ACTA N°

FECHA: Bogotá, noviembre 16 de 2023

HORA: 2:00 p.m. - 3:00 pm.

LUGAR: Centro de cuidado transitorio Antonia Santos.

TEMA: Actividad **Cuidado al cuidador: Salud Emocional: Karaoke.**

ASISTENTES: (ver planilla)

ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo y bienvenida.
2. Introducción a la salud emocional.
3. Actividad recreativa y de disfrute del talento humano: Karaoke
4. Conclusiones.

DESARROLLO:

1. **Saludo y bienvenida.**

   Se realiza la apertura de la actividad del día de hoy con un saludo caluroso y con la bienvenida a todas las personas pertenecientes al talento humano del servicio cuidado transitorio Antonia Santos.

   Luego del saludo y de la bienvenida en general se invita a los participantes a disponerse para la actividad de cuidado al cuidador y para esta oportunidad se complementará con una actividad de Karaoke que aporta salud, bienestar emocional y disfrute generalizado del talento humano.

2. **Introducción a la salud emocional.**

   A manera preliminar y luego de socializar los objetivos e intenciones de la actividad, se explica brevemente lo que es la salud emocional manifestando

que el bienestar emocional es una de las bases para lograr una vida sana, feliz y plena. Cuando se habla de bienestar emocional nos referimos al estado de ánimo en el cual nos sentimos bien, tranquilos, percibimos que dominamos nuestras emociones y somos capaces de hacer frente a las presiones del día a día.

Una de las maneras de ascender en la espiral de la salud y el bienestar emocional se relaciona la importancia de tener aspiraciones y encontrar una razón de ser en lo que hacemos. Evitando caer en la desgana y en la desesperanza. Se requiere, además, averiguar lo que es verdaderamente importante para nuestra vida y centrarse en ello tratando de invertir el tiempo en lo que parezca realmente significativo.

3. Actividad recreativa y de disfrute del talento humano: Karaoke

Como actividad complementaria y de disfrute del talento humano se invita a los presentes a pasar un momento divertido que ayudará a los miembros del equipo a acercarse mucho más desde la diversión y del incremento en el bienestar generalizado. La actividad del Karaoke proporciona diversión y sano esparcimiento. Cada miembro de los asistentes interpreta la canción de su predilección en un ambiente adecuado y dispuesto para esta ocasión.

4. Conclusiones.

Una vez concluida la actividad se invitó a los miembros del equipo a participar de la reflexión sobre el bienestar emocional y a continuar realizando la importante labor que se realiza con las personas mayores en la mejor disposición posible y con la mentalidad tranquila y equilibrada que siempre ha caracterizado al talento humano.

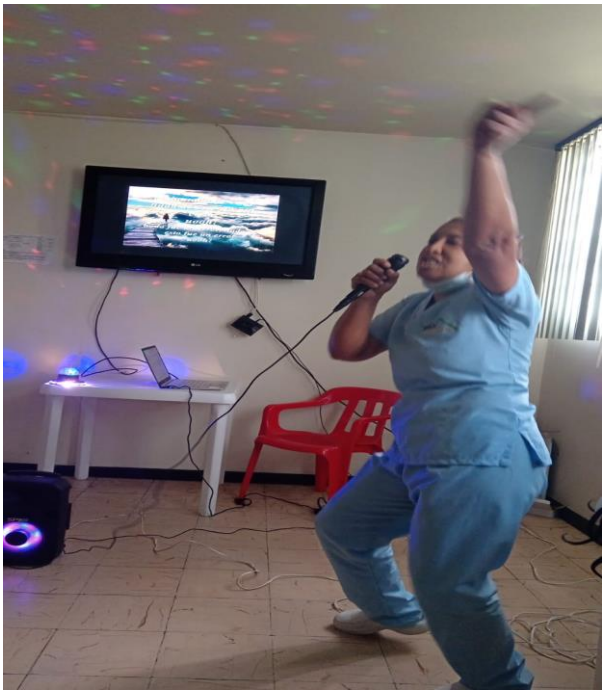
Se tiene en cuenta que una de las maneras de ascender en la espiral de la salud y el bienestar emocional se relaciona la importancia de tener aspiraciones y encontrar una razón de ser en lo que hacemos. Evitando caer en la desgana y en la desesperanza. Se requiere, además, averiguar

