Lugar	*CCT LOS CAMINANTES*
Fecha	*6/05/2026 - 9:00 am a 10:00 am*
Tema	*ARTICULACIÓN IDRD*
Desarrollo	Durante el mes de mayo se concertó con el gestor del IDRD Fabian Tamayo que está a cargo de la localidad de Los Mártires para que se pudiera intervenir el centro transitorio Los Caminantes el día 6 del mes en mención por parte del área de recreación. En los días intervenidos por parte de los recreadores se invita a las personas mayores a participar en una jornada especial organizada en colaboración con el IDRD en el Centro de Cuidado Transitorio Los Caminantes. Esta actividad ha sido diseñada con el objetivo de promover el bienestar físico, mental y social de los participantes, y mejorar su condición física mediante ejercicios adaptados a sus necesidades. De igual manera las actividades concertadas con la entidad aportan mediante sus juegos y acciones recreativas al objetivo del mes que son ejercicios cardiovasculares para el beneficio de las personas mayores. Los instructores han preparado durante sus sesiones, actividades dinámicas que comienza con ejercicios suaves de movilidad articular, ideales para activar gradualmente el cuerpo. A través de movimientos acompañados de música, se trabajaron tanto los miembros superiores como los inferiores, favoreciendo la coordinación, la flexibilidad, el equilibrio y la movilidad general, elementos clave para mantener la independencia y prevenir lesiones. A lo largo de la jornada, se realizaron diversas dinámicas en las cuales se enfatiza en fortalecer y potenciar la estimulación cognitiva y la mente con juegos y actividades dirigidas. Las actividades fueron adaptadas para que todos los participantes pudieran realizarlas a su propio ritmo, lo que contribuyó a mejorar la salud cardiorrespiratoria, aumentar la vitalidad y favorecer la recuperación muscular. Además, se prestó especial atención a la importancia de fortalecer los músculos, mejorar la postura y fomentar el control corporal. La jornada fue diseñada no solo para incentivar la actividad física, sino también para crear un espacio de convivencia, donde las personas mayores pudieran compartir experiencias y disfrutar del proceso en un ambiente de apoyo mutuo. La respuesta positiva de los participantes reflejó los beneficios de estas prácticas, tanto en términos de bienestar físico como emocional. Este tipo de actividades refuerzan la importancia de mantener un estilo de vida activo, que no solo mejora la condición física, sino también contribuye al fortalecimiento de la autonomía y la calidad de vida, promoviendo un envejecimiento saludable y activo.

En la actividad participaron 17 personas.
El registro fotográfico de la actividad se encuentra almacenada en el drive del centro transitorio.
Se anexa formato planilla de asistencia FOR-GD-023 como soporte de la asistencia de las personas mayores.

Registro fotográfico:









Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Ver listado de asistencia FOR-GD-023 Formato planilla de asistencia	N/A	N/A
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
Próxima reunión	No Aplica		
Elaboró	Juan Sebastian Galeano – Educador Físico – CCT Los Caminantes		

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: Articulación IDRD
2. Lugar o Localidad o Sede: CTT Caminantes
3. Fecha y hora: 6-05-2026 - 9:00AM
4. Nombre responsable: Sebastian Galeano
5. Dependencia responsable: Deportes

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	Sebastian Galeano	CC	1015417477	CCT Caminantes	Ed. Fisico	Contratista	—	3138982460	
2	Melissa Mendoza	CC	52814124	Recreador	IDRD	Contratista	—	3153230476	
3	Gloria Mosquera	CC	1000975037	Re+DRD Recreación	Recreadora	Contratista	—	3197359442	
4	Luis Canelo	CC	79756438	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
5	Alvaro Melo	CC	19104180	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
6	Hernando Osorio	CC	16702403	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
7	Rocio Cabrera	CC	28683580	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
8	Carlos Torres	CC	11337726	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
9	Carlos Rico	CC	19473177	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
10	Carlos Albarran	CC	14960529	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
11	Vidal Rocha	CC	19273572	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
12	Efrain Larrota	CC	19283379	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
13	Ismael Roto	CC	17050701	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
14	Carlos Mora	CC	3345976	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
15	Alvaro Varon	CC	19273081	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
16	Fider Montoya	CC	19160980	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			
17	Edgar Posada	CC	5957519	CCT Caminantes	Persona Mayor	—			

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 negar 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 del Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo