ACTA N°017

FECHA: Bogotá, enero 24 de 2024

HORA: 1:30 – 2:00 pm.

LUGAR: Comunidad de cuidado Gratitud

TEMA: Proyecto de vida

OBJETIVO: Sensibilizar al talento humano acerca de la importancia del proyecto de vida en el proceso de envejecimiento.

ASISTENTES:

- Personal del talento humano

ORDEN DEL DÍA:

1. Agendar con el talento humano la capacitación mediante invitación del grupo whatsApp de la comunidad
2. Alistamiento material, (Tablero, memo fichas, hojas en blanco, lápices)
3. Saludo y desarrollo de capacitación.
4. Agradecimiento y cierre

INTRODUCCION:

Dando respuesta a la 5 obligación contractual del cargo de gerontóloga. Planear, programar, ejecutar y evaluar las actividades grupales en compañía del equipo interdisciplinario, que promuevan el envejecimiento activo y la desmitificación de estereotipos negativos hacia la vejez, dirigidos a las personas mayores y al talento

humano del Centro, mínimo debe desarrollar dos actividades al mes, una con las personas mayores y otra con el talento humano del CPS

En la siguiente acta de describe la capacitación brindada al talento humano de la comunidad de cuidado gratitud en el mes de enero desde el área de gerontología con el tema proyecto de vida en el proceso de envejecimiento.

DESARROLLO:

La capacitación programada con el talento humano para el mes de enero, la cual se realiza de forma presencial. Apoyada en el grupo de WhatsApp de la comunidad de cuidado Gratitud, se hace envió de un mensaje con la invitación a participar en la capacitación.

Se da inicio a la capacitación con un saludo de bienvenida y presentación del tema: proyecto de vida, el proceso de envejecimiento, se indaga que es el proyecto de vida en el cual Mayrin responde es proyectar lo que quiero en determinado plazo, Francy indica que es algo personal. Seguido se indica que iniciaremos el tema a través de un ejercicio por lo cual se entrega a cada persona una hoja y lápiz en el cual cada uno responderá las siguientes preguntas: 1.¿Quién soy yo?, 2.¿Que experiencia tengo?, 3.¿qué quieres realizar?, 4.¿Cuáles son las oportunidades?, 5.¿cómo y cuándo las voy a ejecutar?. A continuación, se define proyecto de vida: el cual es un plan que traza para identificar y conseguir objetivos en la vida, el cual permite tener una mayor coherencia con a diario para lograr metas propuestas en un tiempo determinado, el proyecto de vida puede realizar cualquier edad y aplica para cualquier edad. A continuación, se mencionan los elementos interiores y exteriores que se involucran en el proyecto de vida, dando así respuesta a lo planteado de forma individual.

- **¿Quién soy?:** Es la parte del plan de vida donde se deben proyectar a sí mismos en diferentes ambientes y situaciones. Podría tomarse como si se tratara de una

autobiografía del individuo, donde se describirá edad, lugar donde vive, personalidad, entre otros. Además, se puede tomar en cuenta también las debilidades y fortalezas.

- **Experiencias:** En esta sección se describirán cosas como: ¿dónde has estudiado?, ¿has trabajado?, ¿cuáles actividades has hecho?, ¿qué cosa te ha gustado más de lo que has hecho? Esto ayudará a definir qué deseas y quién eres, teniendo presente todo lo que has vivido a lo largo de los años hasta la actualidad.

- **Visualización:** Es una de las partes más importantes del plan, ya que es donde se involucran muchas decisiones importantes. Aquí, debes incluir la carrera que te gustaría estudiar, qué deseas adquirir más adelante, dónde te gustaría vivir, dónde deseas trabajar, qué actividades quieres realizar, entre otros.

- **Fusión:** En esta parte se mezclan todas las oportunidades y fortalezas con las expectativas de vida que tienes. Por esta razón, si bien el proyecto de vida consta de pasos o partes, esta es la que hace que el mismo sea único, pues permite agrupar todas las fortalezas de tu personalidad, así como también evaluar cuáles son las oportunidades a mejorar de tu persona. Aquí se proyectan las acciones y el proyecto de vida en sí.

