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 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia COMUNIDAD DE CUIDADO 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado la Mesa

1.2 Localidad: N/A

2. Linea: MOVILIZANDO CAPACIDADES

2.1. Fecha de Ejecución:

7	10	2024	al	28	10	2024

2.2. Nombre del encuentro:**Acti 1:**No formales(Ritual de belleza - Mimos para el alama) **Acti 2:** Estimulando mis sentidos (viaje sensorial- melodias del alma),**Acti 3**: TICS (conectate al futuro- viaje sensorial)

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Gabriela Fernanda Hidalgo Perez

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Actividas 1,2,3 : Mantener dispositivos básicos de aprendizaje (atencion, concentracion y memoria) de las personas mayores de la Comunidad de cuidado La Mesa teniendo en cuenta las capacidades, habilidades cognitivas y adaptativas esto con el fin de propiciar mayor participacion en el desempeño de las actividades ocupacionlaes de la poblacion

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Proporcionar conocimientos sobre la importancia de la higiene y las prácticas adecuadas de cuidado personal, con el fin de mantener minima autonomia en las actividades basicas de la vida diaria .
Actividad 2: Estimular las funciones cognitivas basicas de atencion , concentracion y memroria a través de experiencias sensoriales conn el fin de mantener respuestas adaptativas a las tareas propuestas
Actividad 3: Incluir a las personas mayores en actividades formativas TICS fomentado así el reconocimiento de personas mayores y que aporten satisfacción y bienestar en cada uno de los participantes

3.3. METODOLOGÍA

Actividad 1.
1. Convocatoria a las personas mayores
2. Bienvenida y ubicación de las personas con mayores
3. Organización de puesto de trabajo
4.Socialización paso a paso de la actividad (Utilización de equipos necesarios para el desarrollo de la actividad (video-vean, computador y bafles, libros, recurso humano). Al terminar la proyección se escucharán comentarios referentes al tema.
Las temáticas a desarrollar en cada espacio de acuerdo al objetivo propuesto son:
5. Desarrollo de la actividad por pasos y seguimiento de profesional a cargo
6. Registro fotográfico
7. Finalización de la actividad

Actividad 2:
1. Convocatoria a las personas mayores
2. Bienvenida y ubicación de las personas con discapacidad
3. Organización de puesto de trabajo
4.Socialización paso a paso de la actividad (Utilización de equipos necesarios para el desarrollo de la actividad (intumentos musicales, salon sensorial, kit multisensorial). Al terminar la proyección se escucharán comentarios referentes al tema.
Las temáticas a desarrollar en cada espacio de acuerdo al objetivo propuesto son:
5. Desarrollo de la actividad por pasos y seguimiento de profesional a cargo
6. Registro fotográfico
7. Finalización de la actividad

Actividad 3:
1. Convocatoria a las personas mayores
2. Bienvenida y ubicación de las personas con mayores
3. Organización de puesto de trabajo
4.Socialización paso a paso de la actividad (Utilización de equipos necesarios para el desarrollo de la actividad (video-vean, computador y bafles, libros, recurso humano). Al terminar la proyección se escucharán comentarios referentes al tema.
Las temáticas a desarrollar en cada espacio de acuerdo al objetivo propuesto son:
5. Desarrollo de la actividad por pasos y seguimiento de profesional a cargo
6. Registro fotográfico
7. Finalización de la actividad

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Actividad 1:** La actividad está dirigida para 13 personas quienes cuentan con las habilidades básicas para participar de las actividades en mencion, se realizan en un horario 9:45 am 10: 45 am, las actividades se desarrollaron los dias , las actividades educativas 7,21, 28 de octubre, se realizan fuera de la estructura del sistema formal con el objeto de impartir cierto tipo de aprendizaje a algunos subgrupos de la población, de acuerdo a la funcionalidad de las personas mayores se brindaran tutoriales cortos con temas relacionados con la higiene oral, higiene mayor y autocuidado, los cuales siempre deben estar acompañados por una socialización corta del profesional a cargo con el fin de mantener procesos intencionales y de interés en la población. La actividad está dirigida para 13 personas quienes cuentan con las habilidades básicas para participar de las actividades en menncion, **Actividas 2:** Se realizara convocatoria a las personas mayores , se brindara una corta bienvenida y ubicación Organización de puesto de trabajo, se realizara la socialización paso a paso de la actividad explicando los estímulos a realizar y los segmentos corporales a estimular La actividad está dirigida para 50 personas quienes cuentan 10.30 a 11: 45 am , los dias 3,17,24 de octubre **Activdiad 3:**Las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC), son el conjunto de recursos, herramientas, equipos, programas informáticos, aplicaciones, redes y medios; que permiten la compilación, procesamiento, almacenamiento, transmisión de información como: voz, datos, texto, video e imágenes, plataformas virtuales para el mantenimiento de dispositivos básicos de aprendizaje. Las personas más activas durante la ejecución de estas actividades fueron: Gerardo Gómez, Luz Dary Torres, Martha Millares, Virginia Gómez, Rosario Godoy, Ana Josefa Castro, sin embargo, a cada persona mayor se le debe realizar constante indicaciones y comandos verbales para iniciar y finalizar la actividad con éxito, educativas 7,21,28 de octubre en un horario de 10:45 am a 11:45 am
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1 tutorial cuidado personal:** La actividad de tutorial de cuidado personal para personas mayores con funcionalidad baja se llevó a cabo en un ambiente acogedor y accesible, adaptado a las necesidades de los participantes. Durante la sesión, se proporcionó una explicación clara y sencilla sobre la importancia de la higiene personal, el cuidado de la piel y el arreglo diario. Se utilizaron elementos visuales y demostrativos para ilustrar cada paso del proceso, permitiendo que los asistentes pudieran observar y comprender mejor las técnicas presentadas. Los participantes fueron animados a practicar las habilidades aprendidas con el apoyo continuo del facilitador, quien estuvo atento a sus necesidades y ofreció asistencia personalizada. A lo largo de la actividad, se promovió un ambiente de respeto y confianza, donde cada persona se sintió valorada y motivada para participar. Al finalizar, los asistentes expresaron su satisfacción con la experiencia, resaltando la utilidad de los conocimientos adquiridos para mejorar su autonomía en el cuidado personal. **Actividad 1 tutorial cuidado de la piel:** La actividad del tutorial de cuidado de la piel se desarrolló en un entorno cómodo y accesible, diseñado específicamente para personas mayores con funcionalidad baja. Durante la sesión, se ofreció una introducción clara sobre la importancia del cuidado de la piel, abordando temas como la hidratación, la protección solar y la limpieza adecuada. Se utilizaron productos específicos y se realizaron demostraciones prácticas para ilustrar cada paso del proceso, lo que permitió a los participantes observar cómo aplicar los productos de manera efectiva. El facilitador brindó apoyo constante, guiando a cada asistente en la aplicación de las técnicas aprendidas y respondiendo a sus preguntas y preocupaciones. A lo largo de la actividad, se fomentó un ambiente de calidez y respeto, en el que los asistentes se sintieron seguros para compartir sus experiencias y necesidades. **Actividad 1 tutorial higiene personal:** La actividad del tutorial de higiene personal se llevó a cabo en un ambiente acogedor y adaptado a las necesidades de personas mayores con funcionalidad baja. Durante la sesión, se inició con una explicación sobre la importancia de mantener una buena higiene personal para la salud y el bienestar general. Se abordaron aspectos clave como el lavado de manos, el cuidado dental y la higiene del cuerpo, utilizando un lenguaje claro y accesible. Los participantes fueron guiados a través de cada paso del proceso, con demostraciones prácticas que les permitieron observar las técnicas correctas. Se proporcionaron materiales adecuados y accesibles, facilitando la participación activa de todos. . Al finalizar, los asistentes expresaron su satisfacción con lo aprendido, destacando la importancia de incorporar estos hábitos en su vida diaria para mejorar su calidad de vida. La actividad no solo fomentó la adquisición de conocimientos prácticos, sino que también promovió un sentido de comunidad y apoyo entre los participantes
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 2 hidratacion de piel:** La actividad de estimulación por medio de la hidratación de la piel se llevó a cabo en un ambiente cálido y acogedor, diseñado para brindar comodidad a las personas mayores con funcionalidad baja. La sesión comenzó con una breve charla sobre la importancia de mantener la piel hidratada, especialmente en la población mayor, para prevenir la sequedad y mejorar el bienestar general. Se proporcionaron productos hidratantes adecuados y se realizó una demostración práctica de cómo aplicar lociones y cremas, enfatizando técnicas suaves y respetuosas. Los participantes tuvieron la oportunidad de experimentar con los productos, aplicándolos en sus propias manos y brazos bajo la supervisión del facilitador. Se les animó a compartir sus sensaciones y experiencias, creando un espacio de comunicación y apoyo mutuo. A lo largo de la actividad, el facilitador se aseguró de que cada persona recibiera atención personalizada, adaptando el ritmo y las instrucciones a las necesidades individuales. **Actividad 2 estimulacion auditiva** La actividad de estimulación auditiva para las personas mayores se llevó a cabo en un entorno agradable, donde se utilizaron diversos sonidos y melodías para despertar la atención y el interés de los participantes. Se presentaron grabaciones de música clásica, sonidos de la naturaleza y melodías familiares, invitando a cada persona a cerrar los ojos y dejarse llevar por las diferentes tonalidades y ritmos. A lo largo de la sesión, se realizaron dinámicas de identificación de sonidos, en las cuales los participantes debían adivinar de dónde provenían los ruidos o qué instrumento sonaba. Esta actividad no solo fomentó la escucha activa y la concentración, sino que también promovió la memoria y la reminiscencia, ya que muchos compartieron anécdotas relacionadas con las melodías escuchadas.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 2 estimulacion gustativa:** La actividad de estimulación gustativa para las personas mayores se realizó en un ambiente cálido y acogedor, donde se ofrecieron una variedad de alimentos y bebidas que estimularon los sentidos del gusto. Los participantes tuvieron la oportunidad de probar diferentes sabores, como frutas frescas, yogures, hierbas aromáticas y tés, lo que les permitió explorar texturas y sensaciones. Durante la actividad, se promovió la comunicación al pedirles que compartieran sus impresiones sobre cada sabor, lo que fomentó el intercambio de recuerdos y experiencias relacionadas con la comida. Además, se realizaron ejercicios para identificar sabores dulces, salados, ácidos y amargos, ayudando a agudizar su percepción gustativa. La actividad no solo despertó el interés por la alimentación saludable, sino que también generó un ambiente de alegría y camaradería, donde cada participante se sintió valorado y escuchado. **Actividaad 3 juegos on line secuencias numericas :** La actividad de juegos en línea de secuencias numéricas para las personas mayores se llevó a cabo en un ambiente dinámico y estimulante, donde los participantes pudieron disfrutar de una variedad de juegos interactivos diseñados para trabajar la memoria y el razonamiento lógico. A través de plataformas digitales, se les presentaron secuencias numéricas que debían completar o identificar, lo que fomentó su agilidad mental y atención. Los participantes mostraron un gran interés y entusiasmo al interactuar con los juegos, compartiendo sus estrategias y ayudándose mutuamente a resolver los desafíos. Además, la actividad promovió el trabajo en equipo y la comunicación, ya que algunos juegos requerían colaboración para alcanzar objetivos comunes

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 3 asociacion juego de letras:** La actividad de juegos en línea de secuencias de letras para las personas mayores se realizó en un entorno acogedor y motivador, donde los participantes tuvieron la oportunidad de interactuar con una variedad de juegos diseñados para mejorar sus habilidades lingüísticas y de memoria. A través de plataformas digitales, se les presentó una serie de secuencias de letras que debían completar o reordenar, lo que fomentó su agilidad mental y capacidad de atención. Los participantes mostraron un notable entusiasmo al jugar, compartiendo sus respuestas y estrategias, lo que facilitó la interacción social. Además, la actividad permitió reforzar el reconocimiento de palabras y la ortografía, contribuyendo así a un sentido de logro y autoconfianza **Actividad 3 juegos de asociacion:**La actividad de juegos de asociación para las personas mayores se llevó a cabo en un ambiente dinámico y amigable, donde los participantes pudieron interactuar y colaborar entre sí. Se utilizaron tarjetas con imágenes y palabras que debían ser emparejadas, lo que estimuló su memoria y capacidad de reconocimiento. A lo largo del juego, los participantes mostraron un gran interés y entusiasmo al buscar las parejas correctas, fomentando así un sentido de competencia amistosa y diversión. La actividad no solo mejoró sus habilidades cognitivas, sino que también promovió la socialización, ya que se animaron mutuamente y compartieron risas durante el proceso.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1**: La actividad está diseñada para un grupo de 13 personas mayores con habilidades básicas para llevar a cabo las actividades mencionadas. Se tomarán en consideración las habilidades individuales, así como los gustos e intereses de cada participante, y se realizarán ajustes razonables en las actividades para asegurar la participación de todos. Entre las actividades planificadas se incluyen juegos de memoria, rompecabezas, búsqueda de parejas, visualización de documentales, y otras actividades similares. **Actividad 2 :** A nivel general se cumple el propósito de la actividad ya que las personas responden de manera adecuada a cada estímulo al que se brinda, las personas requieren de direccionamiento para la ejecución de las actividades propuestas. **Actividad 3:** Cabe mencionar que debido al nivel de funcionalidad los participantes en estas actividades son 13 de los cuales requieren de manera permanente apoyo para iniciar y terminar la actividad, los tiempos de tolerancia en la actividad son moderados. Por nivel de funcionalidad las personas más activas durante la ejecución de estas actividades fueron: Gerardo Gómez, Luz Dary Torres, Martha Millares, Virginia Gómez, Rosario Godoy, Juan Amado, Ana Josefa Castro, Rosa Tulia sin embargo, a cada persona mayor se le debe realizar constante seguimiento para iniciar y finalizar la actividad con éxito.A menudo, las personas mayores pueden experimentar una disminución en su funcionalidad física o cognitiva, lo que puede dificultar la ejecución de ciertas actividades. Sin embargo, es crucial destacar que con el constante apoyo de profesionales encargados de las actividades, se puede lograr el objetivo deseado. según las necesidades individuales de cada participante. Su orientación y aliento permiten que incluso aquellos con limitaciones puedan participar de manera significativa y disfrutar plenamente de las actividades propuestas, promoviendo así un sentido de inclusión, autonomía y bienestar en la comunidad de personas mayores.

3.4.RECURSOS

Computador bafles salon sensorial, kit sensorial, libros , audicuentos	video bean plataformas digitales wifi

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Las actividades están orientadas a estimular la memoria y la asociación mediante actividades culturales básicas. Se convocaron 13 personas mayores, quienes toleraron bien la duración de la actividad, que no excede los 40 minutos, con breves pausas de descanso. Después de la actividad, se realizó una retroalimentación verbal para compartir lo que más les llamó la atención. La respuesta general sigue siendo moderada, con periodos de atención y concentración bajos, requiriendo constante orientación verbal. No se reportaron novedades adicionales. Se entregaron materiales que variaron según la fecha y la jornada, trabajando con lecturas, proyección de películas, obras de teatro, conciertos, entre otros. Las actividades se realizaron en el horario de 9:30a.m. a 11:30 a.m. los días 7,21, 28 de octubre

Actividad 2: Cada sesión comienza con un suave masaje relajante en los miembros superiores, utilizando diferentes texturas como suaves, ásperas y rugosas, para ayudar a las personas a relajarse. A continuación, se da inicio a la actividad programada para la jornada. Las actividades realizadas son de tipo táctil, visual y auditivo, y durante este periodo los participantes muestran comodidad y satisfacción con las tareas propuestas. Las fechas programadas se han cumplido sin dificultades. Las actividades se realizaron en el horario de 10:45 a.m. a 11:30 a.m. los días 3,17,24 de octubre

Actividad 3: Las actividades están orientadas a estimular la memoria, la constancia perceptual y la asociación a través de propuestas culturales básicas. Se convocaron 13 personas mayores, quienes toleraron bien la duración de la actividad, que no excede los 45 minutos, con pausas cortas para retomar las tareas propuestas. Las actividades se realizan bajo constante supervisión y seguimiento, garantizando que se completen con éxito. Los participantes se mantienen atentos siempre que se les brinde orientación continua sobre el tema.Las actividades se realizaron en el horario de 10:45 a.m. a 11:30 a.m. los días 7,21,28 de octubre

Nombre del profesional que evalúa: Gabriela Hidalgo Perez - Terapeuta Ocupacional

Fecha de evaluación del encuentro: 28 / 10/ 2024

Cordinadora: Maria Del Pilar Garcia
Personas mayores:
James Diaz Aldana: ----------cc1414566
Maria del Rosario Godoy : ----------cc-53905979
Juan Amado:---------- cc 17112011

EJE DE OCUPACION HUMANA

MOVILIZANDO CAPACIDADES

Actividad 1- No formales






28 oct. 2024 10:30:12 a.m.
La Mesa
Cundinamarca

ACTIVIDAD 2


3 oct. 2024 10:56:09 a.m.
La Mesa
Cundinamarca


17 oct. 2024 11:34:34 a.m.
La Mesa
Cundinamarca


24 oct. 2024 11:23:08 a.m.
La Mesa
Cundinamarca

ACTIVIDAD 3 TICS






28 oct. 2024 11:30:15 a.m
La Mesa
Cundinamarca