


<div>  <div>SECRETARÍA DE GOBIERNO</div> </div> <div>EVIDENCIA DE REUNIÓN</div> <div> Código: GDI-GPD-R029 Versión: 07 Vigencia: 25 de septiembre de 2025 Caso HOLA: 188520 </div>																
Objeto de la reunión:		ELABORACION FICHA METODOLOGICA CASA GRANDE														
Fecha:		06 DE MAYO 2026				Hora de inicio: 9:00 AM			Modalidad: <div> <input type="checkbox"/> Presencial <input checked="" type="checkbox"/> Virtual <input type="checkbox"/> Telefónica <input type="checkbox"/> Mixta </div>							
Lugar:		VIRTUAL				Hora de finalización: 11:00 AM										
Dependencia:		PLANEACION SOCIAL-SALUD MENTAL				Nombre del Responsable: EQUIPO ASIGNADO										
TIPO DE DOCUMENTO	NÚMERO DE DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN	NOMBRES Y APELLIDOS (Jurídico o legal)	NOMBRE IDENTITARIO	ENTIDAD	DEPENDENCIA	CARGO					TIPO DE VINCULACIÓN				CORREO ELECTRÓNICO - TELÉFONO DE CONTACTO	FIRMA
						ASESOR	DIRECTIVO	PROFESIONAL	TÉCNICO/ TECNÓLOGO	AUXILIAR	CARRERA	PROVISIONAL	LIBRE NOMIA	CONTRATISTA		
CC	1023032440	KARINA VILLACOB	NA	ALCB	PLANEACION SOCIAL			X						X	3144273547	Karina Villacob
CC	1014206087	LUZ YASMIN BURGOS	NA	ALCB	PLANEACION SOCIAL			X						X	3223849015	Joemin Burgos serrato
CC	39539917	MARTHA TERESA SILVA	NA	ALCB	PLANEACION SOCIAL			X						X	3134866456	Martha Silva
CC	1018510959	SUJEY MOYA RICO	NA	ALCB	PLANEACION SOCIAL			X						X	3144270139	Sujey Moya RICO
CC	52871358	JOHANNA A. CARVAJAL	NA	ALCB	PLANEACION SOCIAL			X						X	3160511511	Johana Carvajal
CC	1033716552	JHON FREDY MENDEZ SOLAQUE	NA	ALCB	PLANEACION SOCIAL			X						X	3204132688	Jhon Fredy Mendez

CONSENTIMIENTO: Quien registra sus datos, conforme a la Ley 1581 de 2012 y demás normas reglamentarias aplicables, declara que conoce y acepta la Política de Tratamiento y Protección de Datos Personales de la Secretaría Distrital de Gobierno, y que la información proporcionada es veraz, completa, exacta, actualizada y verificable. Reconoce y acepta que cualquier consulta o reclamación relacionada con el tratamiento de sus datos personales podrá ser elevada verbalmente o por escrito ante la Secretaría Distrital de Gobierno – Oficina de Atención al Ciudadano, como responsable del tratamiento; cuya página web es www.gobiernobogota.gov.co y su teléfono de atención es 33870001. Manifiesta que con los datos proporcionados tiene el derecho de conocer, actualizar y rectificar los datos personales, a solicitar prueba de este consentimiento, a solicitar información sobre el uso que se le ha dado a los datos personales, a presentar quejas ante la Superintendencia de Industria y Comercio por el uso indebido de los datos personales, a revocar esta autorización o solicitar la supresión de los datos personales suministrados y a acceder de forma gratuita a los mismos. De igual manera entiende que los datos aquí consignados serán usados para temas estadísticos, de caracterización poblacional y en determinados casos para el acceso a la oferta institucional de la Secretaría Distrital de Gobierno.

DESARROLLO Y CONCLUSIONES DE LA REUNIÓN:

Desde el proyecto acciones Territoriales para la promoción de la Salud Mental 2243 de la Alcaldía Local Ciudad Bolívar, se da cumplimiento a cronograma asignado para elaboración de ficha metodológica la cual se ejecutará con la comunidad del barrio Casa Grande.

