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: Cuidado Transitorio Dia-Noche | Fecha de ejecución: 15 | 8 | 2023

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

Eje de Atención: ESTILO DE VIDA SALUDABLE

Línea de Atención: Buenas prácticas del envejecimiento | Profesional a cargo: MARIA MONICA RINCON RIVERA

Nombre de la actividad: LA FLOR DEL AUTOCUIDADO

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Reconocer el autocuidado para nuestro cuerpo lo mas importante que debemos tener presente reconozcan los habitos de nuestra vida para el envejecimiento, en la vulneración de ellos y fomentar los cuidados y reducir los factores de riegos al envejecimiento y la vejez a través de acciones que identifiquen, que la salud de las personas mayores es importante para nuestra vidas . y mantener un corazon sano y disminuya el riesgo de padecer enfermedades para mantener mejor resistencia.Es importante conocer el ritmo de nuetro cuerpo

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.Identificar las barreras y defensas durante el cuidado y la autonomia en los ususarios mejorarando dia a dia
2. Fortalecer capacidades físicas de base, a través de la práctica cotidiana de rutinas que disminuyan factores de riesgo de patologías asociadas al sedentarismo.
3. Detectar cuales son las fallas de nuestro cuerpo que puede aparecer

METODOLOGÍA- PRACTICA

MOMENTO INICIAL	Se dará apertura a la actividad el cual se denominará Rutinas de Resistencia o de unos habitos habituales , el cual se ejecutará de manera practica en el dia a dia espacio de nuestras vidas Se trabaja con nuestro habitos donde se tendrá en cuenta tiempo de trabajo por tiempo de recuperación, en cada desarrollo se les explicara que debe se trabjar de manera intensidades moderadas con repeticiones básicas.en la cual tenemos encuenta nuestro cuerpo.
MOMENTO CENTRAL	En primer momento se iniciará con un pequeño cartel explicando con una imagen de una flor de colores el yo que soy importante se les explica a las personas mayores que se trabajara en forma de diaria y continua donde cada uno se tendrá en cuenta el trabajo de recuperación, para tener mejor calidad de vida el cuales son los siguientes: -YO- ME AMO -YO - ME CUIDO -YO -ME VALORO -YO-ME QUIERO -YO- ME ACEPTO -YO- SOY IMPORTANTE
MOMENTO FINAL	Al momento final se retroalimenta por medio de charlas y cartel explicando LO IMPORTANTE QUE SOY que me debo cuidar todo los dias para mantener una vida de vejes radiante para Mantener el cuerpo SANO

RECURSOS

papel de colores marcadores - lapiz -colores	sillas mesa

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Durante el desarrollo de la actividad se evidencia que las personas mayores de manera progresiva se van adaptando a los conocimientos de cada uno que se ejecutan, donde por medio de ellos mismo en esta sesión logran mejorar su capacidad física y motora, el cartel nos ayudan a cambiar de pensamiento y mejorar permitiendo claridad en la ejecución de las charlas intercambiando ideas entre ellos y teniendo una mejor estabilidad , durante la actividad se hace el proceso de conocimiento ayudando a mejorar sus hábitos y estilos de vida saludable. QUE EL PERSONAL DE SALUD EVALUA SU NIVEL DE FUNCIONAMIENTO del autocuidado .

++

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA

FECHA: 15/08/2023	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** LA FLOR DEL AUTOCUIDADO	**RESPONSABLE:** MONICA RINCON 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 /09/2022
Página: 1 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba **Fecha:** 15/08/2023 PM

Nombre del Responsable: Paola Navarro

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buenas Practicas del Envejecimiento Practicas de Autocuidado	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
1	CC	6155358	Isaac	Hurtado	Si				Isaac	
2	CC	5761587	Arcizar	Vanegas	Si					
3	CC	79131581	Jorge	Ruiz	Si					
4	CC	21680700	Maria Luisa	Ramirez Borda	Si					
5	CC	19746744	Jose Roberto	Saavedra Sarmiento	Si					
6	CC	19746770	Luis Alfredo	Cely Gonzalez	Si					
7	CC	19201000	Luis Alberto	Bohorquez Castañeda	Si					
8	CC	19245261	Alvaro	Villareal Mejia	Si					
9	CC	2258522	Luis Ernesto	Bobadilla	Si					
10	CC	240130	Jose Noel	Alfonso	Si					
11	CC	17081880	Guillermo	Turriago Guzman	Si					
12	CC	17036104	Luis Hernando	Ruiz Castro	Si					
13	CC	6088555	Luis Alvaro	Marin	Si					
14	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	Si					
15	CC	5242219	Julio Cesar	Novoa Velez	Si					
16	CC	17084350	Roberto	Rincon Rodriguez	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: 15/08/2023 PM

