ACTA

FECHA: Bogotá, agosto 11 del 2026

HORA: 7:00 a.m.

LUGAR: JARDIN AVESOL

TEMA: PROMOCIÓN DE HABITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE "DESCANSO Y SUEÑO"

ASISTENTES: Familias o Acudientes

DESARROLLO:

1. OBJETIVO

Promover en las familias la importancia de establecer hábitos adecuados de descanso y sueño en los niños y niñas, brindando orientaciones sencillas que favorezcan su bienestar, crecimiento, desarrollo, aprendizaje y estado emocional. Asimismo, fortalecer el acompañamiento familiar en la creación de rutinas saludables que permitan a los niños y las niñas descansar de manera tranquila y reparadora.

2. SOCIALIZACIÓN

Se realizó con las familias la socialización del tema "Promoción de hábitos y estilos de vida saludable: Descanso y sueño", utilizando como apoyo la infografía preparada para orientar y facilitar la comprensión de la información. Durante esta, se conversó sobre la importancia de que los niños y las niñas tengan un descanso adecuado, teniendo en cuenta que dormir bien contribuye a su desarrollo cerebral, fortalece el sistema inmunológico, favorece la concentración, mejora el estado de ánimo y aporta energía para realizar las actividades cotidianas.

Se explicó a las familias que las necesidades de sueño pueden variar de acuerdo con la edad. En este sentido, los niños y niñas de 1 a 2 años requieren aproximadamente entre 11 y 14 horas de sueño al día, incluyendo las siestas, mientras que los niños y niñas de 3 a 5 años necesitan entre 10 y 13 horas diarias, incluyendo también los momentos de descanso durante el día. Se resaltó que cada niño tiene un ritmo particular y que es importante observar sus señales de cansancio y respetar sus necesidades de descanso.

De igual manera, se brindaron algunas recomendaciones para favorecer hábitos saludables de sueño en el hogar. Se invitó a las familias a establecer horarios regulares para dormir y despertar, procurando mantenerlos incluso durante los fines de semana; crear rutinas tranquilas antes de dormir, como el baño, la lectura de cuentos, escuchar una canción o realizar un masaje; evitar el uso de celulares, tabletas y televisión por lo menos una hora antes de acostarse; y preparar un espacio tranquilo, cómodo y con poca luz que facilite el descanso.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

Durante la socialización también se destacó que el descanso no depende únicamente de la cantidad de horas que duerme el niño o la niña, sino de las condiciones y rutinas que acompañan este momento. Por ello, se resaltó la importancia de brindar cariño,

Scanned with CamScanner

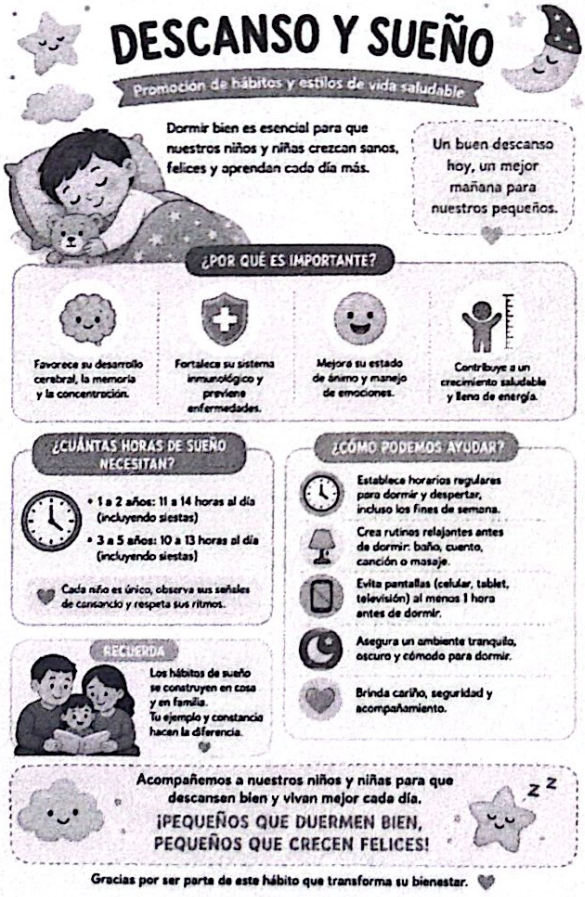
seguridad y acompañamiento, ya que estos elementos ayudan a generar confianza y tranquilidad al momento de dormir. Se recordó a las familias que los hábitos de sueño se construyen principalmente en casa y que el ejemplo, la constancia y el acompañamiento de los adultos son fundamentales.

