ACTA N° 0407 CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH CHINAUTA – 2022

FECHA: Chinauta, marzo 16 de 2022.
HORA: 10:00 am
LUGAR: CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH CHINAUTA
TEMA: Eje Cuidado integral / Respiro al cuidador /Estilos de vida saludable / Convenio 7455-2021.
ASISTENTES: Cuidadores comunidad de cuidado Hogar Nazareth Chinauta.

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo de la actividad.
2. Introducción de la actividad.
3. Actividades desarrolladas.
4. Materiales a utilizar en la actividad.
5. Compromisos.
6. Anexos.

DESARROLLO:

1. Objetivo de la actividad: Promover estilos de vida saludable en los cuidadores mediante actividades informativas y vivenciales que contribuyan a su bienestar emocional y calidad de vida.
2. Introducción de la actividad: El fomento de una vida saludable en el entorno laboral consiste en impulsar, mediante un plan de acción coordinado y con el esfuerzo común de trabajadores y la dirección, una serie de medidas, servicios y recomendaciones que mejoren la salud global de las personas en el puesto de trabajo y, por extensión, acaben convirtiendo la organización en una organización saludable, donde los riesgos físicos y psicosociales para la salud hayan sido minimizados y donde las políticas y las instalaciones favorezcan la adopción de hábitos saludables.
3. Descripción la actividad: La actividad dio inicio con la presentación de dos recreadores del IDERF, quienes realizaron una charla de sensibilización frente a la importancia de realizar actividad física por lo menos 20 minutos diarios, siendo ésta no solamente a través del deporte y/o gimnasio, sino formas cotidianas como caminatas, cambios de posición en el área de trabajo, pausas activas dentro del entorno laboral saludable, baile, danza, subir y bajar escalones, de manera que el sistema osteomuscular se encuentre en movimiento y ejercitado a fin de prevenir patologías físicas como el sedentarismo, la obesidad, el sobrepeso, artrosis, entre otros.
   Se indagó con los asistentes a través de la técnica lluvia de ideas sobre las actividades que comúnmente realizan y que generan desplazamientos físicos y musculares, encontrando respuestas como hacer aseo, laborar, gimnasio, desplazarse en bicicleta,

Escaneado con CamScanner

caminar a tomar la buseta, bajarse antes del destino para realizar caminatas cortas, a lo cual se les informa que son acciones que ayudan y aportan en la quema de calorías y esfuerzo muscular, siendo tomadas como acciones pasivas dentro de los hábitos de vida saludable, introyectándo cada vez más las activas y por ende aportando de forma correcta hacia hábitos de vida saludable.

4. Materiales a utilizar en la actividad.
   - Sonido
   - Equipo de telefonía móvil.
   - Listado de asistencia

5. Compromisos.

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA: Se dará continuidad a las actividades programadas según cronograma establecido.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Diana Marcela Ruiz C.	Trabajadora Social	Hogar Nazareth	
Milena Castiblanco	Trabajadora Social	Hogar Nazareth	
Rubiela Giraldo	Coordinadora	Hogar Nazareth	

Anexos: Listado de asistencia, registro fotográfico.
Elaboró: Diana Ruíz-Milena Castiblanco, Trabajadoras sociales.

Escaneado con CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARIA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 1 de 3

Tema: Estilos de Vida Saludable. Lugar: Comunidad de vida activa Hogar Nazareth Chinauta. Fecha y hora: 16/03/2022 - 10:30 a 11:00

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Ondina Meneses	1022398263	Hogar Nazareth	Auxiliar Enfermeria	—— o ——	3106977793	Ondina Meneses
2	Yolima González	53931503	Hogar Nazareth	Auxiliar Enfermero	——	3202559821	
3	Liceth cubillos	1070710905	Hogar Nazareth	Aux. enfermeria	— o ——	3105866726	
4.	Nelly Garcia	39612429	Hogar Nazareth	Aux Enfer	—— o ——	3209393736	Nelly G.
5	Yoyana Rodriguez	1069736959	Hogar Nazareth	Archivo	—— o ——	3144749306	
6	Leydi A Gonzalez	1069745278.	C.C. Hogar Nazareth.	Regente Farmacia	—— o ——	3102450101	Leydi G
7	Nancy Bitel	52159506	Hogar Nazareth.	Psicologa	——	321 2089409	Nancy Bitel
8	Erika B. Ramirez	39624663	Hogar Nazareth	Delegado Documental	——	315 6066125	
9	Yolima rojas	1069916054	Hogar Nazareth.	Auxiliar enfermeria	——	3126444513	Yolima rojas
10	ROSA MORA	35250380	HOGAR. NAZARETH	AUX. ENFERMERIA	rosamorita82@gmail.com	3223829341	ROSA MORA

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.

Escaneado con CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARIA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 2 de 3

Tema: Estilos de vida saludable. Lugar: Hogar Nazareth Chinauta Comunidad de cuidado Fecha y hora: 16/03/2022 - 10:30 a 11:00.

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
11	Marcela Parrado	1012361532	Hogar NETZARETH	Enfermera		317 4754445	
12	Yudy Bonilla	28392337	Hogar Nazareth	Aux Enfermera		3125300700	
13	[illegible]	1088734288	Hogar Nazareth	Aux Enfermería		3214147087	
14	Juan Felipe Lozano	1003614308	Hogar Nazareth	Terapeuta Ocupacional		3227035884	
15	Melissa Robiano	1032449523	Hogar Nazareth	Tallerista		3225141144	
16	Nancy Plazas.	52229863	Hogar. Nazareth	Fisioterapeuta		3204590160	
17	Diana Marcela Ruiz	53044408	Hogar Nazareth.	Trabajo Social		3124165808	
18	Martha Yaneth Suarez P.	52795413	IDERF RECREACIÓN	RECREACIÓN		3144424894	Martha S.
19	JOHANN RAMIREZ	1069753881	IDERF RECREACIÓN	RECREACIÓN		3135087282	
20	MARIA CORREA	1069761688	H NAZARETH	S G		3117056749	MARIA.

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.

Escaneado con CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARIA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 3 de 3

Tema: Estilos de vida Saludable Lugar: Hogar Nazareth Chinauta Comunidad de Cuidado Fecha y hora: 16/03/2022. 10:30 a 11:80.

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
21	Dalia Alejandra Cajamarca O	52.023.360	Terapia Ocupacional.	Hogar Nazareth.	—— o ——	3194626337	Dalia Cajamarca.
22	Carolina León.	53.931.769	Aux. T. ocupacional	Hogar. Nazareth.	—— o ——	3144434594.	Carolina León
23	Sandia Diaz.	39625610	S G	Hogar. Nazareth.	—O—O—	3143132101	Sandia Diaz
24	Mileno Castellanos	52472970	Hogar Nazareth ch	Trabajo Social	—//—//—	3202215253	
25	FABIAN GARZÓN RAMIREZ	1072189255	CCC HOGAR NAZARETH Psicólogo	Psicólogo	—// ——	3102816447	
26	Wilson Benavides	80132677	Hogar Nazareth Artes	Artes	——	3752237727	

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.

Escaneado con CamScanner



Escaneado con CamScanner



Escaneado con CamScanner