ACTA N° 428

FECHA: Chinauta, 30 de diciembre del 2023.
HORA: 02:22 p.m.
LUGAR: CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH CHINAUTA
TEMA: Pausas activas
ASISTENTES: Cuidadores del centro de comunidad de cuidado Hogar Nazaret-Chinauta Convenio 7455-2021

ORDEN DEL DÍA:

1. OBJETIVO:

Generar espacios de descanso al cuidador de forma periódica o temporal de sus responsabilidades y de las demandas de cuidado generadas por la asistencia a las personas mayores, mediante espacios y actividades lúdico-formativas que disminuya el cansancio físico y psicológico; que propendan a una mejor atención a la población objeto del convenio.

2. INTRODUCCION:

El programa de pausas activas tiene como finalidad crear conciencia en la comunidad que integra el CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH CHINAUTA, sobre la importancia de tener hábitos saludables dentro de la jornada laboral y la vida personal; busca promover hábitos preventivos de tal manera que podamos evitar la adquisición de enfermedades profesionales, el ausentismo y las incapacidades generadas por éstas.

Pretende generar espacios que mejoren los ambientes de trabajo y contribuir de esta manera a elevar los niveles de producción, favorecer el control del stress, facilitar la comunicación, el trabajo en equipo y mejorar las relaciones interpersonales.

Se desarrolla desde una perspectiva lúdica, que busca la motivación de los trabajadores cambiando las rutinas del trabajo a las que están acostumbrados. Esta dinámica ayuda tanto a nivel psicológico como social, ya que promueve el movimiento, evita el sedentarismo, ayuda a desarrollar una mayor atención, aumenta la velocidad de procesamiento, libera tensiones y fomenta la creatividad y el trabajo en equipo.

Se desarrolló los días **4-7-11-15-18-20-21-26-29** del mes de diciembre con un total de **09 sesiones**, durante y/o después de la jornada laboral con el fin de activar la respiración, la circulación sanguínea y la energía corporal.

3. DESARROLLO:

- Las pausas activas se realizan en las instalaciones del hogar, pasillo, cafetería, salón de comedor y en cualquier espacio idóneo para el encuentro del personal garantizando la seguridad y salud en el trabajo de todos los participantes.
- Las sesiones a realizar serán a nivel grupal e individual con una duración continua mínima de 10 minutos; si durante la realización de estas actividades se observa alguna alteración de tipo físico como dolores musculares, articulares, entre otros, se dará la indicación al trabajador de asistir a la EPS donde se encuentre afiliado para su respectiva valoración y manejo clínico.
- Los tipos de pausas activas son las siguiente: Estiramiento, Movilidad articular, y Actividades de habilidad Mental.

4. MATERIALES:

Para el programa de PAUSAS ACTIVAS, no se utilizó ninguna ayuda para su desarrollo.

5. COMPROMISOS:

COMPROMISOS	RESPONSABLES	FECHA DE EJECUCION
Realización de pausas activas 2 veces al día	Área de Fisioterapia	Diaria

6. CONVOCATORIA:

Incluyen todos los empleados, que realicen una labor continua por más de 2 horas.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Rubiela Giraldo	Coordinadora	Hogar Nazareth	
Paola Pedreros G.	Fisioterapeuta	Hogar Nazareth	Paola Pedreros.

Paola Pedreros G.
Anexos. Evidencias Fotográficas
Elaboró: Paola Pedreros Garzón
Fisioterapeuta


COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH
18/12/2023 03:44:46 p. m.


COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZAR
21/12/2023 03:35:57 p


COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NA
15/12/2023 03:57:


COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZAR
07/12/2023 02:59:37


COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH
04/12/2023 03:31:50 p. m.


COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH
11/12/2023 03:24:09 p. m.

