**ACTA N°** 051

**FECHA:** Bogotá, abril 27 de 2023.

**HORA:** 13:00 – 14:30.

**LUGAR:** Parque Los Frailes.

**TEMA:** Sesión de respiro a cuidadores (Carrera de obstáculos de tres piernas).

**ASISTENTES**: Talento humano.

**ORDEN DEL DÍA:**

1. Carrera de obstáculos con el Talento humano.
2. Diligenciamiento del Formato GD-023.

**DESARROLLO:**

Esta estrategia de cuidado al talento humano, cuenta inicialmente con la aplicación del cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) para medir el desgaste físico, mental y afectación emocional del talento humano, el cual se aplicará todas las primeras semanas de cada mes; Garantizando dos actividades mensuales para esta línea de atención que den respuesta a las necesidades evidenciadas desde la aplicación del MBI y que dentro de los puntajes obtenidos para el mes de abril (Agotamiento Emocional/Puntaje promedio = 27; Despersonalización/Puntaje promedio = 28; Realización Personal/Puntaje promedio = 38). Estas actividades han sido propuestas y evaluadas por el área de coordinación, así como por la supervisión técnica del área de Psicología en la SDIS, en un comité que se reunirá de manera periódica, según el inicio del servicio.

Se inicia la sesión reiterando sobre lo esencial que resulta mantener estrategias y técnicas prácticas de descargue laboral y afectivo, para generar un ambiente laboral y un efecto sobre el desarrollo de actividades diarias, incluyendo la calidad de atención que se le brinda a las personas mayores y el disfrute del trabajo como cuidadores. Esto se realiza durante un breve estiramiento que busca antes de iniciar la sesión un aumento en el tono cortical y centrar la atención. Seguidamente, se brinda un objetivo metafórico el cual pretende aumentar la predisposición de cada participante ante la aprobación y acercamiento con pares del equipo, por lo cual se asignan parejas de forma que cada participante interactúe con alguien con quien no suele compartir de forma espontánea o por función laboral; una vez se encuentran asignados y amarrados de las piernas, se realiza nuevamente ejercicios de estiramiento y calentamiento, fomentando el acople de movimientos a partir de la repetición mántrica de instrucciones o palabras que faciliten dicho acople (por ejemplo: Adentro/Afuera) buscando coordinar el avance de los pies.

Finalmente, y habiendo generado un mantra por pareja, se procede a completar el circuito de obstáculos como ejemplo y dar paso a las distintas parejas que pasan los obstáculos con medición de tiempo por cronometro, premiando a aquella pareja que logró desempeñarse con mayor fluidez, acople y en menor tiempo.

Compromisos:

| Compromisos | Responsables | Fecha de Ejecución |
|---|---|---|
| No se establece ningún compromiso. | No aplica. | No aplica. |

CONVOCATORIA. Se establece una nueva reunión para el día 27 de mes mayo de 2023.

En constancia de lo anterior firman:

| Nombres/Apellidos | Cargo o Tipo de vinculación | Dependencia | Firma |
|---|---|---|---|
| _____ | ___Coordinadora_ | Comunidad de Cuidado Gratitud_ | _____ |
| _____ | ___Psicólogo____ | Comunidad de Cuidado Gratitud_ | _____ |

Anexos: Registro Fotográfico y planilla de asistencia.

Elaboró: Diego Andrés Nova Díaz.

| FECHA: 27 DE ABRIL, 2023. | NOMBRE DEL ENCUENTRO: “CARRERA DE OBSTACULOS A TRES PIERNAS” | RESPONSABLE: DIEGO NOVA |
|---|---|---|









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

Tema: Carrera a 3 piernas Lugar: Parque los Frailes Fecha y hora: 28-04-23 / 13:00 - 15:00

| Ítem | Nombres y Apellidos | Documento de identidad | Entidad o Dependencia | Rol / Cargo | Correo electrónico | Teléfono y Ext. / Celular | Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Fany Flora Uribe | 1023866662 | CCC Gratitud | Terapeuta Corporal | floraunbeles@gmail.com | 3028802677 | |
| 2 | Fernanda Jiménez | 52771473 | CC GRATITUD. | T Social | ts.comunidadde cuidadogratitud@gmail.com | 3145840130 | |
| 3 | Dayan Noreña | 1'026562613 | CCC Gratitud | Servicios Generales | mayangi7992@gmail.com | 313 3658774 | |
| 4 | Simón López | 1018441557 | CC gratitud | operario cocina | simonlr-991@hotmail.com | 3143670315 | |
| 5 | Carolina Ramírez | 1023941616 | CC Gratitud | Jefe enfermería | caramirez@fundacioneduco | 3143210744 | |
| 6 | Juliana Castro B | 1012449095 | C.C Gratitud | Nutricionista | nutricionygratitud@gmail.com | 3115145430 | |
| 7 | Tomas Linares M | 52444900 | CCC Gratitud | Técnico Archivo | Jeanlyn29@hotmail.com | 3213604332 | |
| 8 | Luisa Sánchez | 53177795 | C.C.C Gratitud | técnico Artes | Casalvarito56@gmail.com | 3124048788 | |
| 9 | Angela Montero | 52823224 | C.C.C Gratitud | Gerontóloga | geronkloccca@gmail.com | 3144268644 | |
| 10 | Heiner Rojas Ospina | 1039474494 | CCC Gratitud | Técnico Manuales | herbarote66@hotmail.com | 3103588894 | |

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

Powered by CamScanner