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: 30 | 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: H I E G I E N E D E L S U E Ñ O L A S B U E N A S P O S T U R A

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Lograr que las personas mayores reconozca su estado de SALUD y mantener una higiene del sueño perfecto y efectivo para nuestra vida asi como su consecuencia tambien reconozcan los habitos 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 cotidiana y mantenerce sano y disminuya el riesgo de padecer enfermedades para mantener mejor resistencia.Es habitual que tambien se utiliza una herramienta para poder desconectar nuestro pensamiento para poder descansar. Dormir en una posicion comoda tambien dormir limpio para mantener una salud adecuada

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. BAÑO GENERAL DEL CUERPO
2. CEPILLARCE LOS DIENTES
3. PILLAMA COMODAS 4.NECESIDADES FISIOLOGICA ANTE DE DORMIR 5.SOÑAR CON ALGO AGRADABLE 6.ORACION 7.ACOSTARCE TRANQUILO

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. Para mejorar la atencion y el estado de animo para mejorar la calidad del sueño y disminur la fatiga, la ira y la frustracion
MOMENTO CENTRAL	En primer momento se iniciará con un pequeño cartel explicando con una PAPEL DE COLORRES 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
MOMENTO FINAL	Al momento final se retroalimenta por medio de charlas y cartel explicando que me debo cuidar todo los dias para mantener una vida de vejes radiante para Mantener el cuerpo y mente SANO y saber dormir en buenas condiciones .

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 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 FUNCIONAMIENTOY SABER QUE EL H I G I E N E D E L S U E Ñ O . de cada uno es importante tener claro al momento de dormir saber mi buena postura y tener buena higiene en todo los aspectos generales .

++

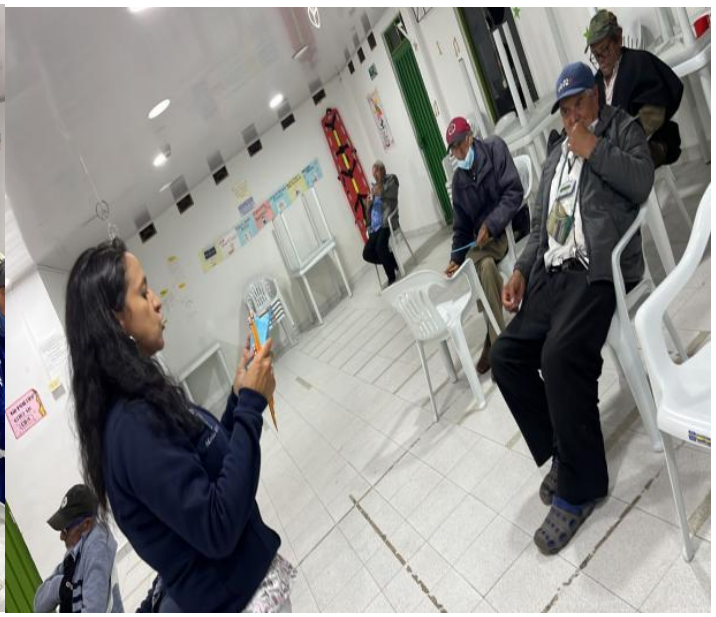
CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA

FECHA: 30/08/2023	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:HIGIENE DEL SUEÑO LAS BUENAS POSTURAS**	**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

Nombre del Responsable: Paola Navarro

Fecha: 30/08/2023 PM

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buenas Practicas de envejecimiento Higiene del sueño	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
1	CC	1245261	ALVARO	VILLAREAL MEJIA	SI					
2	CC	6755358	ISAAC	MUSKERA	SI					
3	CC	5761587	ANIBAL	VANEGAS	SI					
4	CC	41680700	MARIA LUISA	RAMIREZ BOLIVAR	SI					
5	CC	14146741	JOSE ROBERTO	SCHNEIDER SARMIENTO	SI					
6	CC	14223538	VICTOR JULIO	FONSECA BUSTOS	SI					
7	CC	14146770	LUIS ALFREDO	LEAL GONZALEZ	SI					
8	CC	14201000	LUIS ALBERTO	BURGOS CONTRERAS	SI					
9	CC	52092734	VILLANA DE JESUS	LUIS FERNANDEZ	SI					
10	CC	19252647	CARLOS ARTURO	SANCHEZ SANCHEZ	SI					
11	CC	16472452	EDILBERTO	QUIJANO VALENCIA	SI					
12	CC	71303609	JAIME PERDOMO	ACERO	SI					
13	CC	83085404	CARLOS	CHAPARRO ACERO	SI					
14	CC	19404039	LUIS EDUARDO	GONZALEZ SANDOVAL	SI					
15	CC	2258522	LUIS ERNESTO	BOBADILLA	SI					
16	CC	240130	JOSE JOEL	ALFONSO	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

