ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. Secretaría Integración Social	**PROCESO: PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **COMPONENTE INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA REGISTRO DE ACTIVIDADES**	FORMATO NO CONTROLADO

1. Identificación de la Unidad Operativa

Modalidad Comedores Comunitarios - Cocinas Populares **Localidad** San Cristóbal

Nº Convenio/Contrato/Vigencia: 9197/2022 **Unidad Operativa:** 113804-010-04 Suramerica

2. Identificación de la Actividad

Nombre de la Actvidad: Envejecimiento activo, digno y feliz-Reconocimiento y autocuidado

Eje de Inclusión Social: Eje 4: Fortalecimiento de capacidades

Acción para la Inclusión Social: Acción 10. Encuentros que promuevan la transformación de imaginarios socioculturales

Fecha: 2/03/2023 **Hora Inicio:** 8:00 a. m. **Hora Fin:** 10:00 a. m. **N° de Participantes** 30

Lugar: salon Comunal Suramerica **Responsable:** Adriana Aldana

Objetivo:

Ejecutar las diferentes formas de movimiento a partir de la imaginación. Exploración de las cualidades en relación con los estímulos sonoros. Memorizar y repetir ciertos esquemas rítmicos y percutidos en la sesión

Metodología (Descripción):

Realizar calentamiento con el sonido de diferentes instrumentos sonoros siguiendo secuencias rítmicas. Comunicar por medio del movimiento de su propio cuerpo y el de los compañeros diferentes sentimientos (alegría, enojo, sorpresa, euforia y tristeza). Coordinar en grupo diferentes movimientos al compás de los instrumentos sonoros. Evaluación de la sesión.

Resultados Obtenidos:

Participacion activa de cada una lecciones propuestas

Observaciones:

Grupo poblacional: 14 años a mas

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. Secretaría Integración Social	**PROCESO: PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **COMPONENTE INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA REGISTRO DE ACTIVIDADES**	FORMATO NO CONTROLADO

1. Identificación de la Unidad Operativa

Modalidad Comedores Comunitarios - Cocinas Populares **Localidad** San Cristóbal

Nº Convenio/Contrato/Vigencia: 9197/2022 **Unidad Operativa:** 113804-010-04 Suramerica

2. Identificación de la Actividad

Nombre de la Actvidad: Redes Sociales y Comunitarias-Reconocimiento territorio

Eje de Inclusión Social: Eje 4: Fortalecimiento de capacidades

Acción para la Inclusión Social: Acción 10. Encuentros que promuevan la transformación de imaginarios socioculturales

Fecha: 4/03/2023 **Hora Inicio:** 10:00 a. m. **Hora Fin:** 11:00 a. m. **N° de Participantes** 30

Lugar: Recorrido Local **Responsable:** Adriana Aldana

Objetivo:

Identificar por medio del Recorrido del territorio - Cartografía de sentidos, percepciones y territorios: con la cual se busca identificar sonidos, olores, sentimientos, vivencias, historias y todos aquellos elementos que resultaran significativos para los participantes.

Metodología (Descripción):

Recorrido - cartográfico con un recorrido por los barrios, con la compañía de los participantes del proyecto 7745, de tal manera que con ellos se hace el reconocimiento de los lugares emblemáticos, históricos presentes en la localidad, además de construir el desarrollo social inmersa de la Localidad de S. Cristobal UPZ 20 de julio y UPZ San Blas.

Resultados Obtenidos:

Retroalimentacion de la cartografia de sentidos, percepcion y territorio.

