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: Hogar San José Saramita

1.2 Localidad: N.A.

2. Línea: Espacios para la realización 2.1. Fecha de Ejecución: 03 01 2025 al 27 01 2025

2.2. Nombre del encuentro: 1.Olimpiarte, 2.Rompecocos, 3. Banco de expertos 4.Lo que puedo.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Juan Felipe Lasso Guerrero - Jorge Eduardo Duque Garces

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Ejecutar actividades institucionales que garanticen que las personas mayores puedan ser participes de diversos escenarios que promuevan su proyecto de vida y el disfrute de su envejecimiento dentro de la comunidad de cuidado.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Desarrollar actividades lúdico recreativas dentro de la comunidad de cuidado en pro del disfrute y envejecimiento activo de las personas mayores, teniendo en cuenta sus gustos e intereses.

2. Fortalecer el proyecto de vida de las personas mayores de la comunidad de cuidado, a través de diferentes espacios que permitan generar sensación de arraigo, por medio de sus experiencias y conocimientos.

3. Promover el conocimiento de los derechos y libertades propios de las personas mayores dentro del territorio colombiano y que inciden directamente en el bienestar dentro de la comunidad de cuidado.

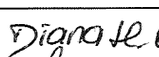
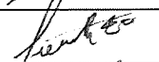
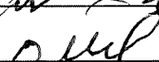
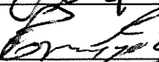
3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Actividad 1. Olimpiarte 03,17/01/2025:** Para estas sesiones se invita a las personas mayores para participar de actividades lúdico recreativas en las carpas y varios espacios de la institución haciendo uso de diferentes juegos populares y tradicionales con los que cuenta la comunidad de cuidado. Desplazando a las personas mayores para formas grupos en los que se van a desarrollar las diferentes actividades.
	Actividad 2. Rompe Cocos 10,24/01/2025: Se motiva e invita a participar a las personas mayores a la zona de carpas de san enrique, sagrada y sala de televisión , con el propósito de dar inicio a la actividad de rompe cocos la cual es tomada de la metodología o técnica de gimnasia cerebral implementando diversas estrategias como adivinanzas, juegos mentales, concéntrese, refranes, entre otras las cuales con un ambiente jocoso y de comunicaciones con doble sentido que incrementan la sensación de bienestar y alegría.
	Actividad 3. Banco de expertos 13/01/2025: Se identifican las personas mayores que van a asistir a la sesión que se realizará en la sala de televisión, realizando el desplazamiento con ayuda del área de enfermaría, como primer momento se hace un ejercicio de memoria para recordar lo pactado en la sesión anterior y analizado en la sesión anterior en donde se pudieron explorar los diferentes gustos destrezas habilidades y posibilidades para ejecutar acciones y tareas relacionadas con el manejo del tiempo de ocio de manera productiva y creativa con conocimientos adquiridos por ellos mismos en años anteriores a su llegada a la comunidad de cuidado lo cual define su experticia en dicha labor.
	Actividad 4. Lo que puedo 27/01/2025: El encuentro estaba programado para e día 24, pero debido a la realización de otros encuentros el espacio se postergo para el día lunes 27 de enero en donde por medio de un video educativo sobre los derechos enmarcados en la convención interamericana de los derechos humanos para las personas mayores, se estudiaron artículos relacionados con los deberes de la persona mayor ante la vida sociedad y lo que significa acatar una regla constitucional.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1. Olimpiarte 03,17/01/2025:** Para el mes de enero se programan dos sesiones, una el día 3 en donde se realiza una dinámica de lanzamiento de pelotas, permitiendo fortalecer las destrezas manuales, con el objetivo de insertar la pelota en uno de los canales de un tablero, cada uno de los agujeros tenia un valor lo que permitía sumar los puntajes que cada persona mayor había obtenido; para el día 17 de enero se desarrolla competencia de bolos y rana, trabajando en grupo de máximo 4 personas, realizando un pequeño espacio de esparcimiento y recreación, generando un reconocimiento en juntos juegos de bolos y rana a las personas que ganaron cada competencia.
	Actividad 2. Rompe Cocos 10,24/01/2025: Se realizan dos sesiones de actividades de estimulación cognitiva en el mes de enero: **- 10/01 /2025:** Las personas mayores comienzan a participar de la actividad con un interés muy marcado el cual se presta para generar un clima agradable y caluroso que promueve el incremento de los lazos afectivos entre los participantes alcanzando con ello a incrementar los niveles de calidad de vida mientras se reescribe su historia ocupacional en cuanto a la parte recreativa y de desarrollo cognitivo se refiere implementado también una estrategia que permite mantener y mejorar el funcionamiento cognitivo otorgando más posibilidades y herramientas de adaptación. **- 24/01/2025:** Después de iniciado el ejercicio las personas mayores muestran su capacidad para recordar sucesos en el corto plazo cuando tienen puesta la atención en ello y sus capacidades cognitivas se lo permiten algunos se identifican con épocas de su adultez joven cuando solían realizar este tipo de prácticas en las tardes en medio de labores cotidianas lo cual genera sentimientos de gratitud por lo vivido en otros instantes de la vida.
	Actividad 3. Banco de expertos 13/01/2025 Una vez ubicados en la sala de televisión realizado el ejercicio de memoria o evocación de la sesión anterior procedemos a redefinir e indagar los intereses que cada uno de ellos tiene para ejecutar actividades en su tiempo de ocio y tiempo libre, para lo cual pudimos encontrar interés y destrezas muy marcadas: En uno de los participantes la pintura de acuarela sobre Lienzo madera o pared le motiva y realiza al menos una vez a la semana, también se pudo encontrar en una de las mujeres interés ,habilidades y capacidades para la costura o tejido de crochet. Otro de los participantes manifestó interés Y capacidad además de disposición de realizar lecturas y análisis de piezas de la literatura universal para compartirlo con sus pares., por otro lado, una persona mayor trabaja en la huerta y otra se dedica a apoyar las ayudantías en diferentes actividades de la institución.
	Actividad 4. Lo que puedo 27/01/2025: Ubicadas las personas mayores en la sala de televisión se proyecta y pequeño video educativo de la convención interamericana sobre los derechos humanos de las personas mayores, seguido de esto se escucha un audio sobre los deberes de la persona, mayor, con la que los participantes que están en condición y capacidad, logran extraer conceptos claros de las mismas.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1. Olimpiarte 03,17/01/2025**: Para dar cierre a las actividades lúdico recreativas se genera un espacio de reconocimiento y premiación a las personas mayores que ganaron cada una de las competencias de lanzamiento, bolos y rana, realizando el comunicado por medio de la emisora institucional, por ultimo se ameniza el espacio con un rato de música y baile.
	Actividad 2. Rompe Cocos 10,24/01/2025: Después de realizada la sesión se logra que las personas mayores identifiquen con recuerdos amenos el título de otros capitulo y series de las radionovelas colombianas lo cual sugiere el grado de aceptación por este tipo de espacios y el marcado interés por conservar la práctica de las mismas de forma más a menuda con el propósito de diversificar el uso del tiempo de ocio dentro del contexto de la vida institucional.
	Actividad 3. Banco de expertos 13/01/2025: Para terminar el encuentro las personas mayores y los profesionales a cargo establecen unos compromisos trazados en una línea de tiempo con características individuales personales e independientes como lo son cada una de las inclinaciones que cada persona mayor tiene ,lo cual a mediano plazo generará otro tipo de actitud de pensamiento y de actuar en muchas de las personas mayores que han preferido darle años a la vida y se han olvidado de darle vida a los años por medio de actividades tan simples como las que ya mencionamos pero que requieren o exigen de cada uno de los ahí presentes un compromiso con el desarrollo el crecimiento de sí mismo la expansión de su conciencia y la proyección de la etapa de vejez
	Actividad 4. Lo que puedo 27/01/2025: Después de repasar estos artículos las personas mayores son intervenidas con preguntas que cuestionan su diario proceder dentro de la comunidad de cuidado con lo que se logra generar un clima de conciencia sobre aquellos aspectos que están considerados como adversos para la convivencia de la persona mayor en un medio institucional, con lo que se cumple con el propósito de crear una herramienta pedagógica sobre los derechos y DEBERES de la persona mayor.

