**ACTA N° 412**

FECHA: La Mesa, noviembre 16 de 2023.

HORA: 1:50 pm. - 2:50 pm.

LUGAR: Comunidad de Cuidado La Mesa

TEMA: Perfumes, Olores y Fragancias

ASISTENTES: Luz Adriana Cardenas Cuervo (Psicóloga) y María del Pilar García (coordinadora)

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo de la actividad.
2. Introducción de la actividad.
3. Actividad desarrollada.
4. Materiales a utilizar en la actividad.
5. Compromisos.
6. Anexos evidencias fotográficas de la actividad y planilla de asistencia.

DESARROLLO:

1. Objetivos de la actividad.

- Establecer acciones necesarias orientadas a la identificación temprana, prevención y atención de los factores de riesgo asociados a la carga laboral, que permita brindar al talento humano un ambiente sano, que promueva el interés por el autocuidado en sus dimensiones biológica, psicológica, social, cultural y espiritual al interior de la Comunidad de Cuidado La Mesa, por medio de la realización de las actividades del programa Respiro para Cuidadores.

- Brindar estrategias al recurso humano para la disminución del malestar emocional, mediante actividades psicofísicas y de relajación, que permitan fomentar en los cuidadores de la Comunidad de Cuidado La Mesa, prácticas de autocuidado emocional, físico y mental.

2. Introducción de la actividad.

   En el ámbito del convenio 7460 de 2021 en el cual se realiza atención a personas mayores modalidad severa en la Comunidad de Cuidado La Mesa y siguiendo el eje de cuidado integral, línea de atención Respiro para Cuidadores, se ejecutan actividades que permitan identificar las opiniones del talento humano que labora en la Comunidad de Cuidado, con el fin de generar diferentes estrategias para la elaboración del programa respiro para cuidadores, que se enfoquen en actividades de integración que ayuden a mejorar su canalización de emociones, estado físico y mental.
   La actividad Perfumes, Olores y Fragancias, liderada por el área de psicología con el apoyo del área de Gerontología, se realizó el día 16 de noviembre en el horario de 1:30 pm a 2:50 pm, ejecutando en este espacio una actividad encaminada hacia fortalecer en el talento humano la importancia de la relajación y canalización de emociones, de igual forma la actividad se ejecuta a solicitud del talento humano quien refleja gran gusto e interés por este tipo de sesiones.

3. Desarrollo de la actividad
   La actividad Perfumes, Olores y Fragancias ejecutada el día 16 de noviembre de 2023, se realizó en el espacio del kiosco actividad de aromaterapia y relajación mediante terapia de contacto con masajeador eléctrico, donde participaron un total de 13 personas del talento humano, quienes disfrutaron de un ambiente de relajación, descanso, alegría y descarga tanto física, mental y emocional, donde gozaron de un espacio ambientado con aroma de incienso de lavanda, con acomodación en colchonetas y cada una de los participantes , donde experimentaron sensaciones de descanso y tranquilidad e incluso algunos de los asistentes experimentaron sensaciones de sueño como signo de su estado de relajación, adicional de estimular su fase auditiva por medio de la exposición a música instrumental, como una oportunidad para descansar de las cargas emocionales que conllevan a malas actitudes o la generación de malestar corporal por los niveles de estrés e intranquilidad que viven en su cotidianidad, es por esto que la sesión les permitió disfrutar de una actividad diferente y de alto impacto para su bienestar personal, adicional como medio de motivación y estimulo se ofreció una bebida relajante de aromática de manzanilla, limoncillo y panela, posteriormente se realizó la retroalimentación donde los asistentes se mostraron motivados y con sentimientos de agradecimiento ante la sesión, manifestando sensaciones de descanso.

