vivido.
- Entrega simbólica de certificados o reconocimiento de participación.

Recursos metodológicos

- Herramientas de costura (máquinas, agujas, hilos, telas).
- Guías visuales paso a paso.
- Videos tutoriales o demostraciones en vivo.
- Cuaderno o bitácora personal de cada participante.
- Dinámicas grupales para fortalecer vínculos y confianza.

Rol del tallerista

- Actuar como guía y acompañante del proceso, más que como instructor rígido.
- Brindar espacios de escucha, contención y estímulo.
- Adaptar los contenidos según el grupo, ofreciendo retroalimentación continua.
- Fomentar la autonomía progresiva y el respeto mutuo.

Adecuación: Se realizará la invitación a los ciudadanos que participarán de la actividad y se adecua el espacio con los materiales necesarios para el desarrollo de cada una de las actividades.

Primer momento:
Se convocará a las y los ciudadanos que participan del taller por medio de los tableros informativos, que se llevará a cabo en la zona de las máquinas de coser, se dará inicio con el objetivo del día que será el reconocimiento del espacio, materiales y equipos necesarios para la ejecución del taller.

Segundo Momento:
Se dará inicio enseñando las partes de la maquina como lo son: Caja bobina, rodillera levanta pie, pedal y freno con pedal, largo de puntada, carretel, volante, planchuela, dientes, etc. Con la finalidad que puedan reconocer el funcionamiento de esta, se continuara con ejercicios para los participantes con guías impresas que puedan usar al momento de cocer, deberán seguir las líneas demarcadas en la guía con la maquina y se les explicara que deben ir haciendo para el control de esta, se dará un tiempo estimado para que cada ciudadano pueda practicar y se resolverán dudas que tengan acerca del manejo de las maquinas planas sobre la marcha.

Tercer momento y reacondicionamiento del espacio:
Se invitará a los ciudadanos a reacomodar el espacio dejándolo limpio y en óptimas condiciones.

TEMAS:

BENEFICIOS DE LA COSTURA

Las tareas manuales son muy positivas para la actividad cognitiva y para el desarrollo de habilidades y destrezas fundamentales para el día a día de las personas mayores. ¿Qué puede aportarles coser? Conchita García, médico de la Dirección Asistencial de Sanitas Mayores, y Miriam Díez Pérez, terapeuta ocupacional del Centro Residencial Carabanchel de Sanitas Mayores, nos lo cuentan con conocimiento de causa, pues han dedicado un mes a la psicomotricidad con manteles de actividad realizados por algunos residentes en los centros de la citada aseguradora médica.

¿Qué beneficios tiene la costura a nivel psicológico?

Según García Alonso, los beneficios de la costura a nivel psicológico son múltiples, pudiendo destacar entre otros:

1. Estimular la creatividad: nuevas ideas y proyectos. Una amplia gama de posibilidades en cada una de las labores que se pueden realizar.
2. Control de las emociones: relaja, produce sensación de bienestar, disminuye la ansiedad y el estrés, a la vez que permite la expresión de emociones positivas.

Fomentar los aspectos cognitivos: mejora la concentración, la memoria, la atención, el cálculo, la percepción espacial y las funciones ejecutivas.
Mejorar la autoestima y la confianza en uno mismo, aumentando la satisfacción y plenitud.
Favorecer las relaciones sociales y el trabajo en equipo, fomentando la comunicación. Es una forma divertida de estar y poder compartir con otras personas. ¿Y a nivel físico?

Para la costura es necesario usar las manos, los ojos y la coordinación entre ambos. Por tanto, podemos decir que esta actividad favorece:

- La motricidad fina.
- La propiocepción.
- La coordinación óculo-manual y bimanual.
- La precisión, la elasticidad y destreza manual.
- La sensibilidad.
- La fuerza en los dedos y las pinzas (pinza índice-pulgar, por ejemplo).
- Prevención y reducción de enfermedades, como la artrosis.

¿De qué manera se trabaja la memoria mediante la costura?

"Con la costura se trabajan aspectos susceptibles de mejora a nivel cognitivo, como es la memoria. Seguir la actividad paso a paso es uno de los mejores ejercicios para estimular la atención y la concentración, que suponen la puerta de acceso a la memorización", señala la especialista de la Dirección Asistencial de Sanitas Mayores.

Pero también hay que tener en cuenta que "con la costura se puede trabajar la reminiscencia, evocar recuerdos del pasado, situaciones, momentos, lugares, personas... Y así conseguir mantener la identidad propia, ayudando a mejorar la adaptación del individuo al presente", destaca García Alonso.

¿Es posible enseñarles a coser si no recuerdan cómo se hace?

Antes de hacer actividades de costura con las personas mayores hay que tener en cuenta qué pueden y qué no pueden hacer, valorar su estado físico (deterioro en las capacidades manuales y de visión) y nivel cognitivo (déficits de atención, memoria...) para adaptar el grado de dificultad de la actividad.

"La naturaleza rítmica y repetitiva de algunas técnicas favorece el aprendizaje, si no se sabe hacer, o el recuerdo, si ha olvidado", explica Díez.

Adaptar los elementos para tejer (más grandes y más pesados), establecer el grado de dificultad de la actividad (coser un botón, hacer un dobladillo o un patuco) y determinar el tiempo adecuado de ejecución son pasos fundamentales para facilitar las actividades, a la vez que sirven para garantizar un buen desempeño en las mismas.

En palabras de esta terapeuta ocupacional, con paciencia, esfuerzo y un poco de ayuda, los mayores pueden realizar casi cualquier actividad de costura, siempre y cuando esté adaptada a sus posibilidades.

