ACTA N° 054

FECHA: La Mesa, febrero 14 de 2024.

HORA: 1:15 pm. - 3:00 pm.

LUGAR: Comunidad de Cuidado La Mesa

TEMA: Armonía en Casa

ASISTENTES: Luz Adriana Cardenas Cuervo (Psicóloga), María del Pilar García (coordinadora), Nancy del Carmen Sánchez (Nutricionista), Juan Daniel Correa (Técnico en Gastronomía), talento humano.

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 planillas 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 14 de febrero en el horario de 1:15 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 14 de febrero de 2024, se realizó en el espacio del kiosco ejecutando actividad de musicoterapia y relajación por medio de masaje corporal, donde participaron un total de 19 personas del talento humano, quienes disfrutaron de un ambiente de relajación, alegría y descarga tanto física, mental y emocional, donde disfrutaron de un espacio ambientado con aroma de incienso de flores, con acomodación en colchonetas, 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 y a su vez 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, 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, posteriormente se realizó la retroalimentación donde las personas asistentes se mostraron motivados y con sentimientos de agradecimiento ante la sesión.

4. Materiales a utilizar en la actividad:
- ✓ Salón del kiosco
- ✓ Bafle y computador
- ✓ Planilla de asistencia

- ✓ Colchonetas
- ✓ Incienso de flores
- ✓ Aceite aromatizado
- ✓ Masajeador
- ✓ Camilla

