PLAN DE TRANSFORMACIÓN DE IMAGINARIOS SOCIOCULTURALES

TITULO DEL PLAN:

RECONSTRUYENDO HISTORIAS

JUSTIFICACION:

Llegar a adulto es un proceso complejo de cambios biológicos y psicológicos de los individuos en interacción continua con la vida social, económica y cultural. La población del comedor comunitario – cocina popular Lourdes en su mayoría población adultos y adultos mayores, unipersonales, con escasas redes de apoyo familiar, en situación de fragilidad socioeconómica dado los bajos ingresos que perciben y las condiciones de salud que presentan. Desde el proyecto 7745: Compromiso por una Alimentación Integral se busca contribuir a la reducción del riesgo de inseguridad alimentaria y fortalecer a través de procesos de inclusión social espacios donde ellos puedan fortalecer lazos familiares y de relación con el otro, reconociendo sus necesidades, limitaciones, cambios, pérdidas, capacidades, oportunidades y fortaleza que permitan tener calidad de vida.

Por ello es importante desde el espacio del comedor comunitario – cocina popular vinculara al 75% de los adultos y adultos mayores en actividades que promuevan la transformación de imaginarios socioculturales desde los diálogos, las reflexiones, los conocimientos y saberes propios de cada persona o grupo, de manera directa o desde la articulación intrainstitucional e interinstitucional que permitan la apropiación de temáticas y la garantía de derechos fundamental. La Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez, busca garantizar las condiciones necesarias para el desarrollo del envejecimiento activo y saludable de una vejez digna, autónoma e independiente en condiciones de igualdad, equidad y no discriminación. Lo anterior, en el marco de la protección de los derechos humanosy bajo el principio de corresponsabilidad individual, familiar y social.

Por lo anterior expuesto desde el eje Acción para la inclusión social, se implementará un plan de transformación de imaginarios socioculturales para las familias- hogares mayores de 57 años y adultos mayores cuyo tema será Envejecimiento activo digno y feliz que incluye el desarrollo de tres (3) sesiones en marcados en la Política pública de envejecimiento y enfocadas adquirir herramientas que permitan ser garantes de derechos y vivir una Vejer digna.

OBJETIVO GENERAL:
sensibilizar desde los imaginarios socioculturales a los adultos mayores de 57 años y a los adultos mayores del servicio del comedor comunitario cocina popular Lourdes sobre la política pública nacional de envejecimiento y vejez. Con el fin de garantizar las condiciones necesarias para el desarrollo del envejecimiento activo, saludable y en condiciones de igualdad.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Incentivar a través de actividades lúdico pedagógica a los adultos mayores de 57 años y adultos mayores participantes del comedor comunitario la importancia de vivir unenvejecimiento saludable cuidando de buena salud y bienestar psicológico.
- Promover espacios que permitan que los adultos mayores de 57años y los adultos mayores del comedor comunitario cocina popular Lourdes expresen sus saberes, experiencias y necesidades.

Con el fin de generar redes que permitan optimizar las oportunidades de bienestar físico, social y mental en busca del reconocimiento de derechos fundamentales.

- Informar sobre los mecanismos de participación y el acceso a servicios que permitan mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores.

DISTRIBUCIÓN DE LA POBLACION SELECCIONADA: Las actividades se realizarán con el 75% de los hogares/familias adultos mayores de 57 años y adultos mayores participantes del Comedor Comunitario – Cocina Popular, correspondiente a 156 hogares familia divididos en seis grupos de 26 adultos y adultos mayores por actividad, donde asistirá un integrante por familia a las 3 sesiones planteadas en el plan.

Grupos Etarios	Total
Entre 1 y 5 años	0
Entre 6 – 12 años	0
Entre 13 – 17 años	0
Entre 18 – 26 años	0
Entre 27 – 59 años	17
De 60 años o más	139

Descripción metodológica: Estas actividades se realizarán de forma presencial, en el comedor comunitario, se utilizarán diferentes metodologías en cada una de las sesiones y temas a trabajar de forma pedagógica con ayudas visuales, sopas de letras, mándalas, música, danza. Se busca que las familias participantes se apropien de las temáticas que serán evidenciadas en una actividad física denominada retornado al parque y plasmada en un video.

GRUPO1

GRUPO POBLACIONAL	TEMA A ABORDAR	NOMBRE DEL GRUPO
Adultos mayores de 60	Envejecimiento activo digno y feliz	Los Ángeles

TEMÁTICA 1
Hablando de salud y Bienestar
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 1
OBJETIVO DE LA SESIÓN 1: Incentivar en la población adultos y adultos mayores la importancia de mantener una buena salud mental, fisca y psicológica.
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 1: A través de un taller lúdico pedagógico se socializará el concepto de <salud mental y Bienestar Psicológico=, como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción con el otro de manera tal que permite a los individuales y colectivos establecer relaciones significativas y en armonía con la comunidad en su día a día. Conceptos para trabajar, Autoestima. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
TEMÁTICA 2
Política Pública de Envejecimiento y Vejez
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 2
OBJETIVO DE LA SESIÓN 2: • sensibilizar a los adultos mayores de 57 años y a los adultos mayores del servicio del comedor comunitario cocina popular Lourdes sobre la política pública nacional de envejecimiento y vejez.
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 2: A través de u n t a l l e r dirigido se socializará los conceptos de. la política pública de envejecimiento y vejez. Promoción y garantía de los derechos de las personas adultas. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
TEMÁTICA 3
Mecanismos de participación y rutas de atención para adultos
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 3
OBJETIVO DE LA SESIÓN 3: • Informar sobre los mecanismos de participación y el acceso a servicios que permitan mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores

METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 3: A través de la construcción de un mándala humano se socializarán los diferentes mecanismos de participación y las rutas de atención de los proyectos que vinculan a la población de adultos mayores en Bogotá. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
PRODUCTO FINAL
Se realizará un evento de actividad física de regreso al parque y será plasmado en un video

CRONOGRAMA			
SESION 1	**SESION 2**	**SESION 3**	**ENTREGA PRODUCTO FINAL**
Semana 1 enero de 2023	Semana 2 enero 2023	Semana 4 enero 2023	Semana 2 del mes de marzo de 2023.

GRUPO 2

GRUPO POBLACIONAL	**TEMA A ABORDAR**	**NOMBRE DEL GRUPO**
Adultos mayores de 60	Envejecimiento activo digno y feliz	Los Aficionados
TEMÁTICA 1		
Hablando de salud y Bienestar		
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 1		
OBJETIVO DE LA SESIÓN 1: Incentivar en la población adultos y adultos mayores la importancia de mantener una buena salud mental, fisca y psicológica.		
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 1: A través de un taller lúdico pedagógico se socializará el concepto de <salud mental y Bienestar Psicológico=, como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción con el otro de manera tal que permite a los individuales y colectivos establecer relaciones significativas y en armonía con la comunidad en su día a día. Conceptos para trabajar, Autoestima. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.		

TEMÁTICA 2
Política Pública de Envejecimiento y Vejez
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 2
OBJETIVO DE LA SESIÓN 2: • sensibilizar a los adultos mayores de 57 años y a los adultos mayores del servicio del comedor comunitario cocina popular Lourdes sobre la política pública nacional de envejecimiento y vejez.
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 2: A través de u n t a l l e r dirigido se socializará los conceptos de. la política pública de envejecimiento y vejez. Promoción y garantía de los derechos de las personas adultas. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
TEMATICA 3
Mecanismos de participación y rutas de atención para adultos
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 3
OBJETIVO DE LA SESIÓN 3: • Informar sobre los mecanismos de participación y el acceso a servicios que permitan mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 3: A través de la construcción de un mándala humano se socializarán los diferentes mecanismos de participación y las rutas de atención de los proyectos que vinculan a la población de adultos mayores en Bogotá. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
PRODUCTO FINAL
Se realizará un evento de actividad física de regreso al parque y será plasmado en un video
CRONOGRAMA

SESION 1	SESION 2	SESION 3	ENTREGA PRODUCTO FINAL
Semana 3 enero de 2023	Semana 3 enero 2023	Semana 4 enero 2023	Semana 2 del mes de marzo de 2023

GRUPO 3

GRUPO POBLACIONAL	TEMA A ABORDAR	NOMBRE DEL GRUPO
Adultos mayores de 60	Envejecimiento activo digno y feliz	El Rincón de la alegría