1. Tema: Pausas Activas — 2. Lugar: CC Hogar nazareth — Fecha y hora: 04-12-2023 - 3:20Pm - 4:00Pm

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	Nelly pabón	52'239.268	Hogar Nazareth	SG			3142687948	nellypabón
2	Sandra Diaz	39025020	Hogar Nazareth	SG.			3143132108.	SandraDiaz
3	Hna Gloria Martinez	31245.089	H Nazaret.	Pastoral			3113022459	
4	Hna Asunción a.	310272	H nazaret				25951117	
5	Olimpo florez	82390658	y					
6	Edison Lopez	2965915	Hazareth	O.P.C			3184100316	
7	Lisa Cuello B	1064734428	Hogar Nazareth	Enfermera			3132337169	
8	Sara Bustos	1.067.976.726	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria			3213493477	Sara B
9	Nancy Britel	52159506	Hogar Nazareth	Psicologa			3212089409	Nancy B M N.
10	Ximena Quevedo B	1018484914	Hogar Nazareth	Psicologa			3193598889	
11	Juan felipe Lasso G	1003614808.	CC. Hogar Nazareth.	Terapeuta Ocupacional.			3227035884.	Juan felipe 16.
12	Diana Alarcón	52761279	C.C. Hogar Nazareth	Terapeuta Ocupacional			3046418006	
13	Maria Garcia Ruiz C.	53047408	C.C. Hogar Nazareth	Trabajo Social			3124165808	
14	Milena Castiblanco	52472.990	CC. Hogar Nazareth	T. Social			3202217273	
15								
16								
17								
18								
19								
20								

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen caracter confidencial razon por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en proposito 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

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FT-GD-021

Versión:

Fecha Memo: [illegible]

Página 1 de 1

1 Tema: Pausas activas 2 Lugar: CC Hogar nazareth 3 Fecha y hora: 07 de Dic 2023 3:00 pm

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	Yajaira Rodriguez	1067736951	Hogar Nazareth	Archivo			3144749306	
2	Yolima Gonzalez	53931503	Hogar Nazareth	Aux Enfermera			3202559821	
3	cindy diaz	1065841478	Hogar Nazareth	Aux enfermeria			3046887063	cindy diaz
4	yudy Benito	20.397357	Hogar Nazareth	Aux enfermera			3125300990	yudy Benito
5	Pedro David piñeros	7003516548	Hogar Nazareth	Aux enfermeria			3044057820	Pedro Piñeros
6	Yolanda Poudet	53077107	H. Nazareth	enf del			8106181111	
7	Jorge ortiz	1069955139	H. NAZARETH	AUX ENFERMERIA			—	
8	MAYELY MONTEGRO	1074548755	H Nazareth	AUX Enfermeria			3046660695	Mayely M.
9	Monica Sarmiento	1003516736	Hogar Nazareth	Aux Enfermera			3222453317	
10	Melany Castellanos	52472970	CC Hogar Nazareth	T. Social			3202215253	
11	Diana Angela Ruiz C.	53047406	Hogar Nazareth	T. Social			3124165808	
12	Diana Alarcón	52767274	Hogar Nazareth	T. Ocupacional			3044418006	
13	Juan felipe Lasso G	1003614808	CC. Hogar Nazareth	Terapeuta Ocupacional			3227035884	Juan felipe LG
14	Paola Pedreros G.	1075259511	CC. H Nazareth	Fisioterapia			3132115437	
15								
16								
17								
18								
19								
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.

1 Tema Pausas Activas 2 Lugar CC Hogar nazareth 3 Fecha y hora 14-12-2023 3:00Pm - 3:45Pm

4 Item	5 Nombres y Apellidos	6 Documento de Identidad	7 Entidad o Dependencia	8 Rol / Cargo	9 Planta / Contratista	10 Correo electronico	11 Telefono y Ext / Celular	12 Firma
1	Yojana Rodriguez Ayu	1069736959	Hogar Nazareth	Archivo			3144744306	
2	leidy Montejo	1069337372	Hogar Nazareth	Aux enfermeria			302 6339376	
3	Yesid Trujillo Prado	80920303	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria			3205767221	
4	Cindy diaz	1065242478	Hogar Nazareth	Aux enfermeria			3204682063	Cindy diaz
5	Sandra Gaviria	32254446	Hogar nazareth	Aux enfermeria			3122207222	
6	Jhon Delgado	1068754403	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria			3228565636	
7	Nora Forero.	20822821	Hogar Nazareth.	Aux. Enfermeria.			3115934316	
8	Andrea Borgo	1069240167	Hogar Nazareth	Aux enfermeria			3208876141	
9	Diana M. Ruiz C.	530497408	Hogar Nazareth.	Trabajo social			3124165808	
10	Yennifer Liseth Velasquez	1152709440	Hogar Nazareth	Gerontologa			3135160558	Yennifer Liseth
11	Diana Alarcon	52267279	Hogar Nazareth	T. O			3044918006	
12	Juan Felipe Jaramillo	1003614808	Hogar Nazareth	T. O			3227035884	Juan Felipe J.
13	Paola Pedreros	1075259511	Hogar Nazareth	Fisio			3132115437	
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