Beneficios de la costura

La costura es una habilidad valiosa que ha sido practicada por siglos. Hoy en día, muchas personas consideran que la costura es un pasatiempo divertido y relajante, pero también ¡es mucho más que eso! La costura puede proporcionar muchos beneficios tanto a nivel mental como físico.

Hoy hablaremos de algunos de los beneficios de la costura y por qué deberías considerar aprender a coser.

- Fomenta la creatividad

La costura es una forma de expresión artística que te permite crear algo desde cero. Puedes elegir la tela, el hilo, los botones y los patrones para crear algo que refleje tu estilo personal. Coser te permite dar rienda suelta a tu creatividad y experimentar con diferentes diseños y estilos.

- Desarrolla habilidades prácticas

La costura requiere una gran cantidad de habilidades prácticas, como medir, cortar y coser. Aprender a coser te enseña a ser detallista y cuidadosa, lo que puede ayudarte en otras áreas de tu vida. Por ejemplo, si eres dueño de un negocio, las habilidades que aprendes en costura pueden ser aplicadas para manejar la gestión de tu negocio.

- Reduce el estrés

La costura es un pasatiempo relajante que puede reducir el estrés. Puede ayudarte a distraerte de las preocupaciones cotidianas y a concentrarte en el proyecto que tienes entre manos. La costura también puede proporcionarte una sensación de logro al terminar un proyecto que te hace sentir productivo y satisfecho.

- Fomenta la sostenibilidad

La costura puede ayudarte a reducir tu impacto en el medio ambiente. En lugar de comprar ropa nueva cada vez que necesites algo nuevo, puedes aprender a coser y hacer tu propia ropa o reparar la que ya tienes. Esto puede ayudarte a ahorrar dinero y reducir la cantidad de desechos que generas. En este sentido, clasesdecostura.com te ofrece su Master Class de Upcycling donde verás cómo darle una nueva vida a prendas que ya no usas. Transformarás una vieja prenda que tengas en tu armario en una pieza única y original.

- Fomenta la comunidad

La costura puede ser una actividad social que te permita conocer a otras personas que comparten tu pasión por la costura. Puedes unirte a clubes de costura locales o participar en clases de costura para aprender nuevas habilidades y conocer a nuevas personas. La costura también puede ser una forma de conectarte con tus familiares y amigos, ya que puedes enseñarles a coser o hacerle regalos hechos a mano. En nuestro taller de costura en Madrid (Calle Palos de la Frontera, 25) puedes encontrar una comunidad de costureras que, además de aprender a coser, comparten charlas, experiencias y un rato agradable todas las semanas.

En resumen, la costura es una actividad que puede proporcionar muchos beneficios tanto a nivel mental como físico. Fomenta la creatividad, desarrolla habilidades prácticas, reduce el estrés, fomenta la sostenibilidad y fomenta la comunidad.

Fuente de consulta:

https://cuidateplus.marca.com/familia/mayores/2018/10/06/beneficios-costura-167564.html
https://clasesdecostura.com/beneficios-de-la-costura/

RECURSOS

Físicos:

- Máquinas planas de cocer, guías, telas, tijeras, tiza.

Humanos:

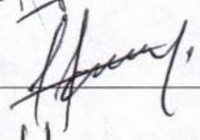
- Ciudadanos de la comunidad de vida, tallerista.

RESULTADOS:

Cualitativos:
El taller de conocimiento de la máquina plana fortaleció en los participantes la confianza y seguridad en su manejo, desarrolló habilidades básicas de costura y promovió valores como la responsabilidad, la paciencia y el trabajo en equipo, contribuyendo al crecimiento personal y al fortalecimiento de la comunidad de vida, así como a la proyección de la costura como una oportunidad de aprendizaje y autosustento.

Cuantitativos:
Ingresan al taller 11 participantes distribuidos de la siguiente manera, dos (2) mujeres, nueve (9) hombres de diferentes equipos de referencia y diferentes etapas todos con buena disposición

FIRMA DEL RESPONSABLE: 

FIRMA COORDINADOR: 

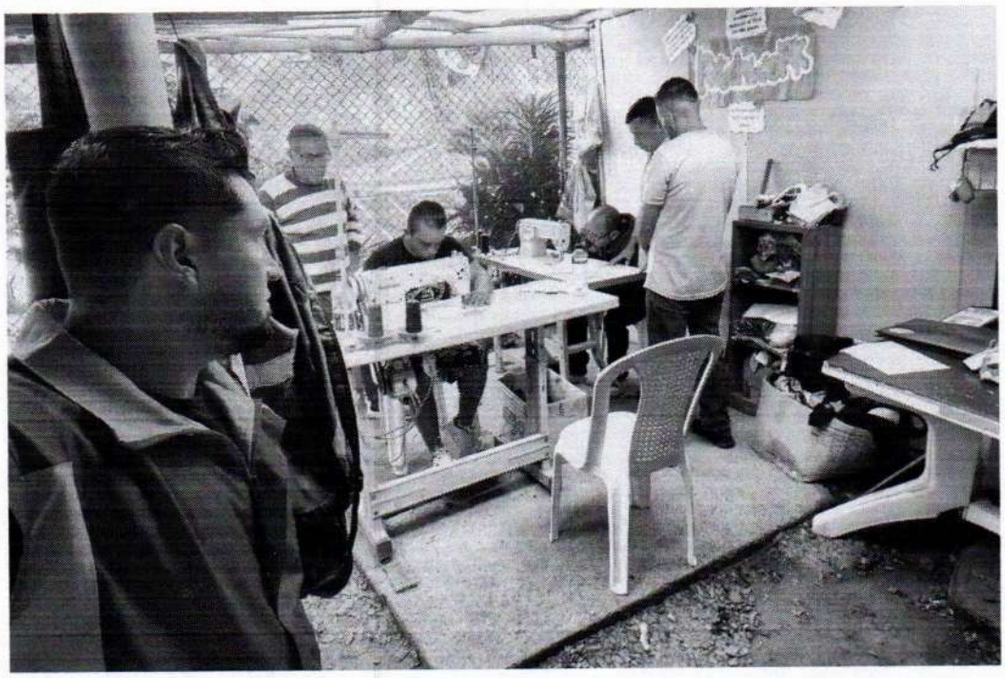
NOMBRE COORDINADOR: José Hum Ojeda

REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Patchwork - Conocimiento de la máquina plana

LÍNEA DE ATENCIÓN I: desarrollo personal para la inclusión social

FECHA: 20/01/2026





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: Patchwork - Conocimiento de la maquina plana

4. Fecha: 20/01/2026

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	1018[illegible]	David Sanchez Avila	20	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
2	CC	1033763	Tilsa Garnica	34	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
3	CC	1032403128	Andres [illegible]	37	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
4	CC	45164424	Andrea Cardenas	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
5	CC	1020756686	marcela Cardenas	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					marcela	
6	CC	11322000	Eva Mola	54	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
7	CC	1928485	Alvaro Osorio	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
8	CC	7995381	Pablo Rodriguez	47	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
9	CC	2497765	Blanca Munar	67	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					[illegible]	
10	CC	506113	Donal Ramos	69	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Donal	
11	CC	80091725	Juan Ramirez	44	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X					Juan	
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Alejandro Bejarano

14. Cargo o rol del responsable: Talenta

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:** 20/01/2026	**HORA:** INICIO: 09:00 am FINAL: 10:30 am
ÁREA: PRIMEROS AUXILIOS	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	KAREM MORENO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Identificación y prevención de ITS

OBJETIVO GENERAL:
Educar a los ciudadanos sobre las medidas correctas para prevenir las infecciones de transmisión sexual, con el objetico de reducir incidencia, morbilidad y mortalidad de estas, explicando los diferentes métodos de protección, iniciando desde los buenos hábitos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Brindar un ambiente inclusivo y acogedor donde los ciudadanos puedan expresarcen libremente comentando lo que piensan acerca de las ITS.
- Aumentar el conocimiento de la población sobre la importancia de conocer las diferentes ITS y como se trasmiten.
- Socializar los diferentes métodos de protección para la prevención de ITS.

METODOLOGÍA:
La jornada de la tarde se llevará a cabo, por medio de una metodología teórico – practico enfocado en estudio de conceptos y teorías con aplicación de situaciones reales para resolver problemas o generar conocimientos, así mismo se usará metodología psico educativa, hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano y la ciudadana mitigar los riesgos y reducir los daños asociados a determinadas situaciones. Con ello, se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento. Esta actividad se dará bajo la Línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social

Adecuación:
Se realizará la convocatoria a los ciudadanos de etapa 2 al aula de artes para llevar a cabo el taller.

- **Primer momento:**
  Se explicará los objetivos a alcanzar durante la ejecución de la jornada de primeros auxilios y la metodología a desarrollar, además de recalcar en las y los ciudadanos las nuevas dinámicas de trabajo en la tarde.

- **Segundo Momento:**
  Para el segundo momento se iniciará el taller con una breve charla, exponiendo casos de la vida real donde se abre un espacio de sencilizacion frente al tema tratado.

Tercer momento:

- Finalmente se realiza el cierre de la actividad, se dará un espacio de aclaración de dudas respecto al tema, se mencionará la importancia de estar informados y tener conocimiento de infecciones de trasmisión sexual, buscando con esto mejorar la calidad y estilo de vida de los ciudadanos.

- **Reacondicionamiento del espacio**
  Se invita a los ciudadanos a reacomodar el espacio dejándolo en óptimas condiciones.

TEMAS:

- **¿Qué son las ITS?**
  Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son infecciones que se transmiten de una persona a otra a través del contacto sexual. Si no son tratadas, pueden convertirse en una enfermedad de transmisión sexual (ETS).
- **¿Cómo se trasmiten las ITS?**
  Las ITS usualmente se propagan a través del contacto sexual vaginal, oral o anal. Sin embargo, a veces pueden transmitirse a través de otro contacto físico íntimo involucrando el pene, vagina, boca o ano. Esto se debe a que algunas ITS, como el herpes y el virus del papiloma humano, se transmiten por contacto de piel a piel.

- **Síntomas**
- Secreción inusual del pene o la vagina
- Llagas o verrugas en el área genital
- Micción frecuente o dolorosa
- Picazón y enrojecimiento en el área genital
- Ampollas o llagas en o alrededor de la boca
- Olor vaginal anormal
- Picazón, dolor o sangrado anal
- Dolor abdominal
- Fiebre

¿Cómo prevenir infecciones de trasmisión sexual?

- **Preservativos:** Usa preservativos masculinos o femeninos correctamente en cada encuentro sexual. Son muy eficaces contra la mayoría de ITS, incluyendo el VIH.
- **Barreras bucales:** Útiles para sexo oral, aunque menos comunes.
- **Juguetes sexuales:** No los compartas o cúbrelos con un preservativo nuevo cada vez que cambies de pareja.

Comportamiento y estilo de vida

- **Limita parejas:** Reducir el número de parejas sexuales disminuye el riesgo.
- **Evita drogas/alcohol:** El consumo de estas sustancias puede llevar a decisiones sexuales de riesgo.
- **Comunicación:** Habla con tu pareja sobre su estado de salud y la prevención.
- **Abstinencia:** Es el único método 100% seguro para prevenir ITS.