Finalmente, se invitó a las familias a poner en práctica las recomendaciones compartidas y a acompañar a los niños y las niñas con paciencia y afecto en la construcción de estos hábitos. Se enfatizó que un buen descanso favorece que los pequeños puedan iniciar cada jornada con mayor bienestar, energía y disposición para aprender, jugar, compartir y disfrutar de sus experiencias en el jardín infantil.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA







ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

Scanned with CamScanner

	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 2 Fecha: Mensa l2024018983 - 12/07/2024 Página: 1 de 1

1. Tema: Promocion de habitos saludables "Descanso y Sueño" 2. Lugar o Localidad o Sede: JARDIN AVESOL 3. Fecha y hora: 11-AGOSTO-2026

4. Nombre responsable: Alejandra Rubio - Laura Torres 5. Dependencia responsable:

6. Item	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	LEIDY CAROLINA ORTIZ MERCHAN	CC	1000728081	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3142380210	
2	SANDRA LORENA ROJAS PEÑA	CC	1002458352	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3028414966	Anibal Cristancho
3	JOSE MANUEL COLMENARES	CC	27693892	JARDIN AVESOL	PAPÁ			3044533602	Jose Colmenares
4	LEIDY JOHANNA ALDANA PENAGOS	CC	1023865614	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3209948442	
5	HEIDY JICET NOCUA WILCHES	CC	1030667116	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3106732997	NELSON S
6	LIZETH JOHANNA TORRES CLAVIJO	CC	1023942558	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3155643081	LIZETH TORRES
7	CLAUDIA MILENA NAMPIA PEDROZA	CC	1007507255	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3112053311	
8	LINA ALEJANDRA BONILLA VARON	CC	1006032763	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3125880192	
9	BESAIDA GARABATO BACORIZO	CC	1003691563	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3207872890	Besaida G.
10	LUIS ALFONSO TORRES MUÑOZ	CC	80113356	JARDIN AVESOL	PAPÁ			3105686180	
11	LAURA NICOL MARTINEZ DIAZ	CC	1026563044	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3246234107	
12	BRIGITTE STEFANY LEON GARCIA	CC	1023975089	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3229064576	
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención o la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa activa/otra debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Scanned with CamScanner

	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 2 Fecha: Memo (20240189B3 - 12/07/2024 Página: 1 de 1

1. Tema: Promocion de habitos saludables "Descanso y Sueño" 2. Lugar o Localidad 4 o Sede: JARDIN AVESOL 3. Fecha y hora: 11-AGOSTO-2026

4. Nombre responsable: Alejandra Rubio - Laura Tarres 5. Dependencia responsable:

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	ALEJANDRA QUIROGA	CC	1077970618	JARDIN AVESOL	MAMA		wilcherquirogaleonsofia@gmail.com	3123230201	Alejandra Q.
2	BRIGHIT CAROLINA ROMERO	CC	1005825080	JARDIN AVESOL	MAMA		carolinapamerayti@hotmail.com	3112729430	Carolina R.
3	YURY VERGARA	CC	52735552	JARDIN AVESOL	MAMA		yuryrdta@gmail.com	3212599995	Yury V.
4	ELVIA GRANADOS	CC	1152933890	JARDIN AVESOL	MAMA		elviagranados @gmail.com	3235690337	Elvia Granados
5	SULINGMAR CARABALLO	CC	23516417	JARDIN AVESOL	MAMA		caraballomarianres28@gmail.com	3002030133	Sulismar.
6	JULISSA MORENO MARTINEZ	CC	1082276324	JARDIN AVESOL	MAMA		julimartinezmoreno@gmail.com	3103164755	Julissa M.
7	LEIDY NATALIA VARGAS	CC	1081159041	JARDIN AVESOL	MAMA			3103348299	Natalia V.
8	YOHNEL CRESPO	PPT	6249121	JARDIN AVESOL	PAPA		yohnel@gmail.com	3202026842	
9	NATALY GARNICA	CC	1023967688	JARDIN AVESOL	MAMA		natalygarnica918@gmail.com	3234886473	
10	PAULA ANDREA BAUTISTA	CC	1013600805	JARDIN AVESOL	MAMA		bermeopalahara@gmail.com	3209513766	Nataly Garnica
11	JHULIANNY ELIZABETH ALVARADO SANCHEZ	PPT	6529722	JARDIN AVESOL	MAMA			3113873741	Elizabeth A.
12	CLAUDIA PATRICIA LEON MARTINEZ	CC	1026304112	JARDIN AVESOL	MAMA				c/audia leon.
13	NICOLE SAYMAR GARCIA DALE	CE	31848458	JARDIN AVESOL	MAMA			3118908227	Nicole Garcia
14	ALFONSO CAISAMO CURIAPA	CC	1010133727	JARDIN AVESOL	PAPA			3222665936	Alfonso
15	AURA CAISAMO CURIAPIA	CC	107928028	JARDIN AVESOL	MAMA			3222665936	Aura
16	MIQUELY DANIELA PACHECO ACEVEDO	CE	25668026	JARDIN AVESOL	MAMA			3172487342	
17	ZENAIDA CHAVARRIAGA SANCHEZ	CC	1040759728	JARDIN AVESOL	MAMA			3115461447	
18									
19									
20									

