**PLAN DE ACTIVIDADES OCIO CUPACIONALES PROYECTO AMOR POR LA SABIDURIA PERIODO ABRIL A DICIEMBRE DE 2023**

**Objetivo general:**

Brindar, promover y mantener calidad de vida y bienestar integral a través de un plan de actividades terapéuticas y teniendo en cuenta las habilidades y destrezas existentes que poseen cada uno de los beneficiarios como las capacidades físicas, mentales, sociales, espirituales, entorno y cada una de sus aptitudes.

**Objetivos específicos:**

- ✓ Mantener el máximo nivel de independencia y autonomía en la ejecución de las actividades de la vida diaria
- ✓ Promover actividades significativas y con propósito a través de talleres ocio ocupacionales, arte y labor terapia.
- ✓ Promover hábitos y estilos de vida saludables con el fin de favorecer actividades de autocuidado, una dieta equilibrada, ejercicio físico y mental.
- ✓ Brindar acompañamiento afectivo e integral entre beneficiario, familia y acompañante
- ✓ Mantener los procesos mentales superiores involucrando memoria, atención y concentración a través de actividades terapéuticas
- ✓ Promover la participación social a través de actividades extramurales que favorezcan las relaciones interpersonales y las habilidades comunicativas y sociales.

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES MENSUALES**

**MES DE ABRIL**

| ACTIVIDAD | OBJETIVO | RECURSOS | FECHA |
|---|---|---|---|
| Talleres ocupacionales | Promover el ocio y tiempo libre productivo a través de actividades lúdico recreativas | **ENTREGA DE MATERIAL KIT DIDÁCTICO** | Lunes 24 y miércoles 26 de abril |
| Acompañamiento afectivo | Charlas psico educativas con el fin de sensibilizar a los beneficiarios y familia rescatando los valores en época religiosa respetando las creencias de las demás personas | Recurso humano Elementos pertinentes | Jueves 27 de abril |
| Estimulación multisensorial | Brindar variedad de estímulos favoreciendo relajación y bienestar en su salud | Recurso humano Elementos pertinentes | Viernes 28 de abril |
| **ACTIVIDAD EXTRAMURAL ECOLÓGICA (SENDEROS POR LA VIDA)** | Promover la participación social mediante actividades enriquecedoras y favorables | Recurso humano Almuerzo Transporte | Lugar: Parque Chapalito Fecha y hora: SABADO 29 de abril 10: 00 AM |

## MES DE MAYO

| ACTIVIDAD | OBJETIVO | RECURSOS | FECHA |
|---|---|---|---|
| Actividad cognitiva | Favorecer los procesos mentales superiores, involucrando atención y concentración | Kit didáctico | Semana del 02 al 05 |
| Manualidad | Promover la expresión artística y creatividad | Elementos reciclables<br>Colbon<br>Temperas<br>Papel seda<br>Lana<br>Silicona | Semana del 08 al 1 |
| Adecuación del entorno inmediato | Promover espacios acogedores mediante el apoyo de tareas básicas diarias | Recurso humano<br>Elementos de apoyo | Semana del 15 al 19 |
| Laborterapia | Promover el ocio productivo mediante actividades significativas | **ENTREGA KIT DE CERÁMICA** | Semana del 23 al 31 |

## MES DE JUNIO

| ACTIVIDAD | OBJETIVO | RECURSOS | FECHA |
|---|---|---|---|
| Charlas psico educativas | Promover vínculos socio afectivos buscando el equilibrio emocional beneficiario y familia | Recurso humano<br>Elementos pertinentes | Semana del 01 al 02 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Actividad de labor terapia | Mantener las capacidades y funciones residuales existentes | **ENTREGA DE KIT MDF**<br>Elementos varios<br>Acrílicos<br>Pinceles<br>Lija<br>laca | Semana del 05 al 09 |
| **ACTIVIDAD EXTRAMURAL (SALIDA CULTURAL MUSEO)** | Favorecer la participación social, las habilidades comunicativas y las relaciones interpersonales | Recurso humano<br>Almuerzo<br>Transporte | Lugar: Casa Taminango)<br>Fecha y hora: jueves 22 de abril 10: 00 AM |
| Actividad multisensorial | Brindar variedad de estímulos con el fin de logar respuestas acordes y positivas | Kit multisensorial<br>Kit de texturas | Semana del 20 al 30 |

