ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 0 Fecha: Memo I2021039413-22/12/2021 Pagina: 1 de 1

Modalidad: Fecha de ejecución: 11 | 7 | 2023

Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth - Suba

Eje de Atención: Estilo de vida Saludable

Línea de Atención: Buenas Practicas del Envejecimiento | Profesional a cargo: AYDE LOPEZ

Nombre de la actividad: Autocuidado

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Darle continuidad y reforzar las herramientas dadas por el centro: Caminar, subir escaleras, bailar, realizar jardinería son actividades cotidianas que le ayudarán a mantenerse en movimiento, fortalecer su cuerpo para evitar caídas o lesiones, y traerán grandes beneficios para su salud física y menta

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Comer sano
Controlar el estrés.
Hacer ejercicio regularmente.
Establezca límites y apéguese a ellos.
Reflexion.
Atienda sus propias necesidades de salud.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se reune a los usuarios en el espacio y tiempo del comedor el cual se inicia la charla con objetivos claros y especificos, se aclara dudas y se va fortaleciendo las herramientas que presentan al momento.
MOMENTO CENTRAL	Seguido, se realiza una actividad de preguntas y respuestas dado a las necesidades de cada usuarios. tomando el cuenta las de acciones intencionadas que realiza o realizaría la persona para controlar los factores internos o externos, que pueden comprometer su vida y desarrollo posterior" Se refuerza Adoptar buenos hábitos de higiene, el dormir las horas suficientes, hacer ejercicios 40 min diarios, Manténgase en comunicación y socialice, Hacer actividades que disfruta para mantener la calma y regulado y lo mas importante es "organizarse".
MOMENTO FINAL	se repasa los conceptos clave y destaca la importancia de la adherencia de los habitos para una buena salud. Se invita a los usuarios a leer los impresos que se encuentran en las paredes del centro para reforzar conocimientos y tener un plan de acción.

RECURSOS

Sillas Mesas	tv

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Durante la actividad se logra evidenciar que las personas mayores con base a su experiencia y vivencia tienen presente la importancia de los habitos de estilo de vida saludable y una vejez sana y limpia. Gracias a la continuidad de las charlas, los usuarios mantienen una higiene estable y un buen patrón de sueño.

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA

FECHA: 11/07/2023	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** AUTOCUIDADO	**RESPONSABLE:** AYDE LOPEZ Auxiliar de Enfermería









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 /05/2022
Página: 1 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba **Fecha:** 11-07-2023 PM

Nombre del Responsable: Sandra Bonilla

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Estilos de Vida Saludable - Autocuidado	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
1	CC	61555358	Isaac	mosquera	Si					
2	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	Si					
3	CC	17022056	Laureano Alberto	Garzon Sierra	Si					
4	CC	5761587	Ancizar	Vanegas	Si					
5	CC	19131581	Jorge	Lazo	Si					
6	CC	41680700	Maria Luisa	Ramirez Rojas	Si					
7	CC	19146741	Jose Roberto	Saavedra Sarmiento	Si					
8	CC	19146710	Luis Alfredo	Celi Gonzalez	Si					
9	CC	19201000	Luis Alberto	Bohorquez Castaneda	Si					
10	CC	19245261	Alvaro	Villareal Mejia	Si					
11	CC	2258522	Luis Ernesto	Bobadilla	Si					
12	CC	240130	Jose Noel	Alfonso	Si					
13	CC	1708188.	Guillermo	Turriago Guzman	Si					
14	CC	8242219	Julio Cesar	Naranjo Velez	Si					
15	CC	17110297	Carlos Julio	Picado Lara	Si					
16	CC	19162921	Luis Alberto	Casallas	Si					

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 San José Nazareth Suba **Fecha:** 11 · 07 · 2023 pm

Nombre del Responsable: Sandra Bonilla

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Estilos de vida saludable Autocuidado	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
17	CC	19470872	Ariel	Alfonso Mendoza	Si					
18	CC	525368	Hector Aurelio	Mesa Bocaneras	Si					
19	CC	19016628	Luis Eduardo	Mariana Cruz	Si					
20	CC	6088555	Luis Alvaro	Marin	Si					
21	CC	19082759	Salomon	Nariño Rios	Si					
22	CC	19090638	Luis Alberto	Murcia	Si					
23	CC	19091275	Arturo	Escobar Araque	Si					
24	CC	19100020	Luis Augusto	Alborneda Bustamante	Si					
25	CC	19281379	Efrain	Larrota Forero	Si					
26	CC	19108824	Gustavo Alonso	Alvarado Contreras	Si					
27	CC	19201796	Antonio	Castaño Quintero	Si					
28	CC	19154543	Segundo Aristobulo	Fonseca Acuña	Si					
29	CC	19105637.	Luis Alberto	Vanegas	Si					
30	CC	19148562	Jorge Alfredo	Higuera Rojas	Si					
31	CC	19129612	Alberto	Sanabria Castañeda	Si					

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 12022031105 -15 /09/2022
Página: 3 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba

Fecha: 11.07.2023 PM

Nombre del Responsable: Sandra Bonilla

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Estilos de Vida Saludable Autocuidado	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
32	CC	19132813	Jesus Antonio	Villa Mayorga	Si					
33	CC	19138277	Ernesto	Romero	Si					
34	CC	17625009	Jesus Antonio	Galeano Martinez	Si					
35	CC	19140337	German	Fajardo Alzure	Si					
36	CC	19118491	Fernando	Wilches Moreno	Si					
37	CC	19160980	Jaider Angel	Monroy Guerrero	Si					
38	CC	19197251	Victor Lisandro	Morales Arenas	Si					
39	CC	19149065	Ivan	Agudelo Trujillo	Si					
40	CC	396263	Jairo Alberto	Torres Escobar	Si					
41	CC	52092734	Liliana Fernandez	Julio	Si					
42	CC	19234024	Jose Manuel	Ruse Martinez	Si					
43	CC	11303609	Jaime	Perdomo Acero	Si					
44	CC	16472452	Edilberto	Quiroga Valencia	Si					
45	CC	83085404	Carlos	Chaparro Aceros	Si					
46	CC	19323276	Jose Roberto	Gallo	Si					
47	CC	19255215	Miguel Antonio	Vivas Castro	Si					

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: 4 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba

Fecha: 11.07.2023 PM

Nombre del Responsable: Sandra Bonilla

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Estilos de Vida saludable - Autocuidado	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
48	CC	19.232376	Jairo Arcanias	Vargas Segura	Si					
49	CC	19202471	Victor Manuel	Fernandez	Si					
50	CC	19279491	Jorge Ernesto	Camargo Castro	Si					
51	CC	79117949	Miguel Enrique	Sierra Molina	Si					
52	CC	19337747	Luis Eduardo	Lopez Lopez	Si					
53	CC	19404039	Luis Eduardo	Gonzalez Sandoval	Si					
54	CC	19071084	Luis Alfonso	Paez Espinosa	Si					
55	CC	13252328	Isidro	Ramirez Veluez	Si					
56	CC	19221874	Jose Manuel	Tellez	Si					
57	CC	457952	Henry	Rodriguez	Si					
58	CC	80267046	Manuel Dario	Beltran Barreto	Si					
59	CC	19292263	Luis Alfredo	Beinal Salamanca	Si					
60	CC	17186292	Mario Enrique	Estrada Gonzalez	Si				Estrada	
61	CC	4433679	Hernando	Gonzalez Cañon	Si					
62	CC	4174634	Ernesto	Reyes	Si					

Powered by CamScanner