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 Página: 1 de 1

Fecha de ejecución:	28	06	2024	
Unidad Operativa:	CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024			
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable			
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento		Profesional a cargo:	Jose Luis Acero Vargas
Nombre de la actividad:	Nutrí -movimiento (Cumbia y nutrición equilibrada).			

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover la importancia de una dieta alimentaria completa, suficiente, adecuada y equilibrada Balanceada acompaña de actividad física regular.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Explicar de manera clara y detallada la importancia de una dieta equilibrada y su impacto en la salud integral de las personas mayores.

Fomentar la integración de la actividad física regular como parte de un estilo de vida saludable y equilibrado.

Identificar los diferentes grupos alimenticios y su papel en una dieta balanceada a través de actividades interactivas y lúdicas.

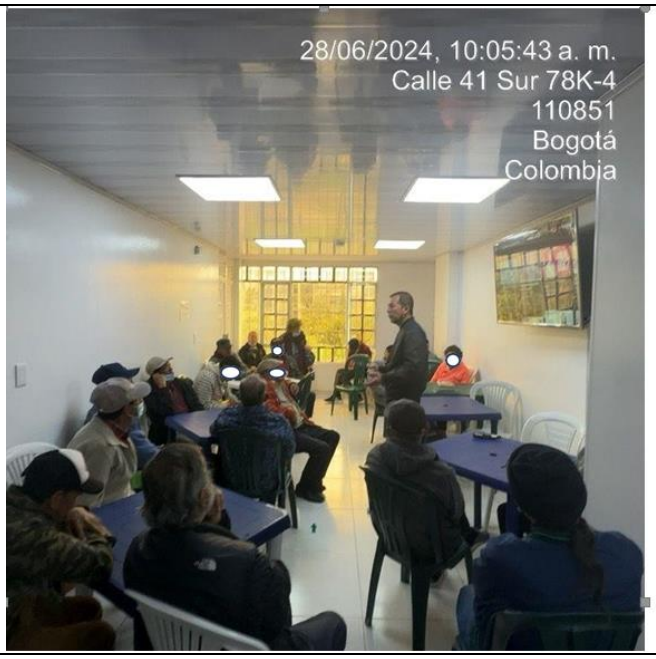
METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se invitó a las personas mayores al área de comedor para iniciar la sesión. Se explicó el objetivo general y específicos de la actividad, enfatizando la importancia de su participación activa en la identificación de sus necesidades y preferencias alimentarias y de estilos de vida saludable. Para facilitar la interacción inicial y hacer que el tema sea accesible, se realizó una lluvia de ideas donde los usuarios manifestaron sus expectativas iniciales sobre los menús y las sesiones de capacitación.
MOMENTO CENTRAL	Se realizo actividad física durante 30 minutos con el ritmo musical cumbia, se prepresentaron detalladamente los principios de una dieta equilibrada y los beneficios de cada grupo de alimentos. Se utilizó material visual, como diapositivas, para hacer la información más accesible y comprensible. Posteriormente, se facilitaron discusiones grupales moderadas para explorar en profundidad los temas de nutrición y estilos de vida saludable de mayor interés para los participantes. Se incentivó a las personas mayores a compartir sus experiencias y conocimientos sobre alimentación saludable, lo que permitió identificar las áreas de mayor interés y las posibles preocupaciones sobre los menús propuestos. Este diálogo directo ayudó a formular una estrategia educativa personalizada que responda a sus necesidades y preferencias específicas.
MOMENTO FINAL	Para concluir la sesión, se llevó a cabo una retroalimentación colectiva donde las personas mayores expresaron sus opiniones y satisfacción respecto a la información presentada y las actividades realizadas. Se enfatizó la importancia de sus aportes en la mejora continua del servicio de alimentación y de las actividades educativas relacionadas con la nutrición y estilos de vida saludable. Como cierre, se agradeció a todos los participantes por su valiosa participación y se les motivó a aplicar los conocimientos adquiridos en su vida diaria. También se anunció que se realizarán próximas sesiones de nutrición, asegurando que todos los asistentes se sintieran informados y comprometidos con su propio bienestar nutricional y general

RECURSOS

MATERIALES : Papel Kraft, marcadores, cinta de papel, sillas, Video Beam	HUMANOS: - Personas Mayores - Profesional Educador Físico - Profesional de Nutrición