De forma virtual se reúnen las profesionales Yasmin Burgos, Karina Villacob, Martha Silva, Sujey Moya y Johanna Carvajal, el coordinador Fredy Méndez se conecta a la reunión con el fin de dar a conocer la instrucción de la actividad, informando que el señor Steven Guzman profesor de pintura del proyecto de cultura, requiere sensibilización para un grupo aproximado de 70/80 personas mayores pertenecientes al barrio Casa Grande por diversas situaciones y problemáticas presentadas, las cuales están afectando la salud mental de la comunidad. Esta actividad se debe desarrollar en un tiempo aproximado de 1 hora y 30 minutos, queda por confirmar el espacio, pero tentativamente puede ser en el parque Casa Grande o en el salón comunal de la manzana 4.

Teniendo en cuenta lo anterior se da inicio con la elaboración de los objetivos tanto general como específicos los cuales están enfocados al duelo y fortalecimiento de redes de apoyo, seguido a esto elaboramos la actividad rompe hielo en la cual se utilizarán banderines de colores con el propósito de incentivar el movimiento, atención y coordinación de los asistentes.

Continuamos con la temática central iniciando con un espacio de diálogo para que las personas mayores compartan, sus experiencias en cada una de las etapas de la vida utilizando una línea de tiempo donde ubicarán las vivencias presentadas (Ej. pérdida de un familiar, pérdida de un juguete, una experiencia significativa). Para un segundo momento realizaremos la actividad llamada "Reconociéndonos" donde se utilizará un espejo con la intención de generar reflexión respecto al autoconcepto y autoestima de cada participante por medio de preguntas orientadoras.

Para un tercer momento ejecutaremos una actividad cuyo objetivo es canalizar emociones acumuladas (estrés, ira, frustración, tristeza) de forma segura, consciente y liberadora, para esto utilizaremos el saco de boxeo, dando a conocer la finalidad del ejercicio como también sus instrucciones las cuales consisten en:

Postura correcta:

- Pies separados (uno adelante, otro atrás)
- Rodillas levemente flexionadas
- Espalda recta

Manos:

- Puño, pero sin apretar demasiado
- Pulgar por fuera (nunca dentro del puño)

Golpe básico:

- Golpea con los nudillos (no con la muñeca)
- Mantén la muñeca recta (para evitar lesiones)
- Respiración: exhala al golpear (muy importante) esto ayuda a soltar tensión

Se solicita que “Cierren los ojos... y piensen en eso que les pesa, cansa, duele o genera ira.”

Que identifiquen:

- Una emoción
- Una situación o incluso una persona (sin mencionarla en voz alta)
- Estrés
- Cansancio
- Ira acumulada

Se refuerza diciendo: “Hoy no vamos a golpear por golpear... vamos a soltar lo que llevamos dentro, vamos a liberar.”

Reflexión:

Se realiza preguntas abiertas:

- ¿Cómo se sintieron?
- ¿Qué cambió identifican en su cuerpo?
- ¿Qué emoción salió?

Como cierre de la actividad las profesionales realizan la reflexión con relación a la satisfacción de la superación de retos y desafíos que se atraviesan a través de la vida. Acto seguido se realiza un “Abrazatón” con los participantes.

Se envía ficha metodológica vía correo electrónico para revisión de parte de coordinación.

COMPROMISOS DE LA REUNIÓN:

No.	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FECHA DE ENTREGA

NOTA 1: En caso de ser una reunión virtual se puede anexar el reporte de asistencia generado por las plataformas de reuniones o plataformas que generen formularios. NOTA 2: Agregue o elimine las filas que sean necesarias para registrar los asistentes y los compromisos de la reunión

Meet mrb-tpqy-kui

meet.google.com/mrb-tpqy-kui

Fredy Mendez

MARTHA TERESA SILVA VEGA

Sujey Moya R

Johalexa carvajal

jasmin burgos serrato

Karina Andrea Villacob Moscote

9:13 a.m. | mrb-tpqy-kui

13°C Lluvia ligera

Buscar

9:13 a.m. 6/05/2025