Tratamiento de datos personales. Los datos personales aquí consignados tienen caracter confidencial, razon 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

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: Pausas Activas 2. Lugar: cc Hogar nazareth 3. Fecha y hora: 15-12-2023 3:00pm-3:40 pm

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	Suleima Patricia cruz	1069734055	Hogar Nazareth	OPC			3014607884	Suleimacruz
2	Mairi Emilce Muñoz	52'179054	H. Nazareth	OPC			3204023061	
3	Claudia Fetrid ach	52'691320	H Nazaret	OPC			3125550656	Claudia
4	Ruth Zico Hoya	52'325432	H Nazareth	OPC			3213100335	
5	andrea ocampo cordoba	1094728883	Hogar Nazareth	OPC			3204465411	andrea O.
6	Edison H. Nolas	2965915	Hogar Nazareth	OPC			3104100326	
7	Cindy diaz	1065815498	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria			3204682003	cindy diaz
8	Nelly Leguizamo	53931895	Hogar Nazareth	Aux. Enfermera			3214261971	
9	Leidy montejo	1069337572	Hogar Nazareth	Aux enfermeria			3026339076	
10	Juana P. Cantor R.	39625921	Hogar Nazareth	Aux Enfermera			3132155467	
11	Diana Alarcón	52767274	Hogar Nazareth	T.O			3044918000	
12	Juan felipe Lasso G	1003614808	CC Hogar Nazareth	T.O			3227035894	Juan felipe
13	Laura Ruiz C	53047408	CC Hogar Nazareth	T. Social			3129163808	
14	Paola Pedreros G.	1075259511	H. Nazareth	Fisiot/pia			3132114437	
15								
16								
17								
18								
19								
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.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión:
Fecha Memo: (20230238613 14/08/2023
Página 1 de 1

1 Tema: Pausas Activas — 2 Lugar: cc Hogar nazareth — 3 Fecha y hora: 18-12-2023 - 3:00pm-3:40pm

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	Heredy Ruiz	7066714442	Hogar nazareth H	OPC			3144523321	
2	adriana carpo cordoba	1094128353	H nazare	OPC			3204410941	
3	Ruth Rico Mira	52325432	H Nazareth	OPC			3213100035	
4	Nena Gloria Martinez	31245089	H nazareth	Pastoral.			3113022459	
5	Carolina leon	53931769	H nazareth	Aux T.O.			314 2434594	
6	Ximena Quevedo B	1018484914	H. Nazareth	Psicologa			3193598887	
7	Yennifer Lizeth Velasquez	1152709940	H. Nazareth	Gerontologia			3135160558	
8	Martha Chaparro	39721178	H Nazareth	T-O			3176890525	
9	Wilson Bernardo G.	80032077	H. Nazareth	Artes			3252237721	
10	Yajaira Rodriguez	1069736904	H. Nazareth	Archivo			3144744306	
11	Nelly paban Daza	57239.268	H_nazareth	So			3142687943	
12	Nancy Bitel.	52159506	H. Nazareth.	Psicologa			3212089409	
13	Paola Pedreros B	1032529511	H. Nazareth	Fisio			3132453437	
14								
15								
16								
17								
18								
19								
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.

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: Pausas Activas 2. Lugar: CC Hogar nazareth 3. Fecha y hora: 20-12-2023

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	Yojana Rodriguez	1069726969	Hogar Nazareth	Archivo			3144749786	
2	Yolima Gonzalez	53931503	Hogar Nazareth	Aux enf			3202559824	
3	tatiana pinilla	1069150184	HOGAR NAZARETH	AUX enf			3162103566.	
4	Leidy Montejo	1069737572	Hogar Nazareth	Aux enfermera			3263395876	
5	Monica Salmiento	1003816936	Hogar Nazareth	Aux Enfermera			3222453319	
6	Diana Abarcón	52767279	Hogar Nazareth	T. O			3044918006	
7	Lilian Bermudez G	30732617	H. Nazareth	Artes			3152237727	
8	Paola Pedreros	1073125411	H. Nazareth	FISIO			3132111437	
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
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.