Salud y revisiones

- **Pruebas de detección:**
  Realízate pruebas periódicas, especialmente si tienes múltiples parejas.
- **Vacunación:**
  Vacúnate contra Hepatitis A, B y VPH (Virus del Papiloma Humano) para prevenir ciertas ITS.
- **Consulta médica:**
  Busca atención ante cualquier síntoma sospechoso y sigue el tratamiento al pie de la letra.
- **PrEP/PEP:**
  Considera la profilaxis (PrEP o PEP) para el VIH si tu médico lo indica.

- **Fuente de consulta:**
  https://www.saludcapital.gov.co/Documents/Manual_Primer_Respondiente_4edicion.pdf

RECURSOS:

Físicos:

- Aula de artes y sillas

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida y profesional de primeros auxilios.

RESULTADOS:

Cualitativos: Se evidencio interés por parte de los asistentes acerca del tema en general, identificando la importancia de conocer sobre prevención de ITS.

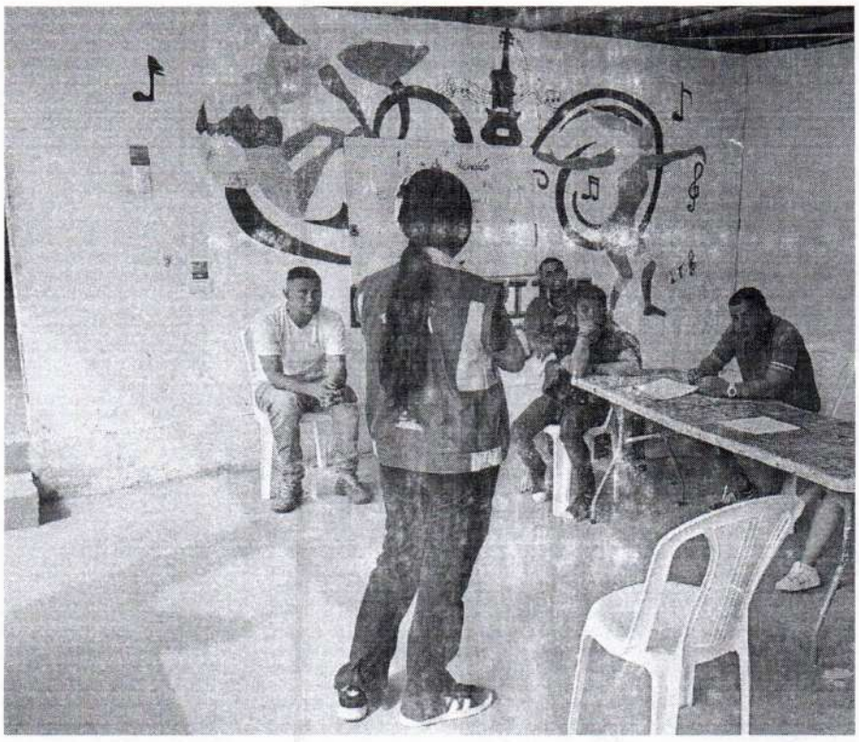
Cuantitativos: Se logro la convocatoria de 7 participantes, 3 mujeres y 4 hombres.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Karen Moreno

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO.
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Identificación y prevención de ITS
línea de atención I: Desarrollo persona para la inclusión social.
FECHA: 20/01/2026.





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: Identificación y Prevencion de ITS

4. Fecha: 20/01/2026

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	1026288084	Edith ROCIO	39	No aplica	NO aplica	No aplica			X					Edith	
2	CC	1038240262	Brandy	35	No aplica	No aplica	No aplica			X					Brandy	
3	CC	45526060	Sandra C	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					Sandra C	
4	CC	80746635	Edwin Suarez	42	No aplica	NO aplica	No aplica			X					Edwin	
5	CC	1030524423	DIANA Olaya	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1010209773	JHINMAN BOJOA	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	79705248	HENRY ZAMORA	50	No aplica	NO aplica	No aplica			X					Henry Z.C	
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Karen Juleth Moreno A

14. Cargo o rol del responsable: Auxiliar de enfermeria

15. Firma del responsable de la actividad: Karen Moreno

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_t_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:** 20/01/2026	**HORA:** INICIO: 11:00 am FINAL: 12:00 m
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela Ivette Rodríguez Pérez
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Política publica - Fenomeno de habitabilidad en calle		

OBJETIVO GENERAL

Promover la reflexión crítica y la toma de conciencia frente al papel de los servicios de comunidad de vida como estrategias derivadas de la política pública de habitabilidad en calle, fortaleciendo el sentido de corresponsabilidad ciudadana en el diseño, ejecución y mejora de estos servicios.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reconocer la comunidad de vida como un proyecto que surge de la política pública y no como una acción asistencial aislada.
- Favorecer la comprensión del rol activo de la ciudadanía en la construcción y sostenibilidad de las políticas públicas.
- Estimular el pensamiento crítico y propositivo frente a la mejora de la calidad del servicio desde la experiencia vivida.

METODOLOGÍA:

Metodología psico educativa: hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano y la ciudadana mitigar los riesgos y reducir los daños asociados a determinadas situaciones. Con ello, se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento, mejor va a ser la manera en que podrá solventar situaciones evitando así volver a las dinámicas de calle, es decir buscar que cada persona logre el mayor grado de desarrollo personal posible. Desde un enfoque lúdico-recreativo, que combina el aprendizaje con el juego, utilizando dinámicas interactivas para motivar la participación, el compañerismo y el conocimiento general, de forma divertida y dinámica. Esta actividad se desarrollará a partir de la línea de atención 1: Desarrollo Personal para la Inclusión Social.

