PROTOCOLO PARA LA SALIDA EXTRAMURAL No 3	
TEMA: Salida Recreativa No. 3	**FECHA:** 29 de octubre 2024
POBLACIÓN PARTICIPANTE: Personas Mayores	**LUGAR:** Reserva Natural Humedal de Cordoba
NÚMERO DE ASISTENTES: 35 Personas Mayores / 8 cuidadores.	
INDICADORES: Número de personas mayores que asisten a la salida / Número de personas mayores inscritas para la salida.	

Por medio del presente informe se busca dar cuenta de la oferta realizada sobre la segunda salida lúdico-recreativa para el convenio 8228 del 2024. Para lo cual se proyecta realizar en la Reserva Natural Humedal de Cordoba.

1. **OBJETIVO GENERAL:** Brindar a las personas mayores diferentes actividades de tipo recreativo en un entorno extramural, con el fin de fortalecerla interacción social con sus pares en espacios propicios de recreación y esparcimiento en respuesta a las necesidades de la población apuntando al disfrute y bienestar.

2. **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**
   - Generar espacios de esparcimiento, que permitan a las personas mayores disfrutar de un cambio de ambiente, focalizado al reconocimiento de lugares naturales como la Reserva Natural Humedal de Cordoba
   - Participar de actividades de ámbito natural en la Reserva Humedal de Cordoba fomentando los derechos de ocio, recreación el goce de un medio ambiente sano.
   - Fomentar espacios de participación e intercambio de saberes entre la población mayor y los cuidadores.

3. **METODOLOGIA:**

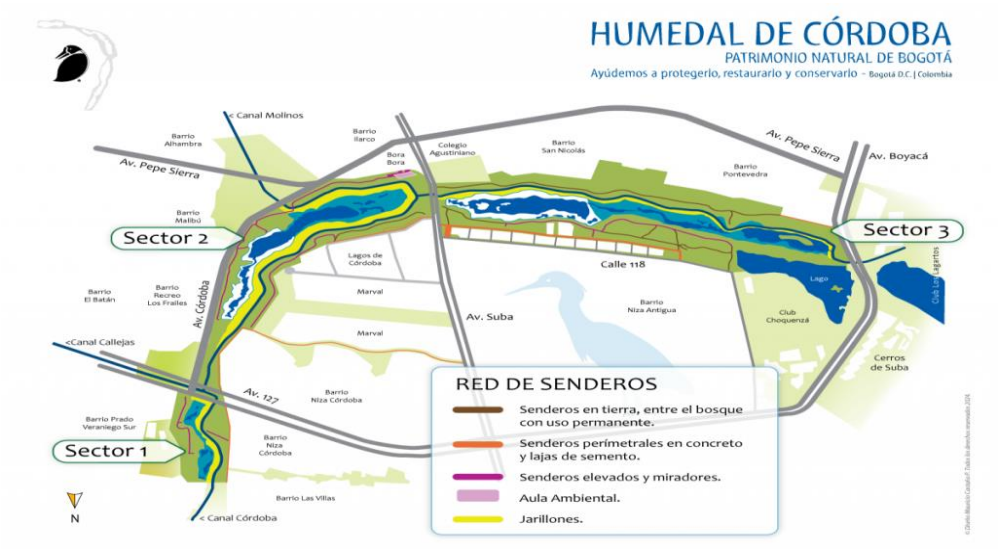
Con el objetivo de proporcionar espacios pedagógicos significativos para las personas mayores y responder a sus intereses, el área de Trabajo Social ha establecido una colaboración con la Reserva Natural Humedal de Cordoba para organizar una visita guiada el día lunes 29 de octubre de 2024, de 9:00 am a 3:00 pm. Durante esta experiencia, los participantes podrán disfrutar de un entorno natural que fomente una conexión cercana con la diversidad ambiental. Antes de dicha salida los cuidadores ya conocen las normas, reglas y el rol que tienen asignados, esto se realiza mediante una socialización de roles asignados con el equipo cuidador por parte del área de Coordinación. Se tendrán listas impresas de los usuarios que participaran de la actividad.

El recorrido comenzará en el ingreso del humedal en la Calle 117 # 59-2, allí nos esperara el guía para poder hacer el recorrido a la reserva Distrital de Humedal Córdoba, este recorrido dura aproximadamente 3 horas en compañía de un guía experto el cual nos ira narrando la historia de este lugar y de cada elemento ambiental visto en esta reserva.

Se adjunta mapa del recorrido Reserva Distrital de Humedal Córdoba



Se realizara un recorrido histórico y ecológico dentro de la Reserva Distrital de Humedal Córdoba**.** Se dará inicio a un recorrido ecológico con el objetivo de aprender sobre la biodiversidad local, las características del ecosistema y los esfuerzos de conservación. Adjuntamos la red de senderos evidenciando el recorrido que se va a tener.



Durante el recorrido se visitaran los diferentes espacios de interpretación ambiental, empezando con el Aula ambiental en donde nos brindaran una historia más amplia acerca de este humedal y de su nacimiento en la ciudad de Bogotá, luego recorreremos un vivero evidenciando que plantas existen en el lugar y aprendiendo de los beneficios de cada una de ellas, luego de esto haremos recorrido por dos miradores, los miradores de Chucua y Tingua y terminaremos con el espacio de Conectividad ecológica el cual es un área educativa en el cual aprenderemos sobre el cual es un espacio dedicado a la educación ambiental con paneles informativos y actividades interactivas. Historia del humedal, especies locales, y el papel de los humedales en la actualidad.





Luego de este recorrido guiado a las 12:00 PM se dispondrán a almorzar y luego de ello a la 01:00 PM se realizara actividad de juegos tradicionales Yermis, yenga, rummi Q y golosa, los cuales se llevaran directamente desde la unidad operativa,

con el fin de generar un espacio de recreación y de intercambio de saberes, se realizara un espacio de meditación por parte de los profesionales sensibilizando acerca de la importancia de la conservación ambiental. Se finalizara la jornada con esta serie de juegos tradicionales como yermis, yenga, rummy q y golosa, así mismo actividades al aire libre, también se llevaran balones de futbol y básquetbol, para tener una tarde de juegos libres. Cada cuidador tendrá en su mano la lista de personas mayores, verificando que se encuentren todas, se realizara fila en los respectivos buses para el retorno a la unidad operativa.

Las personas mayores que no deseen asistir a la salida extramural, tendrán los mismos tiempos de comida y se le garantizará el mismo Menú, de igual manera se les brindara actividad dirigida por los profesionales que se queden en el centro por medio de documental acerca del recorrido del humedal Córdoba y de la importancia del derecho a un medio ambiente sano, también sobre el cuidado del medio ambiente, a su vez terminando este documental se escuchar opiniones e inquietudes y se realizara una sensibilización acerca del cuidado de los humedales y de la importancia de estos.

4. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

HORA	ACTIVIDAD	RESPONSABLE
06: 00	Desayuno	Nutrición y serv de alimentos
08:30	Salida hacia Reserva Natural Humedal de Córdoba	Equipo interdisciplinario
09:10	Llegada a la Reserva Natural Humedal de Córdoba	Equipo interdisciplinario
09:30	Inicio Recorrido guiado	Guía Reserva Natural Humedal de Córdoba
10:00	Medias nueves (Durante el recorrido)	Nutrición y servicio de alimentos
11:50	Finalización recorrido guiado	Guía Reserva Natural Humedal de Córdoba
12:00	Almuerzo	Nutrición y servicio de alimentos
13:00	Inicio Juegos tradicionales	Equipo interdisciplinario
14:30	Refrigerio	Nutrición y servicio de alimentos
15:00	Salida Hacia la Unidad Operativa	Equipo interdisciplinario
16:00	Llegada a la unidad operativa	Equipo interdisciplinario

5. LUGAR Y TIEMPO:

Lugar: calle 117 # 59 - 2
Fecha: 29 de Octubre de 2024
Hora: 08:00 horas a 17:00 horas.

