ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES MODALIDAD DE CUIDADO TRANSITORIO DIA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 0 Fecha: Memo 12021039413-22/12/2021 Pagina: 1 de 1

Modalidad:		Fecha de ejecución:	**3**	**11**	**2023**
Unidad Operativa:	Centro De Cuidado Transitorio Antonia Santos				
Eje de Atención:	Derechos y ejercicios de ciudadania				
Línea de Atención:	Fortalecimiento de la autónomia	**Profesional a cargo:**	Oscar J. Ramírez S, (T. Social)		
Nombre de la actividad:	Pensamientos y Conductas Autónomas Dueño de mis Pensamientos y de mis Emociones				

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Desarrollar la capacidad de tomar el control de mis pensamientos y emociones, promoviendo la autonomía en la toma de decisiones y el bienestar emocional

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Autoconciencia emocional, la atención plena, para identificar y gestionar mis emociones de manera más efectiva.

Practicar la toma de decisiones conscientes y basadas en valores personales, fomentando una mayor autonomía en la elección de mis pensamientos y acciones.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	**Bienvenida** Se realiza bienvenida a los participantes, presentando brevemente el tema.
MOMENTO CENTRAL	**Descriptiva** *Diario de Pensamientos:* - A lo largo del día, registra pensamientos recurrentes o negativos que surgen en tu mente. - Identifica patrones de pensamiento que puedan estar afectando tus emociones y decisiones. - Cuestiona y desafía esos pensamientos. ¿Son realistas? ¿Están basados en evidencia? ¿Cómo podrías cambiarlos o reenfocarlos de manera más positiva y autónoma? - Lleva un seguimiento de tu progreso en la gestión de tus pensamientos a lo largo del tiempo. Estos diarios te ayudarán a aumentar tu autoconciencia, comprender tus patrones de pensamiento y emociones, y trabajar en la autonomía en la toma de decisiones y el control de tus reacciones emocionales. Despues de dar un ejemplo de cada una de las emcoines, se entrega una hoja en la cual tiene en suparte derecha 20 emoticones con las diferntes emociones y en su parte izquierda 20 recuadros vacios, se explica lo siguiente, cada recuadro sera un día de lo que falta del mes, cada dia deben ubicar una cara en el recuadro según la estimulación a la que se vean enfrentados aquel día, a final de mes observaremos la hoja y definiremos cual emoción es la mas recuerrente y si debemos actuar hacia la corrección o quizas debemos fortalecer acciones de conducta
MOMENTO FINAL	**Conclusión** **A**umentar la autoconciencia y trabajar en la autonomía de pensamientos y emociones. Estas herramientas permiten identificar patrones, reflexionar sobre respuestas emocionales y mejorar la toma de decisiones. Con el tiempo, esta práctica puede contribuir significativamente al crecimiento personal y al bienestar emocional.

RECURSOS

Humanos: Personas mayores, Trabajador Social	**Físicos:** Salón auxiliar, sillas, hojas

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se realiza ejercicio de retroalimentación general frente a la dinámica abordada teniendo en cuenta el fortalecimiento y comprensión de las dinámicas a establecer para el tiempo del convenio.

FECHA: 03-11-2023	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Pensamientos y Conductas Autónomas Dueño de mis Pensamientos y de mis Emociones**	**RESPONSABLE: Oscar Ramírez (T. Social)**









ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525	
Versión: 1	
Fecha: Memo I2022031105 - 15/09/2022	
Página: 1 de 4	

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos **Fecha:** 03-11-2023 A.M

Nombre del Responsable: Carolina Ospina Molina

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Fortalecimiento de la autonomía, pensamientos y conductas relacionadas con el pensamiento y de mis emociones	LINEA: Transformación de imaginarios entrevista vulnerancia entre la vejez	LINEA: Promoción de derechos sociales culturales	LINEA:		
1	CC	1304538	Alonso	Alzate Tabares	SI	SI	SI			1
2	CC	5805889	Weldino	Montaño Diaz	SI	SI	SI			1
3	CC	17011684	Marco Antonio	Gonzalez castro	SI	NO	SI			1
4	CC	23992893	Maria de Jesus	Forero Torres	SI	NO	SI			1
5	CC	17130958	Jose Isidro	Ubague Urrego	SI	NO	SI			1
6	CC	5554831	Jose David	Carreño Jaimes	SI	NO	SI			1
7	CC	17074806	Gerardo Alfredo	Rubio Diez	SI	NO	SI			1
8	CC	5556197	Rosa Alfredo	Ortiz	SI	NO	SI			2
9	CC	41370218	Rosa Elena	Rojas	SI	NO	SI			2
10	CC	17174946	Hernando	Diaz Umaña	SI	NO	SI			1
11	CC	3506214	Jose Ignacio	Muñoz Mozo	SI	NO	SI			2
12	CC	11371988	Saul	Munoz Ramos	SI	SI	SI			2
13	CC	39555757	Ana Cecilia	Arias	SI	No	SI			1
14	CC	17196751	Jose Alvaro	Diaz Hernandez	SI	NO	SI			2
15	CC	17188066	Amadeo	Rodriguez Chaves	SI	NO	SI			2
16	CC	19140744	luis Manuel	Reyes	SI	NO	SI			2

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 1
Fecha: Memo I2022031105 - 15/09/2022
Página: 2 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos

Fecha: 03-11-2023 A-M

Nombre del Responsable: Carolina Ospina Molina

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
	TIPO	NÚMERO			LINEA: Corresponsabilidad de la crianza, cuidado y amoramiento y vivencias autonomas durante de mis pensamientos y de emociones.	LINEA: Transformación imaginarios Entrevista violencia entre la mujer.	LINEA: Promoción de derechos sexuales culturales	LINEA:		
17	CC	17192824	Claudio	Orozco Rodriguez	SI	SI	SI			2
18	CC	17181191	Teodulfo	Bolaños Fajardo	SI	NO	SI			1
19	CC	19088139	Luis Enrique	Tovar paez	SI	NO	SI			1
20	CC	8315976	Amado de Jesus	Ocampo Duran	SI	NO	SI			1
21	CC	19104150	Alvaro	Melo Sanchez	SI	NO	SI			2
22	CC	41596846	Flor Estella	Diaz casas	SI	NO	SI			2
23	CC	41507472	Belisbe	Gamba Hurtado	SI	SI	SI			1
24	CC	80815576	Shon Sebastian	Crown Mendez	SI	SI	SI			1
25	CC	19183981	Alberto	Arevalo	SI	NO	SI			2
26	CC	70054241	Juan Guillermo	Lopez	SI	NO	SI			2
27	CC	17806321	Octavio	Cordoba	SI	NO	SI			1
28	CC	41675194	Maria Graciela	Chacon Avila	SI	NO	SI		Graciela Chacon	1
29	CC	19323538	Jose Jesus	Gutierrez Restrepo	SI	NO	SI			2
30	CC	19306945	Guillermo	Bonilla Hernandez	SI	NO	SI			2
31	CC	87000386	Yesid	Rojas Avilas	SI	NO	SI			2

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-625
Versión: 1
Fecha: Memo I2022031105 -15 10/4/2022
Página: 3 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos — Fecha: 03-11-2023 A.M

Nombre del Responsable: Carolina Ospina Molina

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Fortalecimiento de la autonomía personal, pensamientos y vínculos afectivos, uso y consumo de sustancias psicoactivas y de mis emociones.	LINEA: Transformación de imaginarios entre la violencia entre la vejez	LINEA: Promoción de derechos social y cultural	LINEA:		
32	CC	79286284	Hernando	Sabogal Chavarro	SI	NO	SI			2
33	CC	12253094	Pedro	Quintero Cuellar	SI	NO	SI			1
34	CC	24323898	Luz Marina	Pineda Sanchez	SI	NO	SI			1
35	CC	27517764	Mariela de Jesus	Sanchez Borja	SI	NO	SI			1
36	CC	42796043	Beatriz Elena	Mazo Mazo	SI	NO	SI			2
37	CC	19080189	Eduardo	Carmona Rodriguez	SI	NO	SI			2
38	CC	10217183	Ramiro	Arango Orozco	SI	SI	SI			2
39	CC	19096569	Luis Eduardo	Borgas Moreno	SI	NO	SI			1
40	CC	19118844	Rigoberto	Garcia Rubiano	SI	NO	SI			2
41	CC	79004780	Isauro	Rocha	SI	NO	SI			1
42	CC	19194395	Rafael	Benavides perez	SI	SI	SI			2
43	CC	19197627	Salvador	Hernandez Beltran	SI	NO	SI			2
44	CC	11296754	Jesus Antonio	Garcia	SI	NO	SI			1
45	CC	4828869	Javier de Jesus	Alvarez Zapata	SI	NO	SI			1
46	CC	19383083	Carlos Manuel	Alejo Cetina	SI	NO	SI			2
47	CC	4066235	Alfonso	Rodriguez pena	SI	SI	SI			1

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525	
Versión: 1	
Fecha: Memo I2022031105 -15 /03/2022	
Página: 4 de 4	

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos **Fecha:** 03-11-2023 AM

Nombre del Responsable: Carolina Ospina Molina

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Fortalecimiento de la autonomia pensamientos y conductas violentas como alterno pensamientos y emociones	LINEA: transformacion de imaginarios Entrevista violencias entre las voces	LINEA: Promoción de diversidades Saberes culturales	LINEA:		
48	CC	19342420	Orlando	Chaparro Gomez	SI	NO	SI			2
49	CC	3063808	Manuel Humberto	Reyes Castillo	SI	NO	SI			2
50	CC	10201018	Joel	Cuervo Romero	SI	NO	SI			1
51	CC	19278120	Carlos Abel	leon parra	SI	NO	SI			2
52	CC	19352486	German	Solano Colmenares	SI	NO	SI			2
53	CC	24097875	Rosa Maria	Arismendy de Tribaduiza	SI	NO	SI			1
54	CC	41635329	Myriam	Rodriguez	SI	NO	SI			2
55	CC	79250068	Jaime	Campos Hernandez	SI	NO	SI			2
56	CC	41636524	Marina	pineros de penagos	SI	NO	SI			2
57	CC	43515566	Maria Elicenia	Benites Cano	SI	NO	SI		Elicenia M C	2
58	CC	80260236	Pablo Horacio	Escobar Clavijo	SI	SI	SI		Pablo Horacio	1
59	CC	41433127	Maria Claudina	Valbuena Sanchez	SI	SI	SI			1
60	CC	9520678	Rafael Erasmo	Manchego	SI	NO	SI			2
61	CC	7450737	Jose Dioscorides	Padraza Valle	SI	NO	SI			1
62	CC	6026912	Hernando	urrego Castaño	SI	SI	SI			2

Powered by CamScanner