**MES DE JULIO**

| ACTIVIDAD | OBJETIVO | RECURSOS | FECHA |
|---|---|---|---|
| Actividad física dirigida y asistida | Favorecer movimientos corporales a través de ejercicios dinámicos | Recurso humano<br>Kit multisensorial | Semana del 04 al 07 |
| Talleres ocupacionales | Favorecer el ocio y tiempo libre mediante actividades ocio ocupacionales | **SEGUNDA ENGTREGA DE MATERIAL KIT DIDÁCTICO** | Semana del 10 al 14 |
| Actividad área cognitiva | Mantenimientos de las capacidades | Kit cognitivo<br>Juegos dinámicos | Semana del 17 al 21 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | existentes mediante actividades con propósito | | |
| Actividad de adecuación del entorno | Apoyo en el arreglo del entorno inmediato, con el fin de dar buen uso y manejo adecuado a los elementos de trabajo | Recurso humano | Semana del 24 al 31 |

## MES DE AGOSTO

| ACTIVIDAD | OBJETIVO | RECURSOS | FECHA |
|---|---|---|---|
| Actividad autocuidado personal | Promover imagen y esquema corporal mediante actividades de embellecimiento | Kit de autocuidado personal | Semana del 01 al 04 |
| Actividades de interés propio | Rescatar los juegos tradicionales y autóctonos de nuestra región | Sapo<br>Trompo<br>Yoyo<br>Cucunuba<br>Poesía | Semana del 08 al 11 |
| **ACTIVIDAD EXTRAMURAL (IMAGEN Y ESQUEMA CORPORAL)** | Celebración festejo del día del adulto mayor | **ENTREGA KIT DE SUDADERA**<br><br>Almuerzo<br>Transporte<br>Grupo musical | Lugar: Fundación amparo San José)<br>Fecha y hora: viernes 18<br>10: 00 AM |
| Actividad del componente motor fino | Entrenamiento terapéutico involucrando movimientos de fuerza, agarres, prensión, pinza fina bidigital y tridigital. | Kit de texturas<br>Kit didáctico<br>Kit fisico | Semana del 22 al 31 |

**MES DE SEPTIEMBRE**

| ACTIVIDAD | OBJETIVO | RECURSOS | FECHA |
|---|---|---|---|
| Manualidad | Promover la creatividad mediante la elaboración de productos significativos | Material reciclable<br>Colbon<br>Tijeras<br>Papel seda y foamy<br>Silicona | Semana del 01 al 08 |
| Imagen y esquema corporal | Fomento de actividades de autocuidado personal | **SEGUNDA ENGTREGA DE KIT DE ASEO E HIGIENE PERSONAL** | Semana del 11 al 15 |
| Estimulación cognitiva | Favorecer procesos mentales superiores involucrando atención y concentración | Kit cognitivo<br>Patron de secuencias<br>Yenga<br>Crucigramas<br>Parques<br>Domino | Semana del 18 al 22 |
| Estimulación física | Promover la ejercitación física mediante actividades con propósito | Kit físico | Semana del 25 al 29 |