6. RECURSOS:

Recursos Físicos:

- Infraestructura Reserva Natural Humedal de Córdoba
- Transporte

Recursos Humanos:

- Equipo interdisciplinario: 8
- Personas mayores: 35

7. INSTITUCIONES CERCANAS EN SITUACIONES DE EMERGENCIA

En caso de emergencia comunicarse a la línea 123 para activar ruta con Secretaria Distrital de Salud y/o acudir a los siguientes centros de atención en salud.

N°	Centro de emergencia	Dirección
1	USS – Suba	Carrera 104 #50 # 152
2	Hospital Simón Bolívar	Calle 165 #7-06
3	USS – Emaús	Calle 64C # 121 – 76

Desde el 9 de octubre, se llevará a cabo la socialización de la salida pedagógica mediante una cartelera informativa. Esta cartelera incluirá imágenes de la Reserva Natural Humedal de Córdoba con el fin de motivar a las personas mayores a inscribirse en la salida, ofreciéndoles un espacio recreativo y lúdico que les permita disfrutar de actividades diferentes a sus rutinas diarias, así mismo se avisara a sus referentes familiares existentes.

8. **ALIMENTACIÓN:** Teniendo en cuenta que las personas mayores que participaran en la salida son los que reciben servicio en el día, los tiempos de alimentación que se ofrecen en la jornada son:

Tiempo de Comida	Menú	Hora
Desayuno	Cappuccino Huevos con maíz Tostada integral, compota de frutos rojos.	6:00 – 7:00
Nueves	Yogurt de fresa, cereal.	10:00 – 10:30
Almuerzo	Pollo desmechado en salsa bechamel, pan blando, cebolla grille y lechuga en trozos con maíz, paquetes de plátano y jugo de caja.	12:00 – 1:00
Refrigerio	Leche UHT Repollitas, banano bocadillo.	14:30 – 15:00

NOTA ACLARATORIA:

- La entrega de la bebida caliente se realizará a las 2:00 pm, se transportará en termos los cuales garantizarán la temperatura adecuada de la bebida caliente.

- Para el trasporte de alimentos se utilizarán neveras de icopor para los alimentos perecederos y demás alimentos serán empacados en bolsas y canastillas cubiertas.

- Se garantizará la hidratación constante de las personas mayores llevando agua durante la totalidad del recorrido del parque ecológico.

9. LISTADO DE PERSONAS MAYORES

#	CEDULA	APELLIDO	NOMBRES	RH
1	41773015	ACEVEDO PULGA	AURORA	O+
2	3051253	ACOSTA MAHECHA	JOSE FRANCISCO	O+
3	12093676	AYA MACIAS	LISANDRO	O+
4	11298308	BERNAL	JULIO CESAR	O+
5	6496835	BETANCURT SEPULVEDA	GUILLERMO	O+
6	334120	CABUYA PRIETO	MANUEL JOSE	O+
7	71970929	CASTILLO UBARNES	ARIEL AUGUSTO	O+
8	17174946	DIAZ UMAÑA	HERNANDO	A+
9	17192966	FIGUEREDO CESPEDES	PEDRO PABLO	A+
10	6225672	FIGUEROA	ROBERTO TULIO	B+
11	39639343	FONTIVA	MARIA OMAIRA	O+
12	6158168	GARCIA	JORGE ELIECER	O+
13	17118381	GONZALEZ LADINO	EDGARDO	B+
14	1026583741	GRISALES RAMIREZ	OMAR ALBERTO	O+
15	17128613	HERNANDEZ RODRIGUEZ	VICTOR ALFONSO	A+
16	19229994	HERRERA MONTOYA	JORGE	O+
17	19067984	LONDOÑO MORENO	GUILLERMO	O+
18	14959577	LOPEZ GOMEZ	JOSE DOLORES	O+
19	41402707	MACHADO RAMIREZ	MARTHA LUCIA	A+
20	20296704	MARTIN NOVOA	MARIA DOLORES	O+
21	70058213	MEJIA MEJIA	RAMON ANGEL	A+
22	10083550	MUÑOZ VILLA	JAIRO	O+
23	20951372	NARANJO ARDILA	ANA BASILIA	A-
24	17074096	ORTEGA PACHECO	ARISTEL JESUS	B+
25	19294091	OSORIO TOCA	ORLANDO	O+
26	6655263	PEÑA DUEÑAS	JORGE ELIECER	O-
27	19272061	QUINTANA MORA	IGNACIO EUDORO	O+
28	39403255	RENTERIA MARTINEZ	ROSA EMILIA	O+
29	18933225	RODRIGUEZ ESCOBAR	RAFAEL LUCAS	O+
30	79286284	SABOGAL CHAVARRO	HERNANDO	O+
31	17198234	SARMIENTO PEREZ	RAUL JOSE	AB+
32	5013123	TORRES CADENA	ROBINSON	O+
33	6075619	VALDERRAMA NARANJO	JORGE	O+
34	19375447	VELOZA	JORGE ARTURO	O+
35	2755984	VIDAL DIAZ	DARIO MIGUEL	O+

