ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 2 Fecha: Memo I2026008837 - 20/03/2026 Pagina: 1 de 1

Clasificación: Información Pública Reservada

Servicio:	TRANSITORIO DIA-NOCHE	Fecha de ejecución:	15	5	2026

Unidad Operativa:	CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAMPER MENDOZA		
Componente Atención:	Participacion		
Línea Atención:	Fortalecimiento de redes institucionales	Profesional a cargo:	Daniela Trujillo Cuelllar
Nombre actividad:	CUIDARME ES QUERERME		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover estilos y hábitos de vida saludable a las personas mayores del centro transitorio Samper Mendoza, con el fin tener una vejez activa y saludable, tranformando imaginarios a través de acciones concretas de promoción y prevención y actividad física.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

*Fortalecer el autocuidado y el amor propio en las personas mayores mediante espacios de reflexión, diálogo y participación, con el fin de promover hábitos saludables y mejorar su bienestar físico, emocional y social.
*Fomentar el reconocimiento de las fortalezas, capacidades y cualidades personales a través de actividades grupales e individuales

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se hace un llamado voz a voz a todas las personas mayores que se encuentran en los diferentes espacios de la unidad, para que participen en la actividad decuidarme es quererme a las 10:00 am
MOMENTO CENTRAL	Se realizó la actividad denominada “Cuidarme es Quererme” con las personas mayores, con el objetivo de promover el autocuidado, el amor propio y la importancia de mantener hábitos saludables que favorezcan su bienestar integral. La jornada inició con una reflexión grupal acerca de cómo el cuidado personal influuye positivamente en la salud física, emocional y social, resaltando la importancia de valorarse, escucharse y atender sus necesidades diarias. Posteriormente, se entregó una guía individual en la que cada participante debía completar frases como: “Me cuido cuando…”, “Mis fortalezas son…”, “Mi compromiso es…” y “Me hace bien…”, permitiendo que las personas mayores identificaran acciones de cuidado hacia sí mismos, reconocieran sus cualidades y expresaran aquellos aspectos y actividades que fortalecen su bienestar y felicidad. Durante el desarrollo de la actividad se evidenció una participación activa, reflexiva y respetuosa, donde varios participantes compartieron experiencias personales relacionadas con su salud, emociones y estilos de vida. Finalmente, se concluyó la importancia de continuar fortaleciendo prácticas de autocuidado y autoestima, fomentando espacios donde las personas mayores puedan expresar sus pensamientos, reconocer sus capacidades y reforzar hábitos que contribuyan a una mejor calidad de vida.
MOMENTO FINAL	Se realizó una mesa redonda y lluvia de ideas denominada “Quererme también es Cuidarme”, con el propósito de generar un espacio de diálogo y reflexión sobre la importancia del amor propio, el autocuidado y el respeto hacia sí mismos en la etapa de la vejez. Durante la actividad, las personas mayores participaron expresando sus opiniones y experiencias frente a preguntas orientadoras como: ¿Qué significa quererme?, ¿Cómo demuestro amor hacia mí mismo?, ¿Qué cosas me hacen sentir valioso e importante? y ¿Qué hábitos puedo fortalecer para cuidarme mejor? A través de la lluvia de ideas se construyeron conceptos relacionados con el bienestar emocional, la autoestima, la alimentación saludable, el descanso, la recreación y las relaciones positivas, permitiendo que los participantes reconocieran que el amor propio influye de manera significativa en su calidad de vida y en la convivencia con los demás. Como actividad final, cada persona mayor elaboró un “Compromiso de Amor Propio”, escribiendo en una tarjeta una acción concreta que se compromete a realizar para cuidarse y valorarse más en su vida diaria. Posteriormente, los compromisos fueron compartidos voluntariamente con el grupo y ubicados en un mural simbólico, fortaleciendo la motivación, la participación y el sentido de pertenencia entre los asistentes.

RECURSOS

mesas, hojas, colores	psicologa, personas mayores

EVALUACIÓN ACTIVIDAD

Como logro de la actividad, las personas mayores fortalecieron el reconocimiento de sus cualidades, capacidades y hábitos de autocuidado, participando activamente en los espacios de reflexión y expresión sobre el amor propio y el bienestar integral. Asimismo, el impacto de la actividad permitió sensibilizar a los participantes sobre la importancia de valorarse, escucharse y cuidarse tanto física como emocionalmente, promoviendo actitudes positivas hacia sí mismos, el fortalecimiento de la autoestima y la adopción de compromisos personales orientados a mejorar su calidad de vida y sus relaciones interpersonales. Se conto con la participacion de 20 personas mayores. Ver FOR-PSS-525 Formato listado ingreso al servicio y asistencia a las actividades.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA





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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO ENTREGA ELEMENTOS Y REGISTRO DE ACTIVIDADES Y NOVEDADES

Código:	FOR-P65-729
Versión:	1
Fecha:	Memo I2023036946 - 20/03/2023
Página:	1 de 1
Clasificación:	Información Pública Reservada

Nombre del servicio: CUIDADDO TRANSITORIO DIA - NOCHE

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAMPER MENDOZA

Fecha: 15-05-2026

Nombre del coordinador: IVON CAMPOS

Jornada: Dia: X Noche:

SECCIÓN 5. REGISTRO DE PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES

Nombre de quien registra el ingreso: Daira cajamarca.