**MES DE OCTUBRE**

| ACTIVIDAD | OBJETIVO | RECURSOS | FECHA |
|---|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| Autocuidado personal | Brindar atención integral afianzando niveles de autoestima | Recursos humanos Elementos de apoyo | Semana del 02 al 06 |
| Talleres ocio ocupacionales | Fomento del ocio y tiempo libre a través actividades con propósito | **SEGUNDA ENTREGA DE KIT MDF** | Semana del 09 al 20 |
| **ACTIVIDAD EXTRAMURAL (SALIDA A CINE)** | Promover la participación social mediante la participación activa de cada de uno de los beneficiarios | Espacio significativo Refrigerio Transporte | Lugar: Centro vida o espacio alternativo) Fecha y hora: viernes 20 10: 00 AM |
| Actividad dinámica terapéutica | Promover los procesos atencionales mediante actividades multidinamicas | Kit multisensorial Kit didáctico Kit cognitivo Recurso humano | Semana del 23 al 31 |

**MES DE NOVIEMBRE**

| ACTIVIDAD | OBJETIVO | RECURSOS | FECHA |
|---|---|---|---|
| Arte terapia | Promover las habilidades y destrezas existentes, imaginación y creatividad | **SEGUNDA ENTREGA DE MATERIAL DE CERÁMICA ALUSIVO A NAVIDAD** | Semana del 01 al 10 |
| Estimulación cognitiva | Favorecer la capacidad atencional y de observación a través de actividades de | Kit de texturas Kit cognitivo | Semana del al 14 al 17 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | secuencias dinámicas | | |
| Acompañamiento afectivo | Promover las relaciones interpersonales mejorando la sana y muta convivencia entre beneficiario y familia | Recurso humano<br>Elementos pertinentes | Semana del 20 al 30 |
| Actividad Manualidad | Promover el ocio productivo mediante la elaboración de figuras alusivas navideñas | Material reciclable<br>Colbon<br>Papel<br>Tijeras<br>Silicona | Semana del 25 al 31 |

**MES DE DICIEMBRE**

| ACTIVIDAD | OBJETIVO | RECURSOS | FECHA |
|---|---|---|---|
| Adecuación del entorno vísperas de navidad | Promover el ocio y tiempo libre mediante el apoyo y adecuación del domicilio | Recurso humano | Semana del 01 al 07 |
| Imagen y esquema corporal | Favorecer y afianzar niveles de auto estima mediante actividades significativas | Kit de autocuidado personal<br>Kit de estimulación multisensorial | Semana del 11 al 15 |
| **ACTIVIDAD EXTRAMURAL** | Celebrar fiesta navideña y exposición de manualidades | **ENTREGA DETALLE DE NAVIDAD**<br>Grupo musical<br>Concursos<br>Almuerzo<br>Transporte | Lugar: Fundación Amparo San José)<br>Fecha y hora: jueves 07<br>10: 00 AM |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Manualidad (año viejo) | Rescatar tradiciones emblemáticas en la región mediante la elaboración de muñeco de fin de año | Kit didáctico Material reciclable Ropa sin uso cotidiano | Semana del 18 al 29 |

**RELACIÓN DE MATERIALES Y COSTOS PARA EL PERIODO ABRIL A DICIEMBRE DEL 2023**

| Mes | Recurso | Costo (beneficiario) |
|---|---|---|
| **Abril** | **Material didáctico** (Colores, temperas, lápiz, borrador, Colbon, tijeras punta roma cuadernos, plastilina, resma hoja didáctica, papel seda, papel foamy, rompecabezas, crucigramas, sopa de letras, libro didactico de recortes | **110.000** |
| **Mayo** | **Kit de Cerámica** Elementos varios, acrílicos, juego pinceles, lija laca | **110.000** |
| **Junio** | **Material MDF** Elementos varios, acrílicos, juego de pinceles laca, lija, servilleta decorativa | **110.000** |
| **Julio** | **Segunda entrega de Material didáctico** (Temperas, colbon, cuadernos, plastilina, algodón papel seda, papel foamy, escarcha crucigramas, sopa de letras, libro didactico de recortes. | **110.000** |
| **Agosto** | **Kit deportivo** | **110.000** |