- **Acciones:** Cuando sabes qué quieres hacer y cuándo lograrlo, debes pasar a la acción (mentalmente) plasmando en papel. De esta manera estarás programando cómo te gustaría lograr todo lo que te estás proponiendo. Es importante comenzar con pequeñas acciones, esto te permitirá organizarte y alcanzar tus metas, en este punto se hace énfasis que los plazos para el proyecto de vida son de corto, mediano y largo plazo no superior a cinco años, con el fin de evitar frustración.

Para finalizar se proyecta el video de Patricia Kelly a través del link

https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=Kf9myRIbb1c. En el cual menciona la importancia de tener una adecuada vejez y no cuestionar la existencia en el momento vital de la vejez. Se responde a preguntas e inquietudes, se agradece a las (19) personas participantes y se da por terminada la capacitación a las 2:00 pm.

Compromisos

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
No aplica	No aplica	No aplica

CONVOCATORIA. No aplica

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Ángela María Rico Pinilla	Gerontóloga	Comunidad de cuidado gratitud	
Disneyla Díaz	Coordinadora	Comunidad de cuidado gratitud	

Anexos: Se anexa listado de asistencia y registro fotográfico
Elaboró: Ángela María Rico Pinilla.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: Proyecto de vida 2. Lugar: Comunidad de Cuidado Gratitud 3. Fecha y hora: 29 de Enero 2024 1:20pm

4. ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Maylin Nemeguen	1026562613	CCC Gratitud	Servicios Generales	OC contratista	mayang1990@cma	3133658774	
2	Heriberto Arango	13'874494	CCC GRATITUD	CELADOR TURNO	CONTRATISTA	heriberto611@hotmail	3103388899	
3	Sandra P. Rico	52334685.	CC Gratitud.	Servicios Generales.	Contratista	soporte.685@gmail.com.	3103110194	
4	Juan Armando López.	80'117.198.	Gratitud.	Servicios Generales	Contratista	juanlopez25@gmail.com	3046763551	
5	Rosa Ulloa	52224286	Gratitud	servicio	contratista	Rosau0@hotmail	3116840511	Rosa
6	ANA SANCA	51980268	CC GRATITUD	COCINA	CONTRATISTA		312 346700	ANA SANCA
7	Simon López R.	1018445577	C.C. C. gratitud	Tecnico cocina	contratista	simonlr994@	3143670315	
8	Yulieth vega	106793000	CCC gratitud	AUX cocina	contratista	yuli569@hotmail.com	3072776820	
9	Lucelis Pulgar	60435003	CC Gratitud	servicio generales	Contratista	Tecnicapachon3@hotmail.com	3228945374	
10	Fanny Ariza Cubo	1023866670	CC Gratitud	4. Ocupacional	Contratista	fdunicubo@gmail	3023802677	Fany Cubo
11	Linda M Vidal B	1061035761	CC Gratitud	Tallerista	Contratista	limavigogood24@gmail.com	3117274158	
12	Juan Arboleda	1036837511	CCC Gratitud	AUX enfermeria	contratista	mateojuanjosejulian400@gmail.com	3209655150	
13	Ramona Sinisterra M	52144409	CCC Gratitud	Seguridad Documental	Contratista	Sandin2061@hotmail.com	3213201433	
14	KATERINE MEJER.	1.065814549	CCC Gratitud	AUX COCINA	Contratista	Katherinemejer17@gmail.com	3004914030	
15	JENNIFER FAJARDO	1070607778	CC Gratitud	AUX ENFERMERIA	contratista	jennyferfajardo23@gmail.com	3054190485	
16	Johanna Lopez Rojas	1016044911	CC Gratitud.	Fisioterapeuta	Contratista	Fisioterapia2021@gmail.com	3147864807	
17	SANDRA Morales	52316.014	C.C Gratitud	tecnico operativo	Contratista	operativogratitud2021@gmail.com	3208267486	SANDRA Morales
18	Juliana Castro	1012449095	CC Gratitud	Nutricionista	Contratista	nutricionistagratitud@gmail.com	3157145430	
19	Carolina Romero	1023911616	CC Gratitud	Enfermera	contratista	carromero2@gmail.com	3192038109	
20								

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.

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la Actividad:	Responsable:
24 de enero de 2024	Envejecer es un arte Proyecto de Vida	Ángela María Rico Pinilla





