ACTA N° 443

FECHA: La Mesa, diciembre 13 de 2023.

HORA: 3:30 pm. - 4:00 pm.

LUGAR: Comunidad de Cuidado La Mesa

TEMA: Armonía en Casa

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 Armonía en Casa, liderada por el área de psicología, se realizó el día 13 de diciembre en el horario de 1:30 pm a 3:00 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 Armonía en Casa ejecutada el día 13 de diciembre 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, donde con estas actividades se contribuye en el manejo asertivo del cuidado y bienestar del talento humano, promoviendo estados de tranquilidad, satisfacción y sobre todo de sensibilizar frente a la cultura mantener un estilo de vida saludable y de la importancia de mantener espacios de descanso y relajación, a su vez logran generar estados de bienestar y relajación mediante el disfrute de tips para la canalización de sus emociones negativas que contribuyen en el manejo de sus pensamientos estresantes y agotamiento físico provocados por la fluctuación de los estados de ánimo, a su vez se brindó un espacio de masaje relajante lo cual interfiere de forma positiva en el manejo de las diferentes estados emocionales tanto a nivel mental como corporal, mitigando de esta manera situaciones que alteren las dinámicas que presenta cada integrante del grupo del talento humano de la Comunidad de Cuidado.

4. Materiales a utilizar en la actividad:

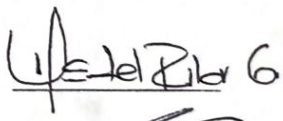
- ✓ Salón del kiosco
- ✓ Bafle y computador
- ✓ Planilla de asistencia
- ✓ Colchonetas
- ✓ Incienso de lavanda
- ✓ Aceite aromatizado
- ✓ Masajeador
- ✓ Camilla

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:


13 dic. 2023 2:05:37 p. m.
La Mesa
Cundinamarca
13 dic. 2023 2:17:
Cundin
BE V N D S
13 dic. 2023 1:46:
13 dic. 2023 2:30:57 p.m.
La Mesa
Cundinamarca
13 dic. 2023 2:55:33 p.m.
La Mesa
Cundinamarca

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: Amonia en Casa 2. Lugar: Comunidad de cuidado 3. Fecha y hora: 13/12/2023 1:30pm - 3:00pm

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	Maria Fernanda Suarez	1069758499	Comunidad de cuidado	Ambiental	N/A	sumafernanda@gmail.com	3224084409	Maria
2	Mercedes Ubeda G	1072423337	comunidad de cuidado la mesa	Tallerista	N/A	mercedesubeda@hotmail.c	3204497332	Mercedes
3	Alejandra	1030[illegible]03	Comunidad cuidadora	Enfermera	N/A	[illegible]	3[illegible]3	
4	Paula A. Tarazo	1090397[illegible]	comunidad de cuidado	Fisioterapeuta	N/A	paulaandrea@[illegible]	3109103[illegible]	Paula Tarazo
5	Adriana Sánchez Remo	52645042	Comunidad de cuidado la Mesa	Operativa	N/A	adrianasanchezremo@gmail.com	3022645424	
6	Ricardo Gonzalez	7906[illegible]	comunidad de cuidado	servicios generales	N/A	ricardog19@hotmail	3204795[illegible]	Ricardo
7	Gladys Cano	26358638	comunidad de cuidado	Asistencial Administrativo	N/A	donnyildis@hotmail.com	320883009	
8	Gabriela Valdivieso	3088[illegible]	Comunidad cuidado	Cocinera	N/A	[illegible]	3178953[illegible]	
9	Leonardo Camilo A.	1016026[illegible]	Comunidad de cuidado	T. Social	N/A	[illegible]	3136[illegible]	
10	SHIRLY ortiz	1003[illegible]	comunidad de cuidado	servicios generales	N/A	shirly[illegible]@gmail.com	3176[illegible]	Shirly
11	Maria Hernandez	21018796	comunidad de cuidado	servicios generales	N/A	mayah1961@gmail	313 258[illegible]	
12	Pilar Sanchez	1014088[illegible]	Comunidad de cuidado	Manipulación alimentos	N/A	Pili.pili.sanchez@gmail.com	3[illegible]	Pilar
13	Jessika Gonzalez	1003[illegible]	Comunidad de cuidado	manipulación alimentos	N/A	Jessika[illegible]	3109[illegible]	Jessika Gonzalez
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.