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: 22 8 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: CRISTHAN VASQUEZ

Nombre de la actividad: Autocuidado

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Promover y fortalecer la importancia del autocuidado entre las personas mayores en situación de vulnerabilidad, brindándoles herramientas prácticas para mejorar su bienestar físico y emocional.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1 Sensibilizar a los participantes sobre la relevancia del autocuidado para su calidad de vida.
2 Educar sobre prácticas sencillas de autocuidado que pueden incorporar en su rutina diaria.
3 Fomentar la conexión entre los usuarios, creando un espacio de apoyo y comunidad.
4 Inspirar a los participantes a establecer metas personales de autocuidado y seguimiento.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Comenzamos la charla estableciendo un ambiente cálido y acogedor en el comedor. Se comparte una breve anécdota o historia relacionada con el autocuidado y su impacto positivo en la vida de las personas mayores, buscando sensibilizar. Ayudando a captar la atención. A continuación, se menciona el propósito de la charla: brindarles herramientas prácticas y empoderadoras para mejorar su bienestar y calidad de vida.
MOMENTO CENTRAL	Sensibilización sobre el autocuidado: Hablamos sobre por qué el autocuidado es esencial, especialmente para las personas mayores en situaciones vulnerables. se Aborda los beneficios físicos y emocionales de dedicar tiempo y atención a uno mismo. Prácticas de autocuidado se consigue y presta ropa de donación y se persuade a usuarios (3), para que tengan conciencia de una higiene personal adecuada, mantenerse hidratado, hacer ejercicios suaves, practicar la relajación o la meditación, y buscar momentos de disfrute personal. Se anima a los usuarios a compartir sus propias experiencias y consejos de autocuidado. Fomentando la interacción y la conexión entre ellos para que se sientan apoyados y comprendidos.
MOMENTO FINAL	Metas personales de autocuidado: Invitamos a los usuarios a reflexionar sobre lo que han aprendido y a establecer una meta personal de autocuidado que deseen implementar (lavado de manos, caras, baño general, pies) Compromiso y seguimiento: los usuarios se comprome a llevar a cabo su meta de autocuidado. Esto promoverá la responsabilidad y el sentido de logro.

RECURSOS

Sillas Mesas	Ropa de donación

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Durante la charla, los usuarios muy cooperativos ante la dinamica ya que se llegó acuerdos sobre el tema del aseo general. Esperamos que se logren los objetivos, mientras seguiremos en seguimiento.

HOGARES SI A LA VIDA

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA

FECHA:	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:**	**RESPONSABLE:**
22/08/2023	Autocuidado	Cristhian Vásquez 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

Nombre del Responsable: Paola Navarro **Fecha:** 22-08-2023 P.M

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Bienes Protectores Fortalecimiento Ayo-Cuidado	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
1	CC	6155358	Isaac	Mosquera	SI					
2	CC	5761587	Anuzar	Vanegas	SI					
3	CC	19131581	Jorge	Lozo	SI					
4	CC	41680700	Maria Luisa	Ramirez Rojas	SI					
5	CC	19133466	Jose Antonio	Nuñez Medina	SI					
6	CC	19146741	Jose Roberto	Saavedra Sarmiento	SI					
7	CC	19223538	Victor Julio	Fonseca Rabayo	SI					
8	CC	19146710	Luis Alfredo	Cely Gonzalez	SI					
9	CC	19201000	Luis Alberto	Bohorquez Castañeda	SI					
10	CC	19245261	Alvaro	Villareal Mejia	SI					
11	CC	2258522	Luis Ernesto	Bobadilla	SI					
12	CC	240130	José Noel	Alfonso	SI					
13	CC	17036104	Luis Hernando	Ruiz Castro	SI					
14	CC	17052551	Luis Enrique	Ramos Sochia	SI					
15	CC	17081880	Guillermo	Tamayo Guzman	SI					
16	CC	6088555	Luis Alvaro	Parra	SI					

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARIA 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

Nombre del Responsable:

Fecha: 22-08-2023 P.M.