Observaciones:

Grupo poblacional 27-60 años +

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. Secretaría Integración Social	**PROCESO: PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **COMPONENTE INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA REGISTRO DE ACTIVIDADES**	FORMATO NO CONTROLADO

1. Identificación de la Unidad Operativa

Modalidad Comedores Comunitarios - Cocinas Populares **Localidad** San Cristóbal

Nº Convenio/Contrato/Vigencia: 9197/2022 **Unidad Operativa:** 113804-010-04 Suramerica

2. Identificación de la Actividad

Nombre de la Actvidad: Envejecimiento activo, digno y feliz.-Comunicación asertiva

Eje de Inclusión Social: Eje 4: Fortalecimiento de capacidades

Acción para la Inclusión Social: Acción 10. Encuentros que promuevan la transformación de imaginarios socioculturales

Fecha: 16/03/2023 **Hora Inicio:** 8:00 a. m. **Hora Fin:** 9:00 a. m. **N° de Participantes** 30

Lugar: Salon Comunal Suramerica **Responsable:** Adriana Aldana

Objetivo:

Propiciar espacios de interacción y de comunicación entre los adultos mayores realizando montajes coreográficos, como estrategia artística que permita abordar la solución de conflictos de manera pacífica.

Metodología (Descripción):

Se les preguntará referente a los tipos de baile que conocen y si han practicado alguno. Se les orienta como es la postura y el movimiento del hombre y la mujer según el ritmo musical a través de la demostración del facilitador. Se divide el grupo en dos, a cada uno se le asigna algunos ritmos musicales, los cuales deberán salir a bailar en un tiempo limitado a manera de concurso teniendo en cuenta la explicación; durante la actividad se realizan variantes en la forma de moverse (movimientos de: pierna, brazos, cabeza…) Por último, se desplazarán en forma individual por todo el espacio bailando al ritmo de la música, en el momento que deje de sonar formarán en grupos alguna figura o realizarán algún gesto corporal orientado por el facilitador Actividad- ejercicios de relajación y evaluación- Duración: 15 minutos Descripción: Se colocará un ritmo musical lento para hacer un momento de relajación; sentados en el suelo moverán una parte del cuerpo al ritmo de la música con los ojos cerrados permaneciendo en silencio. Se escuchan algunas sugerencias por parte de los participantes.

Resultados Obtenidos:

Participacion activa de cada una lecciones propuestas

Observaciones:

Grupo poblacional 14 años a mas

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. Secretaría Integración Social	**PROCESO: PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **COMPONENTE INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA REGISTRO DE ACTIVIDADES**	FORMATO NO CONTROLADO

1. Identificación de la Unidad Operativa

Modalidad Comedores Comunitarios - Cocinas Populares **Localidad** San Cristóbal

Nº Convenio/Contrato/Vigencia: 9197/2022 **Unidad Operativa:** 113804-010-04 Suramerica

2. Identificación de la Actividad

Nombre de la Actvidad: Envejecimiento activo, digno y feliz-Expresión corporal

Eje de Inclusión Social: Eje 4: Fortalecimiento de capacidades

Acción para la Inclusión Social: Acción 10. Encuentros que promuevan la transformación de imaginarios socioculturales

Fecha: 16/03/2023 **Hora Inicio:** 8:00 a. m. **Hora Fin:** 9:00 a. m. **N° de Participantes** 30

Lugar: Salon Comunal Suramerica **Responsable:** Adriana Aldana

Objetivo:

Propiciar espacios de interacción y de comunicación entre los adultos mayores realizando montajes coreográficos, como estrategia artística que permita abordar la solución de conflictos de manera pacífica.

Metodología (Descripción):

Se les preguntará referente a los tipos de baile que conocen y si han practicado alguno. Se les orienta como es la postura y el movimiento del hombre y la mujer según el ritmo musical a través de la demostración del facilitador. Se divide el grupo en dos, a cada uno se le asigna algunos ritmos musicales, los cuales deberán salir a bailar en un tiempo limitado a manera de concurso teniendo en cuenta la explicación; durante la actividad se realizan variantes en la forma de moverse (movimientos de: pierna, brazos, cabeza…) Por último, se desplazarán en forma individual por todo el espacio bailando al ritmo de la música, en el momento que deje de sonar formarán en grupos alguna figura o realizarán algún gesto corporal orientado por el facilitador Actividad- ejercicios de relajación y evaluación- Duración: 15 minutos Descripción: Se colocará un ritmo musical lento para hacer un momento de relajación; sentados en el suelo moverán una parte del cuerpo al ritmo de la música con los ojos cerrados permaneciendo en silencio. Se escuchan algunas sugerencias por parte de los participantes.