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: Pausas Activas 2. Lugar: cc Hogar nazareth 3. Fecha y hora: 21-12-2023

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	Yajaira Rodriguez A	10.977.365	Hogar Nazareth	Archivo			3144744336	
2	Cindy Natelhci Diaz	1.000.342.498	Hogar Nazareth	Aux enfermeria			3204687063	Cindy Diaz
3	MAYERLY MONTEALEGRE	1.031.149.755	HOGAR NAZARETH	AUX ENFERMERIA			3046660695	MAYERLY M
4	Yolima Gonzalez	53931508	Hogar Nazareth	Aux enfermera			3202559821	
5	Andrej Carvajo Uni	1.069.713.594	Hogar Nazareth	gastronomo			3142770429	
6	Pedro Pinzon	3170923	Hogar Nazareth	conductor			3102624774	
7	Carlos A Ost.z	2964856	Hogar Nazareth	86			3052914549	
8	olimpo	3206390	NAZAR	56			3206390	
9	Germán Gil	1.077.853.443	NAZARET	56			3112869630	
10	Milena Castiblanco	52472990	cc. Hogar Nazareth	T. Social			3202213253	
11	Yesica Oliveira Parra	1003558447	cc Hogar nazareth	Apoyo Fisio				
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
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.

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

1 Tema Pausas Activas 2 Lugar Hogar nazareth 3 Fecha y hora 26-12-2023 - 3:00 Pm

4 Item	5 Nombres y Apellidos	6 Documento de Identidad	7 Entidad o Dependencia	8 Rol / Cargo	9 Planta / Contratista	10 Correo electronico	11 Telefono y Ext / Celular	12 Firma
1	Yesid Trujillo P.	80920303	Hogar Nazareth	Aux Enfermeria			3205767221	
2	Tatiana Pinilla	1069150184	Hogar Nazareth	Aux Enf			3132100666	
3	Yajaira Rodriguez	1064736958	Hogar Nazareth	Archivo			3144749306	
4	Jeidy Montego	1069337532	Hogar nazareth	Aux enfermera			3026339536	
5	Yennifer Velasquez	1152709940	Hogar Nazareth	Gerontologa			3135160558	
6	Andrea Borrego	1069740167	Hogar Nazareth	Aux Enfermera			3208876191	
7	Sandra Gaviria	1152	Hogar Nazareth	Aux enfermera			3126526236	
8	Adriana Amariles	28986329	H Nazareth	S.G			3143075823	
9	Paola Pedreros G.	1073254911	H Nazareth	Fisio			3132115437	
10	Yesca Olivera	1003558447	Hogar Nazareth	Apoyo Fisio			3046839749	Yesca Olivera
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen caracter confidencial, razon por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar informacion alguna en proposito 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

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

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Versión: 0	
Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020	
Página: 1 de 4	

Tema: Pausas Activas Lugar: C Hogar Nazareth Fecha y hora: 29/12/23

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Andrea Estefania Ocampo	1094728853	H. Nazareth	OPC			Andrea Ocampo
2	Mary Emilce Muñoz	52'172054	H. Nazareth	O.P.C		3204023061	MyEmMS
3	Luz Mery Ardila A	39.677.994	H Nazareth	OPC		3134537433	Luz Mery
4	Heydy Romero	1069714447	H Nazareth	OPC		3144353321	Heydy R.
5	Amanda Agresott	32939106	H. Nazareth	O.P.C.		3233974588	Amanda
6	Edison Millares	2965415	H. Nazareth	OPC		3209000826	Edison
7	Ruth Rico Mira	52'325732	H. Nazareth	OPC		3213110038	Ruth Rico
8	Maria Fernanda Gaitán	1069731729	H. Nazareth.	Seno. OPC.		3133571	
9	Andrs Camyo Hadz	1069743549	H. Nazareth	Gastrico		3214227	
10	Sergio Sanchez	1069769516	Nazareth	OPC		3196959740	Sergio

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.