Scanned with CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 2 Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024 Página: 1 de 1

1. Tema: Promocion de habitos saludables "Descanso y Sueño" 2. Lugar o Localidad o Sede: JARDIN AVESOL 3. Fecha y hora: 11-AGOSTO-2026

4. Nombre responsable: Alejandra Rubio - Laura Torres 5. Dependencia responsable:

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	KELY YANIRA TORRES VARGAS	CC	1072492871	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3503361233	KELY Y. TORRES VARGAS
2	LAURA DAYANA GARZON YAYA	CC	1193035291	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3237838713	Laura Yaya.
3	YENI PAOLA BARRERA CALDERON	CC	1023878893	JARDIN AVESOL	MAMÁ		barreracalderony@gmail.com	3134933610	Paola Barrera
4	JULIETH CAMILA SACHICA DALEMAN	CC	1023956953	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3105555207	Camila Sachica
5	IBETH YOHANA CORREA SANTIAGO	CC	1023901322	JARDIN AVESOL	MAMÁ		ibethcorsan_@outlook.com	3506962792	
6	CLAUDIA PATRICIA LEON MARTINEZ	CC	1026304112	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3115089550	Claudia Leon
7	KELLY ZHARICK BARRERA NOVOA	CC	1043441479	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3045312950	Kelly Barrera
8	DENISSE BRIGITTE BAUTISTA VALERO	CC	1000256535	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3107752051	Denisse Bautista.
9	NICOL ALEJANDRA TORRECILLA GUARNE	CC	1064732911	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3123852543	Nicol torrecilla
10	ANGIE LORENA CARDENAS RIOS	CC	1023005148	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3223764812	Lorena Cardenas
11	LEIDY VIVIANA MARTINEZ RAMIREZ	CC	1023893092	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3223076158	Leidy M
12	VIVIANA ANABELLA REYES LAMAS	CC	32092189	JARDIN AVESOL	MAMÁ			3223799081	Viviana Reyes
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Scanned with CamScanner

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FVER-GD-023
Versión: 2
Fecha: Marzo 02 de 2021 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Promoción de hábitos saludables "Descanso y Sueño" 2. Lugar o Localidad o Sede: JARDIN AVESOL 3. Fecha y hora: 11-AGOSTO-2026

4. Nombre responsable: Alejandra Rubio - Laura Torres 5. Dependencia responsable:

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Deryi Centeno Duarte Cano	C.C	1024504977	Jardín Avesol	Mamá			3125440676	
2	Lizd Judid Carrillo Rincón	C.C	1023919206	Jardín Avesol	Mamá			3108781532	
3	Isbeiry Lorene Romero Hernández	C.C	1023959150	Jardín Avesol	Mamá			3242553175	
4	Leidy Johana Castillo Rodriguez	C.C	1018421610	Jardín Avesol	Mamá		Benitezkeyla11@gmail.com	3045490835	
5	Milagros del Carmen Puche Fernández	C.C	7108545	Jardín Avesol	Mamá			3180231576	
6	Derly Julieth Mendez Castiblanco	C.C	1023923568	Jardín Avesol	Mamá		Juliethderly1992@hotmail.com	1023923568	
7	Deisy Yulict Cano Bian	C.C	1013668734	Jardín Avesol	Mamá			3124101501	
8	Maria Cecilia Rivaldo Gómez	C.C	1041779302	Jardín Avesol	Mamá			3165047828	
9	Keiner de Jesús Padilla Vergara	C.C	1003196014	Jardín Avesol	Papá			3241594866	
10	Angela Andrea Cortes Hernández	C.C	39805927	Jardín Avesol	Mamá			3197580449	
11	Blanca Doris Rodriguez Muñoz	C.C	51900909	Jardín Avesol	Acudiente			3124085147	
12	Wendy Julieth Rincon Reyes	C.C	1128225022	Jardín Avesol	Mamá			3150599268	
13	Cinthia Geraldine Rincon Gomez	C.C	1023926588	Jardín Avesol	Mamá			3138284989	
14	Paula Andrea Florez Ortiz	C.C	1003518929	Jardín Avesol	Mamá			3219749534	
15	Brenda Muñoz	C.C	1023860146	Jardín Avesol	Mamá			3142382359	
16	Eliana Rocio Parra Joya	C.C	1023966366	Jardín Avesol	Mamá				
17	Johana Ruiz lozada	C. C	1098649731	Jardín Avesol	Mama			3219285634	
19									
20									