Resultados Obtenidos:

Participacion activa de cada una lecciones propuestas

Observaciones:

Grupo poblacional: 14 años a mas

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. Secretaría Integración Social	**PROCESO: PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **COMPONENTE INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA REGISTRO DE ACTIVIDADES**	FORMATO NO CONTROLADO

1. Identificación de la Unidad Operativa

Modalidad Comedores Comunitarios - Cocinas Populares **Localidad** San Cristóbal

Nº Convenio/Contrato/Vigencia: 9197/2022 **Unidad Operativa:** 113804-010-04 Suramerica

2. Identificación de la Actividad

Nombre de la Actvidad: Redes Sociales y Comunitarias-Dialogo de Saberes

Eje de Inclusión Social: Eje 4: Fortalecimiento de capacidades

Acción para la Inclusión Social: Acción 10. Encuentros que promuevan la transformación de imaginarios socioculturales

Fecha: 18/03/2023 **Hora Inicio:** 10:00 a. m. **Hora Fin:** 11:00 a. m. **N° de Participantes** 30

Lugar: Recorrido Local **Responsable:** Adriana Aldana

Objetivo:

Recopilar información sobre el conocimiento de la historia de la localidad, en lo que se refiere a la parte cultural, política, religiosa y geográfica. Desarrollar sentido de pertenencia de los participantes a través del conocimiento y valoración de nuestras raíces.

Metodología (Descripción):

Dialogo de saberes: reconstruir la historia de los territorios, conflictos, actores, amenazas y el mapa de sueños (Soliz y Maldonado, 2006).
Construir acuerdos también permiten afianzar los procesos de gobernabilidad, defensa de la autonomía, permanencia y subsistencia para fortalecer los recursos existentes y buscar solución desde los recursos individuales, familiares y comunitarios con una visión participativa y transformadora, en función de mejorar su espacio de vida.

Resultados Obtenidos:

Dialogo de saberes del territorio

Observaciones:

Grupo poblacional 27 a 60+ años

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. Secretaría Integración Social	**PROCESO: PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **COMPONENTE INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO FICHA REGISTRO DE ACTIVIDADES**	FORMATO NO CONTROLADO

1. Identificación de la Unidad Operativa

Modalidad Comedores Comunitarios - Cocinas Populares **Localidad** San Cristóbal

Nº Convenio/Contrato/Vigencia: 9197/2022 **Unidad Operativa:** 113804-010-04 Suramerica

2. Identificación de la Actividad

Nombre de la Actvidad: Redes Sociales y Comunitarias-Memoria Historica

Eje de Inclusión Social: Eje 4: Fortalecimiento de capacidades

Acción para la Inclusión Social: Acción 10. Encuentros que promuevan la transformación de imaginarios socioculturales

Fecha: 25/02/2023 **Hora Inicio:** 10:00 a. m. **Hora Fin:** 11:00 a. m. **N° de Participantes** 30

Lugar: Recorrido Local **Responsable:** Adriana Aldana

Objetivo:

Recolectar información sobre la historia de la localidad de San Cristóbal, en lo que se refiere a la parte geográfica, cultural, política, religiosa y social. Recopilar información sobre el conocimiento de la historia de la localidad, en lo que se refiere a la parte cultural, política, religiosa y geográfica.
Desarrollar sentido de pertenencia de los participantes a través del conocimiento y valoración de nuestras raíces.

Metodología (Descripción):

Mapa temporal-social (de pasado, de presente, de futuro). A través de este se reconocen los acontecimientos que se encuentran en la memoria de una comunidad para comprender el presente y representar el futuro.

Resultados Obtenidos:

Participacion y socializacion de las experiencias

Observaciones:

Grupo poblacional de 27 a 60+ años