

 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
			Página: 1 de 1

Modalidad: Centro de Cuidado Transitorio Día/Noche San José Nazareth	Fecha de ejecución:	3	10	2023
--	---------------------	---	----	------

Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth - Suba	
Eje de Atención: Derechos y Ejercicio de la Ciudadanía	
Línea de Atención: Fortalecimiento de la Autonomía	Profesional a cargo: Johan Sebastián Fandiño T. - Psicólogo
Nombre de la actividad: Mi Cuerpo, Mi Mente, Mi Entorno (S2)	

DESARROLLO DEL TEMA:
OBJETIVO GENERAL:
<p>Lograr que las personas mayores reconozcan su condición de sujetos de derechos, que accedan a la información, las rutas, mecanismos y medios suficientes y necesarios para su exigibilidad; lo que a su vez les permitirá avanzar, fortalecer y cualificar el ejercicio pleno de su ciudadanía.</p>
OBJETIVOS ESPECÍFICOS
1. Promover la aplicación práctica de los diferentes tipos de conciencia. 2. Promover habilidades de autoconciencia. 3. Promover la realización de ejercicios de relajación y de conciencia plena.

METODOLOGÍA	
MOMENTO INICIAL	Se realiza llamado e invitación a las personas mayores de forma verbal para que asistan a la actividad propuesta en el área del salón sensorial. Seguido a esto se les solicita a las personas mayores la ubicación en las colchonetas en posición decubito supino. Se le indica a las personas que retiren sus pertenencias, chaquetas, zapatos. Para las personas que no lo desean que se ubique como se pueda llegar a sentir más cómodo.
MOMENTO CENTRAL	Se indica a las personas mayores que cierren sus ojos, se sugiere que respiren profundamente por la nariz, llenando lentamente los pulmones de aire mientras cuentan hasta cuatro, y luego exhalar lentamente por la boca contando hasta seis. Repite este ciclo de respiración varias veces, enfocándose en la sensación de relajación que acompaña a cada exhalación y aliviando cualquier tensión en el cuerpo. Posterior a esto se realiza ejercicios de estiramiento de los diferentes grupos musculares apoyado en ejercicios de Yoga, resaltando a las personas mayores realizar estos ejercicios con precaución y teniendo en cuenta los límites individuales de cada una de las personas. Posterior a esto se realiza un ejercicio de conciencia plena en donde se le pide a las personas cerrar sus ojos y a partir de la estimulación auditiva promover procesos imaginarios y de relación corporal que ayuden a aliviar el estrés.
MOMENTO FINAL	Se finaliza la actividad con retroalimentación del ejercicio, resaltando la importancia de los procesos de conciencia y recalando la importancia de realizar ejercicios de respiración de forma consciente y realizarlos en diferentes momentos del día. Se agradece la participación de las personas mayores en la actividad.

RECURSOS	
Profesional Psicosocial Salon Sensorial Colchonetas Parlante Computador Incienso	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD
<p>En la ejecución de la actividad se evidencio interés y participación por los asistentes a la actividad. Se busco que las personas aprendieran diferentes estrategias para realizar ejercicios de relación corporal y mental. Se enfoco a que las personas utilicen la respiración como mecanismo principal de relación y de promoción de la conciencia. Las personas mayores expresaron su agradecimiento por la realización de esta actividad y denotaron su interes por continuar realizando ejercicios como este.</p>

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA

FECHA:

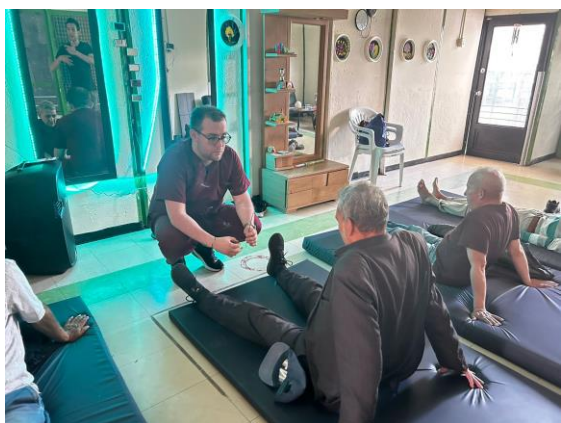
03/10/2023

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Mi Cuerpo, Mi mente, Mi entorno (S2)

RESPONSABLE:

Johan Sebastián
Fandiño - Psicólogo





ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PS-525

Versión: 1

Fecha: Mayo 2023/1105-15

19/11/2022

Página: 1 de 4

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

Fecha: 03-10-2023 am

Nombre del Responsable: Leidy Cubillos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: 101 Mient de la Adonano Mi Cuerpo mi mente mi entorno	ACTIVIDAD 2 LINEA: 101 Mentando habilitando capacitando Alfabetización digital	ACTIVIDAD 3 LINEA: 101 Alfabetización digital	ACTIVIDAD 4 LINEA: 101 Alfabetización digital		
1	CC	19149065	Ivan	Apudelo Trujillo	Si	Si	Si			
2	CC	6155358	Isaac	mosquera	Si	Si	Si			
3	CC	83085404	Carlos	chavarro aceros	Si	Si	Si			
4	CC	19129612	alberto	barabrig castaneda	Si	Si	Si			
5	CC	17625009	Jesús antonio	Galeano morales	Si	Si	Si			
6	CC	6088555	luis Alvaro	Marín.	Si	Si	Si			
7	CC	19.252647	Carlos Arturo	Sanchez Sanchez	Si	Si	Si			
8	CC	10216194	Javier	Salazar estrada	Si	Si	Si			
9	CC	17025492	abraham	Rincon Vela	Si	Si	Si			
10	CC	19223538	Victor Julio	Fonseca robayo	Si	Si	Si			
11	CC	19227230	Jorge enrique	duarte olmencia	Si	Si	Si			
12	CC	19201796	antonio	castaño quintero	Si	Si	Si			
13	CC	17034350	Roberto	Rincon Rodriguez	Si	Si	Si			
14	CC	19118491	Fernando	wilches moreno	Si	Si	Si			
15	CC	35497764	blanca lilia	Fovea	Si	Si	Si			
16	CC	17081880	Guillermo	Turriago Guzman	Si	Si	Si			

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

Fecha:	03-101-2023
--------	-------------

Nombre del Responsable:

Leidy Cobillos

Nombre del Responsable: Jedy Cobillo

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: miente de la economía cuerpo mente entendido	LINEA: mientando habilidades corporales Asistencia digital	LINEA: Asistencia	LINEA: Asistencia		
17	CC	19214462	carlos eduardo	torres garcía	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
18	CC	19105637	luis alberto	variegas	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
19	CC	19138277	ernesto	romero	Si	No	Si		Edy Cobillo	
20	CC	17110297	carlos julio	Prado lara	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
21	CC	4172538	Alberro	mosquera	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
22	CC	396263	Jairo alberto	Torres escobar	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
23	CC	41680700	maria luisa	Romirez Rojas	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
24	CC	19197251	victor lisandro	morales arenos	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
25	CC	19100020	luis augusto	albarracin duitoma	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
26	CC	24030	jose roel	aifonso	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
27	CC	19245261	Alvaro	ullareal media	Si	No	Si		Edy Cobillo	
28	CC	17036104	luis hernando	roiz castro	Si	Si	No		Edy Cobillo	
29	CC	19140337	German	Fajardo alvare	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
30	CC	19470872	arlei	aifonso mendonza	Si	Si	Si		Edy Cobillo	
31	CC	19337747	luis eduardo	lopez loper	Si	No	Si		Edy Cobillo	



ALCALDIA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525

Version: 1

Fecha: Mayo 12/2023 11:05 - 15
09/2022

Página: 3 de 4

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

Fecha: 03-10-2023 am

Nombre del Responsable: Leidy Cubillos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Fortalecimiento de la Autonomía Mi cuerpo y mente mi entorno	ACTIVIDAD 2 LINEA: Movilización y fortalecimiento de capacidades Autoeducación digital	ACTIVIDAD 3 LINEA: Atención a DARES	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
32	CC	41757232	esperanza	Guevara	Si	Si	Si		Esperanza	
33	CC	79117919	miguel	Sierra	Si	Si	No		Miguel	
34	CC	19162921	luis	casallas	Si	Si	Si		casallas	
35	CC	16472452	edilberto	casallas	Si	Si	Si		edilberto	
36	CC	19255215	miguel	luis	Si	No	Si		Miguel	
37	CC	19082759	Salomon	hijos	Si	Si	Si		Salomon	
38	CC	19069945	Carlos	navarrete	Si	Si	Si		Carlos	
39	CC	5761587	Anacay	variegas	Si	No	Si		Anacay	
40	CC	19076628	luis	montaño	Si	Si	No		Luis	
41	CC	19131581	Jorge	lazo	Si	Si	Si		Jorge	
42	CC	17192966	Pedro	figueroa	Si	Si	Si		Pedro	
43	CC	19148562	Jorge	Higuera	Si	Si	Si		Jorge	
44	CC	19154543	Segundo	Rojas	Si	Si	No		Segundo	
45	CC	2258522	Luis	Aristobulo	Si	Si	Si		Luis	
46	CC	19262600	Ernesto	Fonseca	Si	Si	Si		Ernesto	
47	CC	52092734	Juan	Bobadilla	Si	Si	Si		Juan	
			Illiana de	Ofuentes	Si	No	No		Illiana	
			Jesús	Piñaz	Si	No	No		Jesús	



ALCALDIA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525

Versión: 1

Fecha: Memo 12022031105 -15
10/9/2022

Página: 4 de 4

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

Fecha: 03-10-2023 am

Nombre del Responsable: Idaly Ceballos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Fortalecimiento de la autonomía del cuerpo mental en el entorno digital	LINEA: Multiplicando habilidades digitales	LINEA: Articulación de actores	LINEA:		
48	CC	19279491	Jorge Cárter	Camargo Castro	SI	SI	No		JEC	
49	CC	19323276	Jose Roberto	Gallo Ceballos	SI	No	SI			
50	CC	14266828	Juan Dario	Chacón Muñoz	SI	SI	No		JDC	
51	CC									
52	CC									
53	CC									
54	CC									
55	CC									
56	CC									
57	CC									
58	CC									
59	CC									
60	CC									
61	CC									
62	CC									