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: 7 | 9 | 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 dio inicio a las actividades semanales de actividad física donde en un primer momento se les da a conocer a las personas mayores los temas a trabajar y los objetivos de las mismas, cada sesión de actividad física se trabaja con intensidades moderadas y rutinas específicas.
MOMENTO CENTRAL	Durante la semana se trabajaron las diferentes capacidades físicas el cual ayudan a fortalecer sus habilidades motrices básicas como son caminar, desplazarse, sentarse, ducharse etc. Se trabajo con aros, cintas, pelotas, el cual ayuda que los ejercicios se ejecuten de manera más específica. La actividad física se realiza en forma de circuito el cual contiene variedad de ejercicios donde las personas mayores escogen cual realizar ya que algunas por sus patologías no pueden ejecutar todos los ejercicios, cada ejercicio ejecutado contiene tiempo de trabajo por tiempo de recuperación. Los jueves de cada semana se realiza salida al parque donde se practican juegos de baloncesto, fut-sala y el uso del parque biosaludable.
MOMENTO FINAL	En este espacio se continúan con las actividades físicas del día donde se habilita la caminadora, elípticas, bicicletas estáticas donde se trabajan ejercicios con mayor intensidad, de igual manera se ejecutan ejercicios de calistenia y respiración.

RECURSOS

Bandas elasticas Aros pelotas	Sonido Parque Balones

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Durante el desarrollo de las actividades se observa que las personas mayores a las que se les dificulta estar de pie, se vincularon de manera mas especifica el cual por medio de los ejercicios han mejorado su movilidad articular y patrones de movimiento de igual manera generan hábitos y estilos de vida saludable, así mismo se logran potenciar capacidades físicas, postura corporal y marcha.

FECHA: 7/09/2023	NOMBRE DE LA ACTIVIDADAD: Actividad fisica	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

Fecha: 07-09-2023 AM

Nombre del Responsable: Leidy Castillos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
	TIPO	NUMERO			LINEA: Fortalecimiento de la autonomia como de decisiones	LINEA: Promocion reconocimiento de derechos mecanismos de participacion	LINEA: Practicas de enfermamiento Actividad Fisica	LINEA: Buen Aprovechamiento Relaciones Interpersonal		
1	CC	19100020	Luis Augusto	Albarracin Bultama	SI	NO	SI	SI		
2	CC	19252647	Carlos Arturo	Sanchez Sanchez	SI	NO	SI	SI		
3	CC	19162921	Luis Alberto	Casallos	SI	SI	SI	SI		
4	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	SI	SI	SI	SI		
5	CC	6155358	ISAAC	HOSTIGUERA	SI	NO	SI	NO	Isaac	
6	CC	17192966	Pedro Pablo	Figueredo Cespedes	SI	SI	SI	NO		
7	CC	19129612	alberto	sanabria castaño	SI	NO	SI	NO		
8	CC	60822555	[illegible]	[illegible]	SI	SI	SI	SI		
9	CC	19148562	Jorge Alfredo	Higuera Bolaños	SI	SI	SI	SI		
10	CC	19118321	Jose Francisco	rodriguez Romero	SI	SI	SI	SI		
11	CC	13252328	Isidro	Gomez Gelvez	SI	SI	SI	NO		
12	CC	19119130	Santiago	moreno	SI	NO	SI	NO		
13	CC	17036104	Luis Hernando	Cruz castro	SI	NO	SI	NO		
14	CC	19201796	antonio	castaño Romero	SI	SI	SI	SI		
15	CC	17081[illegible]	Guillermo	Torrijos Guzman	SI	SI	SI	SI		
16	CC	19076628	Luis eduardo	montaño Cruz	SI	SI	SI	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: Memo12022031105 - 15 /09/2022
Página: 2 de 4