| | | |
|---|---|---|
| | (Sudadera) | |
| **Septiembre** | **Kit de aseo e higiene personal**<br>Jabón corporal, crema de dientes, crema corporal, desodorante, cepillo de dientes, papel higiénico, jabón de ropa, talco para pies y Shampoo | **110.000** |
| **Octubre** | **Segunda entrega de Material MDF**<br>Elementos varios, acrílicos, juego de pinceles laca, lija, servilleta decorativa | **110.000** |
| **Noviembre** | **Segunda entrega de Kit de Cerámica Navideña**<br>Elementos varios, acrílicos, juego pinceles, lija laca | **110.000** |
| **Diciembre** | **Detalle de navidad** | **110.000** |

**COOPARTICIPACION CONVENIO FUNDACION AMPARO SAN JOSE – SECRETARIA DE BIENESTAR SOCIAL**
**PROYECTO AMOR POR LA SABIDURIA**

Teniendo en cuenta el convenio a celebrarse en el marco del desarrollo del "Proyecto de Acompañamiento Asistencial a Personas Mayores: Amor por la Sabiduría", para la vigencia 2023, la Fundación Amparo San José, en aras del cumplimiento de los objetivos establecidos en el mismo, tiene la disposición de aportar dentro de los diferentes Ítems, que componen la propuesta, los siguientes recursos humanos y materiales, de los cuales se adjunta la relación de costos.

| | |
|---|---|
| PERSONAL GESTION LOGISTICA - 1 persona | Realizar limpieza y organización y adecuación de espacios para eventos extramurales |

| | |
|---|---|
| | Organizar eventos Extramurales programados según cronograma. Encargarse de organización de espacio |
| | coordinación de actos culturales y espectáculos, homenajes ,ferias exposiciones |
| | Apoyo en eventos con organización de auditorio, instalación de sonido, video Vean, computador para reunión de equipo |
| PERSONAL NUTRICIONISTA – 1 persona | Realizar la minuta del complemento alimentario según historia clínica de los 85 usuarios |
| | Tener en cuenta las solicitudes de los usuarios para realizar cambios en el complemento alimentario |
| | Realizar orientación según las necesidades al Equipo del proyecto en cuanto a temas de nutrición al adulto mayor |
| PERSONAL DE ENFERMERIA ( Enfermera Jefe) - 1 persona | Conocer la historia clínica de cada usuario |
| | Orientar al equipo acerca de temas según las necesidades que presenten los usuarios |
| | Orientación en hábitos y estilos de vida saludable al equipo |
| | Tamizaje Cardio Vascular |

| | |
|---|---|
| FISIOTERAPEUTA - 2 personas | Capacitación y entrenamiento al personal sobre el manejo adecuado de elementos terapéuticos |
| | Jornada de limpieza facial |
| | Jornada de relajación muscular |
| TERAPIA OCUPACIONAL – 1 persona | Capacitación al adulto mayor en relación a las actividades básicas diarias |
| | Actividad lúdico recreativa (Bingo Social) |
| | Viejoteca( Reminiscencias) |
| CAPELLAN Y COMUNIDAD RELIGIOSA – 2 personas | Realizar acompañamiento religioso y espiritual para los beneficiarios del proyecto que asi los permiten |
| PSICOLOGO – 1 persona | Desarrollar una comunicación asertiva entre cuidador y adul mayor |
| | Sensibilizar sobre la re conceptualización del significado de la vejez |
| | Taller pisco educativo ( Árbol de vida) |
| ACTIVIDAD EXTRAMURAL (MES DE MAYO) | CONCIERTO AMOR POR LA SABIDURIA – HOMENAJE A LAS MADRES:<br>- Serenata con Mariachi<br>- Viejoteca: Grupo Musical<br>- Entrega de Mensajes de felicitación<br>- Almuerzo especial |