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del profesional: Daira cajamarca	Nombre del profesional: Daniela Trujillo	Nombre del profesional: Andrés Garzón	Nombre del profesional: Participación
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							Manualidades Habilidades Capacidades	Fortalecimiento Lazos Institucionales	Gimnasia	Manuel Orjuela
1	CC	6 496 835	Guillermo	Betancurt Sepulveda			NO	NO	No	SI
2	CC	19 374 921	Ruben Dario	Sandoval Pulido			NO	NO	No	SI
3	CC	19 138 104	Carlos Guillermo	Callejas Fuentes			NO	NO	No	SI
4	CC	29 377 385	Maria Lilia	Agudelo Colorado			SI	SI	SI	SI
5	CC	2313698	Jose Joaquin	Torrijos Sanchez			SI	SI	No	SI
6	CC	19375447	Jorge Arturo	Veloza			SI	SI	SI	SI
7	CC	2 482 877	Alberto	Cifuentes Rodriguez			SI	SI	SI	SI
8	CC	5 248 158	Jose Francisco	Paz			SI	SI	SI	SI
9	CC	17 198 234	Raul Jose	Sarmiento Perez			SI	SI	SI	SI
10	CC	1719085	Luis Manuel	Sandoval			NO	SI	No	SI
11	CC	7505471	Reinaldo	Gonzalez Goyeneche			SI	SI	No	SI
12	CC	7503494	Jose Dorian	Martinez Lopez			SI	SI	SI	SI
13	CC	19178431	Pablo Antonio	Garcia Forero			SI	SI	SI	SI
14	CC	19052573	Luis Carlos	Varela			NO	NO	SI	SI
15	CC	19165305	Carlos Alberto	Amaya Ramirez			SI	NO	No	SI
16	CC	19087 125	Jesus Narciso	Rodriguez Roncancio			SI	NO	SI	SI
17	CC	19070 438	Ernesto	Aparte Neira			NO	NO	SI	SI
18	CC	19177703	Jose vicente	Vargas			SI	SI	No	SI
19	CE	267320	Shuangchang	Li			SI	SI	SI	SI
20	CC	19294091	Orlando	Osorio Toca			SI	SI	No	SI
21	CC	19365413	German Mauricio	Quintero Quintero			SI	SI	No	SI
22	CC	3093032	Jaime Antonio	Cortes Guarnizo			SI	SI	SI	SI
23	CC	19232 149	Hermes	Ramirez Santiago			SI	SI	SI	SI

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO ENTREGA ELEMENTOS Y REGISTRO DE ACTIVIDADES Y NOVEDADES

Código:	FOR-PSS-729
Versión:	1
Fecha:	Memo 20233036946 - 20/03/2023
Página:	1 de 1
Clasificación:	Información Pública Reservada

Nombre del servicio: CUIDADDO TRANSITORIO DIA - NOCHE

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAMPER MENDOZA

Fecha: 15-03-2026

Nombre del coordinador: IVON CAMPOS

Jornada: Dia X Noche:

SECCIÓN 5. REGISTRO DE PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES

Nombre de quien registra el ingreso: Dalia Cajamarca

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ASISTENCIA ACTIVIDADES			
							Nombre del profesional: Dalia Cajamarca	Nombre del profesional: Daniela Trujillo	Nombre del profesional: Andres Garzon	Nombre del profesional: Manuel Orjuela
	TIPO	NUMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							Habilitando Habilidades Capacidades	Fortalecimiento Redes Institucionales	Ruta Cuidado	Participación
24	CC	3 117 647	Tito Gonzalo	Jimenez Rincon			SI	SI	No	SI
25	CC	19273015	Raul	Garzon Castañeda			SI	SI	SI	SI
26	CC	19451806	Pedro Nelson	Muñoz Ramirez			NO	NO	SI	SI
27	CC	12 224 788	Galo Alberto	Moralcano Pana			SI	NO	No	SI
28	CC	10055 330	Gomel	Salazar Durango			NO	NO	No	SI
29	CC	6 861518	Carmelo de Jesus	Anmediarico Perez			SI	NO	SI	SI
30	CC	334 120	Manuel Jose	Cabuya Prieto			SI	NO	SI	SI
31	CC	17038564	Alvaro	Forero			SI	NO	No	SI
32	CC	19494431	Jairo Antonio	Herrera Huertaro			NO	NO	No	SI
33	CC	41402707	Norvyla Lucia	Machado Ramirez			NO	SI	SI	SI
34	CC	2755984	Dario Miguel	Vidal Diaz			SI	SI	NO	SI
35										
36										
37										
38										
39										
40										
41										
42										
43										
44										
45										
46										