TEMÁTICA 1
Hablando de salud y Bienestar
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 1
OBJETIVO DE LA SESIÓN 1: Incentivar en la población adultos y adultos mayores la importancia de mantener una buena salud mental, fisca y psicológica.
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 1: A través de un taller lúdico pedagógico se socializará el concepto de <salud mental y Bienestar Psicológico=, como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción con el otro de manera tal que permite a los individuales y colectivos establecer relaciones significativas y en armonía con la comunidad en su día a día. Conceptos para trabajar, Autoestima. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
TEMÁTICA 2
Política Pública de Envejecimiento y Vejez
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 2
OBJETIVO DE LA SESIÓN 2: • sensibilizar a los adultos mayores de 57 años y a los adultos mayores del servicio del comedor comunitario cocina popular Lourdes sobre la política pública nacional de envejecimiento y vejez.
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 2: A través de u n t a l l e r dirigido se socializará los conceptos de. la política pública de envejecimiento y vejez. Promoción y garantía de los derechos de las personas adultas. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
TEMÁTICA 3
Mecanismos de participación y rutas de atención para adultos
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 3
OBJETIVO DE LA SESIÓN 3: • Informar sobre los mecanismos de participación y el acceso a servicios que permitan mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores

METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 3: A través de la construcción de un mándala humano se socializarán los diferentes mecanismos de participación y las rutas de atención de los proyectos que vinculan a la población de adultos mayores en Bogotá. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
PRODUCTO FINAL
Se realizará un evento de actividad física de regreso al parque y será plasmado en un video

CRONOGRAMA			
SESION 1	**SESION 2**	**SESION 3**	**ENTREGA PRODUCTO FINAL**
Semana 4 enero de 2023	Semana 4 enero de 2023	Semana 4 enero de 2023	Semana 2 del mes de marzo de 2023

GRUPO 4

GRUPO POBLACIONAL	**TEMA A ABORDAR**	**NOMBRE DEL GRUPO**
Entre 57 años y adultos mayores de 60	Envejecimiento activo digno y feliz	Corazones amigos

TEMÁTICA 1
Hablando de salud y Bienestar
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 1
OBJETIVO DE LA SESIÓN 1: Incentivar en la población adultos y adultos mayores la importancia de mantener una buena salud mental, fisca y psicológica.
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 1: A través de un taller lúdico pedagógico se socializará el concepto de <salud mental y Bienestar Psicológico=, como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción con el otro de manera tal que permite a los individuales y colectivos establecer relaciones significativas y en armonía con la comunidad en su día a día. Conceptos para trabajar, Autoestima. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
TEMÁTICA 2

Política Pública de Envejecimiento y Vejez

DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 2

OBJETIVO DE LA SESIÓN 2:

- sensibilizar a los adultos mayores de 57 años y a los adultos mayores del servicio del comedor comunitario cocina popular Lourdes sobre la política pública nacional de envejecimiento y vejez.

METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 2:

A través de u n t a l l e r dirigido se socializará los conceptos de. la política pública de envejecimiento y vejez. Promoción y garantía de los derechos de las personas adultas.
Primer momento: presentación de la actividad
Segundo momento: Socialización de la temática
Tercer momento: Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.

TEMÁTICA 3

Mecanismos de participación y rutas de atención para adultos

DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 3

OBJETIVO DE LA SESIÓN 3:

- Informar sobre los mecanismos de participación y el acceso a servicios que permitan mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores

METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 3:

A través de la construcción de un mándala humano se socializarán los diferentes mecanismos de participación y las rutas de atención de los proyectos que vinculan a la población de adultos mayores en Bogotá.
Primer momento: presentación de la actividad
Segundo momento: Socialización de la temática
Tercer momento: Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.

PRODUCTO FINAL

Se realizará un evento de actividad física de regreso al parque y será plasmado en un video

CRONOGRAMA

SESION 1	SESION 2	SESION 3	ENTREGA PRODUCTO FINAL
Semana 1 febrero de 2023	Semana 2 febrero 2023	Semana 4 febrero 2023	Semana 2 del mes de marzo de 2023.