| | |
|---|---|
| | - Transporte desde la Residencia del Beneficiario hasta la Fundación |
| ACTIVIDAD EXTRAMURAL (MES DE JULIO) | PASEO EN OCACION DEL DIA MUNDIAL DE LAS PERSONAS MAYORES Y LOS ABUELOS:<br>- Paseo hasta el Centro Recreacional Tranquilandia en el Municipio de Buesaco<br>- Acompañamiento de personal Asistencial de la Fundación para apoyo y supervisión de los Beneficiarios<br>- Contratación de desayuno, almuerzo y refrigerio, en el lugar<br>- Contratación de transporte para 85 Beneficiarios, personal del proyecto (12) y 30 trabajadores asistenciales de la Fundación<br>- Desarrollo de actividades lúdica y de integración en el lugar con los participantes a cargo del personal |

| | |
|---|---|
| | Terapéutico de la Fundación |
| ACTIVIDAD EXTRAMURAL (MES DE SEPTIEMBRE) | PROYECTO COMBINANDO SABERES – ENCUENTRO INTERGENERACIONAL:<br>- Integración de los estudiantes (40) de grado 10º. Del Colegio Comfamiliar de Nariño con los Beneficiarios del Proyecto<br>- Refrigerio<br>- Presentación Inicial<br>- Recopilación Historia de vida<br>- Desarrollo de Juegos Tradicionales: Trompo, Canicas, Cucunuba, Sapo<br>- Almuerzo<br>- Socialización de la experiencia<br>- Marcha Final<br>- Transporte para los Beneficiarios y Estudiantes (Ida y Regreso) y acompañamiento del personal del proyecto |
| ACTIVIDAD EXTRAMURAL (MES DE NOVIEMBRE) | PROYECTO COMBINANDO SABERES SEGUNDO ENCUENTRO INTERGENERACIONAL<br>- Refrigerio |

| | |
|---|---|
| | - Ubicación de los Estudiantes del Grado 10º del Colegio Comfamiliar, con los Beneficiarios, de acuerdo a la organización realizada por los Coordinadores<br>- Intercambio de experiencias vividas por nuestros Abuelos en la Navidad y de cómo se vive hoy, esta época del año en las nuevas generaciones<br>- Almuerzo<br>- Socialización de la Experiencia<br>- Entrega de tarjeta navideña por parte de los Estudiantes a los Beneficiarios del proyecto<br>- Marcha Final<br>- Transporte para los Beneficiarios y Estudiantes (Ida y Regreso) y acompañamiento del personal del proyecto |

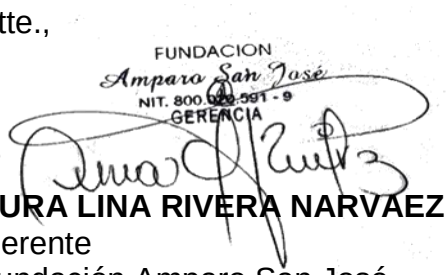
En relación al material de trabajo, la Fundación cuenta con kits físicos que serán dispuestos para el desarrollo de actividades con los Beneficiarios, los cuales están compuestos por Balón de propiocepción, balón de gimnasia, banda elástica, kit de bolas masajeadoras, aros multidinamicos, pesas terapéuticas y material para

estimulación cognitiva, caminadora, bicicletas estáticas, camillas, trampolín asi como los insumos para la desinfección del equipamiento y el espacio.

Para el desarrollo de algunas de las actividades en el domicilio del Beneficiario, por parte del equipo de trabajo de la Fundación, se asume el transporte requerido para su desplazamiento.

Es importante recalcar, que de igual forma la Fundación, cuenta con amplias Instalaciones, las cuales son de propiedad de la Institución, a fin de llevar a cabo algunas actividades extramurales, en cuyo desarrollo se aportará el personal, adicional al mencionado, así como los insumos requeridos para la adecuada limpieza y desinfección acorde con la norma, así como con los protocolos de bioseguridad

Atte.,




**AURA LINA RIVERA NARVAEZ**
Gerente
Fundación Amparo San José