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD
Se cumplieron satisfactoriamente los objetivos de la actividad, destacando especialmente la participación activa y entusiasta de las personas mayores. Se logró una comprensión detallada de la importancia de una dieta equilibrada y se identificaron las necesidades y preferencias nutricionales de los participantes

FUDESOL Fundación Social Para el Desarrollo Humano Nit: 900 295 709 -3	**CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024**
FECHA:28/06/2024 RESPONSABLE: Jose Luis Acero Vargas.	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Sabor y salud en las elecciones alimentarias de las personas mayores.**
	
	

	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA CAPACITACIÓN	Código: [illegible] Versión: 0 Fecha: Mesa (2019036890 – 03/05/2019 Página: 1 de 1

FECHA: 28/06/2024	POBLACION OBJETO: PERSONAS MAYORES	SERVICIO SOCIAL: CENTRO TRANSITORIO
TEMA: EC NUTRIMOVIMIENTO	No. PERSONAS CAPACITADAS: 30	TOTAL HORAS:
PROFESIONAL RESPONSABLE: ROBERT RUIZ -JOSE LUIS ACERO	PROFESION Y DEPENDENCIA: EDUCADOR FISICO - NUTRICION	

No	LOCALIDAD	TIPO DOCUMENTO	NUMERO DOCUMENTO	NOMBRE 1	NOMBRE 2	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	EDAD	SEXO F	SEXO M	FIRMA
1	[illegible]	CC	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	81	X		
2	KENNEDY	CC	41520263	Gladys		Carvajal	Prada	74	X		
3	KENNEDY	CC	10069206	Orlando		Duque		74		X	
4	KENNEDY	CC	15300995	Guillermo		Burilla	Hernandez	69		X	
5	[illegible]	CC	[illegible]	Luis	Alberto	Murcia		74		X	
6	KENNEDY	CC	19080199	Eduardo		Carmona	Rodriguez	74		X	
7	KENNEDY	CC	41797143	MARIA	ROSALBA	CASTAÑEDA	GARCIA	72	X		
8	KENNEDY	CC	19278120	Carlos	Abel	Leon	Parra	67		X	
9	KENNEDY	CC	[illegible]	Luis	Alfredo	Cortes	Sierra	66		X	
10	KENNEDY	CC	1082241170	Hernan	Enrique	Ramos	Villar	66		X	
11	KENNEDY	CC	17130958	Jose	Isidro	Ubaque	Urrego	81		X	
12	KENNEDY	CC	4131110	Hector	Leopoldo	Martin	Guerrero	80		X	
13	KENNEDY	CC	[illegible]	Miguel		Española	Alvarez	70		X	
14	KENNEDY	CC	17196751	Jose	Alvaro	Diaz	Hernandez	76		X	
15	KENNEDY	CC	79107633	Edison	Augusto	Naranjo	Martinez	62		X	
16	KENNEDY	CC	17148908	Luis	Maria	Reyes		80		X	
17	KENNEDY	CC	3063809	Manuel	Guillermo	Reyes	Cabrera	69		X	
18	KENNEDY	CC	19234024	Jose	Manuel	Ruje	Martinez	71		X	
19	KENNEDY	CC	9517098	Jose	Escipion	Mesa	Torres	71		X	
20	KENNEDY	CC	19086282	Jorge		Diaz		76		X	
21	KENNEDY	CC	[illegible]	Heriberto		Avila		73		X	
22	KENNEDY	CC	19252947	Carlos	Arturo	Sanchez		69		X	
23	KENNEDY	CC	79252832	Mario	Alfonso	Barajas		64		X	
24	KENNEDY	CC	19342429	Orlando		Chavarro		69		X	
25	KENNEDY	CC	80478184	Javier		Salazar		58		X	
26	KENNEDY	CC	17152066	Amadeo		Rodriguez		78		X	
27	KENNEDY	CC	10217163	Ramiro		Arango		74		X	
28	KENNEDY	CC	17367606	Luis	Hernando	Leyton		77		X	
29	KENNEDY	CC	95458518	Hernan	Eliecer	Marchego		59		X	
30	KENNEDY	CC	19140749	Luis	Manuel	Reyes		76		X	

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual, es un deber y un compromiso de los participantes de la [illegible] no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar, de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013