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Barrio Activo Fortalecimiento Cuidado	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
17	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	SI					
18	CC	8242219.	Julio Cesar	Naranjo Velez	SI					
19	CC	17084350	Roberto	Rincon Rodriguez	SI					
20	CC	17110297	Carlos Julio	Prada Jara	SI					
21	CC	19162921	Luis Alberto	Casallas	SI					
22	CC	17192966	Pedro Pablo	Figueredo Cespedes	SI					
23	CC	4172538	Alberto	Mosquera	SI					
24	CC	19071084	Luis Alfonso	Paez Espinosa.	SI					
25	CC	19470872	Ariel	Alfonso Mendoza	SI					
26	CC	5257868	Hector Aurelio	Pesa Dueñas	SI					
27	CC	19076628	Luis Eduardo	Montaña Cruz	SI					
28	CC	19082759	Salaman	Nonño Hios	SI					
29	CC	19118321	Jose Francisco	Rodriguez Romero	SI					
30	CC	19100020	Luis Augusto	Alborneun	SI					
31	CC	19090638	Luis Alberto	Muria	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:	3 de 4

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

Nombre del Responsable:

Fecha: 22-08-2023 P.M.

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Becas Practicas Envejecimiento Alto-Cuidado	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
32	CC	19105637.	Luis Alberto	Vanegas	SI					
33	CC	19091275	Arturo	Escobar Araque	SI					
34	CC	19281379	Efrain	Lanota Torero	SI					
35	CC	19108829	Gustavo Alonso	Alvarado Contreras	SI					
36	CC	19201796	Antonio	Castaño Quintero	SI					
37	CC	19157543	segundo Anstobulo	Fonseca Acuña	SI					
38	CC	17625009	Jesus Antonio	Galeano Martinez	SI					
39	CC	14266828	Juan Ddnio	Chacon Munevar	SI					
40	CC	19118491	Fernando	Wilches Moreno.	SI					
41	CC	19140337-	German	Fajardo Alfonso	SI					
42	CC	6700701	Alfonso Rodrigo.	Diaz Aparicio	SI					
43	CC	19148562	Jorge Alfredo	Higuera Rojas	SI					
44	CC	19129612	Alberto	Sarabia Castañeda	SI					
45	CC	19132813	Jesus antonio	Vina Mayorga	SI					
46	CC	19138277	Ernesto	Romero	SI					
47	CC	19149065	Ivan	Agudelo Trujillo	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:

Fecha: 22-08-2023 PP

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buenas Practicas Envejecimiento Auto-cuidado	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
48	CC	19197251	Victor Lisandro	Morales Arenas	SI					
49	CC	19179631	Ernesto	Reyes	SI				Ernesto Reyes	
50	CC	396263	Jairo Alberto	Tortes Escobar	SI					
51	CC	52092734	Liliana de Jesus	Julio Fernandez	SI					
52	CC	19234024	José Manuel	Ruje Martinez	SI					
53	CC	19190270	Ernesto	Daza Eslava	SI					
54	CC	19252647	Carlos Arturo	Sanchez Sanchez	SI					
55	CC	16472452	Edilberto	Quiñones Valencia	SI					
56	CC	11303609.	Jaime	Pardomo Acero	SI				JAIME P	
57	CC	83085404	Carlos	Chaparro Aceros	SI					
58	CC	19404039	Luis Eduardo	Gonzalez Sandoval	SI					
59	CC	19227230	Jorge Enrique	Duarte Jimenez	SI					
60	CC	3653804	Jorge Juan	Giraldo Cano	SI					
61	CC	19337747	Luis Eduardo	Lopez Lopez	SI					
62	CC	13252328	Isidro	Ramirez Galvez	SI					

Powered by CamScanner