Adecuación:

Se realizará una convocatoria en el comedor, en la cual se mencionará a las y los ciudadanos que es un taller transversal, se adecuará el espacio y se ambientará, a fin de reunir a la población.

Primer momento:

(Activación – Vinculación)
Bienvenida al grupo y presentación del objetivo del taller en lenguaje claro y cercano.
Explicación breve del sentido del espacio: no es evaluativo ni sancionatorio, sino reflexivo.
Acuerdo de normas básicas: respeto por la palabra, escucha activa, confidencialidad y participación voluntaria.
Pregunta de apertura para activar el pensamiento:
¿Qué significa para ustedes vivir o participar en una comunidad de vida?

Segundo Momento:

Proyección del primer video (YouTube):
Se solicita observar con atención el mensaje central, las experiencias y el enfoque institucional.
Proyección del segundo material (Política Pública de Habitabilidad en Calle – SDIS):
Se invita a identificar ideas clave relacionadas con derechos, ciudadanía y corresponsabilidad.
Trabajo reflexivo guiado (individual o en pequeños grupos):
El equipo de referencia formula las preguntas orientadoras, dejando un tiempo prudente para la reflexión:
Si el servicio de comunidad de vida es un proyecto que surge de la política pública:
¿Qué aprendizajes, enseñanzas o experiencias rescata de su vivencia en este servicio?
¿Qué aportes considera que podrían mejorar la calidad del servicio desde la experiencia ciudadana?
¿Qué papel juega la ciudadanía en el diseño y ejecución de la política pública?
¿Se reconoce como parte activa o solo como receptor del servicio?

¿De qué maneras concretas puede aportar?
Socialización voluntaria:
Se comparten reflexiones, cuidando que no se convierta en queja, sino en análisis y propuesta.
Rol del equipo de referencia:
Moderar el diálogo.
Acompañar emocionalmente.
Traducir las experiencias en aprendizajes colectivos.

Tercer momento:
Síntesis colectiva de los principales aprendizajes identificados.
Reflexión final guiada:

- *¿Qué cambia en mi manera de ver el servicio cuando entiendo que hace parte de una política pública?*

Mensaje de cierre enfatizando la corresponsabilidad, el respeto por lo público y la participación activa.
Agradecimiento por la participación.
Reacondicionamiento del espacio:

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

TEMA:

La Política Pública de Habitabilidad en Calle se fundamenta en un enfoque de derechos humanos, inclusión social y corresponsabilidad, reconociendo a las personas en situación de calle como sujetos de derechos y actores activos de su propio proceso de transformación. Desde esta perspectiva, los servicios de comunidad de vida no solo buscan la satisfacción de necesidades básicas, sino la reconstrucción del proyecto de vida, el fortalecimiento de la autonomía y la resignificación del rol ciudadano.

La conciencia ciudadana, entendida desde la psicología social y comunitaria, implica el reconocimiento del individuo como parte de una colectividad, con capacidad de incidencia, opinión y acción frente a los asuntos públicos. Paulo Freire plantea que la conciencia crítica surge cuando las personas comprenden su realidad, la cuestionan y se reconocen como agentes de cambio, superando posiciones pasivas o asistencialistas. Asimismo, la participación ciudadana en política pública no se limita al momento del diseño institucional, sino que se expresa en la vivencia cotidiana del servicio, en la retroalimentación constante, en el ejercicio de derechos y deberes, y en la construcción colectiva de propuestas de mejora. En este sentido, los espacios reflexivos y grupales permiten resignificar la experiencia personal como un aporte válido al fortalecimiento del sistema de atención.

Desde lo psicosocial, estos procesos favorecen el desarrollo del sentido de pertenencia, la responsabilidad social y la identidad ciudadana, elementos clave para la inclusión social sostenible.

Fuente de consulta:

- https://youtube.com/watch?v=ZtetMXgz448
- https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/politicas-publicas/lidera-sdis/politica-publica-habitabilidad-en-calle

RECURSOS:

Físicos:

- Recurso audiovisual, proyector, sonido, sillas en círculo, hojas, esferos, espacio cómodo.

Humanos:

- Profesional de psicología, ciudadanos partícipes de la actividad

RESULTADOS:
Cualitativos:
A partir del desarrollo del taller, se evidenció un proceso significativo de resignificación del fenómeno de la Habitabilidad en Calle, en el cual los participantes lograron ampliar su comprensión del mismo, transitando de una visión centrada en la asistencia y la supervivencia, hacia un enfoque de derechos, dignificación y corresponsabilidad social. El espacio reflexivo permitió reconocer la habitabilidad en calle como una problemática estructural y multicausal, que requiere respuestas integrales, articuladas y sostenidas en el tiempo, más allá de acciones aisladas o meramente asistenciales.

Durante el ejercicio, se fortaleció la conciencia ciudadana frente al papel de los servicios de comunidad de vida como dispositivos estratégicos de la política pública, orientados al restablecimiento de derechos y a la inclusión social, económica, política y cultural de los ciudadanos y ciudadanas habitantes de calle. Los participantes identificaron que dichos servicios no solo brindan atención básica, sino que promueven procesos de transformación personal, reconstrucción del proyecto de vida y resignificación de la identidad ciudadana, favoreciendo el reconocimiento de sí mismos como sujetos de derechos y deberes.

Cuantitativos:
N°. total de ciudadanos: 38
N°. total de mujeres: 3
N°. total de hombres: 35
N°. total de LGBTI: 0

FIRMA DEL RESPONSABLE:

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRÁFICO
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: POLITICA PUBLICA - FENÓMENO DE HABITABILIDAD EN CALLE
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: DESARROLLO PEpRSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL.
FECHA: 20/01//2026





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: Politica Publica - Fenomeno de Habitabilidad en calle

4. Fecha: 20/01/2026

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	1032488	JOSE CONTRERAS	46	No aplica	No aplica	No aplica			X					JOSE	
2	CC	94284722	ARBEY CANO	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	80236133	CESAR MORENO	45	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80887193	James Bedoya	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	1084896716	David Sanchez ovalle	24	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	1076283089	Edit Rocio Hoyos	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					Edit R.	
7	CC	79913500	Jose Alejandro Ortiz	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	80512924	Jhon Romero Diaz	54	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	1008010227	VICTOR MORA	39	No aplica	No aplica	No aplica			X					VICTOR	
10	CC	80174635	EDWIN SOARES	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	79563368	EDWING CAMACAL	55	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1019917911	FREDY CARCAS N	M	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	1085233041	Wilfiam Palumo	40	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	1070962466	cristian mendez	34	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80799300	GABRIEL CANO	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	1456957	MILTON CORREA	42	No aplica	No aplica	No aplica			X					MILTON	
17	CC	3167241	JOSE FLAVIO	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
18	CC	80106692	DIEGO PALACINO	65	No aplica	No aplica	No aplica			X						
19	CC	1030574932	DIANA OLAYA	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
20	CC	1010209773	JHONATAN BUSTOS	32	No aplica	No aplica	No aplica			X						

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

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: Politica Publica - Fenomeno de habitabilidad en calle

4. Fecha: 20/01/2026

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	1105672077	Jorge Bultrago	35	No aplica	No aplica	No aplica			X						
2	CC	79428349	Jose Juan Bustos	58	No aplica	No aplica	No aplica			X						
3	CC	13144483	Antonio Baldiris	56	No aplica	No aplica	No aplica			X						
4	CC	80212917	Alonso tejada	42	No aplica	No aplica	No aplica			X						
5	CC	80926713	JOSE ORTIS	44	No aplica	No aplica	No aplica			X						
6	CC	80760545	Jose A Ojeda G	61	No aplica	No aplica	No aplica			X						
7	CC	1014240085	Oscar Gonzalez	43	No aplica	No aplica	No aplica			X						
8	CC	79700637	79700637-Jhon Torres	51	No aplica	No aplica	No aplica			X						
9	CC	80100417	Carlos Jaime M. M.	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
10	CC	1010164646	[illegible]	6Ci	No aplica	No aplica	No aplica			X						
11	CC	1128[illegible]	Alvaro Osorio	6X	No aplica	No aplica	No aplica			X						
12	CC	1032388444	Wilmar Forero	28	No aplica	No aplica	No aplica			X						
13	CC	29477765	Blanca Munar	68	No aplica	No aplica	No aplica			X						
14	CC	79950581	Pablo Rodriguez	48	No aplica	No aplica	No aplica			X						
15	CC	80263711	Alejandro Cardona	41	No aplica	No aplica	No aplica			X						
16	CC	79166668	Oscar J Mile	46	No aplica	No aplica	No aplica			X						
17	CC	1014190605	Yeison Gaitan	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Yeison Gaitan	
18	CC	03240788	Ruyardy	38	No aplica	No aplica	No aplica			X					Ruyardy	
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:** 20/01/2026	**HORA:** INICIO: 02:00 pm FINAL: 03:30 pm
ÁREA: PRIMEROS AUXILIOS	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	KAREM MORENO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Automedicación y sus consecuencias.

OBJETIVO GENERAL:
Enseñar y educar a los ciudadanos los riesgos que causa de la automedicación sin antes de consultar a un profesional de salud, sensibilizando la manera correcta para hacer uso de medicamentos, ya que se puede llegar a una adicción de fármacos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Brindar un ambiente inclusivo y acogedor donde los ciudadanos puedan interactuar y establecer relaciones positivas entre sí durante las dramatizaciones.
- Aumentar el conocimiento de la población sobre la importancia de aprender hacer uso del servicio de salud para el uso de fármacos.
- Resolver y aclarar dudas que la población preste, haciendo un espacio de charla activa.

METODOLOGÍA:
La jornada de la tarde se llevará a cabo, por medio de una metodología teórico – practico enfocado en estudio de conceptos y teorías con aplicación de situaciones reales para resolver problemas o generar conocimientos, así mismo se usará metodología psico educativa, hace referencia al refuerzo de fortalezas, recursos y habilidades propias, que van a permitir al ciudadano y la ciudadana mitigar los riesgos y reducir los daños asociados a determinadas situaciones. Con ello, se busca que entre más logre el sujeto involucrarse, identificar y fortalecer su conocimiento. Esta actividad se dará bajo la Línea de atención 1: Desarrollo personal para la inclusión social

Adecuación:
Se realizará la convocatoria a etapa 4 al kiosco, 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 de primeros auxilios y la metodología a desarrollar, además de recalcar en las y los ciudadanos las nuevas dinámicas de trabajo en la tarde.

Segundo Momento:
Para el segundo momento se hará una breve charla del tema a tatar, intentado sensibilizar a la población del uso indebido de medicamentos que no tienen indicación médica.

Tercer momento:
Finalmente se realiza el cierre de la actividad, se dará un espacio de aclaración de dudas respecto al tema, se mencionará la importancia de estar informados y tener conocimiento sobre la prevención de automedicarse, buscando con esto mejorar la calidad y estilo de vida de los ciudadanos.

Reacondicionamiento del espacio
Se invita a los ciudadanos a reacomodar el espacio dejándolo en óptimas condiciones.

TEMAS:

¿Qué es la automedicación?
La automedicación es el uso de medicamentos por iniciativa propia para tratar síntomas o enfermedades, sin supervisión médica en el diagnóstico, dosis o duración, abarcando desde analgésicos de venta libre hasta fármacos con receta (auto prescripción).

Las causas principales se pueden clasificar en:

- Factores socioculturales y económicos: Bajos ingresos económicos que limitan el acceso a la consulta, desconfianza en los servicios de salud y la influencia de la publicidad.

- Factores de comportamiento (Autocuidado inadecuado): Uso de medicamentos sobrantes en casa, falta de tiempo, y el deseo de soluciones rápidas para dolencias comunes como cefaleas, dolor de garganta o resfriados.
- Acceso y conocimiento: Facilidad para conseguir antibióticos, analgésicos o antiinflamatorios, sumado a la creencia de que se posee el conocimiento suficiente para auto prescribirse.

Tipo de automedicación

- **Automedicación Responsable:** Uso de medicamentos de venta libre (OTC) o Especialidades Farmacéuticas Publicitarias (EFP) para aliviar síntomas autolimitados y leves (dolor, acidez, resfriados), durante un tiempo limitado.
- **Automedicación Irresponsable (o Auto prescripción):** Uso de medicamentos que requieren receta médica, automedicación con fármacos prescritos a otra persona, o repetición de recetas antiguas.
- **Automedicación con antibióticos**: Práctica riesgosa de tomar antibióticos sin supervisión para infecciones, lo que contribuye a la resistencia antimicrobiana.
- Automedicación por recomendación: Uso de fármacos sugeridos por vecinos, amigos o familiares, en lugar de un profesional de la salud.
- **Automedicación por uso crónico/aumentado**: Aumentar dosis o prolongar tratamientos prescritos sin consultar, incluyendo el uso indebido de productos naturales o vitaminas.

Prevención de automedicación

- **Consulta profesional:** Ante cualquier síntoma, acuda a un médico en lugar de asumir el tratamiento por cuenta propia.
- **Consulta farmacéutica:** Solicite consejo al farmacéutico sobre medicamentos de venta libre (EFP), especialmente en caso de embarazo, lactancia o enfermedades crónicas.
- **No compartir medicamentos:** Nunca tome fármacos recomendados por otras personas; lo que funciona para alguien puede ser perjudicial para otro.
- **Uso responsable de antibióticos:** Evite el uso de antibióticos sin receta, ya que el uso inadecuado favorece la resistencia bacteriana.
- **Información y seguimiento:** Conozca el nombre del medicamento, la frecuencia, la duración del tratamiento y no lo mezcle con alcohol.
- **Almacenamiento seguro:** Conserve los medicamentos en sus envases originales, lejos de la humedad (baño/cocina) y verifique la fecha de vencimiento.
- **Educación:** Entienda que la automedicación puede enmascarar enfermedades más serias.

REFERENCIAS:

- **https://www.google.com/search?q=prevencion+de+automedicacion&sca_esv=2756be51c2b06d29&sxsrf=ANbLn7p2eMP8eYvme16mxmFqwBU7Qpx6w%3A1769446467972&ei=Q5x3aY_-OtqYwbkPyanl-Ac&oq=prevencion+de+auto&gs_lp**

RECURSOS:

Físicos:

- Kiosco, mesas, sillas.

Humanos:

- Ciudadanos de la comunidad de vida y profesional de primeros auxilios.

RESULTADOS:

Cualitativos: Se evidencio interés por parte de los asistentes acerca del tema en general, identificando la importancia de prevenir la automedicación.

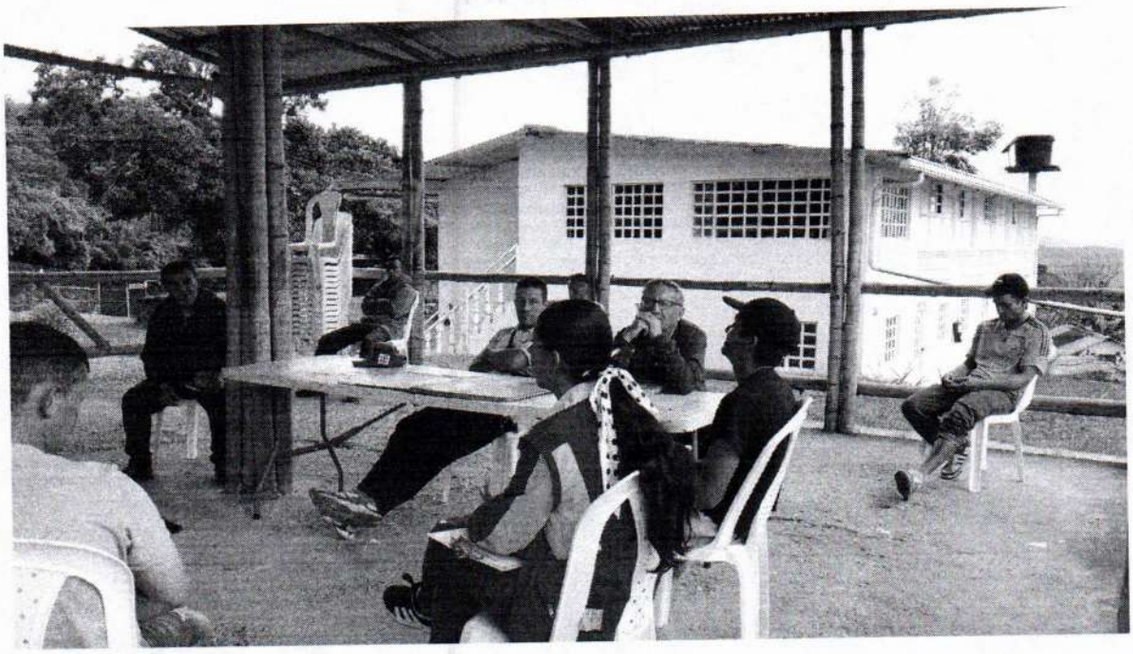
Cuantitativos: Se logro la convocatoria de 12 participantes, de los cuales son 11 hombres y 1 mujer.

