ACTA N° 068

FECHA: Fusagasugá 16 de julio de 2024

HORA: 3:00- 4:00 pm

LUGAR: Comunidad de San José

TEMA: Respiro al cuidador “bailando al ritmo”

ASISTENTES:

Coordinador, Yennifer Tatiana Murcia Bolívar
Psicóloga, Viviana Paola Diaz
Equipo de cuidadores San José

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo de la actividad
2. Introducción de la actividad
3. Actividades desarrolladas
4. Materiales para el desarrollo de la actividad
5. Compromisos
6. Anexos Evidencias fotografías de las actividades de los días mencionados en el acta y planillas de asistencias.

DESARROLLO

1. OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD

Con la realización de la actividad, se busca generar espacios a los cuidadores en los que se mitigue la carga laboral, se reduzca estrés en los cuidadores y se garantice la atención de calidad a las personas mayores.

2. INTRODUCCION DE LA ACTIVIDAD

Esta actividad está diseñada especialmente para los cuidadores de personas mayores. Sabemos que la labor de cuidar y atender a nuestros seres queridos es profundamente valiosa, pero también puede ser intensa y exigente. Por ello, nuestro objetivo principal hoy es crear un espacio en el que podamos mitigar la carga laboral a los cuidadores y, al mismo tiempo, asegurar que la atención brindada a las personas mayores sea de la mejor calidad posible.

Durante esta actividad, exploraremos diversas estrategias y recursos que permitirán a cada uno de los participantes reducir el estrés asociado con sus responsabilidades y mejorar su bienestar general. Queremos que se sientan respaldados, escuchados y equipados con herramientas útiles que les faciliten su importante trabajo. Al final, esperamos que este espacio sirva como un respiro y un punto de partida para fortalecer tanto su bienestar personal como la calidad de la atención que ofrecen.

3. METODOLOGIA

Como metodología para el desarrollo de dicha actividad, se tuvo en cuenta varias fases interactivas y prácticas:

- Para dar inicio a la actividad, se realizó la invitación a los cuidadores de la comunidadde cuidado, por medio de los diferentes grupos de WhatsApp que se encuentran destinados para la comunicación interna y por medio de voz a voz, convocándolos a la zona deportiva del centro.
- Una vez reunidos los cuidadores, se dio un saludo de bienvenida, acompañado de la explicación para la ejecución de la actividad y la orientación para la ubicación dentro del espacio.
- Mientras los funcionarios se organizaron se programó la canción llamada “el sapito” con la cual se realizaría el ejercicio, dejándola pausa mientras se realzaron unos ejercicios de estiramiento y calentamiento, una vez que se obtuvo la atención de los participantes.
- Se proyectó la música y se indicó a los participantes que debían seguir los pasos, e imitar los movimientos, de los cuales surgieron risas y timidez debido a que se trata de una melodía infantil.
- sin embargo, se obtuvo gran acogida, seobservó que los cuidadores estaban muy dispuestos en el momento de integrarse a la actividad, al finalizar, se agradeció a los participantes, por atender al llamado y se dejó abierta la invitación para que se vinculen en las futuras actividades que tengan como propósito prevenir el estrés laboral.

4. MATERIALES UTILIZADOS PARA LA ACTIVIDAD

Para esta actividad se utilizaron los siguientes materiales.

- Espacio deportivo
- Parlante de sonido
- Aplicación de YouTube
- Canción “el sapito”
- Profesional de psicología.

5. COMPROMISOS:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Yennifer Tatiana Murcia	Coordinadora	CC San José	
Viviana Paola Diaz	Psicóloga	CC San José	

Elaboró: Psicóloga Viviana Paola Diaz

Powered by CamScanner

REGISTRO FOTOGRAFICO DE RESPIRO AL CUIDADOR

LUGAR: COMUNIDAD DE CUIDADO SAN JOSE
FECHA Y HORA: 16/07/2024 DE 3:00 A 4.00 PM
TEMA: RESPIRO AL CUIDADOR (BAILANDO AL RITMO)





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

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código:	FOR-GD-023
Versión:	2
Fecha:	Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página:	1 de 1

1. Tema: Respiro al cuidador | 2. Lugar o Localidad o Sede: CL. San Jose | 3. Fecha y hora: 3:00 pm a 4:00 pm 16 de Julio 2024

4. Nombre responsable: Viviana Paola Diaz | 5. Dependencia responsable: Psicologia.

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Angie Mallerna	C.C	1075417923	C.SanJose	Enfermera	Planta	angie.mallerna@	3144047556	
2	Dana [illegible]	CC	1069748878	CC-SanJose	Tecnico Gestion	C.P.S	Sanjosecomunidad cuidado@gmail.com	3022322845	
3	Stefanie Luna A	CC	1140827341	CC SanJose	Enf. Jefe	Contratista	stefaniepieta@hotmail.com	3203436611	Stefanie Luna
4	Johanna Cantalejo	CC	52492404	CC SanJose	T. Ocupacional	Planta	reyercuerpoce@gmail.com	3124225721	
5	Liliana Romero	CC	1069741142	CC SanJose	AUXT.O	Planta	Cuidadorcomunidad@	3202921852	
6	Maria Fernanda Sandoval	CC.	39618241	CC SanJose	T. Ocupacional	Planta	Afamadoras.jm@hotmail	3105502957	
7	Juan Pablo Hurtado Vasquez	CC	1069734744	CC San Jose	Fisioterapeuta	Planta	Juanhurtadovasquez@gmail	1006126536	
8	Sergio Rincón	CC.	1069727241	CC San Jose	G.documental	Planta	Archivosanjose1@gmail.com	3228924876	
9	Diana Ortega	CC	1069752749	CC San Jose	Ambiental	Planta	ccsanjosesga@gmail.com	3193064303	
10	Pilar Prieto B	C.C.	39544660	CC San José	Gerontologa.	Contratista.	pilarprietogo@gmail.com	3192338319	
11	Ruby Rojas Vargas	CC	1.108934.060	CC. San Jose	Trabajo Social	contratista	Sanjosetrabajosocial@gmail.	3102611711	
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

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 podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi 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"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Powered by CamScanner