ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. Secretaría Integración Social	SERVICIO COMEDORES COMUNITARIOS COMPONENTE INCLUSIÓN SOCIAL ESTRATEGIA DE TRANSFORMACIÓN DE IMAGINARIOS DEL COMEDOR COMUNITARIO	FORMATO NO CONTROLADO

INFORMACIÓN GENERAL						
NOMBRE ESAL	Corporación para el Desarrollo Social Sinapsis CORSINAPSIS		**Nº CONVENIO/VIGENCIA**	7354-2024	**COMEDOR COMUNITARIO**	113349-CCCP 08-006-Lagos de Timiza
COBERTURA CONTRATADA	200	**IMPACTO (25%)**	50	**PROFESIONAL SOCIAL**	Susana Caterine Cárdenas Meza	

RESUMEN DE LA ESTRATEGIA DE TRANSFORMACIÓN DE IMAGINARIOS DEL COMEDOR COMUNITARIO			
TÍTULO DE LA ESTRATEGIA DE TRANSFORMACIÓN DE IMAGINARIOS DEL COMEDOR COMUNITARIO	Renueva Energía		
CANTIDAD DE BENEFICIARIOS A QUIEN ESTÁ DIRIGIDA	55	**CANTIDAD DE GRUPOS CONFORMADOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA**	2
DESCRIPCIÓN SITUACIÓN ACTUAL	Con el paso de los años el estado físico de las personas con dificultad de movilidad articular se ve reducida y así mismo esta facilita la aparición de otras enfermedades ligadas al sedentarismo como problemas de sobrepeso, lesiones y temas cardiacos. Para hacer frente a la evolución propia de la edad, se pueden realizar actividades y adquirir hábitos de vida saludables para proponer estrategias de afrontamiento a las consecuencias de enfermedades. Ahora bien, una vez que identificamos cual es la importancia de la movilidad articular en las personas mayores , Su principal relevancia se encuentra en el mantenimiento de la independencia, ya que debido al envejecimiento y a una vida sedentaria las posibilidades de desarrollar problemas y enfermedades aumenta. Eso supone una mayor dependencia a la hora de realizar sus actividades diarias con normalidad. Entonces, ¿Cuál es la ventaja de la movilidad articular en personas mayores? Su principal relevancia se encuentra en el mantenimiento de la independencia. Eso supone una mayor dependencia a la hora de realizar sus actividades diarias con normalidad, El mantenimiento de esta permitirá conservar gran parte de su función articular y del rango de movimiento, además de una mejora en el tono muscular. Gracias a ello se podrá disminuir la fatiga del cuerpo en general y no volverse totalmente dependiente.		
OBJETIVO GENERAL	desarrollar acciones de actividad física con las personas mayores del comedor Lagos de Timiza		
DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA DE LA ESTRATEGIA	Trabajar con dos (2) grupos distintitos la misma temática, cada grupo participará de tres (3) encuentros dirigidos por un profesional de actividad física Iniciando cada uno de los encuentros se iniciará dando una breves explicación de lo que se tratará en cada sesión con el ánimo de que los beneficiarios se sientan orientados. Se continuarán las jornadas con sesiones de movilidad donde tendrá duración de 30 minutos. Indicando con: -Sesiones de calentamiento (10 minutos) Iniciando con distintos ejercicios para calentar las articulaciones. Los realizamos con todos los beneficiarios personas mayores. Continuando con -Circuito de mecanoterapia (10 minutos) los beneficiarios del servicio Mayores hicieron tres actividades para trabajar tanto los miembros superiores como inferiores. -Ejercicios con picas (10 minutos) En este ejercicio, cada uno de los participantes cogió una pica con las manos. El objetivo fue movilizar los miembros superiores y el tronco gracias a movimientos específicos que se indicaba -Mover las muñecas -Mejorar la movilidad en hombros -Mover la cadera -Movilidad del cuello y cabeza -Estirar los tobillos Para finalizar cada encuentro el profesional a cargo realizará recomendaciones a los beneficiarios del comedor para preservar la movilidad articular, realizar actividad todos los días, de 15 a 30 minutos. Así mismo se hará entrega de fotocopiado por hogar familiar participante que al final de las sesiones será un documento guía de movilidad articular para realizar en casa.		
TEMAS Y SUBTEMAS QUE SE DESARROLLARÁN EN LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA DE TRANSFORMACIÓN DE IMAGINARIOS	**TEMA 1**	La movilidad reducida en personas mayores	
	SUBTEMAS	1. Beneficios de incluir trabajo de movilidad en tu rutina diaria	
		2. Cómo trabajar la movilidad de manera general	
		3. Sesión de movilidad	
	TEMA 2		
	SUBTEMAS	1.	
		2.	
		3.	
	TEMA 3		
	SUBTEMAS	1.	
		2.	