Nombre del Responsable: Paola Navarro

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buenas practicas del envejecimiento Practicas de Autocuidado	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
17	CC	17170297	Carlos Julio	Rada Lara	Si					
18	CC	19162924	Luis Alberto	Carrillo	Si					
19	CC	19192966	Pedro Pablo	Figueredo Cespedes	Si					
20	CC	19097084	Luis Alfonso	Paez Mendoza	Si					
21	CC	4772538	Alberto	Mosquera	Si					
22	CC	19470872	Ariel	Alfonso Mendoza	Si					
23	CC	5257368	Hector Aurelio	Hoyos Bueno	Si					
24	CC	19076628	Luis Eduardo	Montaña Cruz	Si					
25	CC	19090638	Luis Alberto	Murcia	Si					
26	CC	19082759	Jaime	Alfonso Hoyos	Si					
27	CC	19105637	Luis Alberto	Venegas	Si					
28	CC	19091275	Arturo	Escobar Arcila	Si					
29	CC	19100020	Luis Augusto	Albarracin Quitama	Si					
30	CC	19281379	Efrain	Jaimes Forero	Si					
31	CC	19108829	Gustavo Alonso	Alvarado Contreras	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 20220311105 -15 /09/2022
Página: 3 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba **Fecha:** 15/08/2023 PM

Nombre del Responsable: Paola Navarro

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Buenas Practicas del Envejecimiento practicas de Autocuidado	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
32	CC	19207796	Antonio	Gustavo Quintero	Si					
33	CC	17625009	Jesus Antonio	Guillermo Martinez	Si					
34	CC	14266878	Juan Dario	Chacon Munevar	Si					
35	CC	19118491	Fernando	Wilches Moreno	Si					
36	CC	19140337	German	Fabordo Alvare	Si					
37	CC	6700704	Alfonso Rodrigo	Diaz Arevalo	Si					
38	CC	19148562	Jorge Alfredo	Higuera Rojas	Si					
39	CC	19129612	Alberto	Sanabria Castañeda	Si					
40	CC	19132913	Jesus Antonio	Villa Malagon	Si					
41	CC	19138277	Ernesto	Romero	Si					
42	CC	19149065	Ivan	Agudelo Trujillo	Si					
43	CC	19197251	Victor Leandro	Morales Arenas	Si					
44	CC	14977799	Mario Humberto	Mora Perez	Si					
45	CC	396263	Jairo Alberto	Torres Escobar	Si					
46	CC	52982734	Liliana de Jesus	Julio Fernandez	Si					
47	CC	1234024	Jose Manuel	Ruge Martinez	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

Nombre del Responsable: Adela Navarro **Fecha:** 15/09/2023 PM

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buenas Practicas del envejecimiento Practicas de Autocuidado	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
48	CC	13252328	Isidro	Ramirez Geles	Si					
49	CC	16472452	Edilbeao	Quiñones Valencia	Si					
50	CC	11303604	Jaime	Perdomo Acero	Si				JAIME	
51	CC	93085401	Carlos	Chaparro Acero	Si					
52	CC	19404039	Wilson Eduardo	Gonzalez Sandoval	Si					
53	CC	19227230	Jorge Enrique	Duarte Jimenez	Si					
54	CC	3653804	Jorge Juan	Giraldo Cano	Si					
55	CC	19232376	Julio Arenas	Vargas Becerra	Si					
56	CC	19339749	Luis Eduardo	Lopez Lopez	Si					
57	CC	19383083	Carlos Manuel	Alejo Cetina	Si					
58	CC	19218313	Rafael	Ferero	Si				PR	
59	CC	19252649	Carlos Arturo	Sanchez Sanchez	Si					
60	CC	19255275	Miguel Antonio	Vivas Castro	Si					
61	CC	19279491	Jorge Ernesto	Camargo Castro	Si				JECC	
62	CC	80269046	Manuel Darío	Beltran Barreto	Si				MANUEL B	

Powered by CamScanner