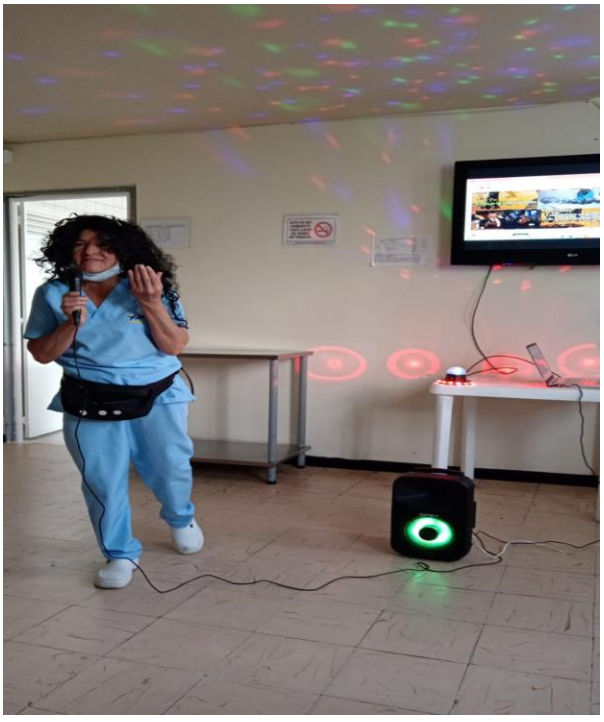
lo que es verdaderamente importante para nuestra vida y centrarse en ello tratando de invertir el tiempo en lo que parezca realmente significativo.

Finalmente, y una vez concluida la actividad de cuidado al cuidador, se agradece a todos los presentes por el compromiso asumido y por la excelente participación y disposición para la actividad del cuidado al cuidador.

HOGARES SI A LA VIDA

FECHA: 16- 11 -2023	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:“CUIDADO AL CUIDADOR: SALUD EMOCIONAL”	RESPONSABLE: Boris Pacheco G.





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: Cuidado al cuidador - karaoke 2. Lugar: C.C.T. Antonia Santos 3. Fecha y hora: 16-11-2023

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	Rozana Falcón	091432997	CCT Antonia Santos	servicios generales	Contratista	rozanacdombian	3042056853	Rozana F.
2	Damaris C	1073677722	CCT. Antonia S.	Servicios generales	Contratista	damarisgarnero039	3222958140	
3	Aleyda Maria	24443532	Antonia Santos	Servicios Generales	Contratista	—	3143893807	Aleyda
4	Franco Fajardo	1022941171	CCT Antonio santos	servicios generales	contratista	—	3143082942	Franco
5	Deisy Rodriguez Suarez	52973862	CCT. Antonio Santos	servicios generales	Contratista	—	3115745474	
6	Mary Peralta	53153744	CCT Antonia Santos	Aux cocina.	contratista	—	3154141463	Mary Peralta
7	Yioney vega	1069903224	CCT Antonia santos	Aux cocina	contratista	—	3209735435	
8	Marleny Hernandez	52133.223	C.C.T Antonia Santos	Aux cocina	contratista	—	3138776548	Marleny H
9	Oscar Ramirez	80862505	CCT Antonia Santos	T Social	Contratista	—	3138296424	
10	Nubia T Ruiz Fu	52032072	CCT Antonia Santos	apoyo Cocina	contratista	—	3153110611	
11	LEONARDO RODRIGUEZ	1012366261	CCT ANTONIA SAN	PSICOLOGO	CONTRATISTA	—	3112887029	L. RODRIGUEZ
12	Boris Pacheco G	72012513	CCT ANTONIA Santos	Psicologo	Contratista	—	3008028372	
13	Martha Milena Cortes	41920133	CCT Antonia Santos	Auxiliar enfermeria	Contratista	—	3108239816	
14	MARIA HELENA BARRANCO	52123953	CCT ANTONIA SANTOS	OCUPACIONAL	CONTRATISTA	—	3219210600	Maria Helena B
15								
16								
17								

Cuidado al cuidador
Tatis y Boris

Powered by CamScanner