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 1

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de Cuidado

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado La Mesa

1.2 Localidad: No Aplica

2. Línea: NO APLICA

2.1. Fecha de Ejecución:

30	10	2024	al	30	10	2024

2.2. Nombre del encuentro: Salida Extramural - Lúdico Recreativa " Caminos a la felicidad"

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Maria Alejandra Garrido Alvarez - Zenaida Rodriguez Rodriguez

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Brindar a la población un espacio de esparcimiento y diversión mediante el contacto con la naturaleza, actividades motoras, estimulación multisensorial, actividades lúdicas y recreativas; en donde cada persona mayor pueda explorar diferentes sensaciones que generen bienestar y tranquilidad.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

*Generar espacios de recreación y esparcimiento, que permitan a las personas mayores disfrutar de un cambio de ambiente.
*Generar espacios agradables para el fortalecimiento, socialización e interacción con pares, los cuales permiten el fortalecimiento de habilidades sociales.
*Promover habilidades, estados físicos, emocionales y cognitivos de la persona mayor, permitiendo disfrutar de ambientes saludables y de bienestar.
*Favorecer los procesos con vivenciales, mediante amplios espacios de esparcimiento y recreación.
*Aumentar la participación individual y grupal en las actividades extramurales.
*Suministrar alimentación que cumpla con las características organolépticas innovadoras con relación a la ya programada, asegurando el aporte de las recomendaciones de energía y nutrientes.

3.3. METODOLOGÍA

1. Dando cumplimiento a la obligación técnica 15 de atención integral para el desarrollo humano, donde se debe cumplir con los compromisos derivados de la obtención de los puntajes incluidos en el proceso de selección. Salida Lúdico Recreativa, la coordinación y el equipo profesional realizan gestión logística, administrativa y organizacional, en el proceso de notificación y solicitud de aval correspondiente al equipo técnico de la Subdirección para la vejez (Convenio de Asociación. 8138 de 2024 – I. SALIDA EXTRAMURAL – finca hotel la Jhoana, ubicada en la vía San Javier Cachipay Cundinamarca. Se realizan gestiones respectivas al proceso de cotización, concertación, con el apoyo del área de fisioterapia y técnico ambiental se realiza el reconocimiento del espacio en aras de adelantar aspectos de logística general.

Por lo tanto, durante el transcurso y desarrollo de la salida lúdico - recreativa se llevarán a cabo las siguientes actividades: VAMOS A PESCAR, ¡ES HORA DE JUGAR BOLOS!, ARTESANIAS CON AMOR, LA PESCA MILAGROSA, las actividades planteadas seran ejecutadas en los diferentes espacios locativos de la Finca Hotel la Jhoana, en jornada de la mañana en donde las personas mayores participantes tendrán la oportunidad de vincular e integrarse teniendo en cuentas sus gustos, habilidades, intereses y destrezas; durante la jornada de la tarde se llevará a cabo la actividad de la Pesca Milagrosa y a su vez actividades de juegos de mesa tradicional.

3.3.1 MOMENTO INICIAL

El dia 30 de Octubre de 2024, en el horario de 9:30 am, se da inicio a la tercera salida extramural a llevarse a cabo en las instalaciones de la Finca Hotel La Jhoana, donde se desarrollarán las siguientes actividades en los diferentes espacios locativos del centro recreativo, en el transcurso de la jornada de la mañana en donde las personas mayores podran vincularse y disfrutar de cada una de ellas de acuerdo a sus gustos e intereses.

VAMOS A PESCAR: Inicialmente se dispone del espacio para la oragnizacion de los elementos a utilizar, se convocará a las personas mayores a participar en el juego de pesca y gana; posteriormente esta actividad se realizará con las personas mayores las cuales pasaran al lugar dispuesto para enfrentarse en parejas, la competencia inicia proporcionando la caña de pescar, gana la persona que logre pescar mayor cantidad de peces en un determinado tiempo. A su vez, se adelantarán rondas periódicas con las bombas con agua, para que los participantes puedan mantener una rutina de ejercicios constante. Durante la interacción se fortalecen las habilidades psicomotoras y psicosociales, adicional en la actividad se fomenta un sentido de afectividad e integración entre los participantes, por medio del juego. Limitaciones físicas individuales de los participantes y se adaptan los ejercicios según sea necesario.

¡ES HORA DE JUGAR BOLOS!: Al inicio de la actividad de bolos para personas mayores, se da una cálida bienvenida a los participantes, creando un ambiente acogedor. Se presenta brevemente el propósito del juego, destacando los beneficios de la actividad física y la socialización. Luego, se explican las reglas básicas y se muestra el equipo, asegurándose de que todos se sientan cómodos. Se realiza un calentamiento suave que incluye estiramientos, seguido de la formación de equipos para fomentar la interacción y el trabajo en conjunto. Este momento inicial establece un ambiente motivador y divertido para la actividad.

ARTESANIAS CON AMOR: Una vez organizadas a las personas mayores en mesas de trabajo, se realiza la entrega de los diferentes materiales a utilizar para el desarrollo de la actividad propuesta, posterior a ello se lleva a cabo breve socialización frente a algunas indicaciones y a su vez se da inicio con la actividad a partir de la elaboracion de una manualidad basica, actividad en la cual se esperar fortalecer y estimular procesos de memoria anterógrada recordando un evento en el cual sintieron total felicidad en su proceso vital y al finalizar esta sea decorada de acuerdo a sus gustos e intereses.

Durante la jornada de la tarde se lleva a cabo la siguiente actividad:

LA PESCA MILAGROSA: La actividad se ejecutó en espacio abierto, donde se ubicó el material a utilizar, se ubicaron las personas mayores participantes alrededor de este, se explicó de manera sencilla la forma desarrollar, la actividad se realiza de manera grupal, donde cada participante tiene la oportunidad de coger la caña de pescar y lograr recordar formas de supervivencia, durante el desarrollo de la actividad se mantuvo el acompañamiento de los responsables apoyándoles en el manejo de la vara de pesca, ya que consistía en un chamizo con un hilo y en la parte de abajo tenía un imán, los participantes tenían la oportunidad de lanzar el anzuelo en varias oportunidades, los peces estaban elaborados en foammy, coloreados con temperas, con diferentes formas y tamaño, en la parte de la boca tenían un clip metálico permitiendo que al lazar el anzuelo con el imán este se pegue de forma rápida y sencilla, en la actividad se tuvo la oportunidad que los participantes recordaran una forma de supervivencia, y en algunos un hobby de su época de su juventud.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**VAMOS A PESCAR:** La actividad se realizó con las personas mayores orientándolos para su realización de forma individual. En un espacio dispuesto se organiza los elementos a utilizar, se proporciona la caña para pescar y un colador que viene incluido en el juego, las personas mayores realizan la acción de pesca trabajando sus habilidades motoras de agarres consecutivos, la participación se ejecutó de forma activa, evidenciándose espíritu competitivo logrando sacar con la caña de pescar la mayor cantidad de peces en un tiempo determinado. Con esta actividad se logró promover espacios de diversión y recreación y reforzar las diferentes destrezas motrices, fortalecer la coordinación viso-manual. Adicionalmente se motivó a la participación de juegos tradicionales de boli-rana, siendo una actividad del gusto y satisfacción de las personas mayores que se vincularon, evidenciando habilidades a nivel psicomotriz que permitieron que se facilitara el seguimiento de instrucciones y así realizar jugadas estratégicas, siendo un espacio de motivación y distracción. **¡ ES HORA DE JUGAR BOLOS!:** Los participantes disfrutan lanzando las bolas en sus equipos y animándose entre ellos. Se genera un ambiente divertido y competitivo, donde celebran cada vez que derriban todos los bolos. Los organizadores caminan entre los grupos, brindando apoyo y adaptando el juego según las necesidades de cada persona para que todos se sientan cómodos y seguros. A medida que avanza el juego, hay pausas breves para hidratarse y compartir risas, promoviendo tanto la actividad física como la interacción entre los asistentes. Al finalizar la actividad de bolos, se reúne a todos los participantes para agradecerles por su participación y energía. Se lleva a cabo una pequeña charla donde se comparten las experiencias del día, destacando los momentos divertidos y los logros de cada equipo. Finalmente, se realiza una breve actividad con estiramientos suaves, fomentando la importancia de cuidar el cuerpo después de la actividad. **ARTESANIAS CON AMOR:** La actividad ejecutada por las personas mayores por medio de la elaboracion de una manualidad basica permitio a los particfipantes fomentar la creatividad y a su vez interactuar con sus pares generando bienestar emocional, ademas de ello fue un espacio que contribuyò en el mejoramiento de la motricidad final y a reducir el estrès; cabe resaltar que estas manualidades ofrecen ser un canal para que los participantes se autoexpresaran permitiendo asi explorar y compartir sus ideas. Se destaca la adecuada participacion y aceptacion de las personas mayores en integrarse en la actividad propuesta mostrando interes en llevar a cabo la manualidad y a su ves durante su ejecucion solicitaron de manera frecuente la ayuda y colaboracion de la profesional con el fin de realizar la manualidad de forma correcta. **LA PESCA MILAGROSA:** Durante la ejecución de la actividad se logró el objetivo planteado el cual estaba enfocado a que los participantes a través del juego recordaran episodios de su pasado, permitiendo en la persona mayor ejercitar la coordinación mano.-ojo y desarrollar habilidades emocionales; por otra parte se logró que algunas personas que se muestran pasivas en otras actividades dentro del medio institucional, en esta ocasión se vincularon de manera autónoma y mostrando interés y entusiasmo.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Al finalizar la actividad de salida extramural se evidencia en las personas mayores alegria al poder disfrutar y compartir con sus compañeros y talento humano de un espacio diferente al de la dinamica institucional el cual les permitio que las actividades programadas se dieran en los tiempos estipulados y que a su vez el total de la poblacion participara de forma adecuada teniendo en cuenta sus gustos e intereses lo que facilito que la salida ludica recreativa fuera de interes para la poblaciòn. De igual manera, la salida extramural permitiò a los participantes interactuar en un ambiente de relajaciòn, fortaleciendo asi las relaciones sociales y a su vez reduciendo las sensaciones de asilamiento y soledad. De acuerdo a las condiciones del clima se proporcionò a las personas mayores hidrataciòn (Bebida) y a su vez hidratacion y lubricacion de piel en aras de garantizar el debido cuidado de la piel y la prevenciòn por riesgos de quemaduras UV. Durante los tiempos de alimentación la población se mostrò a gusto y muy agradecidos por los alimentos suministrados los cuales fueron de total satisfaccion; asi mismo se dio cumplimiento con la entrega de la merienda y el almuerzo en los tiempos establecidos. MENÚ DE REFRIGERIO EN LA MAÑANA TARDE: Pastel de pollo - Sorbete de guanábana Galleta cuca (hecha en casa) - Sorbete de frutas tropicales MENÚ ALMUERZO: Parrillada mixta: pollo, cerdo, chorizo, morcilla, papa, plátano, guacamole En el transcurso de la salida extramural se contò con la vinculaciòn y participaciòn de la poblaciòn teniendo en cuenta sus habilidades y capacidades, de tal manera fueron organizados por diferentes grupos esto con el fin de que se integraran en cada una de las actividades propuestas desde el equipo profesional en donde se reforzaron sus habilidades sociales y comunicativas, ademàs de ello esta salida permite ser un espacio enriquecedor para la poblacion dado que permite salir de la rutina diaria de la dinamica institucional.

3.4.RECURSOS

HUMANOS:
- Cuidadores :20
- Personas Mayores: 50
- TOTAL PERSONAS PARTICIPANTES: 70

MATERIALES:
- Escarapelas.
- Listados de organizaciòn

LOCATIVOS:
- Comunidad de Cuidado La Mesa
- Finca Hotel la Jhoana - Cachipay Cundinamarca.

LOGÍSTICOS:
- Transporte

INSTITUCIONALES:
- Puesto de salud Cachipay
- Puesto de policía Cachipay

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

El dia 30 de Octubre de 2024, Se da cumplimiento con la ejecuciòn de la salida extramural la cual se llevo a cabo en la Finca Hotel Jhoana, en donde se contò con la participaciòn de 50 personas mayores, donde el Equipo Profesional diò cumplimiento con el desarrollo y la ejecuciòn de las diversas actividades propuestas desde cada una de las areas, en donde las personas mayores mantuvieron un adecuado comportamiento y disposicion frente a cada una de las acciones establecidas que permitieran su adecuado desarrollo. A su vez la salida ludica recreativa para la poblacion promueve su bienestar fisico, mental y social, ademas de ello tambien se fomenta en las personas mayores la interacción social y la estimulación cognitiva. Asi mismo se destaca que a partir de la distribucion por grupos para el desarrollo de las actividades propuestas en aras de garantizar la participacion total de las personas mayores. Cabe resaltar que no se presenta ninguna eventualidad durante el transcurso de la salida extramural.

ANGEL DE JESUS ARDILA CORTES / CC:6092897:

MARIA DEL ROSARIO GODOY / CC: 20.104.552:

Fecha de evaluación del encuentro: ___30/10/2024__

Nombre del profesional que evalúa: Maria Alejandra Garrido Alvarez - (Trabajadora Social) Zenaida Rodriguez Rodriguez (Enfermera)

COORDINADORA: Maria del Pilar Garcia Galvis (Coordinadora) / FIRMA:

Actividad: Salida Extramural - Lúdico Recreativa “Caminos a la felicidad"
Fecha: 30 de octubre de 2024

ACTIVIDAD 1: VAMOS A PESCAR



ACTIVIDAD 2: ¡ES HORA DE JUGAR BOLOS!



ACTIVIDAD 3: ARTESANIAS CON AMOR



ACTIVIDAD 4: LA PESCA MILAGROSA

