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	5	2024	

Unidad Operativa:	Centro de cuidado transitorio San José Nazareth - Suba		
Componente de Atención:	Estilo de vida saludable		
Línea de Atención:	Transformación de imaginarios	Profesional a cargo:	Cristhian Vasquez- Auxiliar de enfermería
Nombre de la actividad:	Relajación		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Mantener en las personas mayores del centro cuidado transitorio una adecuado autocuidado antes de ir a dormir. Tomando en cuentas las necesidades básicas e inquietudes que los atañe en el día a día.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1 Fortalecer los conocimientos de los tips del autocuidado en las personas mayores
2 Realizar de manera práctica claridad sobre sus prendas de vestir y lo que genera en la autoestima
3 Sensibilizar a las personas mayores para que mantengan de manera activa y diaria los tips de autocuidado con el fin de lograr los objetivos.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se invita a las personas mayores a participar en la actividad educativa sobre la relajación, iniciando con rompehielos a modo: si recuerdan cómo y cuáles son los tips para relajarse antes de dormir. participan de manera activa expresando los conocimientos previos y a su vez generan empatía ante los compañeros que no logran cumplir con la higiene mayor por falta de movilidad sin dejar a un lado lo que puede enfrentar dia a dia bajo estres.
MOMENTO CENTRAL	Durante la charla, se muestra un video como material de apoyo hablando de conceptos, complicaciones, ventajas y desventajas. Se fortalece técnica adecuada para la relajación, explicando que el baño ayuda a relajar los musculos y tiene otros beneficios cognitivos y autoestima. Se conversa un poco sobre el buen uso de las herramientas ofrecidas por el centro y como puede ser beneficioso para el dia a dia. Se realiza estiramiento del tren superior e inferior con el fin de generar conocimientos para autorelajarse
MOMENTO FINAL	Finaliza la charla con unos compromisos puntales tales como: bañarse todos los dias, disminuir la ingesta de bebidas negras, hacer ejercicios diarios, comer sano.

RECURSOS

Mesas	Sillas Tv

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

haciendo enfasis en las solicitudes de los usuarios en la convocatoria, se realiza charla con material de apoyo generando inquietudes y claridades de preguntas y herramientas mal implementadas en el dia a dia.
Se deja acentuado el apoyo que tienen con nosotros para cualquier asesoria para un equilibrio fisico y mental.

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA

FECHA:	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	RESPONSABLE:
23/05/2024	Relajación	Cristhian Vasquez









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: 23·05·2024 PM

Nombre del Responsable: Paula Gonzalez

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Participación y redes Identificación y fortalecimiento de redes	ACTIVIDAD 2 LINEA: Transformación de imaginarios relación	ACTIVIDAD 3 LINEA: Aprovechamiento y resignificación del agua	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
1	CC	19131581	JORGE	LAZO	Si	Si	Si			
2	CC	17036104	Luis Hernando	Ruiz Castro	Si	NO	NO			
3	CC	17110949	Tiberio	Lopez	Si	No	Si			
4	CC	17127584	Gerardo	Perez Medina	Si	Si	Si			
5	CC	5761587	Ancizar	Vanegas	Si	Si	Si			
6	CC	6155358	Isaac	Mosquera	Si	NO	Si			
7	CC	2258522	Luis Ernesto	Bobadilla	Si	Si	Si			
8	CC	17000746	Gustavo	Reinoso	Si	Si	Si			
9	CC	17045923	Miguel	Cobos Gonzalez	Si	NO	Si			
10	CC	240130	Jose Noel	Alfonso	Si	Si	Si			
11	CC	4776037	Osvaldo	Collazos Gomez	Si	NO	Si			
12	CC	5248158	Jose Francisco	Paz	Si	Si	Si			
13	CC	17081880	Guillermo	Torrago Guzman	Si	NO	Si			
14	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	Si	Si	Si			
15	CC	8242219	Julio Cesar	Naranjo Velez	Si	NO	Si			
16	CC	17084316	Victor Julio	Segura	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 12022031105 -15 /09/2022	
Página: 2 de 4	