3.4.RECURSOS

Micrófono	Terapeuta Ocupacional
Equipo de sonido	Gerontólogo
Balones	Técnicos en Artes
Tela de futbol	97 personas mayores
Aros	
Bolos	
Cesta de pelotas	
Concéntrese, juegos de destreza mental	
Sillas, mesas	
Mesa de pimpón	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO
Actividad 1. Olimpiarte 03,17/01/2025: Se observa gusto e interés de las personas mayores por integrarse en actividades de tipo lúdico recreativo, evidenciando una alta participación en estos encuentros, a su vez, durante la sesión se logra fortalecer diferentes habilidades de tipo motor grueso y fino lo que permite promover la movilidad y la coordinación en cuanto a las funciones físicas.
Actividad 3. Rompe Cocos 10,24/01/2025: Esta actividad logra que las personas mayores ejerciten funciones como la memoria por medio de una metodología que basada en el juego y el disfrute por el contenido de la información , la cual es de cargada en su mayoría de un doble sentido facilite el ambiente para la recuperación de la misma , convirtiéndose en una poderse a herramienta de utilización de tiempo de ocio y ejercitación de funciones como la memoria y la cognición social en donde además de lo cognitivo se fortalece lo afectivo y social.
Actividad 3. Banco de expertos 13/01/2025: El encuentro cumple con el propósito de la exploración e identificación de experiencias y saberes de las personas mayores al interior de la comunidad de cuidado con el propósito de acompañar los cambios y ajustes en su proyecto de vida en el ámbito institucional siguiendo además parámetros recomendados por convención Interamericana de los Derechos Humanos para las personas mayores en cuanto a la restitución del derecho a tener una vejez activa , productiva y competente.
Actividad 4. Lo que puedo 27/01/2025: El encuentro logra su objetivo de funcionar como un espacio para el reconocimiento de los derechos de la persona mayor lo cual es muy apropiado para este tipo de población ya que les permite comprender cuáles son las posiciones que deben tomar no solo en cuanto a la exigencia de la restitución de los derechos y los compromisos que debe adquirir la sociedad , la comunidad , la familia y el estado ante la restitución de los mismos sino también los compromisos que se adquieren como individuos y grupo atareo ante tal tipo de sentencias como individuos jurídicos de la sociedad para poder exigir el cumplimiento de los mismos.
En constancia de lo anterior firman:

Diana Marcela Carvajal Pinto	46378073	Coordinadora	
Iznardo Alberto Nuñez Acevedo	19228309	Persona Mayor	
María Nieves Vargas	20224778	Persona Mayor	
Saul Monroy	17105699	Persona Mayor	
Enrique Escobar Talero	19366953	Persona Mayor	

Fecha de evaluación del encuentro: 27/01/2025

Nombre del profesional que evalúa: Juan Felipe Lasso G - Jorge Eduardo Duque G

Registro Fotográfico
Espacios para la realización

Actividad 1. Olimpiarte 03,17/01/2025:





Actividad 2. Rompe Cocos 10,24/01/2025:





Actividad 3. Banco de expertos 13/01/2025:



Actividad 4. Lo que puedo 27/01/2025:

