

 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: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Pagina: 1 de 1
Fecha de ejecución:	4	12	2023	
Unidad Operativa:	Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos			
Componente de Atención:	ESTILO DE VIDA SALUDABLE			
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento		Profesional a cargo:	Mirian R. Rodríguez Sánchez
Nombre de la actividad:	GIMNASIA FUNCIONAL			
DESARROLLO DEL TEMA				
OBJETIVO GENERAL				
Lograr que las personas mayores identifiquen y reconozcan los imaginarios, prácticas adversas a la vejez y el envejecimiento, así como sus consecuencias en la vulneración de los derechos y resignificar, promover y fomentar representaciones, imaginarios y prácticas favorables al envejecimiento y la vejez a través de acciones que identifiquen, valoren y reconozcan a las personas mayores como sujetos de derechos y en su inmensa multiplicidad.				
OBJETIVOS ESPECÍFICOS				
1.Promover la adquisición de conocimientos para que las personas mayores apropien las ventajas que conlleva tener hábitos de autocuidado y vida saludable.				
2. Fomentar y adquirir estrategias de autocuidado para la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades propias de la persona mayor.				
3. Promover alternativas a través de la practica de capacidades físicas de base que permitan incrementar la participación de las personas mayores en actividades físicas y recreativas como medio de fortalecimiento en la promoción de la salud.				
METODOLOGÍA				
MOMENTO INICIAL	Se dará inicio con preguntas introductorias al tema, a través de conversatorio, se desarrollarán rutinas de acondicionamiento físico de base - resistencia aeróbica. Saludo de apertura, recomendaciones y sugerencias.			
MOMENTO CENTRAL	Posterior a la socialización, se realiza por parte del profesional a cargo invitación a participar de la actividad propuesta, indicando la temática a trabajar y la metodología a desarrollar. Se dispone el grupo para sesión de actividad física dirigida por la docente del área de educación física, resaltando la importancia de la práctica de actividad física como hábito de vida saludable y prevención de enfermedades propias de la persona mayor; iniciando con calentamiento, rutina de trabajo aeróbico, estiramientos y vuelta a la calma. Luego se realiza socialización con el grupo a partir de preguntas planteadas a las personas mayores, ¿qué entienden por capacidades físicas específicamente - resistencia aeróbica- con la finalidad de descubrir el conocimiento o manejo de términos y creatividad referente al tema. Se realiza un diálogo con las personas mayores reforzando los términos y la importancia de las capacidades físicas como fuerza, resistencia y flexibilidad favoreciendo el mantenimiento del estado de salud y prevención de la declinación funcional de las personas mayores, ayudando a que el cuerpo y la mente no sean dos realidades separadas; se continuará la actividad con rutina de acondicionamiento físico con ejercicios específicos de resistencia aeróbica como caminata progresiva, trote: estático y dinámico con cambios de velocidad, periodos de recuperación y manejo de la respiración. Ejercicios de estiramiento y vuelta a la calma.			
MOMENTO FINAL	Para finalizar el encuentro se realiza una socialización y evaluación de la actividad planteando aspectos a mejorar y se dispone el espacio para toma del refrigerio.			
RECURSOS				
Humano	mesas			
sonido	sillas			
EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD				
A través de la socialización y práctica de capacidades físicas de base las personas mayores reconocieron la importancia de continuar generando en su cotidianidad hábitos saludables especialmente la práctica de actividad física a través de rutinas cotidianas de bajo impacto fortaleciendo capacidades aeróbicas y reconociendo que es una herramienta fundamental para disminuir factores de riesgo en patologías propias de la persona mayor, a nivel general se concluyó que la edad no es un obstáculo para la práctica de actividad física, que el sedentarismo es una condición silenciosa que deteriora la condición física y que la práctica de actividad física se debe realizar según la condición física y de salud de la persona mayor.				