5. Compromisos.

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

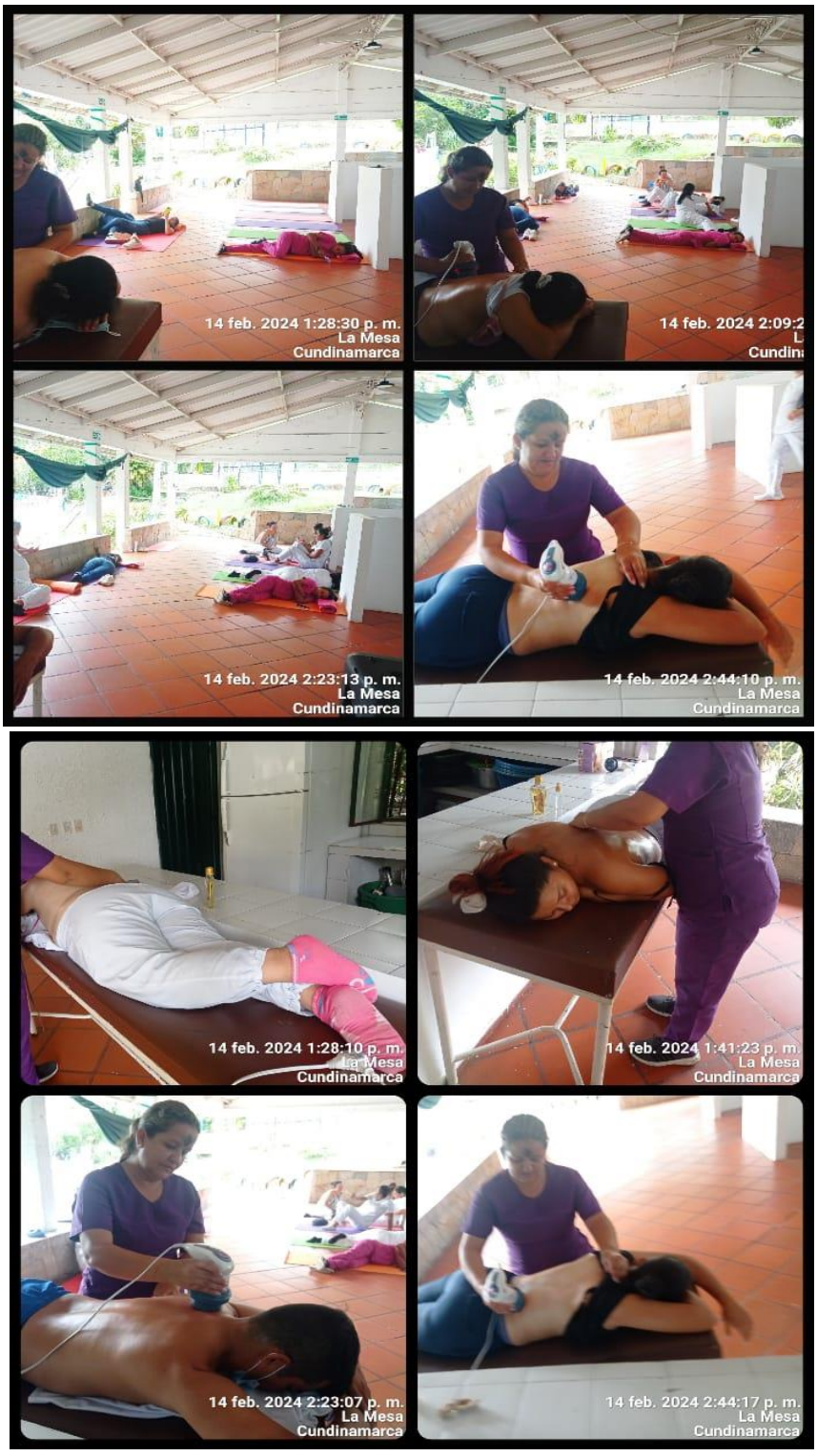
CONVOCATORIA. No aplica

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

Anexos:



Elaboró: Luz Adriana Cardenas Cuervo - Psicóloga

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 12023023883 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: Armonía en Casa 2. Lugar: Comunidad de Cuidados 3. Fecha y hora: 14/02/2024. 1:15pm - 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	Sandra Mendieta	52734743	Comunidad de Cuidados	Manipuladora de alimentos	N/A	Sandramilena@hotmail.com	3106125 2H	Sandra
2	Esperanza Prieto Pe	52616561	Comunidad de cuidados	Manipuladora de alimentos	N/A	esperanzaprieto@gmail.com	3202655709	ESPERANZA
3	Shirley Ortiz	1003551378	Comunidad de cuidados	Servicios Generales	N/A	Shirley.ortiz270@gmail.com	3226124	Shirley
4	Mariacamila Diaz	2101879	Comunidad de cuidados	Servicios Generales	N/A	mcdiaz@gmail.com	3223932138	
5	Ruth Cuadrado	40913223	Comunidad cuidado	Servicios Generales	N/A	Ruthcuadrado@gmail.com	3116826170	Ruth
6	Carolina Varon	52761160	Comunidad cuidado	Servicios Generales	N/A	Karovaron332@gmail.com	326 7077369	
7	Maria Bautista	1026560864	Comunidad de cuidados	Servicios Generales	N/A	Maria.bautista@gmail.com	3105847711	Maria
8	Juan Pablo Trujillo	1220127 0	Comunidad de cuidado	Auxiliar O.	N/A	Eufi1920@hotmail.com	3228542822	
9	Juan Manuel Cortes Cadena	1072488115	Comunidad de cuidados	Fotografía	N/A	Juancortes.fotografia@gmail.com	3152289567	
10	Nancy Ramirez	41920181	Comunidad de cuidados	Apoyo logístico	N/A	nancyramirez@hotmail.com	3114913764	Nancy Ramirez
11	Pilar Sanchez	1014185581	Comunidad de cuidados	Apoyo logístico	N/A	Pili.pilisanchez@gmail.com	3222342411	
12	Jessika Gonzalez	1003350542	Comunidad de cuidados	Manipuladora Alimentos	N/A	Jessikagonzalez1989@gmail.com	3704782050	Jessika Gonzalez
13	Alejandra Garcia A.	1062664195	Comunidad de cuidados	T. Social	N/A	alejandra.garcia2021@hotmail.com	3213690403	
14	Adriana Sánchez Bermudez	52645042	Comunidad cuidado	Técnico Operativo	N/A	adrisanbe@gmail.com	3012769524	
15	Paola A. Trujillo	27093727	Comunidad de cuidado	Fisioterapia	N/A	paolaandrea@gmail.com	3108103179	Paola Trujillo
16	Maria Fernanda Suarez	1069758499	Comunidad de cuidado	Ambiental	N/A.	epslamaria@gmail.com	3240844407	Maria
17	Luisa Chavez	1070328535	Comunidad de cuidado	Archivo	N/A.	luisachavez396@gmail.com	3196450115	
18	Miryam Nieto	20685054	Comunidad de cuidados	Auxiliar enfermería	N/A	miryam-51@hotmail.com	3105854971	
19	Maria Fernanda Camacho	1076433	Comunidad de cuidado	Auxiliar enfermería	N/A	mafecamacho-08@outlook.com	3142036672	María C.
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.