ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo 20230369946 - 28/11/2023 Pagina: 1 de 1

Fecha de ejecución:	03	01	2025	

Unidad Operativa:	Villa Kennedy		
Componente de Atención:	OCUPACION HUMANA		
Línea de Atención:	MOVILIZANDO HABILIDADES, CAPACIDADES Y POTENCIALIDADES	Profesional a cargo:	ROBERT ALBERTO RUIZ ORTIZ
Nombre de la actividad:	ACTIVIDAD SENSORIAL		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Lograr que las personas mayores asistentes al Centro de Cuidado transitorio Día-Noche Villa Kennedy, identifiquen sus habilidades, capacidades y potencialidades, a través de la realización de diferentes actividades, las cuales estarán enfocadas a sus gustos e intereses.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Promover en las personas mayores, su participación en actividades ludico- recreativas, orientadas al reconocimiento de sus habilidades y capacidades; fomentado a su vez la integración y sana convivencia dentro del servicio. El objetivo de las actividades de integración sensorial para personas mayores es promover y mantener el bienestar físico y emocional a través de estímulos sensoriales controlados y adaptados a sus necesidades específicas. Estas actividades están diseñadas para; Proporcionar experiencias sensoriales que involucren la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato de manera segura y placentera. Mejo rar la coordinación y el equilibrio: Actividades que implican movimientos controlados y precisos para fortalecer la coordinación motora y mantener el equilibrio. Fomentar la concentración y la atención: Ejercicios que requieran concentración en estímulos específicos, mejorando así la capacidad de atención. Promover la relajación y reducir el estrés: Utilizar estímulos sensoriales suaves y agradables para ayudar a reducir la ansiedad y mejorar el estado de ánimo.
.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	. Se convoca a la población de personas mayores a compartir espacios de bienestar integral sensibilizando al grupo respecto a los beneficios de asistir a las actividades propuestas, a fin de regular periodos de estrés y expresión de sentimientos. Una vez se realiza socialización del objetivo con las recomendaciones para utilizar el espacio, se organiza a las personas mayores en colchonetas, se orienta a realizar establecer una adecuada postura, se brinda explicación de las actividades a realizar, meditación guiada por medio de música, realizando ejercicios a su vez de respiración.
MOMENTO CENTRAL	Una vez se organiza el grupo en el parque la amistad se desarrolla la actividad con ejercicios de respiración diafragmática, se realiza ejercicios de estiramiento y fuerza, durante la actividad se exponen realizan ejercicios de relajación donde se logra reducir niveles de estrés y ansiedad en las personas mayores. Adicionalmente se realiza relajación muscular de cada una de las partes del cuerpo con meditación guiada, se observa receptividad y comodidad del grupo durante el desarrollo de la actividad. .
MOMENTO FINAL	Se realiza cierre de la actividad retomando las rutinas físicas ejecutadas con las personas mayores, resaltando la importancia de poner en práctica los ejercicios de respiración y rutinas de yoga, adicionalmente se brinda sensibilización frente a la práctica del yoga como estrategia de bienestar integral.

RECURSOS	
Salon Sensorial	HUMANOS: - Personas Mayores - Profesional de Terapia Ocupacional

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD
Para la finalización de la sesión de yoga se consulta a los participantes, su experiencia frente a la actividad realizada quienes refieren una sensación de satisfacción y calma. Adicionalmente se resalta la música de fondo con los ejercicios de respiración. Se les anima a reflexionar sobre las sensaciones en sus cuerpos, a agradecer por el tiempo dedicado a cuidar de sí mismos y a reconocer los pequeños logros de la sesión.

FUDESOL Fundación Social Para el Desarrollo Humano Nit: 900 295 709 -3	**CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024**
FECHA: 03/01/2025 RESPONSABLE: Rober Ruiz / Profesional en deporte, educación física y recreación.	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Actividad Sensorial parque la amistad**
	
	