FIRMA DEL RESPONSABLE: Karem Moreno

FIRMA COORDINADOR:

NOMBRE COORDINADOR: José Henry Díaz G

REGISTRO FOTOGRAFICO.
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: AUTOMEDICACIÓN Y SUS CONSECUENCIAS
LÍNEA DE ATENCIÓN 1: DESARROLLO PERSONAL PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
FECHA: 20/01/2026.





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: Automedicacion y sus consecuencias

4. Fecha: 20/01/2026

5. Hora: 02:00 Pm

No.	6. Documento identificación de la persona participante o beneficiaria		7. Datos de la persona participante o beneficiaria					8. Tipo de acompañante			9. Documento de identificación del cuidador o referente familiar		10. Datos del cuidador o referente familiar		11. FIRMA PERSONA CUIDADORA / PARTICIPANTE	12. OBSERVACIONES
	6.1 TIPO	6.2 NÚMERO	7.1 NOMBRES Y APELLIDOS	7.2 EDAD	7.3 DIRECCIÓN	7.4 LOCALIDAD Y BARRIO	7.5 TELÉFONO	Cuidador	Referente	No aplica	9.1 TIPO	9.2 NÚMERO	10.1 NOMBRES Y APELLIDOS	10.2 PARENTESCO O VINCULO		
1	CC	73,1444	ANTONIO Baldiri	55	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
2	CC	52763157	Luz marina	52	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
3	CC	1000806074	VICTOR Lafhota	39	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
4	CC	3052703228	ANDRES ESTADOS Huertas	32	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
5	CC	1018489668	Sebastian David Sanchez	29	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
6	CC	1033743	JHON Gomez	35	No Aplica	No Aplica	No Aplica			X						
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																

13. Nombre del responsable: Ramon Moreno

14. Cargo o rol del responsable: Primeros Auxilios

15. Firma del responsable de la actividad: Ramon Moreno

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:** 20/01/2026	**HORA:** INICIO: 02:00 pm FINAL: 03:30 pm
ÁREA: Psicología	**RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:**	Daniela Ivette Rodríguez Pérez

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Estrategias para la resolución de conflictos

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer estrategias básicas para la resolución de conflictos en ciudadanos y ciudadanas, promoviendo la comunicación asertiva, el trabajo en equipo y la toma de decisiones conscientes dentro de la convivencia comunitaria.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar situaciones cotidianas que generan conflicto en la convivencia.
- Reconocer emociones y reacciones asociadas al conflicto.
- Fortalecer habilidades de escucha, respeto y negociación.

METODOLOGÍA:

Metodología socio educativa: la cual busca fortalecer las habilidades y capacidades del ciudadano que le permitirá desenvolverse de manera asertiva en los diferentes grupos sociales, ya sea a nivel familiar, laboral, recreativo entre otros. Esta actividad se desarrollará a partir de la línea de atención 1: Desarrollo Personal para la Inclusión Social.

- **Adecuación**:

Se realizará una convocatoria a la cancha de fútbol, en la cual se mencionará a las y los ciudadanos que es un taller formativo, de esta manera se adecuará el espacio, a fin de reunir a la población.

- **Primer momento:**

(Activación – Vinculación)

1. La profesional realiza la bienvenida y explica el objetivo del taller.
2. Se invita a los participantes a pensar en situaciones cotidianas de convivencia que generan conflicto.
3. Se entregan tarjetas con ejemplos de conflictos comunes (malentendidos, desacuerdos, normas).
4. De manera voluntaria, los participantes comparten cómo suelen reaccionar ante estas situaciones.
5. La profesional valida las respuestas y normaliza el conflicto como parte de la interacción humana.

- **Segundo Momento:**

Organización del espacio: En la cancha o zona verde se construye un "camino" con conos y cuerdas que simboliza un conflicto a resolver. Cada obstáculo representa una dificultad (malentendido, enojo, falta de escucha).

Formación de equipos: Los participantes se dividen en pequeños grupos. A cada grupo se le asigna una situación de conflicto cotidiana.

Análisis del conflicto: Cada equipo identifica qué está pasando, qué emociones se activan y qué actitudes dificultan la solución.

Estrategias de resolución: Antes de avanzar por el camino, el equipo debe proponer estrategias como diálogo, escucha activa, respeto de turnos y acuerdos.

Ejecución cooperativa: El grupo atraviesa el camino aplicando las estrategias acordadas. Si surgen desacuerdos, deben detenerse y replantear la estrategia.

Reflexión inmediata: Al finalizar, se dialoga sobre qué ayudó y qué dificultó la resolución del conflicto.

En este momento se trabaja Habilidades sociales, comunicación asertiva, negociación, trabajo en equipo.

- **Tercer momento:**

1. Se forma un círculo y se invita a cada participante a mencionar una estrategia aprendida.
2. La profesional refuerza la importancia de pausar antes de reaccionar.
3. Se realiza una reflexión final sobre cómo resolver conflictos fortalece la convivencia.
4. Cierre del taller con retroalimentación positiva.

- **Reacondicionamiento del espacio:**