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:	01	10	2024	
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Samper Mendoza			
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable			
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento	Profesional a cargo:	Alba Barrera	
Nombre de la actividad:	Viva la salud mental (actividades orientadas a estimulación cognitiva)			

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover estilos y hábitos de vida saludable en las personas mayores, a través de acciones concretas de promoción y prevención, enfocadas a propiciar una calidad de vida en todas sus dimensiones, biológicas, cognitivas, afectivas y mentales a partir de la transformación de imaginarios y buenas prácticas del envejecimiento.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de las personas mayores fomentando hábitos saludables, que permitan conservar mayor fuerza vital, física y mental, previniendo algunas patologías frecuentes en la vejez y además constituyendo al último escalón del ciclo vital.

2. Estimular el funcionamiento cerebral mejorando rapidez y eficacia en la trasmisión de información con rutinas de ejercicios de concentración.

3. Reducir estrés en las personas mayores a través de dinámicas lúdico recreativas de integración

METODOLOGÍA

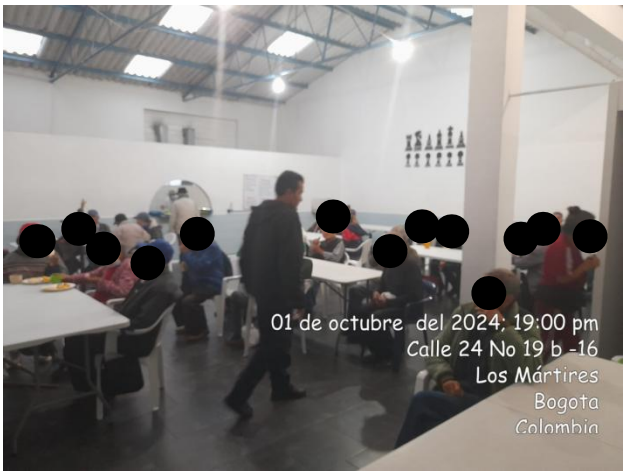
MOMENTO INICIAL	Se dará inicio saludando a las personas mayores e invitándoles a participar en la actividad dirigida a la campaña Viva la salud mental (actividades orientadas a estimulación cognitiva) la semana del 01/10/2024 al 06/10/2024 recordando importancia de participar en los espacios orientados a promoción y prevención en salud. Se organizarán en el espacio de televisión de tal manera que puedan recibir la información de manera clara.
MOMENTO CENTRAL	Se dará continuidad al encuentro con el desarrollo de actividades lúdicas orientando a la temática propuesta, aclarando conceptos, rutinas de vida diaria encaminados a promoción, prevención y autocuidado para la salud mental; por medio de videos, dinámicas lúdicas de estimulación cognitiva y socializaciones. Se realizan espacios de participación por parte de las personas mayores, quienes expresan conocimientos de la temática propuesta y comparten estrategias de autocuidado de la salud mental en la persona mayor garantizando espacios de disfrute donde se promueva la sana convivencia entre pares. Se orientará a la dimensión de vivir como se quiere en la vejez.
MOMENTO FINAL	Para finalizar el encuentro se aclararán dudas e inquietudes presentadas por las personas mayores en la temática propuesta, dando respuestas de dificultades presentadas, recordando la importancia de realizar de manera adecuada y oportuna medidas establecidas para prevención de contagio a Covid 19.

RECURSOS

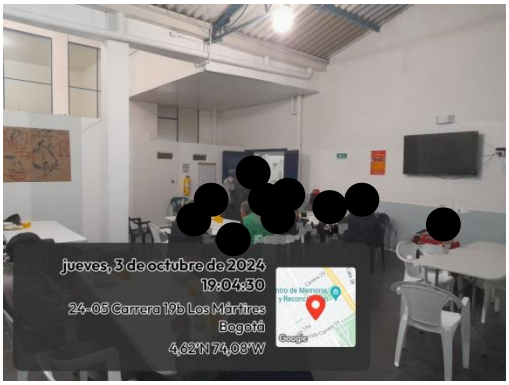
Televisor	Talento humano
Cartulinas	sillas

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se da inicio a la actividad programada, invitando a las personas mayores a participar en el espacio del área de la televisión y comedor, se indica la temática propuesta, realizando juegos y dinámicas de estimulación cognitiva, se indaga conocimientos previos a cada temática propuesta unificando conceptos. Se logra estimular el funcionamiento cerebral de las personas mayores mejorando rapidez y eficacia en la trasmisión de información con rutinas de ejercicios de concentración; así como, Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida con hábitos saludables, que permitan conservar mayor fuerza vital, física y mental, previniendo algunas patologías frecuentes en la vejez y además constituyendo al último escalón del ciclo vital. promedio de 25 personas mayores con un total de 50% del total de personas que asisten al servicio. Para finalizar se agradece participación en la actividad y se promueve participación en los siguientes espacios propuestos.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: **Fecha:** 01/10/2024	Viva la salud mental (actividades orientadas a estimulación cognitiva)
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: **Fecha:** 02/10/2024	Viva la salud mental (actividades orientadas a estimulación cognitiva)
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: **Fecha:** 03/10/2024	Viva la salud mental (actividades orientadas a estimulación cognitiva)
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: **Fecha:** 04/10/2024	Viva la salud mental (actividades orientadas a estimulación cognitiva)
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: **Fecha:** 05/10/2024	Viva la salud mental (actividades orientadas a estimulación cognitiva)
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: **Fecha:** 06/10/2024	Viva la salud mental (actividades orientadas a estimulación cognitiva)
	
	