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. Secretaría Integración Social	**SERVICIO COMEDORES COMUNITARIOS** **COMPONENTE INCLUSIÓN SOCIAL** **ESTRATEGIA DE TRANSFORMACIÓN DE IMAGINARIOS DEL COMEDOR COMUNITARIO**	**FORMATO NO CONTROLADO**

INFORMACIÓN GENERAL					
NOMBRE ESAL	Corporación para el Desarrollo Social Sinapsis CORSINAPSIS	**Nº CONVENIO/VIGENCIA**	7354-2024	**COMEDOR COMUNITARIO**	113349-CCCP 08-006-Lagos de Timiza
			3.		
		TEMA 4			
		SUBTEMAS	1.		
			2.		
			3.		
		TEMA 5			
		SUBTEMAS	1.		
			2.		
			3.		
RESULTADOS ESPERADOS		Fomentar la movilidad en las personas mayores tiene un efecto positivo en todas las áreas de bienestar humano			

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. Secretaría Integración Social	SERVICIO COMEDORES COMUNITARIOS COMPONENTE INCLUSIÓN SOCIAL ESTRATEGIA DE TRANSFORMACIÓN DE IMAGINARIOS DEL COMEDOR COMUNITARIO	FORMATO NO CONTROLADO

INFORMACIÓN GENERAL					
NOMBRE ESAL	Corporación para el Desarrollo Social Sinapsis CORSINAPSIS	**Nº CONVENIO/VIGENCIA**	7354-2024	**COMEDOR COMUNITARIO**	113349-CCCP 08-006-Lagos de Timiza

IMPLEMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA DE TRANSFORMACIÓN DE IMAGINARIOS DEL COMEDOR COMUNITARIO

GRUPO 1

CANTIDAD DE BENEFICIARIOS PARTICIPANTES:	25	FECHA DE LOS ENCUENTROS CON LOS BENEFICIARIOS		
		SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3

DISTRIBUCIÓN POBLACIONAL							
DE 1 A 5 AÑOS	DE 6 A 12 AÑOS	DE 13 A 17 AÑOS	DE 18 A 24 AÑOS	DE 25 A 59 AÑOS	DE 60 AÑOS O MAS	HOMBRES	MUJERES
				20	30	x	x

TEMA	
SUBTEMAS	

RESULTADOS OBTENIDOS

GRUPO 2

CANTIDAD DE BENEFICIARIOS PARTICIPANTES:		FECHA DE LOS ENCUENTROS CON LOS BENEFICIARIOS		
		SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3

DISTRIBUCIÓN POBLACIONAL							
DE 1 A 5 AÑOS	DE 6 A 12 AÑOS	DE 13 A 17 AÑOS	DE 18 A 24 AÑOS	DE 25 A 59 AÑOS	DE 60 AÑOS O MAS	HOMBRES	MUJERES
				20	30	x	x

TEMA	
SUBTEMAS	

RESULTADOS OBTENIDOS

GRUPO 3

CANTIDAD DE BENEFICIARIOS PARTICIPANTES:		FECHA DE LOS ENCUENTROS CON LOS BENEFICIARIOS		
		SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3

DISTRIBUCIÓN POBLACIONAL							
DE 1 A 5 AÑOS	DE 6 A 12 AÑOS	DE 13 A 17 AÑOS	DE 18 A 24 AÑOS	DE 25 A 59 AÑOS	DE 60 AÑOS O MAS	HOMBRES	MUJERES

TEMA	
SUBTEMAS	

RESULTADOS OBTENIDOS

GRUPO 4

CANTIDAD DE BENEFICIARIOS PARTICIPANTES:		FECHA DE LOS ENCUENTROS CON LOS BENEFICIARIOS		
		SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3

DISTRIBUCIÓN POBLACIONAL							
DE 1 A 5 AÑOS	DE 6 A 12 AÑOS	DE 13 A 17 AÑOS	DE 18 A 24 AÑOS	DE 25 A 59 AÑOS	DE 60 AÑOS O MAS	HOMBRES	MUJERES

TEMA	
SUBTEMAS	

RESULTADOS OBTENIDOS

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. Secretaría Integración Social	SERVICIO COMEDORES COMUNITARIOS COMPONENTE INCLUSIÓN SOCIAL ESTRATEGIA DE TRANSFORMACIÓN DE IMAGINARIOS DEL COMEDOR COMUNITARIO	FORMATO NO CONTROLADO

INFORMACIÓN GENERAL					
NOMBRE ESAL	Corporación para el Desarrollo Social Sinapsis CORSINAPSIS	**Nº CONVENIO/VIGENCIA**	7354-2024	**COMEDOR COMUNITARIO**	113349-CCCP 08-006-Lagos de Timiza

GRUPO 5							
CANTIDAD DE BENEFICIARIOS PARTICIPANTES:				**FECHA DE LOS ENCUENTROS CON LOS BENEFICIARIOS**			
				SESIÓN 1	**SESIÓN 2**	**SESIÓN 3**	
DISTRIBUCIÓN POBLACIONAL							
DE 1 A 5 AÑOS	**DE 6 A 12 AÑOS**	**DE 13 A 17 AÑOS**	**DE 18 A 24 AÑOS**	**DE 25 A 59 AÑOS**	**DE 60 AÑOS O MAS**	**HOMBRES**	**MUJERES**
TEMA							
SUBTEMAS							
RESULTADOS OBTENIDOS							

OBSERVACIONES

Estrategia transformación de imaginarios.

