ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Pagina: 1 de 1

Fecha de ejecución:	23	4	2024	

Unidad Operativa:	Centro de cuidado transitorio San José Nazareth - Suba		
Componente de Atención:	ESTILO DE VIDA SALUDABLE		
Línea de Atención:	BUENAS PRACTICAS DEL ENVEJECIMIENTO	Profesional a cargo:	AIDE LOPEZ- ENFERMERA
Nombre de la actividad:	AUTOCUIDADO		

OBJETIVO GENERAL

Consejos de autocuidado sobre el mantenimiento de rutinas para activar el cerebro a partir de varios aspectos fundamentales como lo son el autocuidado mental, emocional, físico mediante el establecimiento de hábitos que hagan fortalecer su vida partiendo de varias actividades psicomotrices

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. **A través** de actividades cotidianas mejorar la calidad de vida de las personas mayores creando un mejor estilo de vida y
2. Crear independencia y funcioncionalidad en la persona mayor mediante rutinas diarias que ayuden a mantener un desarrollo y equilibrio en su entorno
3. Establecer límites las relaciones de las personas mayores, buscar el apoyo de personas cercanas y mantener una comunicación abierta y honesta.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Siendo las 20:00pm en el momento de la cena se invita cordialmente a las personas mayores del centro a participar de manera asertiva en una charla sobre el autocuidado emocional específicamente teniendo en cuenta que es para su beneficio en la vida diaria e indicándoles que pueden hacer preguntas sobre el tema en cuestión
MOMENTO CENTRAL	La importancia del autocuidado radica principalmente en que los cuidados que tiene cada persona sobre sí misma van a tener una **repercusión positiva en su estado de salud**. Por otro lado, el autocuidado permite a cada persona contar con la autonomía y el control sobre su cuerpo, teniendo la capacidad de tomar decisiones que considere le aportan vitalidad y tranquilidad. Se le explican ciertos puntos a favor para su crecimiento emocional Y Se les indica los beneficios que se tiene al realizar el ejercicio
MOMENTO FINAL	De esta manera se dan por terminadas las actividades de la noche a cargo del área de salud y se invita a los usuarios a descansar en sus habitaciones

Sillas y mesas tapabocas	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

En general, la actividad se desarrolló con completa normalidad, se lograron alcanzar los objetivos se evidencia una gran participación y gusto por el tema se invita a desarrollar la practica independientemente

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA

FECHA: 23-04-2024	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** **AUTOCUIDADO EMOCIONAL**	**RESPONSABLE:** AIDE LOPEZ – ENFERMERA









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: ADRIANA LOPEZ MARTIN

Fecha: 23-04-24 PM

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
	TIPO	NÚMERO			LINEA: Buena Psicrea en velecimiento. salud mental	LINEA: estilo vida saludable. Autocuidado.	LINEA:	LINEA:		
1	CC	19131581	JORGE	LAZO	SI	SI				
2	CC	17036104	LUIS HERNANDO	RUIZ CASTRO	SI	SI				
3	CC	17110949	TIBERIO	LOPEZ	SI	NO				
4	CC	5 761 587	ANCIZAR	VANEGAS	SI	SI				
5	CC	6155358	ISAAC	HOSQUERA	SI	SI				
6	CC	2258922	Luis Ernesto	Bobadilla	SI	NO				
7	CC	17000746	Gustavo	Reinoso	SI	SI				
8	CC	17045923	Misael	Cobos Gonzalez	SI	SI				
9	CC	240130	Jose Noel	Alfonso	SI	SI				
10	CC	4776037	Oswaldo	Collazos Gomez	SI	NO				
11	CC	5248158	Jose Francisco	Paz	SI	SI				
12	CC	17081880	Guillermo	Turriago Guzmán	SI	SI				
13	CC	17064424	Jaime	Valbuena Sanmiguel	SI	SI				
14	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	SI	NO				
15	CC	8242219	Julio Cesar	Naranjo Velez	SI	SI				
16	CC	17084316	Victor Julio	Segura	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: 2 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba — Fecha: 23.04.24 PM