Nombre del Responsable: Paola Navarro

Fecha: 30/08/2023 PM

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buenas Practicas de envejecimiento. Higiene del sueño	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
17	CC	17052554	Luis Enrique	Rojas Sochy	SI					
18	CC	17084880	Guillermo	Jurado Guzman	SI					
19	CC	6088555	Luis Alvaro	Navia	SI					
20	CC	17089945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	SI					
21	CC	82422749	Julio Cesar	Naranjo Velez	SI					
22	CC	17084350	Roberto	Rincon Rodriguez	SI					
23	CC	17710247	Carlos Julio	Prada Lara	SI					
24	CC	19162924	Luis Alberto	Casallas	SI					
25	CC	17192966	Pedro Pablo	Figueredo Cespedes	SI					
26	CC	19077022	Luis Alfonso	Ruiz Espinosa	SI					
27	CC	19470972	Luis Ariel	Alfonso Hendrix	SI					
28	CC	5259368	Hector Mesa	Duran	SI					
29	CC	19076628	Luis Eduardo	Montaño Cruz	SI					
30	CC	4172538	Alberto	Moreno	SI					
31	CC	19082159	Jahnson	Navarro Hoyos	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: Paola Navarro **Fecha:** 30/08/2023 PM

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buenas Practicas de envejecimiento Higiene del sueño	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
32	CC	14178327	Jose Francisco	Rodriguez Romero	SI					
33	CC	14105637	Luis Alberto	Venegas	SI					
34	CC	14041273	Alfero	Escobar Arcila	SI					
35	CC	14100020	Luis Augusto	Albarracin Gutierrez	SI					
36	CC	79291379	Efrain	Lavrota Forero	SI					
37	CC	14108829	Gustavo Alonso	Alvarado Contreras	SI					
38	CC	79207796	Antonio	Castaño Quintero	SI					
39	CC	19154543	Segundo Anstobulo	Fonseca Acuña	SI					
40	CC	17625009	Jesus Antonio	Galeano Martinez	SI					
41	CC	14226828	Juan David	Chacon Menevar	SI					
42	CC	14118491	Fernando	Urriches Moreno	SI					
43	CC	19140337	German	Fajardo Alzate	SI					
44	CC	6xx-704	Alfonso Rodrigo	Diaz Aparicio	SI					
45	CC	14148562	Jorge Alfredo	Higuera Rojas	SI					
46	CC	14129612	Alberto	Zarabia Castellanos	SI					
47	CC	14132813	Jesus Antonio	Villa Munoz	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:** 30/08/2023 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 Hasta leve del sueño	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
48	CC	19738277	Ernesto	Romero	SI					
49	CC	TI1149065	Ivan	Agudelo Trujillo	SI				-	
50	CC	19197251	Victor Hernando	Mendez Arenas	SI				-	
51	CC	396263	Jairo Alberto	Torres Escobar	SI				-	
52	CC	13252328	Isidro	Ramirez Gelvez	SI				-	
53	CC	19227230	Jorge Enrique	Duque Jimenez	SI				-	
54	CC	19337747	Ivo Eduardo	Lopez Lopez	SI				-	
55	CC	19255275	Miguel Antonio	Vivas Castro	SI				-	
56	CC	19239491	Jorge Ernesto	Camargo Castro	SI				-	
57	CC	19262600	Juan	Cifuentes Diaz	SI				-	
58	CC	19323276	Jose Roberto	Gallo Ceballos	SI					
59	CC	19231024	Jose Manuel	Rye Martinez	SI				-	
60	CC	79177999	Miguel Enrique	Sierra Molina	SI					
61	CC	80269046	Manuel Dario	Beltran Barreto	SI					
62	CC	19232370	Jairo Armando	Jaramillo Jaramillo	SI					

Powered by CamScanner