Tratamiento de datos personales "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me doy informado que la Secretaría Distrital de Integración Social - SDIS, en la ampliación del tratamiento de mis datos personales suministrados y podrá ejercitar opiniones a través de canales para los Titulares establecidos en la Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a consultar mis datos suministrados, que son específicos, que afectan mi intimidad o intereses cuando puedan generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para usar los datos personales que suministrados mediante este registro. Entiendo que puedo revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, dicha diligencia a la SDIS a través de mis canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada en presencialidad debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Scanned with CamScanner

	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: PGR-GD-023 Versión: 2 Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024 Página: 1 de 1

1. Tema: Promoción de hábitos saludables "Derrota y Suerte" 2. Lugar o Localidad o Sede: JARDIN AVESOL 3. Fecha y hora: 11-AGOSTO-2026

4. Nombre responsable: Alejandra Rubio - Laura Torres 5. Dependencia responsable:

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	SAIRA LUZ ALVARADO	CC	1006259403	JARDIN AVESOL	MAMA				Saira Luz A.
2	KATERINE ÓRTIZ	CC	1023883387	JARDIN AVESOL	MAMA				Katerine O
3	CLAUDIA MILENA NANPIA	CC	1007507255	JARDIN AVESOL	MAMA				Claudia N.P
4	ALFONSO CAISAMO CUÑAPA	CC	1010133727	JARDIN AVESOL	MAMA				Alfonso Caisamo C.
5	MARILUZ GOMEZ SALGADO	CC	1000617502	JARDIN AVESOL	MAMA				mariluz G.
6	LUISIANA ANAIS CANOVA	CC	PPT 5927602	JARDIN AVESOL	MAMA				Luisiana C.
7	LEINIS LUZ LANDERO CALVO	CC	1049939630	JARDIN AVESOL	MAMA				Leinis Landero
8	YASMIN MORENO	CC	1026259696	JARDIN AVESOL	MAMA				Yasmin Moreno
9	LINA MARCELA RIVERA MENDEZ	CC	1010215688	JARDIN AVESOL	MAMA			3075539973	Lina Marcela Rivera Rodo
10	YIRA ELIZABETH RADA SUAREZ	CC	1143359604	JARDIN AVESOL	MAMA				
11	KELY TORRES VARGAS	CC	1072492871	JARDIN AVESOL	MAMA		ceanoy@gmail.com	3503361233	KELY TORRES VARGAS
12	ELVIA GRANADOS CERVANTES	CC	115933690	JARDIN AVESOL	MAMA				Elvia Rosa G
13	YOCNA SOFIA RINCON BELTRAN	CC	1000623233	JARDIN AVESOL	MAMA				Sofia Rincon
14	DANIELA DIAZ CAJAMARCA	CC	1000469554	JARDIN AVESOL	MAMA		dla-diazcajamarca@gmail.com	3237417222	
15	ERIKA ROCIO QUIÑONES VAQUIRO	CC	1110176083	JARDIN AVESOL	MAMA				Erica Rocio G
16	JENNIFER TORRES CALDERON	CC	29841425	JARDIN AVESOL	MAMA				Jennifer Torres
17	LINA FERNANDA HERRERA	CC	1023922424	JARDIN AVESOL	MAMA		Lyrafernanda1996@Gmail.com	3002802664	Lina Herrera
18	CARLOS ALBERTO CASTRO	CC	3059476273	JARDIN AVESOL	PAPA			3239331227	Dessy Fonseca
19	ANYI ACOSTA LARGO	CC	1023927426	JARDIN AVESOL	MAMA		anni alejandra 1993@gmail.com	3164080924	Anyi Acosta
20	MARIA FERNANDA MUNEVAR	CC	1106897398	JARDIN AVESOL	MAMA				Maria F munavi

Tratamiento de datos personales "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Scanned with CamScanner

	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 2 Fecha: Memo 20240018863 - 12/07/2024 Página: 1 de 1

1. Tema: Promocion de habitos saludables "Descanso y sueño" 2. Lugar o Localidad o Sede : 3. Fecha y hora:

4. Nombre responsable: 5. Dependencia responsable:

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	HEYLEN MARTINEZ RINCON	CC	1120383349	JARDIN AVESOL	MAMA				Heylen Rincon
2	CATERIN GARCIA	CC	1023920290	JARDIN AVESOL	MAMA				Caterin G
3	LEIDY TATIANA GONZALEZ FRAYLE	CC	1023907565	JARDIN AVESOL	MAMA		tatugo513@gmail.com	3003940545	
4	LEYDY MORENO GOMEZ	CC	1028491035	JARDIN AVESOL	MAMA		[illegible]	3194564032	
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de los canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada en pausa activa debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Scanned with CamScanner