ACTA

Articulación IDRD

FECHA: Bogotá, 19 de agosto de 2023
HORA: 9:15 am a 10:00 a.m.
LUGAR: Centro de cuidado transitorio Suba san José Nazareth

ASISTENTES: funcionario IDRD
ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo
2. Actividad física

DESARROLLO:

Objetivo: fortalecer en las personas mayores capacidades y habilidades motrices básicas por medio de la actividad física

Se inicia la actividad con la presentación del funcionario del Sena, profesional en actividad física donde se les explica a las personas mayores el objetivo de la actividad.

Se continuo con la primera parte de la actividad el cual consiste en la activación del sistema muscular por medio de ejercicios de calistenia, el cual ayuda a preparar el cuerpo para realizar movimientos de mayor impacto, en la sesión del día se trabajarán con aros donde se ejecutaron los siguientes ejercicios.

- Ejercicios de calistenia
- Ejercicios estabilidad zona baja
- Laterales
- Sentadillas
- Elevación de piernas
- Ejercicios tren superior
- Ejercicios de fortalecimiento zona baja, media
- Trote con movimiento
- Ejercicios de respiración

Cada ejercicio ejecutado contenía tiempo de trabajo por tiempo de recuperación, las personas mayores se observaron dispuestas participando de manera activa, se observa buena coordinación y aumento de la capacidad física, así mismo fortalecimiento de zona media y baja.

Elaboró:

Yohn Jairo Suarez florez
Educador Fisico





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:** 19.08.2023 am.

Nombre del Responsable: Alejandro Castellanos Campos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Movilizando habilidades capacidades y potencialidades juegos locales	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
1	CC	5761587	Anizoar	Venegas	Si					
2	CC	19129612	Alberto	Sandoval Castaneda	Si					
3	CC	A252647	Carlos Arturo	Sanchez sanchez	Si					
4	CC	A201000	Luis Alberto	Bohorquez Castañeda	Si					
5	CC	A192966	Pedro pablo	Figueredo Cespedes	Si					
6	CC	17110247	Carlos plio	Pineda lara	Si					
7	CC	19149251	Victor Lisandro	Molina Arenas.	Si					
8	CC	6088555	Luis Alvaro	Marin	Si					
9	CC	17052551	Luis Enrique	Ramos Sacha	+ Si					
10	CC	19076628	Luis Eduardo	Montaña Cruz	Si					
11	CC	19404039	Luis Eduardo	Gonzalez Sandoval	Si					
12	CC	17081880	Guillermo	Turriago Guzman	Si					
13	CC	19100020	Luis Augusto.	Albornoz Quitama.	Si					
14	CC	19714462	Carlos Eduardo	Torres Bustamante	Si					
15	CC	13252329	Isidro	Ramirez Galvez	Si					
16	CC	6155358	Isaac	Noguera	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:** 19-08-2023 am

Nombre del Responsable: Alejandro Castellanos Campos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Movilizando habilidades capacidades y potencialidades juegos lúdicos	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
17	CC	19118321	Jose Francisco	Rodriguez Romero	Si					
18	CC	19201379	Efrain	Carrota Forero	Si					
19	CC	19207796	Antonio	Castaño Quintero	Si					
20	CC	17625009	Jesus antonio	Castaño Martinez	Si					
21	CC	19245261	Alvaro	Villareal Mejia	Si					
22	CC	19223538	Victor julio	Fonseca Rebayo	Si					
23	CC	4172538	Alberto	Mosquera	Si					
24	CC	19278313	Rafael	Forero	Si					
25	CC	19071084	Luis Alfonso	Pacz Espinosa	Si					
26	CC	19383083	Carlos Manuel	Alejo Cetina	Si					
27	CC	03085404	Carlos	Chaparro Acosta	Si					
28	CC	19162471	Luis Alberto	Castillo	Si					
29	CC	1708 4350	Roberto	Rincon Rodriguez	Si					
30	CC	19144065	Ivan	Agudelo Trujillo	Si					
31	CC	19105637	Luis Alberto	Vanegas	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:** 19.08.2023 9m

Nombre del Responsable: Alejandro Castellanos Campos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Movilizando habilidades capacidades y potencialidades juegos lúdicos	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
32	CC	22580522	Luis Ernesto	Bobadilla	Si					
33	CC	19148562	Jorge Alfredo	Higuera Rojas.	Si					
34	CC	16472452	Edilberto	Quiñones valencia	Si					
35	CC	396263	Julio Alberto	Torres escobar	Si					
36	CC	1703610 4	Luis Hernando	Ruiz castro	Si					
37	CC	19337747	Luis Eduardo	Lopez lopez	Si					
38	CC	240130	Jose. Noel	Alfonso	Si					
39	CC	19470872	Ariel	Alfonso Mendoza	Si					
40	CC	19131581	Jorge	Luzo	Si					
41	CC	79117449	Miguel Enrique	sierra Molina	Si					
42	CC	19277230	Jorge Enrique	Avila Jimenez	Si					
43	CC	41680700	Maria Luisa	Ramirez Rojas	Si					
44	CC	19082759.	Salomon	Navino Hios	Si					
45	CC	19255215	Miguel Antonio	Vivas castro.	Si					
46	CC	19091275	Arturo	Escobar Arroyo.	Si					
47	CC	19140337	German	Fajardo Alfaro.	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:** 19.08.2023 am

Nombre del Responsable: Alejandro Castellanos Campos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Mostrando habilidades capacidades y potencialidades (juegos Ludicos)	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
48	CC	1706999 5	Carlos Arturo.	Navarrete. Diaz.	Si					
49	CC	19234024	Jose. Manuel	Ruge Martinez	Si					
50	CC									
51	CC									
52	CC									
53	CC									
54	CC									
55	CC									
56	CC									
57	CC									
58	CC									
59	CC									
60	CC									
61	CC									
62	CC									

Powered by CamScanner