10. LISTADO DE RECURSO HUMANO QUE ACOMPAÑA LA SALIDA

#	CEDULA	APELLIDO	NOMBRES	CARGO
1	1.023.861.607	PINEDA SANCHEZ	DIANA XIMENA	PSICOLOGA
2	52.727.599	CAMPOS REY	IVON ANDREA	COORDINADORA
3	1.013.650.275	FORERO CEBALLOS	PAOLA ANDREA	T. SOCIAL
4	1.024.539.815	HERRERA FERNANDEZ	JULIAN ARTURO	ARTISTA
5	1.000.622.337	HERNANDEZ PINTO	LAURA FERNANDA	PRIMEROS AUX
6	1.031.171.711	MACIAS RODRIGUEZ	LEIDY JOHANA	FACILITADORA
7	1.005.438.054	OSORIO PEREZ	ANA MARCELA	S. ALIMENTOS
8	1.001.275.797	RAMIREZ CABALLERO	NICOLL DAYAN	S. GENERALES

NOTA ACLARATORIA:

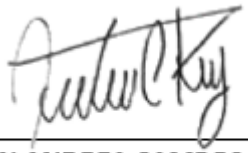
- Cada persona del talento humano tendrá a su cargo 5 personas mayores del servicio.
- Todos sabrán con anticipación que rol ejercer dentro de la salida recreativa.

11. COMPROMISOS/TAREAS:

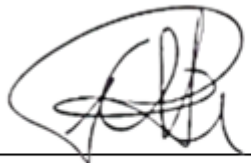
- Dar cumplimiento al programa, manteniendo la implementación de protocolos de seguridad para la protección y atención integral de las personas mayores.

En espera de su pronta respuesta y aprobación al presente documento.

Cordialmente:



IVON ANDREA CAMPOS REY
COORDINADORA
CCT SAMPER MENDOZA



ELIANA PAOLA MARTINEZ
REPRESENTANTE LEGAL
FUNDACION CONSTRUYENDO FUTURO ONG

Reserva Distrital de Humedal Córdoba

acueducto
AGUA Y ALCANTARILLADO DE BOGOTÁ

somos agua

Características y servicios



Ubicación: localidad Suba

Área total: 44 Ha.

Recorridos guiados

Observación de aves

Fotografía de naturaleza

Accesibilidad

Recorrido sector dos

Acceso: calle 117 # 59-2
Longitud: 2 Km
Tiempo estimado: dos horas
Nivel de dificultad: bajo
Estaciones de interpretación:

- Aula Ambiental
- Vivero
- Mirador 1 Chucua
- Mirador 2 Tingua
- Conectividad ecológica