Lagos de Timiza Comedor <C_7354-2024_LagosdeTimiza@outlook.com>

Sáb 01/06/2024 20:36

Para:oerazo@sdis.gov.co <oerazo@sdis.gov.co>

1 archivos adjuntos (42 KB)

FORMATO_ESTRATEGIA_TRANSFORMACIÓN_IMAGINARIOS.xlsx;

Buenas noches, estimado Otoniel.

Dando cumplimiento a lo pactado en el anexo técnico "Diseñar la estrategia Transformación de Imaginarios en el modelo establecido por la SDIS, dirigida como mínimo al veinticinco por ciento (25%) de las personas beneficiarias del Comedor Comunitario sobre la cobertura contratada".

Adjunto documento en mención, atenta a sugerencias.

Cordialmente,

Susana Cárdenas Meza
Profesional social
Comedor Lagos de Timiza

RE: Estrategia transformación de imaginarios.

Otoniel Fernando Erazo Tijo <oerazo@sdis.gov.co>
Lun 12/08/2024 21:33
Para:C_7354-2024_LagosdeTimiza <C_7354-2024_LagosdeTimiza@outlook.com>

1 archivos adjuntos (42 KB)
EdTISC_LAGOS_TIMIZA.xlsx;

Querida profesional social, recibe un cordial saludo

Con el noble deseo para que te encuentres bien.

Después de revisar la Estrategia de Transformación de Imaginarios del Comedor Comunitario, se aprueba para su implementación según lo establecido en el anexo técnico del componente Inclusión Social del servicio Comedores Comunitarios.

Se realizaron ajustes en la redacción de lo propuesto, revisa el documento adjunto, si estas de acuerdo, procede con la implementación.

Agradecemos, en nombre de los beneficiarios del servicio del Comedor Comunitario, el tiempo dedicado al diseño de la Estrategia, así como el objetivo que pretendes alcanzar.

Un abrazo

Cordialmente,

BOGOTÁ
Otoniel Fernando Erazo Tijo
Profesional - Proyecto 7745
Subdirección de Nutrición
Secretaría Distrital de Integración Social
Dirección: Carrera 7 N° 32 – 12 Piso 23

De: Lagos de Timiza Comedor <C_7354-2024_LagosdeTimiza@outlook.com>
Enviado: sábado, 1 de junio de 2024 20:36
Para: Otoniel Fernando Erazo Tijo <oerazo@sdis.gov.co>
Asunto: Estrategia transformación de imaginarios.

Buenas noches, estimado Otoniel.

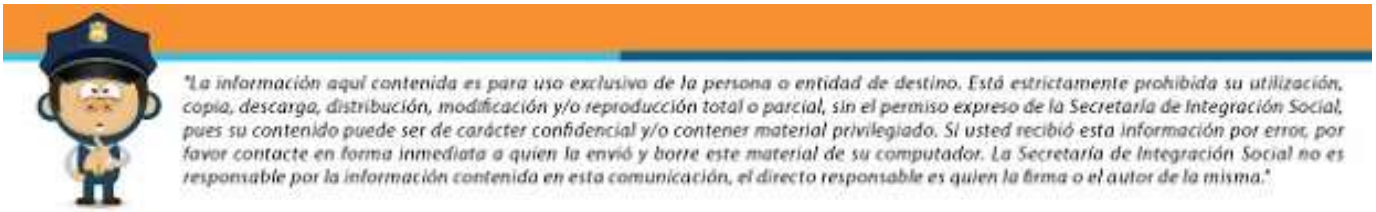
Dando cumplimiento a lo pactado en el anexo técnico "Diseñar la estrategia Transformación de Imaginarios en el modelo establecido por la SDIS, dirigida como mínimo al veinticinco por ciento (25%) de las personas beneficiarias del Comedor Comunitario sobre la cobertura contratada".

Adjunto documento en mención, atenta a sugerencias.

Cordialmente,

Susana Cárdenas Meza
Profesional social
Comedor Lagos de Timiza





"La información aquí contenida es para uso exclusivo de la persona o entidad de destino. Está estrictamente prohibida su utilización, copia, descarga, distribución, modificación y/o reproducción total o parcial, sin el permiso expreso de la Secretaría de Integración Social, pues su contenido puede ser de carácter confidencial y/o contener material privilegiado. Si usted recibió esta información por error, por favor contacte en forma inmediata a quien la envió y borre este material de su computador. La Secretaría de Integración Social no es responsable por la información contenida en esta comunicación, el directo responsable es quien la firma o el autor de la misma."