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:	11	9	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: TECNICA DE RELAJACION

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Lograr que las personas mayores reconozca su estado de SALUD y mantener un equlibrio relajante y efectivo para nuestra vida asi como su consecuencia tambien es inportante reconozcan las enfermedades para el envejecimiento, en la vulneración de ellos y fomentar los cuidados 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

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.RESPIRACION DE PROFUNEDA
2. VISUALIZACIONJ POSITIVA
3.BUENA HIGIENE PERSONAL 4.REALIZANDO SOPAS DE LETRA 5. MEDITACION 6 . SONREIR SIEMPRE

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.
MOMENTO CENTRAL	En primer momento se iniciará con un pequeño cartel explicando con una imagen de una menta positiva el yo que soy importante 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,
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

RECURSOS

papel marcadores - lapiz -colores	sillas mesa CARTELERA DISPOSITIVOS HOJAS

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

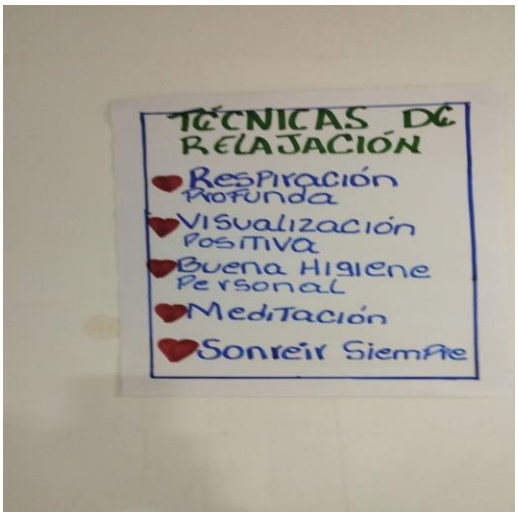
Durante el desarrollo de la actividad se evidencia que las personas mayores de manera progresiva se van adaptando a los conocimientos de cada uno que se ejecutan, donde por medio de ellos mismo en esta sesión logran mejorar su capacidad motora, el cartel nos ayudan a cambiar de pensamiento y mejorar 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.

++

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA

FECHA: 11/09/2023	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** LA RELAJACION	**RESPONSABLE:** MONICA RINCON AUXILIAR DE ENFERMERIA









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: 11-09-2023 PM

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Espacios Prácticos de envejecimiento Temática de relajación	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
1	CC	19245261	Alvaro	Villareal Mejia	Si					
2	CC	6'155358	Isaac	Mosquera	Si					
3	CC	5'761587	Ancizar	Vanegas	Si					
4	CC	19131581	Jorge	Lazo	Si					
5	CC	41680700	Maria Luisa	Ramirez Rojas	Si					
6	CC	19146741	Jose Roberto	Saavedra Sarmiento	Si					
7	CC	19223538	Victor Julio	Fonseca Robayo	Si					
8	CC	19146710	Luis Alfredo	Cely Gonzalez	Si					
9	CC	19201000	Luis Alberto	Bohorquez Castañeda	Si					
10	CC	52092734	Liliana de Jesus	Julio Fernandez	Si					
11	CC	19252647	Carlos Arturo	Sanchez Sanchez	Si					
12	CC	16472452	Edilberto	Quiñones Valencia	Si					
13	CC	11303609	Jaime	Perdomo Acero	Si					
14	CC	83085404	Carlos	Chaparro Aceros	Si					
15	CC	19404039	Luis Eduado	Gonzalez Sandoval	Si					
16	CC	2558522	Luis Ernesto	Bobadilla	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 I09/2022
Página: 2 de 4

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

Nombre del Responsable: Paola Navarro Fecha: 11-09-2023 PM

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Buenas Practicas del Empoderamiento Teorias de relaciones	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
17	CC	240130	Jose Noel	Alfonso	Si					
18	CC	17036104	Luis Hernando	Ruiz Castro	Si					
19	CC	17052551	Luis Enrique	Ramos Socha	Si					
20	CC	17081880	Guillermo	Turriago Guzman	Si					
21	CC	6'088555	Luis Alvaro	Maria	Si					
22	CC	8242219	Julio Cesar	Naranjo Velez	Si					
23	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	Si					
24	CC	17084350	Roberto	Rincon Rodriguez	Si					
25	CC	17110297	Carlos Julio	Prado Lara.	Si					
26	CC	17094910	Gelman	Delgado Bonilla.	Si					
27	CC	19162921	Luis Alberto	Casallas	Si					
28	CC	17142966	Pedro pablo	Figueredo Cespedes	Si					
29	CC	19071084	Luis Alfonso	Paez Espinosa	Si					
30	CC	14170872	Ariel	Alfonso Atencio	Si					
31	CC	5257368	Hector Aurelio	Mesa Duarte	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: 11-09-2023 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 cuidado tecnico Vulnerables	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
32	CC	19076628	Luis Eduardo	Montaña Cruz	Si					
33	CC	19082759	Salomon	Narino Hoo	Si					
34	CC	19118321	Jose Francisco	Rodriguez Romero	Si					
35	CC	19040638	Luis Alberto	Moran	Si					
36	CC	19105637	Luis Alberto	Vanegas	Si					
37	CC	19091275	Arturo	Escobar Arteaga.	Si					
38	CC	19100020	Luis Augusto	Albornoz Quintana	Si					
39	CC	19281379	Efrain	Lairota Forero	Si					
40	CC	19108829	Gustavo Alonso	Arevalo Contreras	Si					
41	CC	19201746	Antonio	Castaño Quintero	Si					
42	CC	19154543	Segundo Aristobulo	Fonseca Acuña	Si					
43	CC	17625009.	Jesus Antonio	Galeano Hernandez	Si					
44	CC	14266826	Juan Duilio	Chacon Moncayo	Si					
45	CC	19184491	Fernando	Wilches Moreno	Si					
46	CC	19140337	Germen	Fajardo Arjona.	Si					
47	CC	6700701	Alfonso Rodrigo	Ortiz Capacho	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: Paola Navarro Fecha: 11-09-2023 PM

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Gestores, Practicas de enfermeria Tecnico de rehabilitacion.	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
48	CC	19148562.	Jorge Alfredo	Higuera Rojas	Si					
49	CC	19129612	Alberto	Sanabria Castañeda	Si					
50	CC	19138277	Ernesto	Romero	Si					
51	CC	19149065	Juan	Agudelo Trujillo	Si					
52	CC	19262600	Juan	Cifuentes Diaz.	Si					
53	CC	19197251	Victor Lisandro	Morales Arenas	Si					
54	CC	296263	Duno Alberto	Tovar Escobar	Si.					
55	CC	1923+021	Jose Manuel	Roje Martinez	Si					
56	CC	12252328	Isidro	Ramirez Velez	Si					
57	CC	1922723 0	Jorge Enrique	Duente Jimenez	Si					
58	CC	3653804	Jorge Juan	Giraldo Cano.	Si					
59	CC	19337747	Luis Eduardo	Lopez Lopez	Si					
60	CC	1923276	Julio Arevalo	Vargas Segura	Si					
61	CC	M255215	Miguel Antonio	Vivas Castro	Si					
62	CC	19279491	Jorge Ernesto	Reymayo Castro	Si					

Powered by CamScanner