Nombre Unidad operativa	CENTRO TRANSITORIO CUNDINAMARCA
Coordinación	Yeiny Martinez
Mes de programación	Julio 2024

Actividad	Objetivo	Estimado de Participantes a asistir	Lugar de Actividad	Fecha de Actividad	Recursos	Responsable	Entidades Articuladas
actividad fisica diaria	Mejorar la movilidad y flexibilidad: Mantener y mejorar la capacidad de moverse con facilidad y sin rigidez.	30/50	Bahia	2/07/2024	aros palos balones bandas	Educador fisico	
Anagramas (psicosocial)	Estimular el cerebro promoviendo el pensamiento creativo y el uso flexible del lenguaje., mejorar la memoria y la capacidad de concentración al tener que recordar y manipular mentalmente las letras y palabras.	30/50	salon de actividades	2/07/2024	Cartulina, marcadores	Psicosocial	
Estimulacion Sensorial (Terapia Ocupacional)	Implementar actividades que estimulen habilidades, motoras, cognitivas perceptuales, emocionales y artísticas mediante el uso de habilidades específicas en las personas mayores. - implementar actividades que permitan favorecer la autonomía y desarrollo personal, reflejando experiencias, saberes previos.	30/50	salon de actividades	2/07/2024	Instrumentos, texturas, sonidos.	Terapeuta ocupacional	
Articulación cierre participación Feria Co-creativa. Kabala Teatro	Reconocer económicamente la participación del artista plástico Victor Quintero, persona mayor del centro que participó en el mes de marzo con sus piezas de material reciclado.	1	Coordinación	3/07/2024	Papeleria	Artes	Kabala Teatro
Articulación Colectiva Surcos en la Piel, cierre exposición temporal textil.	Reconocer economicamente el acompañamiento al montaje de la exposición textil que tuvo lugar en la Sala de Creación Autónoma el Viaje en el mes de mayo, en la cual participamos con la arpillera de la memoria realizada con las personas mayores.	3	Coordinación	3/07/2024	Papeleria	Artes	Colectiva Surcos en la Piel
actividad fisica diaria	Fortalecer los músculos: Conservar la fuerza muscular para realizar actividades diarias y prevenir caídas.	30/50	Bahia	3/07/2024	aros palos balones bandas	Educador fisico	
Programacion Neurolinguistica (psicosocial)	Promover una comunicación más efectiva en las relaciones personales, fomentando el autoconocimiento y desarrollo personal, mejorando la capacidad para regular las emociones, reducir el estrés y aumentar el bienestar emocional.	30/50	Multisensorial	3/07/2024	Plastilina, irirs, pegante, colores	Psicosocial	
explorando mis sentidos (Enfermeria)	Fomentar actividades que involucren los cinco sentidos para mantener y mejorar la agudeza sensorial.	30/50	Multisensorial	3/07/2024	Esencias, texturas	Primeros Auxilios	
actividad fisica diaria	Mejorar la salud cardiovascular: Promover la salud del corazón y la circulación sanguínea mediante ejercicios aeróbicos de intensidad moderada.		Bahia	4/07/2024	colchonetas aros palos balones bandas	Educador fisico	
Máscaras (Artes)	Generar procesos creativos que potencien habilidades motoras y creativas alrededor de construcción de piezas plásticas (máscaras y mascarones) dando continuidad al proceso que se ha llevado a cabo anteriormente.	22/50	Comedor	4/07/2024	Material plástico, colbón, papel craf, pinturas, pinceles, engrudo, marcadores, colores, hojas blancas.	Nathaly Prieto (Artista)	
Cine Foro (T.O)	implementar actividades que permitan favorecer la autonomía y desarrollo personal, reflejando experiencias, saberes previos.	30/50	salon de actividades	4/07/2024	TV, Computador, Archivo Multimedia	Terapeuta ocupacional	
actividad fisica diaria	Promover el bienestar mental y emocional: Reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y aumentar la autoestima a través de la actividad física regular.	30/50	Bahia	5/07/2024	aros palos balones bandas	Educador fisico	
Karaoke (Enfermeria)	Crear un ambiente donde las personas puedan reunirse, interactuar y fortalecer relaciones sociales.	30/50	Comedor	5/07/2024	bafle, microfono, televisor	Primeros Auxilios	
Psicosocial (Bingo)	Proveer una actividad divertida y entretenida que puede mejorar el estado de ánimo y reducir el estrés y la ansiedad.	30/50	salon de actividades	5/07/2024	Bingo	Psicosocial	
actividad fisica diaria	: Realizar ejercicios de resistencia como levantamiento de pesas ligeras, uso de bandas elásticas o ejercicios de peso corporal (como sentadillas y flexiones) para mantener la masa muscular y la fuerza, lo que es crucial para la independencia y la funcionalidad diaria.	30/50	Bahia	8/07/2024	aros palos balones bandas	Educador fisico	
volviendo al parque (edu fisico)	promover la salud cardiovascular y emocionalrealizando actividades fisicas y juegos en el parque con el fin de fomentar capacidad fisica	30/50	parque cundinamarca	8/07/2024	Aros, balones	Educador fisico	
memoria (Enfermeria)	Realizar ejercicios específicos que ayuden a fortalecer diferentes tipos de memoria	30/50	comedor	8/07/2024	Sopas de letras, adivinanzas, Juegos	Primeros Auxilios	
actividad fisica diaria	Incrementar la capacidad de movimiento de las articulaciones y músculos	30/50	Bahia	9/07/2024	aros palos balones bandas	Educador fisico	
Destrezas Culturales (Edu Fisico)	promover la memoria y la agilidad mental a traves de actividades como concursos de palabras trivias y resolucion de acertijos para mantener capacidades cognitivas	22/50	Comedor	9/07/2024	tv , mesas , papel	Educador fisico	
Lectura en voz alta (Artes)	Promover las capacidades y habilidades lecto escritoras desde el recurso de la lectura en voz alta, acudiendo a herramientas didácticas como el libro álbum (lectura de palabras e imágenes) para reforzar la capacidad de interpretación simbólica de las personas mayores.	22/50	Comedor	9/07/2024	Libro álbum.	Nathaly Prieto (Artista)	
actividad fisica diaria	promover la mejora de la salud física, mental y emocional, facilitando así la independencia funcional	30/50	Bahia	10/07/2024	aros palos balones bandas	Educador fisico	
Cambio de Roles (T.O)	Implementar actividades que estimulen habilidades, motoras, cognitivas perceptuales, emocionales y artísticas mediante el uso de habilidades específicas en las personas mayores.	30/50	salon de actividades	10/07/2024	materual de papeleria, pelucas.	Terapeuta ocupacional	
El pasado en presente (Psicosocial)	Comprender cómo los eventos y procesos históricos han moldeado el mundo actual, permitiendo una mayor apreciación de las dinámicas sociales, culturales, políticas y económicas que influencian la vida contemporánea.	30/50	Multisensorial	10/07/2024	Computador	Psicosocial	
actividad fisica diaria	promover la mejora de la salud física, mental y emocional, facilitando así la independencia funcional	30/50	Bahia	11/07/2024	aros palos balones bandas	Educador fisico	
Nutrición con conciencia (Nutri)	Promover el conocimiento y la comprensión de la nutrición a través de principios científicos, fomentando hábitos alimenticios saludables y conscientes en los participantes	30/50	Comedor	11/07/2024	Papel, recortes, lapices	Nutrición	
Yoga (Edu Fisico)	Promover el envejecimiento activo y saludable: A través de la práctica regular de yoga, fomentar un estilo de vida activo que contribuya a mantener la salud física, mental y emocional	30/50	Bahia	11/07/2024	colchonetas bafle luces	Educador fisico	
Dibujo (Artes)	Desarrollar espacios de encuentro desde el lenguaje del dibujo como artilugio que posibilite el reconocimiento de la otredad por medio de la gráfica y la escucha atenta desde el silecio y la observación detallada.	20/50	Comedor	12/07/2024	Papel, colores, lapíces de grafito. borradores, tajalapiz.	Nathaly Prieto (Artista)	
La ruleta del conocimiento	Fomentar el aprendizaje interactivo y el refuerzo de conocimientos en un entorno lúdico y dinámico, promoviendo la participación activa de las personas mayores, estimulando la memoria y el pensamiento crítico	30/50	Comedor	12/07/2024	Cartón catulina, fichas de colores	Psicosocial	
Firma Coordinadora							