ACTA

Articulación IDRD

FECHA: Bogotá, 1 de diciembre de 2023
HORA: 9:00 am a 10:00 a.m.
LUGAR: Centro de cuidado transitorio Suba san José Nazareth

ASISTENTES: Instructores IDRD
ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo
2. Actividad física -

DESARROLLO:

Objetivo: realizar rutinas de ejercicios el cual ayudan a generar hábitos y estilos de vida saludable en las personas mayores

Se da inicio a la actividad física del día donde en las sesiones se trabajarán los siguientes ejercicios con bandas elásticas.

1 calentamiento general

2 ejercicios de calistenia

3 trote estático

4 ejercicios de fuerza con bandas en brazo

5 ejercicios de fuerza con bandas con pierna

6 calistenia

Cada ejercicio ejecutado se realizó con aro donde se tiene en cuenta tiempo de trabajo por tiempo de recuperación.

Elaboró:

Yohn Jairo Suarez florez

Educador Físico





01-12-2023

BOGOTÁ | SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para el día

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
YHON ALEXANDER GARCIA	INSTRUCTOR	IDRD	
MANUEL CRUZ OCAMPO	INSTRUCTOR	IDRD	
IVAN ESCAMILLA	ENTRENADOR FISICO	FDC CIUDADELA	

Anexos:

Elaboró: IVAN FLOREZ

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: 1 de 4

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

Fecha: 01 - 12 - 2023 am

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: Habilidades Capacidades Articulación IDRD Actividad Física	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
1	CC	5761587	Anizar	Vanegas	Si					
2	CC	19223538	Victor Julio	Fonseca Robayo	Si					
3	CC	6155358	Isaac	Masquera	Si					
4	CC	83085404	Carlos	Chaparro Aceips	Si					
5	CC	19149065	Ivan	Agudelo Trujillo	Si					
6	CC	11302658	Jose Antonio	Mendez Lizcano	Si					
7	CC	17036104	Luis Mariano	Ruz Castro	Si					
8	CC	41757232	Ana esperanza	Bolaños Jimenez	Si					
9	CC	19479612	Alberto	Sanchez Castañeda	Si					
10	CC	4776037	Osvaldo	Collazos Gomez	Si					
11	CC	19076628	Luis Eduardo	Montaña	Si					
12	CC	17084316	Victor Julio	Segura	Si					
3	CC	19118321	Jose Francisco	Rodriguez Romero	Si					
4	CC	17084350	Roberto	Rincon Rodriguez	Si					
	CC	19252647	Carlos Mario	Sanchez Sanchez	Si					
	CC	17045923	Misael	Cobos Gonzalez	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

Fecha: 01-12-2023 AM

Nombre del Responsable: Rivera Mauricio

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
	TIPO	NÚMERO			LINEA: Habilidades Articulación Fisica	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
17	CC	19201796	Antonio	Castaño Quintero	Si					
18	CC	14266828	Juan Pablo	Chacon Narvaez	Si					
19	CC	19-100020	Luis Alfredo	Albarracin Buitrago	Si					
20	CC	5248158	Jose Patricio	Paz	Si					
21	CC	17091890	Guillermo	Arriagada Guzman	Si					
22	CC	91138277	Ernesto	Romero	Si					
23	CC	17625009	Jesus Antonio	Galeano Martinez	Si					
24	CC	19204000	Luis Alberto	Betancourt Castañeda	Si					
25	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Ruiz	Si					
26	CC	19281979	Efrain	Ramirez Fiero	Si					
27	CC	79113949	Miguel Enrique	Sierra Molina	Si					
28	CC	19744462	Carlos Eduardo	Torres Barrientos	Si					
29	CC	82422219	Julio Cesar	Narvaez Velez	Si					
30	CC	4172538	Alberto	Mosquera	Si					
31	CC	17170297	Carlos Julio	Prada Ruiz	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:** 01-12-2023 AM

Nombre del Responsable: Ruby Ramirez

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Habilidades Capacidades Articulación DRD Actividad Físico	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
32	CC	19-162927	Luis Alberto	Caballero	Si					
33	CC	16432452	Guillberto	Guevara Valencia	Si					
34	CC	19255215	Miguel Antonio	Vivas Castro	Si					
35	CC	19827754	Jaime	Alvarado Hilo	Si					
36	CC	35497764	Blanca Lilia	Forero	Si				Blanca Forero	
37	CC	2258522	Luis Ernesto	Bobadilla	Si					
38	CC	19148562	Jorge Alfredo	Higuera Rojas	Si					
39	CC	19705637	Luis Alberto	Venegas	Si					
40	CC	240130	Jose Abel	Alfonso	Si					
41	CC	93-19233	Oziel	Ortega Ruiz	Si					
42	CC	19447672	Abel	Alfonso Herrera	Si					
43	CC	11624754	Angela	Rivas Merlin	Si					
44	CC	1413584	Jorge	Leon	Si					
45	CC	3049558	Luis Roberto	Flores	Si					
46	CC	19-140337	German	Fernando Alfaro	Si					
47	CC	19279491	Jorge Ernesto	Camargo Castro	Si				- FCC	

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: 01-12-2023 9M

Nombre del Responsable: Paola Navarro

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Valoración Habilidades Capacidades Articulación IDRD Actividad Físico	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
48	CC	1026196194	Jhon	Zabala Estrada	Si					
49	CC	5257388	Hector Aurelio	Mesa Bueno	Si					
50	CC	19404034	Luis Eduardo	Gonzalez Sandoval	Si					
51	CC	457952	Henry	Rodriguez	Si					
52	CC	79129386	Severiano	Rocha Lozano	Si					
53	CC	19262600	Juan	Cifuentes Diaz	Si					
54	CC	17668727	Marcolino	Cifuentes Ramirez	Si					
55	CC	19058381	Fabio Ernesto	Perdomo Delgado	Si					
56	CC	14.982108	Juan Dario	Ortegon	Si					
57	CC	79.337747	Luis Eduardo	Lopez Lopez	Si					
58	CC	3653804	Jorge Juan	Giraldo Cano	Si					
59	CC	19323276	Jose Roberto	Gallo	Si					
60	CC	17.109410	German	Delgado Bonilla	Si					
61	CC									
62	CC									

Powered by CamScanner