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 Página: 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. Linea: Espacios para la realizacion 2.1. Fecha de Ejecución: 6 5 2024 al 24 5 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Eureka juegos del ayer, 2. Motriz Mente, 3. Canitas al aire, 4. Ejercitate sin limites, 5. Cuidando el entorno, 6. Reconociendo mi entorno.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Wendy Yulanny Álvarez (Terapeuta Ocupacional)-Yennifer Tatiana Murcia (Ed Física)-Ruth Stella Marín (Gerontologa)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Favorecer el envejecimiento activo de las personas mayores, por medio de actividades motrices lúdicas y de reconocimiento del entorno, para el mantenimiento de la calidad de vida.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Actividad 1: Mantener las habilidades motrices básicas en las personas mayores, utilizando juegos autóctonos tradicionales tales como rana, tejo, boli rana, mediante actividades lúdico recreativas.

Actividad 2: Mantener las habilidades motrices básicas en las personas mayores, utilizando juegos autóctonos tradicionales tales como rana, tejo, boli rana, mediante actividades lúdico recreativas.

Actividad 3: Favorecer el mantenimiento físico de las personas mayores por medio de actividades motrices grupales y caminatas al aire libre para evitar el sedentarismo y la inmovilidad.

Actividad 4: Favorecer el mantenimiento físico de las personas mayores por medio de actividades motrices grupales y caminatas al aire libre para evitar el sedentarismo y la inmovilidad.

Actividad 5: Fomentar en las personas mayores el cuidado del entorno mediante actividades que se adapten a su situación de discapacidad, logrando un libre desarrollo de la personalidad cuidado por si mismo y de los demás.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1: Actividad 1: Se convocaron a las personas mayores, se organizó el espacio donde se realizaron las actividades (juegos de mesa, rana, dominó, billar, mini tejo, parques,bolos, bingo loteria y rompecabezas), se ubicaron las mesas y grupos de 4 personas. Se inició con un movilidad articular de tren superior, se explicó la metodología de la actividad y procedió ajugar e interactuar con sus pares. Se programaron la actividades para los días 06, 14 y 20 de mayo del 2024.
	Actividad 2: Se convocaron a las personas mayores, se realizó movilidad articular y elongación muscular dirigida durante 5 minutos aproximadamente, se explicó la metodología de las actividades propuestas y se facilitó el material para su desarrollo. Se programaron las actividades para los dias 08, 16 y 22 de mayo del 2024.
	Actividad 3: Se convocaron a las personas mayores, se aplicó bloqueador con ayuda del personal de enfermería , se utilizaron los chalecos reflectivos e identificación de las personas mayores, por medio de carnets.Además se solicitó apoyo interdisciplinar al área de nutriciòn, para la hidratación y refrigerios. Se realizó una movilidad articular y se socializaron las instrucciones de la caminata. Se programaron las actividades para los días 09, 17 y 21 de mayo del 2024.
	Actividad 4: Se acondiciona el lugar donde se va a desarrollar la actividad y se vinculan las personas mayores en el area establecida y se garantiza el cumplimiento de los lineamientos establecidos en los protocolos de bioseguridad. Se desarrolla satisfactoriamente la actividad propuesta, sin presentar novedades o complicaciones con las personas mayores. Las actividades se llevaron acabo para los días: 6-8-9-15-17-21-23 de mayo 2024.
	Actividad 5: Se prepara el lugar donde se va llevar a cabo la actividad se procede a vincualr a las personas mayores participantes se preprán las mesas se explica la dimamica de la actividad propuesta se enseña y explica el manejo del articulo que hace parte de esta actividad dinamica llamado " Dado" se desarrolla el día 9 de Mayo.
	Actividad 6: Se invitaron a las personas mayores a que participe en la actividades de recorrido del entorno y el disfrute de la naturaleza por medio del contacto con el agua, la tierra,la arena, lodo, hierba, y flores. La actividad se realizo los dias 14-24 de Mayo del 2024.
3.3.2 MOMENTO CENTRAL	Actividad 1: Las personas mayores interactuaron con sus pares, por medio de los diferentes juegos. Se fomentaron procesos cognitivos, fisicos y sociales.
	Actividad 2: Se ubicaron a las personas mayores, se le facilitó a cada persona un elemento para realizar la actividad propuesta, con direccionamiento verbal y físico, además se realizaron adaptaciones de ejercicios de tren superior e inferior teniendo en cuenta la posibilidades de movimiento de las personas mayores.
	Actividad 3: Se inició el recorrido de la caminata, se realizaron pausas en intervalos de 5 minutos, se verificaron los signos vitales con ayuda del auxiliar de enfermería acompañante y pausas para hidratación. Durante el recorrido también se realizaron charlas sobre la fauna y flora.
	Actividad 4: Se realiza la actividad en los diferentes escenarios con el objetivo de promover el habito del ejercicio, sensibilizar sobre la importancia y los beneficios del mismo como mantener capacidades de relajación, reducir el riesgo de hipertensión y enfermedades cardiovasculares, además disminuir la dificultad cardiopulmonar involucrar al programa ejercitate sin limites a las personas mayores en cual se realizan actividades fisicas grupales en diferentes áreas del centro y cumpliendo así con lo programado en el programa.
	Actividad 5: En este momento ya los participantes han identificado el objeto ludico que se hace participe de esta actividad el DADO. los participantes especialmente los caballeros lo reconocen como un objeto de juego de la epoca. recuerdan que con este pequeño par de dados se jugarón fortunas; algunos recuerdan que era un juego prohibido por que algunas veces se perdia la vida por echar la fortuna en el juego de los Dados.
	Actividad 6: Se realizó un recorrido de las personas mayores las que deambulan por diferentes espacios de hogar para que cambien de rutina y de ambientes.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1: Se realizó una elongación muscular durante 5 minutos, tiempo de hidratación y por último un feedback sobre la actividad realizada.
	Actividad 2: Se realizó una elongación muscular durante 5 minutos, tiempo de hidratación y por último un feedback sobre la actividad realizada.
	Actividad 3: Se realizó una elongación muscular durante 5 minutos, tiempo de hidratación, conteo de las personas mayores, toma de signos vitales y por último un feedback sobre la actividad realizada.
	Actividad 4: Se continuó actividades como gimnasia pasiva , rumbaterapia, caminatas cortas, rutinas de estiramiento con balon de bobad, trabajo con pesas, bandas, balones.
	Actividad 5:Se identifica además con este juego los numeros que componén el juego de los Dados tales como el sentido de tirar el dado y que salgan pares de 2,4,6.o impares como 1, 3, 5. se identifica la sumatoria de las tiradas. trabajando con ello las praxias visuales y sumatorias
	Actividad 6: Se realizó retroalimentación y preguntas de satisfacción con respecto a las actividades realizadas.

3.4 RECURSOS

Televisor	Gerontologos
Computador	Terapeutas Ocupacionales
Cartulina color Negro	Talleristas
Lapices color blanco	Fisioterapeuta- Educadora Fisica
Papel de colores	Hidratación y refrigerios
Tijeras	Personas Mayores
Sillas	Chalecos
Dados didacticos	Bloqueador
Cinta	Cintas, Balones, Juegos de mesa, Aros
Parlante	Carnets de identificación

Powered by CamScanner

Microfono	Auxiliares de enfermería

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Las actividades proyectadas se realizaron en su totalidad, contando con la participación de 100 personas mayores. Durante la retroalimentación, expresaron agrado por las actividades desarrolladas. Se utilizaron como medios de verificación el registro fotográfico y formato de registro de actividades.

Actividad 2: Las actividades proyectadas se realizaron en su totalidad, contando con la participación de 100 personas mayores. Durante la retroalimentación, expresaron agrado por las actividades desarrolladas. Se utilizaron como medios de verificación el registro fotográfico y formato de registro de actividades.

Actividad 3: Las actividades proyectadas se realizaron en su totalidad, contando con la participación de 40 personas mayores. Durante la retroalimentación, expresaron agrado por las actividades desarrolladas. Se utilizaron como medios de verificación el registro fotográfico y formato de registro de actividades.

Actividad 4: En esta actividad se integraron personas mayores realizando actividad terapeutica logrando a cabalidad lo planteado donde se observó la participación activa de las personas mayores en todos los ejercicios cinéticos y mecánicos propuestos.

Actividad 5: En esta actividad Participan 25 personas mayores las cuales lográn fortalecer sus procesos Tagogicos práxicos, auditivos y sumatorios.

Actividad 6: Se realizó retroalimentación y preguntas de satisfacción con respecto a las actividades realizadas.

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

NO FIRMA

NOMBRE: LUZ MARIA CAMACHO MUÑOZ
CC: 41458478
ACTIVIDAD 1

NO FIRMA

NOMBRE:CRISTINA PARRA
CC:53906352
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

NOMBRE: HECTOR BARRIOS
CC: 79267528
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

NO FIRMA

NOMBRE: MARIA HELENA BARRERA POVEDA
CC: 53905885
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

NOMBRE: Ines Totena
CC:28934977
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

NO FIRMA

NOMBRE: LILIA SÁNCHEZ
CC: 20183605
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 6

RAUL ARMANDO MARTINEZ MORENO:
Coordinador

Fecha de evaluación del encuentro: 24 mayo 2024

Nombre del profesional que evalúa: Ruth Stella Marin (Gerontologa)

Powered by CamScanner

COMUNIDAD DE CUIDADO CAMINOS DE VIDA
CONVENIO 8829-2023
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA ESPACIOS PARA LA REALIZACIÓN

1. Eureka juegos del ayer

6 de mayo



14 de mayo



20 de mayo



2. Motriz Mente

08 de mayo



16 de mayo



22 de mayo



3. Canitas al aire

09 de mayo



17 de mayo



21 de mayo



4. Ejercítate sin límites

6 de mayo 2024



8 de mayo 2024



9 de mayo 2024



15 de mayo 2024



17 de mayo 2024



21 de mayo 2024



23 de mayo 2024



5. Cuidando el entorno

Actividad 9 de mayo 2024 “Dado”



6. Reconociendo mí entorno.

14 de mayo 2024



24 de mayo 2024