FECHA:
4 DE DICIEMBRE DE
2023

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD O ENCUENTRO:
GIMNASIA FUNCIONAL

RESPONSABLE:
MIRIAN R. RODRIGUEZ



 GOBIERNO DEL ESTADO DE MEXICO SECRETARÍA DE INTERIORES		PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES						Código FOR-PES-525 Versión: 3 Fecha: Mayo 12/2011/05-15 Página: 1 de 4		
Nombre Unidad Operativa:		Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos						Fecha: 04.12.2023 AM		
Nombre del Responsable:		Dinna Gabriela Aguilar Velandica								
ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buena Práctica del cumplimiento de la ley y el respeto a los derechos humanos	LINEA: Buena Práctica del cumplimiento de la ley y el respeto a los derechos humanos	LINEA: Buena Práctica del cumplimiento de la ley y el respeto a los derechos humanos	LINEA: Buena Práctica del cumplimiento de la ley y el respeto a los derechos humanos		
1	CC	1304.538	Alonso	Alzate Tabares	Si	NO	Si		Alonso	2
2	CC	5.805.889	Waldino	Montano Diaz	Si	NO	Si		Waldino	1
3	CC	2.919.607	Guillermo	Ramirez Garzon	Si	Si	Si		Guillermo	2
4	CC	17.011.684	Marco Antonio	Gonzalez Castro	Si	NO	Si		Marco Antonio	2
5	CC	23.992.893	Maria de Jesus	Forero Torres	Si	Si	Si		Maria de Jesus	1
6	CC	3.280.140	Jose Balcan	Gonzalez	Si	NO	Si		No Firma	2
7	CC	17.130.958	Jose Isidrio	Ubagu Uirago	Si	NO	Si		Jose Isidrio	1
8	CC	5.554.831	Jose David	Carreno Jaimes	Si	NO	Si		Jose David	1
9	CC	17.074.806	Gerardo Alfredo	Rubio Dietz	Si	NO	Si		Gerardo Alfredo	1
10	CC	5.556.147	Rosendo	Ortiz	Si	NO	Si		Rosendo	2
11	CC	3.044.174	Jaime	Torres	Si	NO	Si		Jaime	1
12	CC	17.074.096	Aristel Jesus	Ortega Pacheco	Si	NO	Si		Aristel Jesus	1
13	CC	41.370.218	Rosa Elena	Rojas	Si	Si	Si		Rosa Elena	2
14	CC	7.450.737	Jose Dioscorides	Pedraza Valle	Si	Si	Si		Jose Dioscorides	2
15	CC	17.174.946	Hernando	Diaz Umana	Si	NO	Si		Hernando	1
16	CC	3.506.214	Jose Ignacio	Munoz Mayo	Si	NO	Si		Jose Ignacio	1

ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.		PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL						Código: PCM-055-024		
SECRETARÍA DE ALTERNATIVAS EDUCATIVAS		FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES						Versión: 1		
								Fecha: Mayo 2023/11/05 - 11/05/22		
								Página: 2 de 4		
Nombre Unidad Operativa:		Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos						Fecha:	04.12.2023 AM	
Nombre del Responsable:		Danna Gabriela Aguilar Velandía								
ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: ZARZAL Prácticas del Empleo - Obesidad, - Actos de - Tristeza y - Tristeza	ACTIVIDAD 2 LINEA: ART. CROSE Piscina o fono - Tristeza y - Tristeza	ACTIVIDAD 3 LINEA: DUNOY Prácticas del Empleo - Tristeza y - Tristeza	ACTIVIDAD 4 LINEA: GYMNASIO Gimnasio funcional		
17	CC	12.182.587	Jorge Eliecer	García	Si	NO	Si			2
18	CC	12.181.141	Teodulfo	Bolaños Forero	Si	NO	Si			2
19	CC	39.555.753	Ana Cecilia	Arias	Si	NO	Si			1
20	CC	17.196.751	Jose Alvaro	Díaz Hernández	Si	Si	Si			2
21	CC	17.192.824	Claudio	Ortiz Rodríguez	Si	NO	Si			1
22	CC	19086282	Jorge	Díaz	Si	Si	Si			2
23	CC	11.596.846	Flor Estrella	Díaz Casas	Si	Si	Si			1
24	CC	41.595.510	Consuelo Trujillo	Leal	Si	NO	Si			2
25	CC	41.635.329	Myriam	Rodríguez	Si	NO	Si			1
26	CC	24.323.898	Luz Marina	Pineda Sánchez	Si	NO	Si			2
27	CC	41.503.472	Patricia	González Hurtado	Si	Si	Si			2
28	CC	42.796.043	Beatriz Elena	Mazo	Si	Si	Si			2
29	CC	11.101.150	Alvaro	Melo Sánchez	Si	Si	Si			2
30	CC	19.183.481	Alberto	Arvalo	Si	NO	Si			2
31	CC	11.296.754	Jesús Antonio	García	Si	NO	Si			1

ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.		PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES						Código: FOM-PSS-525 Versión: 1 Fecha: Mayo 02/2011/09-15 Página: 3 de 4		
Nombre Unidad Operativa:		Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos						Fecha: 01.12.2023 AM		
Nombre del Responsable:		Danna Gabriela Aguilar Velandía								
ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Puntos de Encuentro, Observación y seguimiento	ACTIVIDAD 2 LINEA: Art. 109, Proceso familiar y de mediación	ACTIVIDAD 3 LINEA: 130, Proceso de mediación	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
32	CC	70.054.294	Juan Guillermo	Lopez	Si	Si	Si			2
33	CC	41.675.194	Maria Graciela	Chacon Avila	Si	NO	Si		Graciela Chacon	2
34	CC	74.280.474	Jorge Enrique	Sanchez	Si	Si	Si			2
35	CC	6.026.912	Hernando	Urrego Castano	Si	Si	Si			1
36	CC	12.253.094	Pedro	Quintero Cuellar	Si	Si	Si		Pedro	1
37	CC	80.815.576	Thon Sebastian	Crown Mendez	Si	NO	Si			1
38	CC	6.034.219	Jaime Fernando	Bobadilla Garcia	Si	NO	Si		Jaime Bobadilla	2
39	CC	8.700.386	Yesid	Rojas Avila	Si	Si	Si			2
40	CC	79.286.284	Hernando	Sabagal Chavarro	Si	Si	Si		H	2
41	CC	17.806.331	Octavio	Cardoba	Si	NO	Si		Octavio Cardoba	1
42	CC	11.371.988	Saul	Muñoz Ramos	Si	NO	Si		Saul	2
43	CC	19.080.189	Eduardo	Carmona Rodriguez	Si	NO	Si			2
44	CC	10.217.183	Ramiro	Arango Orozco	Si	Si	Si		Ramiro	2
45	CC	19.096.569	Luis Eduardo	Vargas Moreno	Si	NO	Si		Luis	1
46	CC	24.047.815	Rosa Maria	Arizmendi de Tibadue	Si	Si	Si			1
47	CC	19.118.844	Rigoberto	Garcia Rubiano	Si	NO	Si		Rigoberto	1

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.		PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL						Formato FOR-PSS-028		
SECRETARÍA DE INTELIGENCIA REGIONAL		FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES						Versión: 1		
								Fecha: Mayo 202203105 -15		
								Página: 4 de 4		
Nombre Unidad Operativa:		Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos						Fecha: CA.12.2023 11:00 AM		
Nombre del Responsable:		Danna Gabriela Aguilar Velandía.								
ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buena Práctica de enjuiciamiento - Obesidad, teletrabajo y triglicéridos	LINEA: Art. 100 de proceso formativo de planeación y desarrollo	LINEA: Buena Práctica de desarrollo de - Gremio de funcionarios			
48	CC	79.004.780	Isauro	Rocha	Si	Si	Si		Rocha	1
49	CC	41.445.683	Mario Consuelo	Parada Agudelo	Si	NO	Si		Coza	2
50	CC	16.605.212	Julio	Cabal Parra	Si	Si	Si		Julio Cabal	2
51	CC	19.144.345	Rafael	Benavides Perez	Si	NO	Si		Rafael Benavides	1
52	CC	4.828.864	Xavier de Jesus	Alvarez Zapata	Si	Si	Si		Xavier de Jesus	1
53	CC	19.342.420	Orlando	Chavarria Gomet	Si	NO	Si		Orlando Chavarria	2
54	CC	19.088.134	Luis Enrique	Jovar Paet	Si	NO	Si		Luis Enrique	1
55	CC	9.520.678	Rafael Erasmo	Manchego Rodriguez	Si	NO	Si		Rafael Erasmo	1
56	CC	4.066.235	Alfonso	Rodriguez Peña	Si	NO	Si		Alfonso Rodriguez	1
57	CC	19.278.120	Carlos Abel	Leon Parra	Si	NO	Si		Carlos Abel	2
58	CC	19.352.486	German	Solano Colmenares	Si	NO	Si		German Solano	2
59	CC	13.451.144	Carlos Arturo	Arevulo Guerrero	Si	NO	Si		Carlos Arturo	1
60	CC	74.250.068	Jaime	Campo Hernandez	Si	Si	Si		Jaime Campo	1
61	CC	19.383.083	Carlos Manuel	Aljo Cetina	Si	NO	Si		Carlos Manuel	1
62	CC	51661210	GLADYS	Bonilla Alvarez	Si	NO	Si		GLADYS	1