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

Fecha: 07-09-2023 am

Nombre del Responsable: teidy cubillos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
	TIPO	NÚMERO			LINEA: Fortalecimiento de la autonomia toma de decisiones d1 + 2	LINEA: Promoción reconocimiento de derechos mecanismos de participación	LINEA: Buenas practicas del cuidado fisico	LINEA: Buenos hábitos saludables		
17	CC	17625009	JESUS ANTONIO	COLEGIO MARTINEZ	SI	SI	SI	SI		
18	CC	19149065	JUAN	CASTELLO TORRILLO	SI	SI	SI	SI		
19	CC	19214462	CARLOS EDUARDO	TORRES BARRIENTOS	SI	SI	SI	SI		
20	CC	2258522	LUIS ERNESTO	CASTILLO	SI	SI	SI	SI		
21	CC	83085461	CARLOS	CHACON ACEVEDO	SI	SI	SI	NO		
22	CC	79231002	LUIS GUILLERMO	CLAVIJO	SI	NO	SI	NO		
23	CC	3063808	MANUEL HUMBERTO	REYES CASTILLO	SI	SI	SI	SI		
24	CC	19128277	ERNESTO	ROMERO	SI	SI	SI	SI		
25	CC	19245261	ALVARO	VILLAREAL MEDINA	SI	SI	SI	SI		
26	CC	19118491	EDUARDO	CILCHES MARIN	SI	SI	SI	SI		
27	CC	19105637	LUIS ALBERTO	CARREÑO	SI	SI	SI	NO		
28	CC	240130	JOSE RAFAEL	ALFONSO	SI	NO	SI	NO		
29	CC	17084350	ROBERTO	RINCON RODRIGUEZ	SI	SI	SI	SI		
30	CC	17110297	CARLOS JULIO	PRADO LARA	SI	NO	SI	SI		
31	CC	16472452	EDILBERTO	GUEVARA	SI	SI	SI	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 — Fecha: 07-09-2023 am

Nombre del Responsable: Teidy Cubillos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NUMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Fortalecimiento de la corresponsabilidad de decisiones 5 a 2	LINEA: Promoción reconocimiento de derechos mecanismos de participación	LINEA: Buenos hábitos fisicos del envejecimiento actividad Física	LINEA: Buenos hábitos envejecimiento saludable integralidad		
32	CC	19197251	Victor Hisandro	morales avenas	SI	SI	SI	SI		
33	CC	396263	Jairo alberto	torres escobar	SI	NO	SI	SI		
34	CC	41690700	maria luisa	ramirez rojas	SI	SI	SI	SI		
35	CC	19227230	Jorge enrique	duarte gimenez	SI	SI	SI	NO		
36	CC	19140337	German	fajardo alfaro	SI	NO	SI	NO		
37	CC	19131581	Jorge	lara	SI	SI	SI	NO		
38	CC	19470872	ariel	alfonso mendoza	SI	NO	SI	SI		
39	CC	19252215	miguel antonio	ulloa castro	SI	SI	SI	SI		
40	CC	19154543	segundo aristobulo	fonseca acuña	SI	NO	SI	SI		
41	CC	79117949	miguel enrique	olaya molina	SI	SI	SI	NO		
42	CC	5761587	Atilzar	vanegas	SI	SI	SI	NO		
43	CC	19367747	luis eduardo	lopez lopez	SI	NO	SI	SI		
44	CC	19404039	luis eduardo	gonzalez sandoval	SI	NO	SI	SI		
45	CC	19132813	Jesus antonio	villa mayorga	SI	SI	SI	NO		
46	CC	19281379	efrain	lanoro forero	SI	SI	SI	NO		
47	CC	19146710	luis alfredo	cely gonzalez	SI	NO	SI	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: 07-09-2023 am

Nombre del Responsable: Jenny Cubillos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Torale-cimiento de lo cotidiano- rano de desarrollo SFZ	LINEA: Promoción reconocimiento de dere- chos mecanismos de participación	LINEA: Buenas practicas del envejecimiento actividad Física	LINEA: Buenas practicas envejecimiento ruralidad interculturalidad		
48	CC	3049338	Luis Roberto	Florez	SI	NO	SI	SI		
49	CC	19090538	Luis Alberto	Murcia	SI	SI	SI	NO		
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