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 Día - Noche

Fecha de ejecución: 17 | 8 | 2023

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

Eje de Atención: Estilos de vida saludable

Línea de Atención: Buenas practicas del envejecimiento

Profesional a cargo: YOHN JAIRO SUAREZ FLOREZ

Nombre de la actividad: Actividad fisica

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Lograr que las personas mayores identifiquen y reconozcan los imaginarios y 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 Darle a conocer a las personas mayores la importancia de cuidar su salud por medio de la práctica del ejercicio.
2 Mejorar postura corporal y marcha por medio de ejercicios generales y específicos.
3 Potenciar en las personas mayores las capacidades y habilidades motrices básicas.
4 Generar hábitos y estilos de vida saludable por medio de la práctica diaria del deporte.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se invita a las personas mayores a darle inicio a las sesiones de actividad física donde en un primer momento se les da a conocer los temas a desarrollar durante la semana y las metodologías a trabajar, de igual manera se les explica los espacios de recreación que se generaran después de realizar la actividad física.
MOMENTO CENTRAL	Paso a seguir durante la semana se realizaran trabajos enfocados al fortalecimiento de sistema muscular y óseo por medio de ejercicios específicos el cual contiene espacio de trabajo por tiempos de recuperación, así mismo se trabajaran rutinas enfocadas a mejorar desplazamientos laterales y movimientos articulares, estas rutinas se ejecutaran con apoyo de material deportivo el cual ayuda a tener una mejor ejecución en cada uno de los ejercicios realizados .
MOMENTO FINAL	En este espacio se continúan con las actividades físicas del día donde se habilita la caminadora, elípticas, bicicletas donde se trabajan ejercicios con mayor intensidad, de igual manera se ejecutan ejercicios de calistenia y respiración, en otro espacio se genera el buen uso del tiempo libre por medio de los juegos tradicionales.

RECURSOS

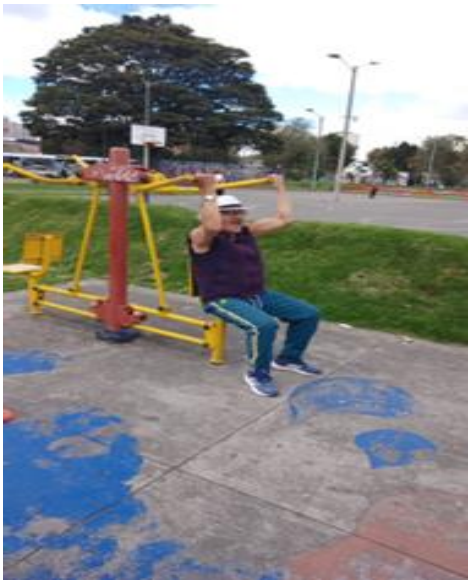
Bandas elasticas Aros pelotas	Sonido Juegos tradicionales

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Por medio de las actividades físicas que se realizaron durante la semana se observa buena disposición de trabajo por parte de las personas mayores, donde ejecutaron las rutinas de ejercicio de manera mas especifica , esto ayuda a mantener una correcta funcionalidad y a potenciar capacidades físicas y motoras, de igual manera en los espacios de recreación por medio de los juegos tradicionales el cual les a permitido a tener mejora comunicación con su grupo de pares ya mostrar sus habilidades en cada uno de los juegos practicados.

FECHA: 17/08/2023	NOMBRE DE LA ACTIVIDADAD: Actividad física	RESPONSABLE; YOHN JAIRO SUAREZ FLOREZ









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

Nombre del Responsable: Paola Navarro **Fecha:** 17/08/2023 AM

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Bienestar emocional, Fortalecimiento de capacidades, Cuidado y autocuidado, Inclusión social	ACTIVIDAD 2 LINEA: Fortalecimiento vincular y redes de corresponsabilidad, Entornos de flexibilidad	ACTIVIDAD 3 LINEA: Permanencia, reconocimiento y ejercicio efectivo de derechos	ACTIVIDAD 4 LINEA: Territorios habitables, Cuidado del planeta, Gestión del riesgo		
1	CC	19146741	Jose Roberto	Saavedra Sarmiento	Si	Si	Si	Si		
2	CC	19148562	Jorge Alfredo	Higuera Rojas	Si	Si	Si	Si		
3	CC	19252647	Carlos Arturo	Sanchez Sanchez	Si	Si	Si	Si		
4	CC	19000220	Luis Augusto	Abaunza D	Si	No	No	No		
5	CC	13252388	Isidro	Ramirez Geles	Si	No	No	No		
6	CC	5761587	Arcizar	Vanegas	Si	Si	No	No		
7	CC	72084350	Roberto	Rincon Rodriguez	Si	Si	No	No		
8	CC	52092734	Illiana de Jesus	Julio Fernandez	Si	No	Si	Si		
9	CC	19431584	Jorge	Lozo	Si	Si	No	No		
10	CC	79779949	Miguel Enrique	Sierra Molina	Si	Si	Si	No		
11	CC	17720797	Carlos Julio	Pinilla Lara	Si	Si	No	No		
12	CC	17442966	Pedro Pablo	Figueredo Cespedes	Si	Si	No	Si		
13	CC	6088555	Luis Alvaro	Marin	Si	No	No	No		
14	CC	19129612	Alberto	Escobar Castañeda	Si	Si	Si	Si		
15	CC	19245261	Alvaro	Villareal Mejia	Si	Si	Si	Si		
16	CC	19747251	Victor Lisandro	Morales Arenas	Si	Si	No	No		