Estaciones de interpretación ambiental



Aula Ambiental



Vivero



Mirador 1 Chucua

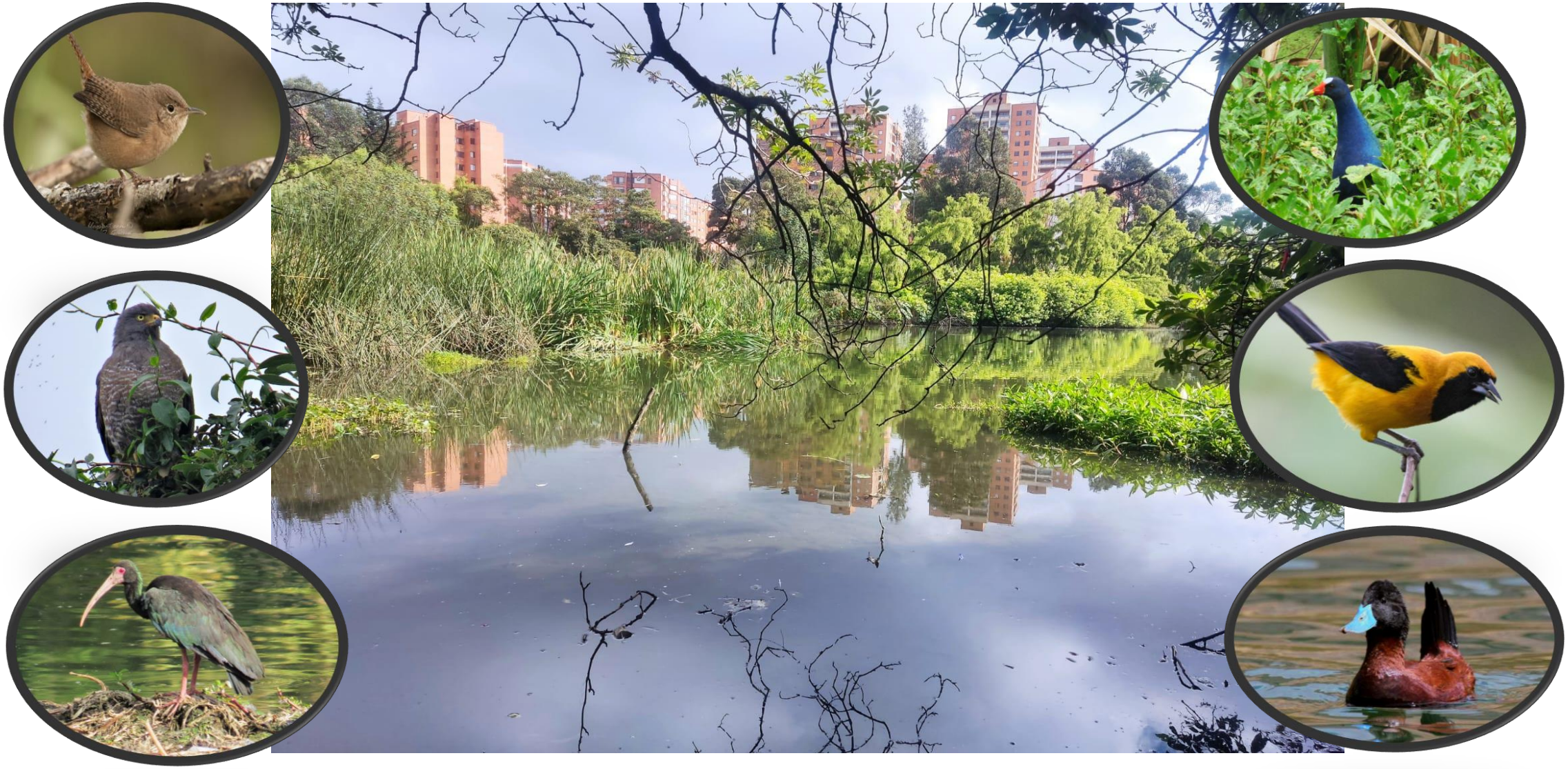


Mirador 2 Tingua



Conectividad Ecológica

Avifauna



Formas de ingreso

De manera individual a través de nuestra aplicación



Para grupos enviar correo electrónico a humedalcordoba@acueducto.com.co

