Lugar	Cuidado Transitorio Dia - Noche Antonia Santos
Fecha	Lunes 06-04-2026 - HORA: 10:00am
Tema	Conmemoración Día Mundial de la Actividad Física
Desarrollo	Desarrollo El día de hoy, a las 10:00 a.m., se convocó a las personas mayores a participar en una jornada en el marco de la conmemoración del Día Mundial de la Actividad Física, se desarrolló una jornada dirigida a las personas mayores con el objetivo de promover hábitos de vida saludables, incentivar el movimiento corporal y fortalecer la participación activa. La actividad inició con un saludo de bienvenida, motivando a las personas mayores a integrarse a la actividad, donde se explicó la importancia de la actividad física en la salud mental física y emocional, resaltando beneficios como la mejora de la movilidad, la coordinación, el estado de ánimo y la prevención de enfermedades. Posteriormente, se dio inicio a una sesión de zumba, en la cual las personas mayores realizaron movimientos rítmicos al son de la música, esta actividad permitió trabajar la coordinación, el equilibrio, la resistencia cardiovascular y la expresión corporal, generando un ambiente dinámico, alegre y participativo, se brindaron adaptaciones para quienes presentan movilidad reducida, permitiendo su participación desde posición sentada. En un segundo momento, se realizaron ejercicios con aros, enfocados en la movilidad articular, la coordinación óculo-manual y la motricidad, las personas mayores realizaron actividades como pasar el aro por diferentes partes del cuerpo, lanzarlo suavemente y ejercicios de coordinación grupal, promoviendo la integración y el trabajo en equipo. Finalmente, se llevaron a cabo ejercicios con palos (bastones), orientados al fortalecimiento muscular, la postura y la amplitud de movimiento, se trabajaron movimientos de elevación, rotación y estiramientos, adaptados a las capacidades de cada participante, garantizando seguridad y participación inclusiva. La jornada se desarrolló en un ambiente de respeto, motivación y disfrute, evidenciándose una alta participación por parte de los usuarios, quienes manifestaron agrado por las actividades realizadas. Como cierre, se realizó una retroalimentación grupal y relajación, permitiendo la recuperación física y resaltando la importancia de mantenerse activos en la vida diaria.

Nota: 34 Personas mayores participantes

Registro fotográfico.











Nota: El registro fotográfico de la actividad se encuentra registrado en el drive del centro.

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Ver anexo FOR-GD-023 Formato Planilla de Asistencia	NO APLICA	NO APLICA

Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	NO SE DEJAN COMPROMISOS	NO APLICA	NO APLICA
Próxima reunión	NO SE PROPONE NUEVA REUNIÓN.		
Elaboró	LAURA JULIETH CUBILLOS LÓPEZ – EDUCADORA FÍSICA - CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE ANTONIA SANTOS		

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: Conmemoración Dia Mundial De La Actividad Física 2. Lugar o Localidad o Sede: CCT Antonia Santos 3. Fecha y hora: 06/04/2026 10:00am

4. Nombre responsable: Laura Cubillos - Rocio Campo. 5. Dependencia responsable: CCT Antonia Santos

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	Deridel Atencio Vega	CC	8830986	CCT Antonia Santos					
2	Luis Alfredo Bernal Salamanca	CC	19292263	CCT Antonia Santos					
3	Waldino Montaña Diaz	CC	5805889	CCT Antonia Santos					
4	Oswaldo Collazos Gomez	CC	4776037	CCT Antonia Santos					
5	Jose Balden Gonzalez	CC	3290140	CCT Antonia Santos					NO FIRMA
6	Jose Arnis Galeano Gonzalez	CC	19450986	CCT Antonia Santos					
7	Carlos Arturo Navarrete Diaz	CC	17069945	CCT Antonia Santos					
8	Orlando Morales Gomez	CC	70096024	CCT Antonia Santos					
9	Cayetano Lopez Vargas	CC	1073425	CCT Antonia Santos					
10	Jose Heberth Cardenas	CC	14880849	CCT Antonia Santos					
11	Jose Guillermo Garzon Cardenas	CC	7837402	CCT Antonia Santos					NO FIRMA
12	Jose Isidro Ubaque Urrego	CC	17130958	CCT Antonia Santos					
13	Jose David Cortes Jaimes	CC	5554831	CCT Antonia Santos					
14	Jose Gregorio Vela Galindo	CC	14433085	CCT Antonia Santos					
15	Luis Maria Reyes	CC	17148908	CCT Antonia Santos					NO FIRMA
16	Jorge Diaz	CC	19086282	CCT Antonia Santos					
17	Jose Ignacio Munoz Mazo	CC	3506214	CCT Antonia Santos					
18	Luis Felipe Gonzalez Pinzon	CC	19210200	CCT Antonia Santos					
19	Alberto Mosquera	CC	4172538	CCT Antonia Santos					
20	Nubia Valencia Molina	CC	31280003	CCT Antonia Santos					
21	Jorge Enrique Suarez Sanchez	CC	79280474	CCT Antonia Santos					
22	Luz Marina Pineda Sanchez	CC	29323098	CCT Antonia Santos					
23	Jorge Enrique Castañeda C.	CC	19268801	CCT Antonia Santos					
24	Jose Iturriel Salazar Urrea	CC	6186862	CCT Antonia Santos					
25	Humberto Bernal Mozo	CC	17119581	CCT Antonia Santos					
26	Germán Solano Colmenares	CC	19352486	CCT Antonia Santos					
27	Belizbe Gamba Hurtado	CC	41503472	CCT Antonia Santos					
28	Eduardo Carmona Rodriguez	CC	19080189	CCT Antonia Santos					
29	Maria de Jesus Forero	CC	23992093	CCT Antonia Santos					
30	Myriam Rodriguez	CC	41635329	CCT Antonia Santos					
31	Maria Elena Ladino	CC	41592017	CCT Antonia Santos					

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.

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: Conmemoración Día Mundial De la Actividad Física 2. Lugar o Localidad o Sede: CCT Antonia Santos 3. Fecha y hora: 06/04/2026 10:00am

4. Nombre responsable: Laura Cubillos - Rocio Campo. 5. Dependencia responsable: CCT Antonia Santos

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						
32	Hernando Uriego Castaño	CC	6026912	CCT Antonia Santos					
33	Jose Dioscorides Pedraza Valle	CC	7450737	CCT Antonia Santos					
34	Luis Manuel Reyes	CC	19140749	CCT Antonia Santos					
35	Laura Julieth Cubillos López	CC	1012401339	CCT Antonia Santos	Educadora Física	Contratista	lauc2904@gmail.com	3204929349	LAURA CUBILLOS.
36	Rocio campo yañez	CC	32828565	CCT Antonia Santos	Nutricionista	Contratista	nutricionist@gmail.com	3043443681	
37									
38									
39									
40									
41									
42									
43									
44									
45									
46									
47									
48									
49									
50									
51									
52									
53									
54									
55									
56									
57									
58									
59									
60									
61									
62									

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.