ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR.PSS.570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 - 13/05/2022 Página: 1 de 2

1 Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Servicio integral de bienestar y cuidado para personas mayores/ comunidad de cuidado

1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: Centro de Comunidad de Cuidado Caminos de Vida

1.2 Localidad: FUSAGASUGA,CHINAUTA CUNDINAMARCA

2 Linea: CUERPO Y MENTE

2.1 Fecha de Ejecución:

4	10	2023	al	30	10	2023

2.2 Nombre del encuentro: EJERCITATE SIN LIMITES

2.3 Acompañante social a cargo de la digitación: NANCY ADRIANA PLAZAS FISIOTERAPEUTA TATIANA MURCIA EDUCADORA FISICA

3 DESARROLLO

3.1 OBJETIVO GENERAL

Generar un programa fisioterapéutico que garantice actividades grupales a la poblacion de personas mayores de la comunidad de cuidado caminos de vida como caminemos juntos, rumbaterapia, atevete y ejercitate con los debidos protocolos de bioseguridad con el fin de mantener fuciones osteomusculares, neuromusculares y disminuir el impacto del desacondicionamiento fisico por inmivilizacion prolongada garantizando su calidad de vida,

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1 optimizar desempeño muscular, postura equilibrio coordinacion propiocepcion y marcha atraves de las actividades motoras con el fin de promover independencia
2 fortalecer marcha y equilibrio atraves de las actividades grupales como caminatas, rumbaterapia y gimnacia pasiva
3 vincular a las personas mayores a las actividades propuestas con el fin de prevenir la emfermedad y promover estilos de vida saludable

3.3. METODOLOGIA

3.3.1 MOMENTO

En primera instancia se realiza desinfeccion de los elementos que se utilizaran en la actividad terapeutica, se acondiciona el lugar donde se va a desarrollar la actividad y se vinculan las personas mayores en el area establecida y se garantiza el cumplimiento de los lineamientos establecidos en el protocolo de bioseguridad Se desarrolla satisfactoriamente la actividad propuesta, sin presentar novedades o complicaciones

3.3.2 MOMENTO CENTRAL

El presente mes las actividades grupales se llevaron acabo para los días 4-6-10-11-12-17-18-20-23-25-30 de octubre 2023 en los diferentes escenarios con el objetivo de promover el habito del ejecicio, sencibilizar sobre la importancia y los beneficios del mismo como matener capacicades de relajacion, reducir el riesgo de hipertencion y enfemedades cardivasculares, ademas disminuir la dificultad cardiopulmonar involucrar al programa ejercitate sin limites a las personas mayores en cual se realizan actividades fisicas grupales en diferentes areas del centro y cumpliendo asi con lo programado en el programa

3.3.3 MOMENTO

se continua actividades como gimnacia pasiva , rumbaterapia, caminatas ecologicas largas, rutinas de estiramiento con balon de bobad

3.4 RECURSOS

balon de bobad	Personas mayores, fisioterapeuta, tallerista, auxiliar de enfermeria y educadora fisica
bastones	
colchonetas	
aros	
parlante	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

En esta actividad se integran personas mayores realizando actividad terapeutica logrando a cabalidad lo planteado donde se observa la participacion activa de las personas mayores en todos los ejercicios cineticos y mecanicos propuestos

* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

LUZ CAMACHO
Persona mayor CC 41456478

MARIA HELENA BARRERA POVEDA
Persona mayor CC 53905885

GILMA GONZALEZ RAMIREZ
Persona mayor CC 53906239

RAUL ARMANDO MARTINEZ MORENO
Coordinador

Fecha de evaluación del encuentro: 4-6-10-11-12-17-18-20-23-25-30 de octubre 2023

Nombre del profesional que evalúa: NANCY ADRIANA PLAZAS Nancy Plazas TATIANA MURCIA

Powered by CamScanner

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

ACTIVIDAD: EJERCITA SIN LIMITES
LINEA: CUERPO Y MENTE
FECHA: 4-6-10-11-12-17-18-20-23-25-30 DE OCTUBRE 2023

4 de octubre 2023









6 de octubre 2023










6 oct. 2023 9:56:44 a. m.
Calle Los Ocobos
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca


6 oct. 2023 10:30:14 a. m.
Calle Los Ocobos
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca

10 DE OCTUBRE









11 octubre 2023







12 DE OCTUBRE 2023



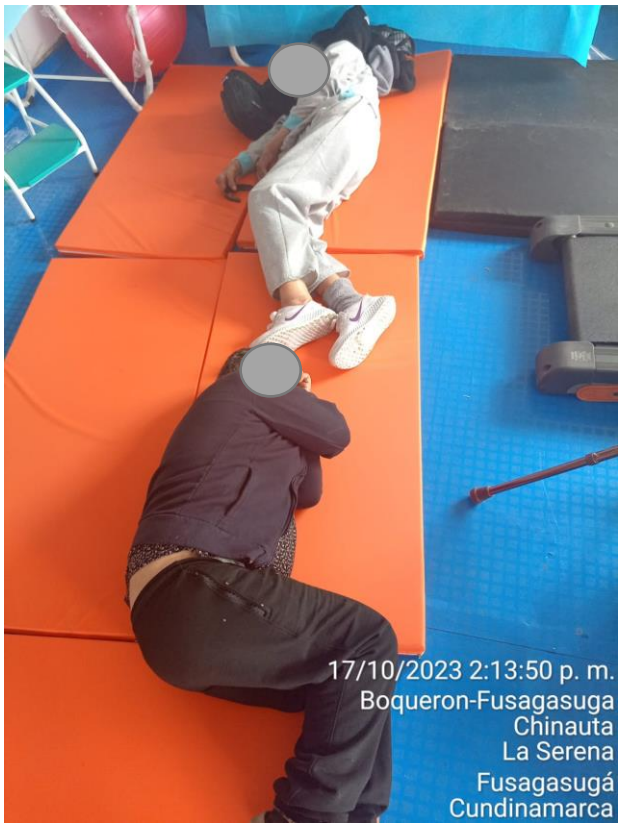



12/10/2023 9:23:44 a. m.


12/10/2023 9:36:46 a. m.
Boqueron-Fusagasuga
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca

17 de octubre de 2023





18 de octubre de 2023









20 de octubre del 2023










20 oct. 2023 9:59:31 a. m.
Calle Los Ocobos
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca


20 oct. 2023 9:27:31 a. m.
Calle Los Ocobos
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca

23 de octubre 2023









25 de 0ctubre del 2023








25 oct. 2023 9:33:48 a. m.
Calle Los Ocobos
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca


25 oct. 2023 9:41:05 a. m.
Calle Los Ocobos
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca


25 oct. 2023 9:41:16 a. m.
Calle Los Ocobos
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca


25 oct. 2023 9:44:58 a. m.
Calle Los Ocobos
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca

30 de octubre 2023










30 oct. 2023 9:48:51 a. m.
Calle Los Ocobos
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca