ACTA N° 616

FECHA: Bogotá, 30 de octubre 2024

HORA: **8:00 am**

LUGAR: **CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA**

TEMA: Salida lúdico recreativa (humedal córdoba)

ASISTENTES: Yeiny Martínez (coordinadora) Laura Burgos (Trabajadora social) Sthefania Bolívar (psicóloga) Andrés Guerrero (edu físico) Vanessa Barrantes (nutricionista) María Abril (aux cocina) Sonia Martínez (Aux enfermería) personas mayores

ORDEN DEL DÍA:

1. Salida del centro
2. Llegada al humedal
3. Actividades en el humedal
4. Llegada al centro

DESARROLLO:

La actividad comienza a las 6:00 a.m. con el desayuno para las 25 personas mayores que Asistieron a la salida, por parte del equipo de talento humano asistió la coordinadora del Centro, la nutricionista, 3 profesionales, 1 auxiliar de cocina, 1 auxiliar de servicios generales,1 auxiliar de enfermería y 1 facilitador para un total de 9 personas del talento humano. Luego, se procede a la organización de sus pertenencias en los lockers asignados y a la toma de Signos vitales de los participantes para la salida lúdico-recreativa. Después, se firma la planilla de asistencia y se reúnen en el comedor para recibir recomendaciones para la salida. A cada persona se le entrega una escarapela con su nombre, cédula, EPS, tipo de sangre y teléfonos de contacto en caso de pérdida en el parque. A las 8:00 a.m., el equipo profesional prepara a las personas mayores para

abordar el bus y se cargan alimentos en envases adecuados para su transporte. A las 9:00 a.m. llegamos al parque al humedal córdoba.
El ingreso al parque es liderado por la funcionaria del acueducto quien nos brinda Recomendaciones generales y divide el grupo en dos subgrupos para poder realizar el recorrido de manera más personalizada.

Se da inicio al recorrido observando los espejos de agua, el humedal hoy cuenta con importantes espejos de agua aislados de la presencia humana, en donde la fauna acuática tiene la posibilidad de habitar y reproducirse. Muchos de estos espejos están ubicados en las dos zonas fuente del humedal, protegidos por el bosque y con agua de mejor calidad. Allí se encuentra la flora y fauna más representativa del humedal y es donde, usualmente, se pueden observar las aves acuáticas migratorias y residentes.

• A lo largo del recorrido se puede observar de toda la Avifauna presente en el humedal de igual manera la guía nos muestra que la mayor riqueza del humedal de Córdoba son sus aves, cuenta con un registro de más de 140 especies 33 de las cuales son migratorias boreales y 2 son australes; el resto son residentes de la zona Andina y aves que se desplazan por diferentes climas y ecosistemas en el territorio colombiano, como el caso de la Tingua azul, los Pisingos, el Ibis, el Bichofue, entre otras. muchas de las especies que habitan el humedal de Córdoba y en general en los humedales, son fáciles de apreciar. Así sucede con la mayoría de las aves acuáticas, las cuales siempre están en los espejos de agua buscando alimento, descansando o defendiendo su territorio, sólo se requiere un buen mirador para observarlas en su hábitat natural y fotografiarlas.

El recorrido finaliza con una detallada observación de la amplia variedad de plantas que habitan en el humedal. Durante esta etapa, se destaca no solo la diversidad de especies vegetales, sino también su rol fundamental en el equilibrio y funcionamiento de los ecosistemas que coexisten en este entorno. Cada planta cumple funciones esenciales, ya sea regulando la calidad del agua, proporcionando alimento y refugio a diversas especies animales, o contribuyendo a la captura de carbono. A través de esta experiencia, se puede comprender mejor la interdependencia entre las plantas y los otros seres vivos, y la importancia de preservar estos ecosistemas para el bienestar del medio ambiente y de las futuras generaciones.
A la 1:00 p.m., se prepara a las personas mayores para el almuerzo. Los profesionales Ayudan a distribuir el almuerzo y se les concede tiempo para descansar.
El recorrido por el parque finaliza con tiempo en el mirador principal con el fin de que las Personas mayores disfruten de los juegos tradicionales como el parqués, ajedrez, rana, lazo. A las 2:30 p.m., se ofrece el refrigerio a las personas mayores. A las 3:30 p.m., se acomodan en el bus y se dispone el regreso al centro de cuidado transitorio.

Actividades intramurales:

Para las personas que debido a diferentes factores o deciden no ir a la salida estos serán ubicados en el salón multifuncional en donde se realizara una adecuación del espacio y teniendo en cuenta sus características de fragilidad y su baja tolerancia se realizarán las siguientes actividades apoyadas por el equipo profesional que se quede en el centro.

• **Diseño del Mural:** Con las personas mayores se elige un tema relacionado con la naturaleza (bosques, océanos, vida salvaje, etc.) y diseñar una sección del mural.
* **Creación del Mural:** Se usará el papel grande como base y comienza a pintar las secciones. Se anima a las personas mayores a utilizar diferentes técnicas (pintura, collage, texturas con elementos naturales). Incorporación de Elementos Naturales: Se implementarán diferentes formas que representen nuestros entornos naturales como espejos de agua, bosques, ríos entre otros elementos que podamos encontrar en nuestros ecosistemas. Una vez que las pinturas estén secas, los participantes pueden añadir recortes de revistas y elementos naturales para enriquecer el mural.
*** Reflexión y Presentación:** Al finalizar, cada grupo presento su sección y explico por qué eligieron ese tema. Junto con el profesional se realizó una reflexión sobre cómo cada uno puede contribuir a la conservación de la naturaleza.

- **Cine foro (El renacido)**

Objetivo: Reflexionar sobre la relación entre el ser humano y la naturaleza a través
De películas que abordan este tema.
Paso 1: Selección de la Película
Elige una película que explore la naturaleza y su impacto en el ser humano
“The Revenant” (El renacido)
Paso 2:
• Visualización: se programó la proyección de la película. Se prepara el espacio destinado a la realización de la película.
• Guía de Preguntas: se prepararon las preguntas para la discusión posterior. Por Ejemplo: ¿Qué mensaje crees que transmite la película sobre la naturaleza?
¿Cómo afecta la relación del protagonista con la naturaleza a su desarrollo
Personal? ¿Qué escenas les impactaron más y por qué?
Paso 3: Proyección
• Se organizó un espacio cómodo para ver la película, con asientos adecuados y buenos Calidad de proyección.
Paso 4: Discusión
Después de la proyección, se reunieron a los participantes para discutir. Utiliza las Preguntas preparadas como guía de inicio de la discusión con la finalidad de que las personas mayores analizaran los temas inmersos en la película.

Compromisos:

Tiempos de Comida	Menú	Hora
Desayuno	Capuchino	5:30 -6:00 AM
	Huevos con maíz	
	Tostada integral	
	Compota de fresa	
Nueves	Yogurt de frutas	10:00 - 10:30 AM
	Cereal	
Almuerzo	Pollo desmechado en salsa bechamel	12:30 - 1:30 PM
	Pan blando	
	Cebolla grille y lechuga en trozos con maíz	
	Paquetes de plátano	
	Jugo de caja	
Bebida caliente	Tinto	2:00 PM
Onces	leche UHT	3:00- 3:30 PM
	Repollitos	
	Banano bocadillo	
Cena	Espaguetis	6:45 PM – 7:00 PM
	Ensalada de tomate, lechuga y cebolla cabezona	
	Papa en chupe	
	Sopa de ahuyama	
	Jugo de piña	
	Espaguetis	

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA: N/A
Anexos: registro fotográfico, listado de asistencia.

Elaboró: Laura Burgos

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Sthefania Bolivar	Psicologa	Cct Cundinamca	Sthefania Bolivar
Andres Guerrero	Edu Fisico	CCT Cundinamarca	
Dayany Rojas	Facilitadora	CCT Cundinamaca	Dayany R
Vanessa Barrantes	Nutricionista	CCT Cundinamca	Vanessa B
Maria Abril	Aux Cocina	CCT Cundinamaca.	
Yeiny Martinez	Coordinadora	CCT Cundinamca	
Laura Burgos	T. Social	CCT Cundinamca	
Aristobulo Rico	Persona Mayor	CCT Cundinamca	ART
Yhorida Lorena	S.G.	CCT CUNDINAMARCA	
Javier Pena	Persona Mayor	CCT Cundinaca	
Antonio Restrepo	Persona Mayor	CCT Cundinaca	
Rosalia Paz	Persona Mayor	CCT Cundinaca	

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Arsenio Sierra	persona Mayor	CCT Cundinamca	No firma
Hernando Arias	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Jaime Valbuena	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Jorge Trujillo	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Jose Montenegro	Persona Mayor	CCT Cundinamca	
Irene Bejarano	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Martha Manrique	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Jose paz	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Luis Sandoval	Persona Mayor	CCT Cundinamca	
Luis Varela	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Luis Vera	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Francisco Rodriguez	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Jose Torrijos	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Henry Zambrano	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Francisco Silebi	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Jesus Arnildo	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Jose Matallana	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Jaime Cortes	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Albeiro Zapata	persona Mayor	CCT Cundinamca	albeiro
Alejandrino Valencia	persona Mayor	CCT Cundinamca	
Maria Lozano	persona Mayor	CCT Cundinamca	

Responsable: Equipo interdisciplinario	Nombre de la actividad:
Fecha: 30 de octubre 2024	Salida lúdico recreativa
	
	

Responsable: Equipo interdisciplinario	Nombre de la actividad:
Fecha: 30 de octubre 2024	Actividades intramurales
	
	

Responsable: Equipo interdisciplinario	Nombre de la actividad:
Fecha: 30 de octubre 2024	Salida lúdico recreativa
	
	