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: Caminos de Vida
1.2 Localidad:N/A
2. Línea: Entornos amigables y seguros
2.1. Fecha de Ejecución: 2 | 10 | 2024 al 31 | 10 | 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Guardianos del entorno, 2. Arte de segundas oportunidades 3. Pequeños cambios, grán impacto 4. Jardines encantados 5. Mi Casa común.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Ruth Marin (Gerontologa), Diana Marcela Muñoz (Fisioterapeuta), Jhonatan Mosquera (Gestor Ambiental)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Brindar a las personas mayores bienestar y seguridad en los espacios físicos, que permitan el desarrollo colectivo e individual en la comunidad de

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Fortalecer el cuidado de los espacios y herramientas que contribuyan al mantenimiento del entorno y la seguridad física de la persona mayor.

Actividad 2: Construir y promover una conciencia ambiental en las personas mayores por medio de actividades ambientales

Actividad 3: Fomentar actividades de cuidado del espacio habitacional y elementos personales con el fin de buscar un equilibrio de adaptación de las personas mayores en medio institucional.

Actividad 4: Fomentar actividades de cuidado del espacio habitacional y elementos personales con el fin de buscar un equilibrio de adaptación de las personas mayores en medio institucional.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1: Actividad "Guardianos del entorno" que se desarrolló en la zona social de la comunidad de cuidado el día 17 de octubre, para el inicio de la actividad fue clave para generar un ambiente cálido y receptivo. Se dio la bienvenida a los participantes, En este primer momento, se introdujo de manera amigable y cercana, creando un espacio de confianza con las personas mayores. Se explicó brevemente el objetivo de la charla: sensibilizar sobre la importancia de separar los residuos en el hogar para contribuir al cuidado del medio ambiente. Se inició con una breve dinámica de integración, donde los asistentes compartieron sus experiencias o conocimientos previos sobre el tema, lo que permitió al presentador ajustar la información a las necesidades del grupo. El ambiente fue relajado cómodo y motivador a escuchar.
	Actividad 2: Actividad "Arte de segundas oportunidades" que se desarrolló en la zona social de la comunidad de cuidado el día 29 de octubre, se llevó a cabo una breve introducción a la actividad. Se reunió a los participantes en un espacio acogedor al aire libre, alli se comenzó explicando el propósito de la actividad: utilizar materiales reciclados para crear maracas que no solo serían un adorno festivo, sino también una forma de expresión artística y una oportunidad para fomentar la creatividad. Se presentó una variedad de materiales reciclados, como botellas de plástico, latas, papel de regalo, y otros elementos que podrían ser transformados en maracas. Los participantes compartieron sus expectativas y experiencias previas con el arte, creando un ambiente de camaradería y entusiasmo.
	Actividad 3: Actividad "pequeños cambios gran impacto" que se desarrolló el día 16 de octubre de 2024 en la zona social de la comunidad de cuidado, para el inicio de la actividad fue un espacio de bienvenida cálido y amigable. Los participantes fueron recibidos con una sonrisa, explicando el propósito de la charla: aprender sobre cómo pequeños cambios en el uso de la energía pueden tener un impacto positivo tanto en la comunidad de cuidado como en el medio ambiente. Se comenzó con una breve dinámica de introducción, donde se preguntó a los asistentes qué sabían sobre el ahorro de energía y si ya aplicaban algunos hábitos en la comunidad, como apagar luces o utilizar electrodomésticos de manera eficiente. Este ejercicio ayudó a romper el hielo y permitió conocer el nivel de conocimiento previo del grupo sobre el tema. Además, se resaltó que la charla no solo se trataría de aprender a ahorrar energía, sino también de descubrir cómo pequeños ajustes pueden generar grandes beneficios, tanto en términos de economía como de cuidado del planeta. El ambiente fue relajado, y se ofreció un espacio para que los participantes se sintieran cómodos y dispuestos a compartir sus inquietudes.
	Actividad 4: Actividad "Jardines encantados" que se desarrolló en la zona social de la comunidad de cuidado el día 31 de octubre, La actividad comenzó con una cálida bienvenida a los participantes. Se creó un ambiente acogedor, decorado con plantas y elementos naturales que evocaban la belleza de los ecosistemas. Se les ofreció una breve charla sobre la importancia de la naturaleza y los ecosistemas, destacando cómo cada planta y ser vivo juega un papel crucial en el equilibrio del medio ambiente. Los participantes compartieron sus recuerdos y experiencias relacionadas con la jardinería y la naturaleza, lo que ayudó a establecer un vínculo emocional y a generar entusiasmo por la actividad.
	Actividad 5:"Mi Casa común " los días 2 y 15 de Octubre Se ayuda a trasladar a las personas mayores hacia la carpa al aire libre, se colocan las personas mayores en grupos de 5. Se explica la actividad la cual será sembrar unos cuantos "captus" se les explica en que consiste la palabra captus (especie propia de climas desérticos, sirve de adorno y que neutraliza la energía radioactiva, se entrega la tierra y las materas pequeñas.
	Actividad 6: "Actividad Destreza adaptiva" los días 16 y 23 de octubre Se ubican las personas mayores en grupos de 5 personas en la zona común alrededor de una mesa. Se ofrece el saludo y explica que esta vez elaboremos un Reno navideño en preparación navideña; con la finalidad de elaborar los adornos para la época decembrina que se aproxima, arreglar el centro muy bonito. Se entregan los materiales para empezar a realizar la forma y el armado de la figura
	Actividad 1: Actividad "guardianos del entorno" En esta parte, el enfoque principal estuvo en la educación y concientización sobre la correcta separación de los residuos. Se explicó de manera clara y visual los distintos tipos de basura (orgánica, reciclable, no reciclable y peligrosos), utilizando ejemplos cotidianos y objetos de fácil comprensión, como bolsas de basura de colores diferentes o pequeños contenedores. El objetivo era desmitificar el proceso de separación, mostrando que es más sencillo de lo que parece, y también hablar sobre los beneficios de esta práctica para la comunidad y el planeta. Durante este momento, se animó a los participantes a hacer preguntas y compartir dudas o inquietudes. Además, se utilizaron recursos visuales como gráficos, folletos o videos explicativos, que ayudaron a hacer la charla más dinámica y accesible. también se propuso algunos ejercicios prácticos, como identificar y clasificar tipos de residuos en diferentes contenedores, lo que permitió a las personas mayores practicar lo aprendido en un entorno controlado y seguro.
	Actividad 2: Durante el momento central, los participantes se dividieron en grupos pequeños para fomentar la colaboración. Se les proporcionó una guía paso a paso sobre cómo crear las maracas. Cada grupo eligió los materiales que deseaban utilizar y comenzó a trabajar en sus creaciones. Los participantes se mostraron muy entusiasmados, compartiendo ideas y ayudándose mutuamente. Algunos decoraron las maracas con pintura, mientras que otros optaron por envolverlas con cintas y papeles de colores. A lo largo de esta fase, el facilitador circuló entre los grupos, ofreciendo apoyo y animando a los participantes a experimentar con diferentes técnicas. La música navideña de fondo ayudó a crear un ambiente festivo y alegre, mientras las risas y conversaciones llenaban el espacio.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 3: Actividad "pequeños cambios, gran impacto" En esta parte de la actividad, el foco estuvo en proporcionar información práctica y accesible sobre cómo reducir el consumo energético de manera sencilla y efectiva. Se utilizaron ejemplos cotidianos y fáciles de comprender para ilustrar cómo pequeños hábitos pueden tener un gran impacto. Se explicó, por ejemplo, la importancia de apagar las luces cuando no se usan, utilizar bombillas de bajo consumo, o evitar el uso innecesario de electrodomésticos. También se abordaron temas como la optimización del uso de la energía en la cocina y la importancia de desconectar los aparatos electrónicos cuando no están en uso, especialmente en los dispositivos en stand-by que consumen energía sin necesidad.
	Actividad 4: En este momento, los participantes se dividieron en grupos pequeños para facilitar la interacción y el trabajo en equipo. Se les proporcionaron materiales para crear sus terrarios: recipientes de vidrio, tierra, piedras, musgo y diversas plantas pequeñas. A medida que cada grupo comenzaba a trabajar, se fomentó la creatividad y la expresión personal. se guio en el proceso de construcción de los terrarios, explicando la importancia de cada elemento y cómo contribuye al ecosistema del terrario. Durante esta etapa, se promovió el diálogo sobre el cuidado de las plantas y la necesidad de preservar el medio ambiente, lo que enriqueció la experiencia y profundizó su conexión con la naturaleza.
	Actividad 5:En momento las personas mayores toman su captus asignado y la tierra van tratando de sembrarlo en la pequeña matera; se les va explicando la importancia que tienen esta plantas en los páramos que allí son grandez; no pequeños como los que estamos sembrando, como estos generan agua para la supervivencia de la humanidad, y que en los interiores como nuestra comunidad la embellecen, se les pide que sientan su textura y que los toquen con delicadeza ya que son muy frágiles, que se comparen con ellos, que así como tratamos los captus nos debemos tratar entre nosotros.
	Actividad 6: Luego de recibir los materiales; tela tipo lana de colores, Tijeras, hilos, ojitos de manualidad. Cartulina para hacer el molde y luego cortar. comenzar a armar y pegar, se da forma al animal, pegando sus partes una a una. generando una llamativa imagen navideña con figura de reno
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1: Actividad "guardianos del entorno" Al finalizar la charla, el tono fue de reflexión y agradecimiento. Se resaltó la importancia del compromiso individual y colectivo en la separación adecuada de los residuos, haciendo énfasis en que pequeños cambios en los hábitos cotidianos pueden tener un gran impacto en la salud del planeta. también se invitó a los participantes a compartir lo que habían aprendido y a comentar cómo podían implementar las nuevas prácticas en la comunidad de cuidado. Algunos asistentes expresaron sus ganas de comenzar a aplicar la separación de residuos de inmediato. Para cerrar, se agradeció a los participantes por su atención y compromiso, motivándolos a convertirse en "guardianes del entorno" y a transmitir los conocimientos adquiridos a sus familias y vecinos.
	Actividad 2: En el momento final, se organizó una pequeña exposición donde cada grupo presentó sus maracas terminadas. Los participantes compartieron el proceso creativo y las historias detrás de sus diseños, lo que fomentó un sentido de orgullo y logro. Se realizó una breve ceremonia de entrega, donde cada participante recibió un reconocimiento por su esfuerzo y creatividad. Para cerrar la actividad, se realizó una pequeña celebración con música y baile, utilizando las maracas recién creadas. Este momento no solo celebró el arte y la creatividad, sino que también fortaleció los lazos entre los participantes, dejando un sentimiento de comunidad y alegría en esta previo al inico de la temporada navideña.
	Actividad 3:Actividad "pequeños cambios, gran impacto" El cierre de la actividad fue reflexivo y motivacional. Se destacó la importancia de aplicar los pequeños cambios aprendidos y subrayó que, aunque individualmente estas acciones puedan parecer pequeñas, colectivamente tienen un gran impacto tanto en la reducción del consumo energético como en la protección del medio ambiente. Se invitó a los participantes a compartir sus compromisos personales para implementar lo aprendido, y muchos expresaron su intención de comenzar a poner en práctica los consejos en sus hogares, como por ejemplo, apagar las luces al salir de una habitación o usar más frecuentemente electrodomésticos eficientes. Al final, se entregaron materiales educativos, como guías sencillas sobre el ahorro energético, que los participantes pudieron llevarse para recordar los consejos y seguir profundizando en el tema. También se agradeció la participación activa de todos y se destacó que cada cambio, por pequeño que sea, puede contribuir a un futuro más sostenible.
	Actividad 4: Al finalizar la actividad, cada grupo presentó su terrario, compartiendo las historias detrás de sus elecciones de plantas y diseños. Se celebró un pequeño "jardín de exhibición" donde todos pudieron admirar el trabajo de los demás. Para cerrar, se realizó una reflexión grupal sobre lo aprendido y la importancia de cuidar nuestro entorno. Los participantes expresaron su satisfacción y alegría por haber creado algo hermoso y significativo. La actividad concluyó con un brindis simbólico por la naturaleza y la esperanza de seguir fomentando el amor por el medio ambiente dentro de la Comunidad de Cuidado.
	Actividad 5: las personas mayores han identificado y disfrutado el sembrar una pequeña planta y adoptarla para su cuidado, también la han relacionado con su vida y su estado de salud y edad por lo frágil que la planta parece, se muestran orgullosos de haberla sembrado y regado con un poco de agua. Manifestando que han aportado un grano de arena en embellecer el entorno y participar de su cuidado.La actividad concluyó con un brindis simbólico por la naturaleza y la esperanza de seguir fomentando el amor por el medio ambiente en el futuro.
	Actividad 6: las personas mayores participantes, le han dado forma a la figura del reno, cortando, pegando y combinado los colores y las formas. Elaborando una sencilla y bella imagen navideña. La cual los transporta a su historia de vida, algunos recuerdan las fiestas, los amasijos y las comidas que disfrutaban, el pesebre el árbol de navidad, los familiares con los que compartían y lo felices que fueron en su momento de niñez o juventud y parte de su adultez.

3.4.RECURSOS	
Televisor	Gerontologa
Computador	Fisioterapeuta
sillas	Ing. ambiental
Entorno natural	
Animales	
Captus	
Papel crepe, tela de lenceria,ojitos,cocedora,	
Temperas	
Pinceles	
Tijeras	
Parlante	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: La actividad "Guardianos del entorno" cumplió con su propósito de informar y concientizar sobre la separación de la basura, utilizando un enfoque accesible y cercano. A lo largo de la charla, los participantes no solo aprendieron sobre los diferentes tipos de residuos y su correcta clasificación, sino que también pudieron interactuar, resolver dudas y aplicar lo aprendido mediante ejemplos prácticos. Esto les permitió comprender que la separación de residuos no es una tarea complicada, sino una acción sencilla que contribuye al bienestar del medio ambiente. En esta actividad participaron 23 personas mayores.

Actividad 2: La actividad "Arte de segundas oportunidades" nos ha permitido profundizar en el tema abordado, fomentando un aprendizaje significativo y la colaboración entre los participantes. A través de la reflexión y el intercambio de ideas, hemos podido identificar puntos clave y áreas de mejora, lo que nos prepara para futuros desafíos. Es fundamental seguir aplicando lo aprendido y mantener una actitud abierta hacia el aprendizaje continuo. En esta actividad participaron 50 personas mayores.

Actividad 3: La actividad "Pequeños cambios, gran impacto" fue un espacio enriquecedor que permitió a los participantes, personas mayores de la comunidad de cuidado, aprender sobre la importancia del ahorro de energía. A través de una charla dinámica y accesible, se destacó cómo pequeños hábitos diarios, como apagar luces innecesarias, desconectar electrodomésticos cuando no se usan o elegir equipos más eficientes, pueden contribuir significativamente a la reducción del consumo energético y al cuidado del medio ambiente. En esta actividad se logró la participación de 20 personas mayores.

Actividad 4: La actividad de creación de terrarios con personas mayores fue un éxito, ya que no solo les permitió conectar con la naturaleza de una manera práctica y creativa, sino que también fomentó la socialización y el trabajo en equipo. A través de esta experiencia, las personas mayores aprendieron sobre la importancia de los ecosistemas y cómo cada elemento, por pequeño que sea, juega un papel crucial en el equilibrio del medio ambiente, además, se observó un aumento en su interés por el cuidado del entorno y la sostenibilidad, lo que puede motivarles a adoptar prácticas más amigables con el medio ambiente en su vida diaria. En resumen, esta actividad no solo promovió el bienestar emocional y físico de los participantes, sino que también les brindó herramientas para comprender y valorar la naturaleza, fortaleciendo su conexión con el mundo que les rodea. En esta actividad se logró la participación de 42 personas mayores.

Actividad 5: Han participado 15 personas mayores; todos cumplieron con el trabajo de sembrar el captus, relacionaron su forma, su figura y las espinas con su vida, reflexionaron acerca del trato que merecen y lo vulnerables que se sienten en su salud; ademas se fortalecieron las praxias motoras y las capacidades mnésicas.

Actividad 6: En este momento final han participado 15 personas mayores; las cuales disfrutaron recordaron sus tiempos pasados navideños y lo felices que la pasaron. Fortaleciéndose los procesos gnosícos, visuales, táctiles y procesos mnésicos

* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

NOMBRE: ORLANDO HURTADO
CC: 4241309
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

No firma
NOMBRE: ROSA HELENA SUAREZ SUAREZ
CC: 53905734
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

No firma + Jorge Garay B
NOMBRE: MATILDE RODRIGUEZ
CC:28925708
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

NOMBRE: JORGE GARAY BUITRAGO
CC:19259227
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

No firma
NOMBRE: HERISCINDA GARZÓN.C
CC:20669722
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

NOMBRE: DIDIER ELI VILLAQUIRAN
CC:10475604
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 6

RAUL ARMANDO MARTINEZ MORENO:
Coordinador

Fecha de evaluación del encuentro: 31 de Octubre del 2024

Nombre del profesional que evalúa:Jhonatan Mosquera(Ambientes adecuados y seguros) Ruth Marin(Gerontologa) Diana Muñoz (Fisioterapeuta)

COMUNIDAD DE CUIDADO CAMINOS DE VIDA
CONVENIO 8135-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA ENTORNOS AMIGABLES Y SEGUROS

1. Guardianos del entorno (17/10/2024)



2. Arte de segundas oportunidades (29/10/2024)



3. Pequeños cambios, gran impacto (16/10/2024)



4. Jardines encantados (31/10/2024)



5. Mi casa común 2 y 15





6. Destreza Adaptativa 16 y 23 de Octubre.