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba **Fecha:** 23·05·2024 PM

Nombre del Responsable: Paula Gonzalez

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Participacion y Redes Identificacion y fortalecimiento Redes	ACTIVIDAD 2 LINEA: Transformacion de subjetividad Relajacion	ACTIVIDAD 3 LINEA: Aprovechamiento y reutilizacion del agua	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
17	CC	2909611	Ramon Alfonso	Escobar Quevas	Si	NO	Si			
18	CC	17110297	Carlos Julio	Prada Lara	Si	Si	NO			
19	CC	17146469	Pedro	Aguirre Herrera	Si	NO	Si			
20	CC	17148406	Luis Tomas	Cruz Laverde	Si	Si	Si			
21	CC	19162921	Luis Alberto	Casallas	Si	Si	Si			
22	CC	19558279	Julio Cesar	Munar Linares	Si	NO	Si			
23	CC	17196899	Rafael Antonio	Vargas Hernandez	Si	Si	Si			
24	CC	17192966	Pedro Pablo	Figueredo Cespedes	Si	NO	Si			
25	CC	4172538	Alberto	Mosquera	Si	Si	Si			
26	CC	19071084	Luis Alfonso	Ruiz Espinosa	Si	Si	NO			
27	CC	19470872	Ariel	Alfonso Mendoza	Si	NO	NO			
28	CC	41596846	Flor Estela	Diaz Cuevas	Si	Si	Si			
29	CC	52092734	Liliana de Jesus	Julio Fernandez	Si	Si	Si			
30	CC	41757232	Ana Esperanza	Guevara Sumaca	Si	SI	Si			
31	CC	51680425	Julia Elena	Rebolledo Ramirez	Si	NO	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 I2022031195 -15 /03/2022
Página: 3 de 4

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

Fecha: 23·05·2024 PM

Nombre del Responsable: Paula Gonzalez

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
	TIPO	NÚMERO			LINEA: Participación y redes Identificación y fortalecimiento de redes	LINEA: Transformación de imaginarios Relajación	LINEA: Aprovechamiento y reutilización del agua	LINEA:		
32	CC	51856136	Martha Susana	Davila	Si	NO	Si			
33	CC	19245261	Alvaro	Villareal mejia	Si	Si	Si			
34	CC	19129612	Alberto	Sanabria Castaneda	Si	NO	Si			
35	CC	19146741	Jose Roberto	Scavedra Sarmiento	Si	Si	Si			
36	CC	19223538	Victor Julio	Fonseca Robayo	Si	Si	Si			
37	CC	19252647	Carlos Arturo	Sanchez Sanchez	Si	NO	Si			
38	CC	19262600	Juan	Cifuentes Diaz	Si	NO	Si			
39	CC	19201000	Luis Alberto	Bohorquez Castaneda	Si	Si	Si			
40	CC	10083218	Humberto	Rivera Rodriguez	Si	Si	Si			
41	CC	83085404	Carlos	Chaparro Acero	Si	Si	NO			
42	CC	93119233	Otoniel	Ortegon Ruiz	Si	NO	Si			
43	CC	16472452	Edilberto	Quiñones Valencia	Si	Si	Si			
44	CC	1082241170	Hernan Enrique	Ramos Villar	Si	Si	NO		No Firma	
45	CC	11337016	Marco Antonio	Oliva Lopez	Si	Si	Si			
46	CC	5257368	Hector Aurelio	Mesa Duenas	Si	NO	Si			
47	CC	19075317	Nebertulio	Barra Rueda	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: 4 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba — **Fecha:** 23·05·2024 PM

Nombre del Responsable: Paula Gonzalez

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Identificación y redes Identificación y fortalecimiento de vínculos	ACTIVIDAD 2 LINEA: Transformación de imaginarios y relajación.	ACTIVIDAD 3 LINEA: Aprovechamiento y reutilización del agua.	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
48	CC	10216194	Javier	Saluzar Estrada	Si	NO	NO			
49	CC	19082759	Salomon	Narino Rios	Si	Si	NO			
50	CC	19090638	Luis Alberto	Murcia	Si	Si	NO			
51	CC	19105637	Luis Alberto	Vanegas	Si	NO	Si			
52	CC	19100020	Luis Augusto	Alburucin Quituma	Si	Si	Si			
53	CC	19108829	Gustavo Alonso	Alvarado Contreras	Si	Si	Si			
54	CC	19118491	Fernando	Wilches moreno	Si	NO	Si			
55	CC	19201796	Antonio	Castano Quintero	Si	Si	NO			
56	CC	19210200	Luis Felipe	Gonzalez Pinzon	Si	Si	Si			
57	CC	19274491	Jorge Ernesto	Camargo Castro	Si	Si	Si			
58	CC	19117949	Miguel Enrique	Sierra molina	Si	Si	NO			
59	CC	19297838	Humberto	Alfaro Vitacacha	Si	NO	NO			
60	CC	11337726	Carlos Eduardo	Torres Beltrago	Si	Si	Si			
61	CC	17064424	Jaime	Valbuena Sanmiguel	Si	Si	Si			
62	CC	19323286	Jose Roberto	Gallo ceballos	Si	NO	Si			

Powered by CamScanner