GRUPO 5

GRUPO POBLACIONAL	TEMA A ABORDAR	NOMBRE DEL GRUPO
Entre 57 años y adultos mayores de 60	Envejecimiento activo digno y feliz	Sabios

TEMÁTICA 1
Hablando de salud y Bienestar
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 1
OBJETIVO DE LA SESIÓN 1: Incentivar en la población adultos y adultos mayores la importancia de mantener una buena salud mental, fisca y psicológica.
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 1: A través de un taller lúdico pedagógico se socializará el concepto de <salud mental y Bienestar Psicológico=, como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción con el otro de manera tal que permite a los individuales y colectivos establecer relaciones significativas y en armonía con la comunidad en su día a día. Conceptos para trabajar, Autoestima. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
TEMÁTICA 2
Política Pública de Envejecimiento y Vejez
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 2
OBJETIVO DE LA SESIÓN 2: • sensibilizar a los adultos mayores de 57 años y a los adultos mayores del servicio del comedor comunitario cocina popular Lourdes sobre la política pública nacional de envejecimiento y vejez.
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 2: A través de u n t a l l e r dirigido se socializará los conceptos de. la política pública de envejecimiento y vejez. Promoción y garantía de los derechos de las personas adultas. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
TEMÁTICA 3
Mecanismos de participación y rutas de atención para adultos
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 3
OBJETIVO DE LA SESIÓN 3: • Informar sobre los mecanismos de participación y el acceso a servicios que permitan mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores

METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 3: A través de la construcción de un mándala humano se socializarán los diferentes mecanismos de participación y las rutas de atención de los proyectos que vinculan a la población de adultos mayores en Bogotá. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
PRODUCTO FINAL
Se realizará un evento de actividad física de regreso al parque y será plasmado en un video
CRONOGRAMA

SESION 1	SESION 2	SESION 3	ENTREGA PRODUCTO FINAL
Semana 2 febrero de 2023	Semana 3 febrero 2023	Semana 4 febrero 2023	Semana 2 del mes de marzo de 2023.

GRUPO 6

GRUPO POBLACIONAL	TEMA A ABORDAR	NOMBRE DEL GRUPO
Entre 57 años y adultos mayores de 60	Envejecimiento activo digno y feliz	Los del vecindario

TEMÁTICA 1
Hablando de salud y Bienestar
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 1
OBJETIVO DE LA SESIÓN 1: Incentivar en la población adultos y adultos mayores la importancia de mantener una buena salud mental, fisca y psicológica.
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 1: A través de un taller lúdico pedagógico se socializará el concepto de <salud mental y Bienestar Psicológico=, como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción con el otro de manera tal que permite a los individuales y colectivos establecer relaciones significativas y en armonía con la comunidad en su día a día. Conceptos para trabajar, Autoestima. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
TEMÁTICA 2
Política Pública de Envejecimiento y Vejez

DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 2
OBJETIVO DE LA SESIÓN 2: • sensibilizar a los adultos mayores de 57 años y a los adultos mayores del servicio del comedor comunitario cocina popular Lourdes sobre la política pública nacional de envejecimiento y vejez.
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 2: A través de u n t a l l e r dirigido se socializará los conceptos de. la política pública de envejecimiento y vejez. Promoción y garantía de los derechos de las personas adultas. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
TEMATICA 3
Mecanismos de participación y rutas de atención para adultos
DESCRIPCION DEL DESARROLLO DE LA TEMATICA 3
OBJETIVO DE LA SESIÓN 3: • Informar sobre los mecanismos de participación y el acceso a servicios que permitan mejorar la calidad de vida de las personas adultas mayores
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 3: A través de la construcción de un mándala humano se socializarán los diferentes mecanismos de participación y las rutas de atención de los proyectos que vinculan a la población de adultos mayores en Bogotá. **Primer momento:** presentación de la actividad **Segundo momento:** Socialización de la temática **Tercer momento:** Conclusiones y reflexiones sobre lo aprendido.
PRODUCTO FINAL
Se realizará un evento de actividad física de regreso al parque y será plasmado en un video
CRONOGRAMA

SESION 1	SESION 2	SESION 3	ENTREGA PRODUCTO FINAL
Semana 3 febrero de 2023	Semana 4 febrero 2023	Semana 4 febrero 2023	Semana 2 del mes de marzo de 2023.