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: 17/08/2023 AM

Nombre del Responsable: Rocio Navarro

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Bienestar físico, Intelectual, Buenos hábitos de flexibilidad	ACTIVIDAD 2 LINEA: Fortalecimiento de autonomía, Empoderamiento, Fortalecimiento de autoestima	ACTIVIDAD 3 LINEA: Promoción, Prevención, Ejercicios, Estilos de vida saludable	ACTIVIDAD 4 LINEA: Guillermo, Habilidades, Prevención, Participación, Ciudadanía		
17	CC	19404039	Luis Eduardo	Gonzalez Sandoval	SI	SI	SI	SI	Luis E Gon	
18	CC	19676628	Luis Eduardo	Montaña Cruz	SI	SI	SI	SI	-	
19	CC	19744462	Carlos Eduardo	Torres Barrentos	SI	SI	SI	SI	-	
20	CC	17091880	Guillermo	Turcigo Guzman	SI	SI	SI	NO		
21	CC	83085404	Carlos	Chaparro Acero	SI	NO	SI	SI		
22	CC	19291379	Efraim	Linota Fereo	SI	NO	NO	NO		
23	CC	17625009	Jesus Antonio	Galeano Martinez	SI	NO	NO	NO	Jesus antonio Galeano m	
24	CC	41680700	Maria Luisa	Ramirez Rojas	SI	SI	SI	SI		
25	CC	19383083	Carlos Manuel	Alejo Cetina	SI	SI	SI	SI		
26	CC	19278313	Rafael	Fuero	SI	SI	SI	SI		
27	CC	19201716	Antonio	Castaño Quintero	SI	NO	NO	NO		
28	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	SI	NO	SI	SI		
29	CC	19227230	Jorge Enrique	Duarte Jimenez	SI	NO	NO	NO		
30	CC	14139277	Ernesto	Rumero	SI	NO	NO	NO		
31	CC	19223538	Victor Julio	Fonseca Roberto	SI	SI	NO	NO		

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: 3 de 4

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

Fecha: 17/08/2023 AM

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 para el fortalecimiento de habilidades para la flexibilidad	LINEA: Fortalecimiento de la autonomia y empoderamiento de la ciudadania	LINEA: Reconocimiento y ejercicio de derechos Entidades aliadas y derechos	LINEA: Movilizando habilidades para la felicidad y el buen vivir		
32	CC	19118321	Jose Francisco	Rodriguez Romero	Si	Si	Si	Si		
33	CC	6155358	Isaac	Mosquera	Si	Si	Si	Si		
34	CC	19470872	Ariel	Alfonso Mendoza	NO	Si	Si	Si		
35	CC	2258522	Luis Ernesto	Bolaños Villa	Si	NO	NO	NO		
36	CC	16472452	Edilberto	Quintero Valencia	Si	Si	Si	Si		
37	CC	19162927	Luis Alberto	Castillo	Si	NO	Si	Si		
38	CC	2401130	Jose Noel	Alfonso	Si	Si	Si	Si		
39	CC	396263	Julio Alberto	Torres Escobar	Si	NO	Si	Si		
40	CC	19082759	Jaimen	Nuñez Hoy	Si	NO	Si	Si		
41	CC	19255215	Miguel Antonio	Vivas Castro	Si	Si	NO	NO		
42	CC	19154543	Segundo Anibal	Fonseca Acuña	Si	Si	NO	NO		
43	CC	19337747	Luis Eduardo	Lopez Lopez	Si	NO	Si	NO		
44	CC	79036104	Luis Hernando	Ruiz Castro	Si	NO	Si	Si		
45	CC	19140337	German	Segundo Alfaro	Si	Si	Si	NO		
46	CC	19234024	Jose Manuel	Ruge Martinez	Si	Si	Si	Si		
47	CC	19279491	Jorge Ernesto	Camargo Castro	Si	Si	Si	Si		

Powered by CamScanner