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 4

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: ____ Comunidad de Cuidado 1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: Centro Comunidad de Cuidado – Libertad

1.2 Localidad: Teusaquillo

2. Linea: Entornos Amigables y Seguros

2.1. Fecha de Ejecución:

3	9	2024	al	16	9	2024

2.2. Nombre del encuentro : 1. "Mi Casa Acogedora" 2. " Ambientes Positivos" 3."Comportamientos Seguros " 4. "Divercine"

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: María Mercedes Pachón Gutiérrez - Fisioterapeuta

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover la educación en seguridad, la inclusión, y pertenencia de las personas mayores de la Comunidad de Cuidado Libertad, en el uso adecuado de espacios físicos internos y externos, creando conciencia social y ambiental; utilizando las Tecnologías de la información y la comunicación (TICS) para tal fin, facilitando procesos de desarrollo integral al favorecer espacios seguros, agradables, y armónicos.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.Capacitar a las personas mayores en temas de seguridad, con el fin de proporcionarles los conocimientos y habilidades necesarias para identificar y prevenir riesgos de accidentes, actuar adecuadamente en situaciones de emergencia y mejorar su bienestar y seguridad personal cotidiana.
2.Promover la participación activa de las personas mayores en la elaboración de la decoración de los espacios de la Comunidad de Cuidado Libertad, sensibilizando sobre la importancia de crear ambientes acogedores, tranquilos y armónicos que contribuyan a su bienestar emocional, seguridad y calidad de vida. Mediante actividades creativas y charlas orientadas al crecimiento personal, para fortalecer el sentido de pertenencia y fomentar una convivencia enriquecedora en dichos entornos.
3.Facilitar el acceso a la información y el conocimiento sobre entornos nacionales e internacionales, y temas de actualidad respecto al medio ambiente, ciencia, arte, deporte, política, etc, que permita a las personas mayores su inclusión en los diferentes contextos y realidades de nuestro país y el mundo.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

ACTIVIDAD 1: MI CASA ACOGEDORA: Durante las sesiones de "Mi Casa Acogedora", los días 3, 4, y 8 de septiembre de 2024, en la Comunidad de Cuidado Libertad, se trabajará en conjunto con el equipo profesional y las personas mayores para crear un ambiente cálido y acogedor en las áreas principales. La temática del mes del amor y la amistad será el eje central de las decoraciones, buscando generar espacios que promuevan el bienestar emocional, el sentido de pertenencia y la interacción entre pares.

ACTIVIDAD 2: AMBIENTES POSITIVOS: La actividad "Ambientes Positivos" Se realizará el 4 de septiembre de 2024, fue diseñada para promover el crecimiento personal y fortalecer el bienestar emocional y la convivencia de las personas mayores en la Comunidad de Cuidado Libertad. En esta ocasión a través del audiovisual "Enfócate en ti mismo, Deja de Perder Tu Tiempo" de Jim Rohn y un conversatorio guiado, se busca fomentar la reflexión sobre el autocuidado y la resiliencia. El espacio fue cuidadosamente preparado para facilitar un ambiente de diálogo abierto y participativo. Esta dinámica permitirá compartir experiencias, y mejorar la armonía en su entorno.

ACTIVIDAD 3: COMPORTAMIENTOS SEGUROS: La actividad educativa se llevará a cabo los días 7, 16 de septiembre y está diseñada para personas mayores de la Comunidad de Cuidado Libertad, enfocándose en la concientización sobre el uso responsable del agua. Durante las sesiones, se abordarán temas clave como la importancia del agua, los efectos de su contaminación, las actividades humanas que más la contaminan y sus consecuencias. Además, se tratarán temas como el ahorro de agua en la cocina, el impacto ambiental de la ropa y los productos de higiene, y cómo reducir el consumo de agua en la higiene personal. Estos temas serán presentados a través de videos educativos, seguidos de una reflexión en grupo para fomentar la participación activa.

ACTIVIDAD 4: DIVERCINE: Para este mes se proyectará el día 8 de septiembre la película "Rampage"(2018) es una película de acción y ciencia ficción dirigida por Brad Peyton, El guion fue escrito por Ryan Engle, Carlton Cuse, Ryan J. Condal y Adam Sztykiel, con una historia centrada en un experimento genético que sale mal, transformando a varios animales, incluido un gorila llamado George, en gigantescas criaturas destructivas. La película está protagonizada por Dwayne Johnson como Davis Okoye, un primatólogo que se une a la Dra. Kate Caldwell (Naomie Harris) para detener el caos y salvar a su amigo gorila.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	ACTIVIDAD 1 MI CASA ACOGEDORA : Se alista los materiales para que estén organizados y accesibles. Estos incluyen cartón, papel seda, témperas, pegamento, tijeras, pinceles, cintas adhesivas y otros elementos decorativos. De acuerdo con las capacidades y preferencias de cada persona mayor, se distribuyen las actividades. Algunos se encargan de cortar el papel para hacer las figuras de corazones, mientras que otros pintan o decoran los corazones. Esta distribución tiene en cuenta las habilidades motrices y cognitivas de las personas mayores, promoviendo un ambiente inclusivo. Se ofrece instrucciones claras y sencillas para la elaboración de corazones en varios tamaños y colores (rojo, rosado, violeta, salmón, blanco). Las indicaciones se acompañan de demostraciones prácticas para facilitar el proceso de creación. Se promueve el trabajo en grupos, fomentando la interacción social y el apoyo mutuo. Se brinda ayuda cuando es necesario, pero alentando la autonomía. Una vez que las figuras de corazones y otros elementos decorativos están listos, se procede a la colocación en las áreas principales de la comunidad (salas comunes, comedores). Se les anima a sugerir ideas sobre dónde y cómo colocar las decoraciones, fortaleciendo el sentido de pertenencia. ACTIVIDAD 2 AMBIENTES POSITIVOS: La actividad "Ambientes Amigables" se lleva a cabo en la Comunidad de Cuidado Libertad. Para ello, se convoca a las personas mayores a participar en una sesión donde observan y escuchan el audiovisual "Enfócate En Ti Mismo, Deja de Perder Tu Tiempo" del reconocido orador motivacional Jim Rohn, centrado en la importancia del desarrollo personal como clave para alcanzar el éxito y la realización. Se prepara el espacio, habilitando un ambiente cómodo y accesible para todos los asistentes. Se disponen el computador y una pantalla de televisión conectada a la plataforma de YouTube. Antes de iniciar el audiovisual, Se introduce el tema, destacando el valor de la reflexión personal y cómo este proceso contribuye a un ambiente más armonioso y tranquilo. Durante el transcurso del video, se realiza un conversatorio dinámico, en el que las personas mayores comparten sus opiniones y experiencias sobre cómo el autocuidado y el crecimiento personal han influido en sus vidas. Se modera la charla, fomentando la expresión abierta y el diálogo respetuoso, ampliando los temas propuestos en el audiovisual y permitiendo que los participantes reflexionen sobre sus propios procesos de autoconfianza, resiliencia y bienestar emocional. ACTIVIDAD 3 COMPORTAMIENTOS SEGUROS: Se organiza el espacio y elementos como el computador, el video beam y el telón. La actividad educativa con personas mayores se enfoca en la importancia del agua y sus múltiples implicaciones para la vida diaria y el medio ambiente. Se emplean videos educativos para ilustrar temas clave, seguidos de una discusión en grupo para reflexionar y compartir experiencias personales. Los temas tratados incluyen: 1.Importancia del agua: Se muestra cómo el agua es esencial para la vida humana, la salud y el bienestar, así como para los ecosistemas. 2.Efectos de la contaminación del agua: A través de ejemplos, se exploran las principales fuentes de contaminación, como residuos industriales y plásticos, y sus efectos devastadores en el ambiente y la salud. 3.Actividades que más contaminan el agua y sus consecuencias: Los videos destacan prácticas como el mal uso de pesticidas y detergentes, que contribuyen al deterioro de ríos y mares. 4.Un mundo sin agua: Este bloque muestra escenarios sobre lo que sucedería si los recursos de agua se agotaran, despertando conciencia sobre la crisis del agua a nivel global. 5.Ahorro de agua en la cocina: Se dan consejos prácticos, como reducir el consumo de agua al lavar los platos o cocinar 6.Impacto ambiental de la ropa: Se explica el uso intensivo de agua en la producción textil y cómo optar por una moda sostenible ayuda a minimizar el impacto. 7.Productos de higiene y su impacto: Se aborda el impacto de los productos de higiene en la contaminación del agua, sugiriendo alternativas más ecológicas. 8.Reducción del consumo de agua en la higiene: Los videos ofrecen estrategias simples para reducir el uso de agua en actividades cotidianas, como el uso racional en duchas. ACTIVIDAD 4 DIVERCINE: Se indica a las personas mayores la ficha técnica de la película y se indica que "Rampage" es la historia de Davis Okoye, un primatólogo que tiene una relación cercana con un gorila albino llamado George. Todo cambia cuando un experimento genético, llevado a cabo por una corporación corrupta, sale mal y transforma a George y a otros dos animales —un lobo y un cocodrilo— en gigantescas criaturas agresivas que comienzan a causar destrucción masiva en distintas ciudades de Estados Unidos. A medida que los animales mutados avanzan hacia Chicago, destruyendo todo a su paso, Davis se une a la Dra. Kate Caldwell, una ex científica de la corporación responsable del experimento, para intentar encontrar una cura y salvar a George. Al mismo tiempo, las autoridades tratan de detener a las bestias por cualquier medio. Mientras tanto, los verdaderos villanos, los ejecutivos de la empresa responsable, Claire y Brett Wyden, intentan aprovechar el caos para sus propios fines. La película culmina en una batalla masiva en el centro de Chicago, donde Davis y George, que recupera algo de su control gracias a un antídoto, luchan juntos para derrotar a las criaturas restantes y detener la devastación.

3.3.3. MOMENTO FINAL	ACTIVIDAD 1 MI CASA ACOGEDORA: Al finalizar, se recoge el material, y se deja en un sitio ventilado para dar secado a la pintura, se organiza el espacio, Se recuerda a las personas mayores la importancia de participar en este tipo de actividades para contribuir a mantener un entorno amigable, y un envejecimiento activo. ACTIVIDAD 2 AMBIENTES POSITIVOS : Se realiza una conclusión de la temática tratada resaltando la importancia de la reflexión personal, la motivación personal y la superación como pilares fundamentales para alcanzar una vida plena y satisfactoria. Se destaca que la verdadera motivación y superación provienen de uno mismo, y que cada persona tiene poder de decisión sobre su destino y alcanzar la felicidad deseada. ACTIVIDAD 3: COMPORTAMIENTOS SEGUROS: Al finalizar, se realizó una puesta en común donde las personas mayores compartieron sus reflexiones, dudas y posibles acciones para implementar lo aprendido en su día a día. La actividad no solo fue informativa, sino también transformadora, promoviendo hábitos responsables y sostenibles. ACTIVIDAD 4 DIVERCINE: Al terminar la película, las personas mayores expresaron una sus impresiones. Algunos destacaron los efectos visuales impresionantes y las emocionantes secuencias de acción, reconociendo la magnitud de la destrucción y lo asombroso de los animales gigantes. Otros se enfocaron en el mensaje emocional de la relación entre Davis y George, subrayando la importancia de la amistad, el cuidado de los animales y la lealtad. Algunos comentaron sobre la exageración de la trama, mencionando que, aunque fue entretenida, la premisa les resultó un tanto inverosímil o fantasiosa, lo que les pareció divertido o difícil de aceptar. También reflexionaron sobre la irresponsabilidad científica mostrada en la película, cuestionando los peligros de la manipulación genética y el poder de las corporaciones sin escrúpulos.

3.4 RECURSOS	
Computador, pantalla de televisión, video beam, telón mesa, sillas, presentación de powerpoint, plataforma de youtube, papel seda, papel creppe cartón, tijeras, pegante, silicona, temperas de diferentes colores, pinceles, plásticos protectores.	Personas mayores de la Comunidad de Cuidado Libertad. Fisioterapeuta

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

ACTIVIDAD 1 MI CASA ACOGEDORA:
En la actividad se logró un buen nivel de participación de las personas mayores. Al ofrecer diferentes roles como cortar papel, pintar, o decorar, se respetaron los niveles de habilidad motriz y cognitiva, permitiendo que cada persona contribuyera de manera significativa. Se logró la inclusión en la actividad de acuerdo con sus capacidades y preferencias individuales. Se brindó apoyo a quienes necesitaron de ayuda en ciertas tareas, haciendo énfasis en promover la autonomía. Esto impactó positivamente en su autoestima. El enfoque en el trabajo en grupos y el apoyo mutuo potenció la interacción social. Las personas mayores tuvieron la oportunidad de colaborar entre sí, compartiendo experiencias y conocimientos. Este aspecto resultó en un ambiente amigable y de confianza, lo que facilitó y reforzó el sentido de comunidad. La retroalimentación positiva constante fue un elemento clave para fortalecer el bienestar emocional. Las personas mayores mostraron satisfacción al ver sus aportes reflejados en la decoración final. La actividad permitió a las personas mayores explorar su creatividad a través de la creación de corazones en diferentes tamaños y colores. Este proceso no solo fue gratificante a nivel emocional, sino que también estimuló habilidades cognitivas como la atención, la coordinación y la planificación. Al tener que tomar decisiones sobre formas, colores y distribución de los elementos, los participantes ejercitaron su capacidad de resolución de problemas y planificación. Participaron 46 personas mayores

AMBIENTES POSITIVOS
Durante la sesión, los asistentes demostraron un alto nivel de interés y compromiso al compartir sus experiencias personales, lo que fomentó un ambiente de confianza y apertura. se destacó el valor del conversatorio, que permitió a las personas mayores reflexionar sobre el autocuidado, la resiliencia y el crecimiento personal, temas que están directamente relacionados con la mejora de su bienestar emocional y mental. A nivel grupal, la actividad fortaleció las relaciones interpersonales y promovió una mayor cohesión social dentro de la comunidad, contribuyendo a un ambiente más armonioso y agradable para todos. Además, la oportunidad de expresar sus pensamientos y escuchar a los demás generó un sentimiento de apoyo mutuo y pertenencia, lo que favorece una mayor calidad de vida en su entorno. Este espacio de interacción sirvió para fortalecer el sentido de comunidad y promover un ambiente más amigable dentro de la institución. Las personas mayores no solo compartieron momentos de crecimiento personal, sino que también se vieron motivadas a aplicar estas reflexiones en su vida diaria, mejorando su bienestar individual y contribuyendo positivamente al entorno colectivo. Participaron 45 personas mayores

COMPORTAMIENTOS SEGUROS: Esta actividad educativa tuvo resultados positivos tanto en términos de aprendizaje como de impacto en la vida cotidiana de las personas mayores. El tema se presentó de manera clara y visualmente atractiva sobre el uso y la preservación del agua, lo que facilitó la comprensión de los temas tratados. Las discusiones grupales permitieron que las personas mayores reflexionaran sobre sus hábitos personales y compartieran experiencias, enriqueciendo el proceso de aprendizaje de forma colaborativa.
Uno de los principales beneficios observados fue el aumento en la conciencia sobre la importancia del agua y las acciones individuales para su preservación. Las personas mayores mostraron interés en adoptar cambios sencillos en su rutina diaria, como reducir el consumo de agua en la higiene personal, optando por alternativas más sostenibles. Además, el enfoque práctico y realista de los videos ayudó a que las personas mayores entendieran el impacto de sus decisiones de consumo, especialmente en áreas como la adquisición de ropa y productos de higiene. A nivel emocional y social, la actividad también fortaleció la confianza y el sentido de pertenencia, ya que las personas mayores se sintieron valoradas al poder compartir sus opiniones y contribuir a un diálogo constructivo sobre el medio ambiente. Esto no solo estimula su participación activa en la comunidad, sino que también promueve el bienestar emocional al fomentar un sentido de propósito, al cuidar el entorno y nuestro medio ambiente. La actividad educó sobre el uso responsable del agua, y empoderó a las personas mayores, haciéndoles sentir que pueden hacer una diferencia significativa en su entorno, parar mejora su calidad de vida y su integración en temas globales
Participan 43 personas mayores

ACTIVIDAD 4 DIVERCINE: Posterior a la proyección de la película "Rampage" se realizó un intercambio de opiniones que generó un ambiente dinámico y reflexivo, Las personas mayores mostraron un alto nivel de participación, y lograron profundizar en temas como la ciencia ficción, la ética científica y las relaciones humanas. Esta actividad estimuló su cognición al ejercitar su pensamiento crítico y habilidades de análisis, al reflexionar sobre la trama y los dilemas éticos de la película. Además, la conexión emocional con los personajes les permitió expresar sus propias emociones en torno a la amistad y la lealtad, fomentando la empatía y un sentido de comunidad. El espacio también favoreció la socialización, fortaleciendo las relaciones interpersonales y ayudando a combatir el aislamiento social. Por otro lado, el entretenimiento ofrecido por la película, con su acción y efectos visuales, proporcionó momentos de disfrute y relajación, contribuyendo al bienestar emocional de los participantes. La actividad brindo un espacio de entretenimiento y diversión al mismo tiempo promovió las funciones cognitivas, la interacción social y de inclusión. En la actividad participaron 40 personas mayores.
En constancia de lo anterior firman:

Actividad 1: Clara Inés Giraldo Castañeda	c.c.51623584	Clara Giraldo.
Actividad 2: Alba Muñoz	c.c. 53905962	Alba Muñoz
Actividad 3 Ana Isabel Otalora Moreno	c.c. 51567903	Ana Otalora
Actividad 4: Briceida López Mendoza	c.c. 41739958	
María Mercedes Pachón Gutiérrez - Fisioterapeuta		
Laura Xiomara Reina Iara- Coordinadora		
Fecha de evaluación del encuentro: 16 /9 /2024		
Nombre del profesional que evalúa: María Mercedes Pachón Gutiérrez		

REGISTRO FOTOGRÁFICO ENTORNOS AMIGABLES Y SEGUROS

MI CASA ACOGEDORA 3/9/2024



MI CASA ACOGEDORA 4/9/2024




Comunidad de Cuidado Libertad
#Teusaquillo Calle 39 21 30
8/9/2024 10:38 a. m.


Comunidad de Cuidado Libertad
#Teusaquillo Calle 39 21 30
8/9/2024 11:07 a. m.


Comunidad de Cuidado Libertad
#Teusaquillo Calle 39 21 30
8/9/2024 12:08 p. m.

AMBIENTES POSITIVOS 4/8/2024

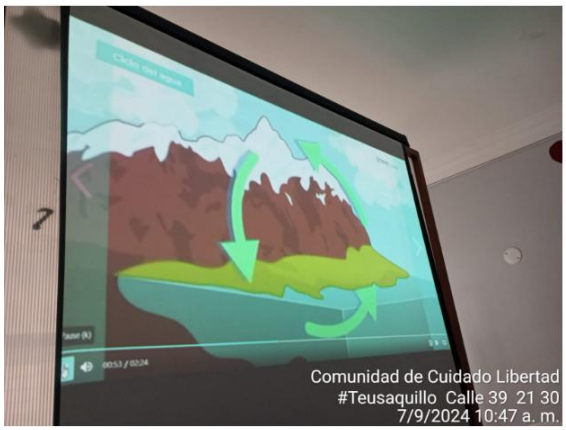




COMPORTAMIENTOS SEGUROS “LA IMPORTANCIA DEL AGUA 7/9/2024









LA IMPORTANCIA DEL AGUA 16/9/2024





DIVERCINE PELÍCULA “RAMPAGE” 8/9/2024



