ACTA N° 0765 CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH CHINAUTA – 2022

FECHA: Chinauta, 28 de noviembre del 2022.
HORA: 3:35 p.m.
LUGAR: CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH CHINAUTA
TEMA: Pausas activas Eje: Ocupación Humana, Línea Cuerpo y mente
ASISTENTES: Cuidadores del centro de comunidad de cuidado Hogar Nazaret Chinauta Convenio 7455-2021

ORDEN DEL DÍA:
Promover y brindar el espacio físico y de tiempo para la realización de las pausas activas en cada uno de los puestos de trabajo, evitando la fatiga y estrés aumentando así la productividad.

OBJETIVO:
Minimizar el riesgo de la posible aparición de patologías osteomusculares que puedan afectar la calidad de vida de los colaboradores del CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR NAZARETH CHINAUTA

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 **01-02-03.** Del mes de

CS Escaneado con CamScanner

noviembre con un total de 3 sesiones, durante y/o después de la jornada laboral con el fin de activar la respiración, la circulación sanguínea y la energía corporal.

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.

MATERIALES:

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

CONVOCATORIA:

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

¡YO CUIDO MI SALUD, CUIDO LA DE MIS COMPAÑEROS Y ME DEJO CUIDAR!

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	

Anexos: Oficios de Gestión de Redes
Elaboró: Paola Pedreros Garzón
Fisioterapeuta

Escaneado con CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA 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 4

Tema: Pausas Activas Lugar: CC. Hogar Nazareth Fecha y hora: 01 de Noviembre 2022

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Daniela [illegible]	1022398263	Aux de enfermería	Aux de enfermería	———	3106977793	[signature]
2	Tatiana pinilla	1069758184	HOGAR NAZARET	AUX EN	— // —	3132105565	[signature]
3	Sara Bustos R	1.069976.726	Hogar Nazareth	Aux Enfermería	— // —	3213948977	Sara B
4	Lic Yajana Rodríguez	1069738959	Hogar Nazareth	Archivo	— // —	3144749306	[signature]
5	Yolima Gonzalez	53931503	Hogar Nazareth	Aux Enfermería	—	3202559821	[signature]
6	Camila Calderón	1193100980	Nazareth	SG	— o —	3132626554	Calderon C.
7	FABIAN GARZÓN R	1072169255	CC HOGAR NAZARETH	PSICÓLOGO		3102816447	[signature]
8	Nancy Bula.	52159.506.	CC. Hogar Nazaleth.	Psicología	— o —	3212089409	Nancy Bula.

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 0 Fecha Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página 3 de 4

Tema Pausas Activas Lugar: CC. Hogar Nazareth Fecha y hora 02 Noviembre 2022

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Luz Yagana Rodriguez	1069738558	Hogar Nazareth Chapinero	Archivo		3144749316	
2	Nelly Pabon	52'239.268	Hogar Nazareth	SC		3142687948	nellypabón
3	Miryam Ortiz	39629349	H Nazareth	SC		3203367878	
4	Heidi Ellis	1064714[illegible]	[illegible]	OPC		3146[illegible]	
5	Mari Emilce Ruiz	52177054	H Nazareth	Opc		3214023061	
6	Gloria Sierra	20859735	H Nazareth	opc		[illegible]	
7	Mauricio Reyes		-	-		-	-
8	Camila Calderon	1193100810	H Nazareth	SC		3132626554	Calderon
9	Maria Eugenia	32276556	Hogar Nazareth	SG		3112893377	Maria
10	Alejandra Cardona	1069734604	Hogar Nazareth	SG		3106778325	
11	Gloria Amaya	28845456	Hogar Nazareth	SG			
12	Ruth Rico Mira	52'325732	Hogar Nazareth	OPC		3231140355	
13	H Gloria Martinez	31245.089	H Nazareth	Pastoral			

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

Tema: Pausas Activas Lugar: CC. Hogar Nazareth Fecha y hora: 03 Noviembre 2022

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Sergio Sanchez	1069769676	H Nazaret	OPC	—	3114959140	Sergio
2	Luisa [illegible]	5.355.634	—	—	—	3[illegible]	[illegible]
3	Luz Mery Avila	39.627.944	—	OPC	—	3132533334	Luz Mery
4	Gloria Angarita	28845959	—	SG	—		[illegible]
5	Miryam ortiz	39629349	—	SG	—	3203367578	[illegible]
6	Nelly Pabon	52.234.268	—	SG	—	314 268 7948	[illegible]
7	Andis Congrejo	1067749541	—	Gestores	—	3214227469	[illegible]
8	Maria Eugenia	32276550	—	SG	—	3172893277	Maria
9	[illegible]	25951117	—	SG	—	3142725130	[illegible]
10	[illegible]	28 16 323	—	Religiosa	—	3202697364	[illegible]

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.


Sábado
Domingo
Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth
01/11/2022 3:23:45 p. m.


Sábado
Domingo
Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth
01/11/2022 3:22:30 p. m.


Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth
02/11/2022 3:05:15 p. m.


Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth
02/11/2022 3:03:18 p. m.


Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth
03/11/2022 3:24:34 p. m.


Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth
03/11/2022 3:23:36 p. m.