Nombre del Responsable: ADRIANA LOPEZ MARTIN

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Buenas Practicas del envejecimiento. salud mental	ACTIVIDAD 2 LINEA: Estilo vida saludable. Autocuidado.	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
17	CC	17084350	Roberto	Rincon Rodriguez	SI	SI				
18	CC	2909611	Ramon Alfonso	Escobar Dueñas	SI	NO				
19	CC	17127584	Gerardo	Perez Medina	SI	SI				
20	CC	17110297	Carlos Julio	Prada Lara	SI	NO				
21	CC	17146469	Pedro	Aguirre Herrera	SI	SI				
22	CC	17148406	Luis Tomas	Cruz Laverde	SI	NO				
23	CC	19162921	Luis Alberto	Casallas	SI	NO				
24	CC	19038279	Julio Cesar	Munar Linares	SI	SI				
25	CC	17196899	Rafael Antonio	Vargas Hernandez	SI	SI				
26	CC	17192966	Pedro Pablo	Figueredo Cespedes	SI	SI				
27	CC	4172538	Alberto	Mosquera	SI	NO				
28	CC	19071084	Luis Alfonso	Paez Espinosa	SI	SI				
29	CC	19470872	Ariel Alfonso	Mendoza	SI	SI				
30	CC	41680700	Maria Luisa	Ramirez Rojas	SI	SI				
31	CC	41596846	Flor Estella	Diaz Casas	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:** 23·04·21 PM.

Nombre del Responsable: ADRIANA LOPEZ MARTIN

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Buenas Practicas del envejecimiento. salud mental	ACTIVIDAD 2 LINEA: Estilo vida saludable. Autocuidado.	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
32	CC	52092734	Liliana De Jesus	Julio Fernandez	SI	NO				
33	CC	41757232	Ana Esperanza	Tocevara Jamaca	SI	SI				
34	CC	51080425	Julia Hdena	Rebolledo Ramirez	SI	SI				
35	CC	51856136	Martha Susana	Davila	SI	NO				
36	CC	19245261	Alvaro	Villareal Mejía	SI	SI				
37	CC	11303609	Jaime	Perdomo Acero	SI	NO				
38	CC	19129612	Alberto	Sanabria Castañeda	SI	SI				
39	CC	19146741	JOSE ROBERTO	SABUESA	SI	SI				
40	CC	19223538	VICTOR JULIO	FONSECA	SI	NO				
41	CC	3117525	PEDRO JULIO	SANCHEZ	SI	SI				
42	CC	19201000	LUIS ALBERTO	BOHORQUEZ	SI	SI				
43	CC	19252647	CARLOS JULIO	SANCHEZ SANCHEZ	SI	SI				
44	CC	19262600	JUAN	CIFUENTES DIAZ	SI	NO				
45	CC	10083218	HUMBERTO	RUEDA	SI	SI				
46	CC	83085404	CARLOS	CHAPARRO ACERO	SI	SI				
47	CC	12302858	JOSE ANTONIO	HARLQUEZ	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: Memo I2022031105 -15 /09/2022
Página: 4 de 4

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

Fecha: 23.04.24 PM

Nombre del Responsable: ADRIANA LOPEZ MARTIN

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. saud mental.	LINEA: Estilo de vida Saudable Autocuida-do.	LINEA:	LINEA:		
48	CC	93 119233	OTONIEL	ORTEGON RUIZ	SI	SI				
49	CC	16472452	EDILBERTO	QUINTERO VALENCIA	SI	NO				
50	CC	1082241170	HERNAN ENRIQUE	RAMOS VILLAR	SI	SI			NO FIRMA	MANIFIESTA QUE NO SABE ESCRIBIR
51	CC	11337016	MARCO ANTONIO	OLAYA LOPEZ	SI	SI				
52	CC	5580988	JOSE JOAQUIN	LIZARAZO	SI	NO			LIZARAZO	
53	CC	5257368	HECTOR AURELIO	MESA DUEÑAS	SI	SI				
54	CC	19474490	EDILBERTO	BERGANO CUITACO	SI	SI				
55	CC	19075317	NEBERTO	BARON RUEDA	SI	SI				
56	CC	19082759	SALOMON	NARINO MOS	SI	NO				
57	CC	19105637	LUIS ALBERTO	VANEGAS	SI	SI				
58	CC	19090638	LUIS ALBERTO	MURCIA	SI	SI				
59	CC	10216194	JAVIER	SALAZAR	SI	SI				
60	CC	19100020	LUIS AUGUSTO	AL BARRACIN	SI	NO				
61	CC	19108829	GUSTAVO ALONSO	ALVARADO	SI	SI				
62	CC	19201796	ANTONIO	CASTAÑO	SI	NO				

Powered by CamScanner