4. Materiales a utilizar en la actividad:

- ✓ Salón del kiosco
- ✓ Bafle y computador
- ✓ Planilla de asistencia
- ✓ Bebida hidratante

5. Compromisos.

| Compromisos | Responsables | Fecha de Ejecución |
|---|---|---|
| | | |
| | | |

CONVOCATORIA. No aplica

En constancia de lo anterior firman:

| Nombres y Apellidos | Cargo o Tipo de vinculación | Dependencia | Firma |
|---|---|---|---|
| María del Pilar García | Coordinadora | Comunidad de Cuidado La Mesa | |
| Luz Adriana Cardenas Cuervo | Psicóloga | Comunidad de Cuidado La Mesa | |

Anexos: Registro Fotográfico, Planilla de asistencia

Elaboró: Luz Adriana Cardenas Cuervo - Psicóloga

Anexos:


16 nov. 2023 1:46:27 p. m.
La Mesa
Cundinamarca
16 nov. 2023 1:59:54 p. m.
La Mesa
Cundinamarca
16 nov. 2023 2:08:35 p. m.
La Mesa
Cundinamarca
16 nov. 2023 2:38:07 p. m.
La Mesa
Cundinamarca


16 nov. 2023 1:46:07 p. m.
La Mesa
Cundinamarca
16 nov. 2023 1:50:02 p. m.
La Mesa
Cundinamarca
16 nov. 2023 2:00:31 p. m.
La Mesa
Cundinamarca
16 nov. 2023 2:03:57 p. m.
La Mesa
Cundinamarca

| ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL | PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL<br>FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA | Código: FOR-GD-023<br>Versión: 1<br>Fecha: Memo 20231023883 - 14/08/2023<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|

1. Tema: Perfumes - Clerco 4 fragancias 2. Lugar: Comunidad de Cuidado La Pe_Ca 3. Fecha y hora: 16/11/2023 1:30pm - 2:50pm

| 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 | Paola D. Tarazo R | 52049127 | Comunidad de Cuidado | Profesional | N/A | pdtarazo@bum.com | 3105103179 | Paola Tarazo |
| 2 | Pilar Sanchez | 1019083484 | Comunidad de cuidado | Profesional | N/A | Pilasanchez | 3222 [illegible] | [illegible] |
| 3 | Paola Otalora Niño | 1031124782 | comunidad de cuidado | Servicios Generales | N/A | Limpieza de [illegible] gmail.com | 3046337731 | Paola Ot. |
| 4 | Ilse Daver | 1072 [illegible] | comunidad de cuidado | Auxiliar de oficina | N/A | Ilsedaver [illegible] | 3177 [illegible] | |
| 5 | mario camacho | 2101877 | comunidad cuidado | servicios generales | N/A | camachoh@gmail | 3223972132 | |
| 6 | Paola cuadrado | [illegible] | comunidad Caribe bonito | auxiliar general | N/A | [illegible] | 3106 [illegible] | |
| 7 | Carlos Castaño | [illegible] | Comunidad de cuidado | Servicios Generales | N/A | [illegible] | 3103 [illegible] | |
| 8 | [illegible] | [illegible] | Comunidad cuidado | Granel | N/A | [illegible] | 3124 [illegible] | Cesar |
| 9 | Ricardo Gonzalez | 79064184 | Comunidad de Cuidado La Pieza | S Grales | N/A | ricardogonzalez | 3204795810 | Ricardo |
| 10 | Adriana Sánchez Bonilla | 52695042 | Comunidad de Cuidado La Pieza | Operativa | N/A | adrianasanchezbonilla@gmail.com | 3012269524 | |
| 11 | Mario Fernando Suarez | 1069758499 | Comunidad de cuidado | Ambiental | N/A | suarezfmario2001@gmail.com | 3221089107 | Mario S |
| 12 | Maria Patricia Hernandez | 20980 [illegible] | Comunidad de cuidado | Enfermera | N/A | Patricia.hernandez1254y5@gmail | 3204521053 | Maria P H |
| 13 | Christian Buchel S. | 1020524771. | Comunidad de cuidado La Me | Gerontologia | N/A. | gerontologiae@gmail.com | 3014012014 | |
| 14 | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | | |
| 23 | | | | | | | | |
| 24 | | | | | | | | |
| 25 | | | | | | | | |
| 26 | | | | | | | | |

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.