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: Servicio Comunidad de cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Corazón Inmaculado de María

1.2 Localidad: N/A

2. Linea: Espacios para la realización

2.1. Fecha de Ejecución:

3	4	2025	al	29	4	2025

2.2. Nombre del encuentro: Show del recuerdo, Explorando mis derechos, Cine contemporáneo, Activamente, Mis tradiciones y Habituación.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Gina Liced Morales Lara - Jaime Bernal Aristizabal.

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Favorecer el buen uso del ocio y tiempo libre de las personas mayores de la Comunidad de Cuidado Corazón Inmaculado de María por medio de actividades que favorezcan los habitos saludables, la implementación de rutinas equilibradas y el mantenimiento de sus roles.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

*Favorecer el buen uso del ocio y tiempo libre de las personas mayores por medio de actividades que se ajusten a sus gustos, intereses y destrezas.

** Fomentar la buena habituación en el proyecto de vida al medio institucional de las personas mayores por medio de actividades que involucre las cinco dimensiones del ser humano.

*** Favorecer el reconocimiento de los derechos de las personas mayores por medio de la socialización de la Convención Interamericana Sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

En el mes de abril en la línea Espacios para la realización se realizaron 6 actividades, siendo estas:

03/04/2025 Show del recuerdo:

Se desarrolló de 9:30 a 10:30 am.
Se organiza el salón de actividades con los equipos, computador, televisor y barra de sonido. Se ubican las sillas de tal manera que las personas mayores tengan visibilidad al televisor y a la persona que lidera la activator. Se invita a las personas mayores a vincularse, esta actividad es de gran interés para las personas mayores. En una hoja se va haciendo el listado de las canciones que quieren escuchar.

09/04/2025 Explorando mis derechos:

Se realizó convocatoria a las personas mayores con el fin de participar a la actividad "Explorando mis derechos" de acuerdo a sus gustos e intereses, de igual forma se utilizó la estrategia de comunicación del "voz a voz" para la motivación de las personas mayores. Se alisto el material para su desarrollo y una vez reunidas las personas mayores en el aula múltiple se dio saludo de bienvenida e introducción alusivo al tema del día.

09/04/2025 Cine contemporáneo: Se desarrolló de 2:30 a 4:00 pm.

La actividad se desarrolla en el salón de actividades, se organiza el espacio de tal manera que las personas interesadas en la película tengan visibilidad, se utiliza el bafle para mayor alcance de sonido, se tiene dos opciones de películas y se pide a las personas mayores que escojan cual es la que mas les interesa.

15/04/2025 Activamente:

Se realizó convocatoria a las personas mayores con el fin de participar a la actividad "Tiempo libre- Activamente" de acuerdo a sus gustos e intereses, de igual forma se utilizó la estrategia de comunicación del "voz a voz" para la motivación de las personas mayores. Se alisto el material para su desarrollo y una vez reunidas las personas mayores en el aula múltiple se dio saludo de bienvenida y se continuo con la actividad.

24/04/2025 Mis tradiciones:

Se realizó convocatoria a las personas mayores con el fin de participar a la actividad "Tiempo libre – Mis tradiciones" de acuerdo a sus gustos e intereses, de igual forma se utilizó la estrategia de comunicación del "voz a voz" para la motivación de las personas mayores. Se alisto el material para su desarrollo y una vez reunidas las personas mayores en el aula múltiple se dio saludo de bienvenida y se continuo con la actividad.

29/05/2025 Habituación: Se desarrolló de 2:30 a 3:30 pm.

	Actividad que se desarrolla en el salón de actividades, se organiza el espacio y se alistan los equipos de sonido, televisor y micrófono. Se convoca a las personas mayores a participar en la actividad. Se realiza el encuadre de la actividad, en esta oportunidad se hará énfasis en el sueño y descanso, se hace un breve resumen sobre los temas que se han tratado en encuentros anteriores y se hace la relación con el tema del día.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**03/04/2025 Show del recuerdo:**
	La primera parte de la actividad tiene como fin favorecer la atención y memoria a largo plazo, por lo que se hace un juego de adivina la canción, se reproduce solo un pedazo inicial de la canción y las personas mayores deben adivinar el nombre de la canción, se le dará un punto, si dice el nombre del cantante se lleva dos puntos y si nombra el año o un dato curioso sobre la misma se dan tres puntos. En la segunda parte se reproducen las canciones que solicitaron las personas mayores. Una vez suena la canción, se hace un breve resumen de la biografía del cantante o grupo y la historia de la canción.
	09/04/2025 Explorando mis derechos:
	La actividad se llevó a cabo en el aula múltiple de la comunidad de cuidado, en donde inició con la explicación del tema y la proyección del video "Conmemoración Día Nacional de la Memoria y Solidaridad con las Víctimas del Conflicto Armado", continuamente se realizó un conversatorio con las personas mayores, con el fin de sensibilizar a los participantes y asistentes de la actividad sobre la importancia de reconocer los derechos de las personas quienes fueron víctimas del conflicto armado en Colombia, también se realizó una pequeña reflexión sobre la no vulneración de los derechos humanos.
	09/04/2025 Cine contemporáneo:
	A petición de las personas mayores se proyecta película titulada "La Madrecita" de 1974 protagonizada por María Elena Velasco con fin de generar el buen uso del ocio y el tiempo libre a los participantes y asistentes de la actividad, durante la proyección se van haciendo pausas para hacer preguntas sobre la historia y favorecer el nivel de atención de las personas mayores.
	15/04/2025 Activamente:
	La actividad se llevó a cabo en el aula múltiple de la comunidad de cuidado, se inició con la explicación de la actividad de estimulación cognitiva por medio de los juegos de mesa, rompecabezas, juegos de encajar, loterías y de percepción visual, y para qué sirve cada uno de ellos resaltando el bueno uso y manejo del tiempo libre, y como se iba a realizar la dinámica de la actividad con las personas mayores. Continuamente se entregó cada uno de los juegos y se realizó el debido acompañamiento a cada uno de los participantes.
	24/04/2025 Mis tradiciones:
	La actividad se llevó a cabo en el aula múltiple de la comunidad de cuidado, se inició con la explicación de la actividad sobre la importancia de mantener los juegos tradicionales colombianos como lo son: parques, domino, tejo, lotería y ajedrez, y qué también sirve para la estimulación de las funciones cognitivas y el bueno uso y manejo del tiempo libre. Continuamente se entregó cada uno de los juegos y se realizó el debido acompañamiento a cada uno de los participantes.
	29/05/2025 Habituación:
	Primero se hacen preguntas sobre los conocimientos que tienen las personas mayores sobre el sueño y cómo esto beneficia o afecta nuestra salud, las personas mayores comparten opiniones hablan sobre sus rutinas de sueño y/o problemas que presentan a la hora de dormir. Posteriormente se muestran dos videos que dan a conocer los beneficios de dormir bien y los efectos secundarios que causa no descansar bien durante las diferentes etapas informa sobre la importancia de dormir bien y descansar en la vejez. Las personas mayores tienen que cuidar su descanso y merece la pena apostar por tener “un sueño reparador y de calidad”. Dormir bien es fundamental y es garantía de salud. Con el paso del tiempo es normal que las personas mayores noten que su sueño es diferente, es más ligero y, en ocasiones, resulta más difícil de conciliarlo. En este espacio se ofrecen recomendaciones a través de la Escuela Madrileña de Salud y la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**03/04/2025 Show del recuerdo:**
	Al final se hace un recuento entre todos sobre las canciones que se escucharon durante toda la actividad y se hace el cierre donde se comparten los beneficios de escuchar música y como esta se relaciona con nuestros recuerdos y emociones.
	09/04/2025 Explorando mis derechos:
	Para finalizar se brindó un espacio reflexivo con las personas mayores participantes y asistentes sobre el tema y la proyección de los videos vistos, llegando a la conclusión que todas las personas del mundo deben ser reconocidas como seres iguales, sin importar raza, etnia, color, genero, grupo poblacional entre otras y que no se deben vulnerar los derechos de los seres humanos.
	09/04/2025 Cine contemporáneo:
	Para finalizar se hacen preguntas sobre lo visto, las personas mayores que deseen expresen sus opiniones sobre la historia, se pregunta sobre la escena más divertida y la moraleja que deja la película.
	24/04/2025 Activamente:
	Para finalizar se dio un pequeña reflexion de la importanica de realizar actividades que permitan estimular las funciones cognitivas por medio de juegos de mesa y también el buen uso y manejo del tiempo libre en sus vidas.
	15/04/2025 Mis tradiciones:
	Para finalizar se dio un pequeña reflexion de la importanica mantener los juegos tradicionales como lo son: parques, domino, tejo, lotería y ajedrez, y como estos ayudan a estimular algunas funciones cognitvas y t también el buen uso y manejo del tiempo libre en sus vidas.
	29/05/2025 Habituación:

	Para cerrar se hace un conversatorio donde se habla sobre las estrategias que podemos implementar para mejorar los hábitos del sueño y la calidad del descanso, la mayoría de las personas mayores dan su opinión y se crean estrategias para todos.

3.4.RECURSOS	
Materiales	**Recursos Humanos**
Bafles	Adultos mayores
Consola de sonido	Talleristas
Microfono	Terapeuta ocupacional
Portatil	Gerontologo
Memoria USB	
Juegos de mesa	
Juegos autoctonos	
libros de colorear	
Sopas de letras	
Colores	
Lapices	

4. EVALUACION DEL ENCUENTRO
03/04/2025 Show del recuerdo:
A la actividad se vincularon 38 personas mayores, se logra estimular la memoria a largo plazo de las personas mayores por medio de la música, las personas mayores logran identificar los nombres de las canciones y el cantante solo escuchando algunos fragmentos de las canciones, se favorecen los niveles de alerta y atención. Por medio de esta se promueven las actividades de ocio y tiempo libre donde las personas mayores pueden interactuar por medio de la música, expresar recuerdos y experiencias vividas.
09/04/2025 Explorando mis derechos:
Durante la actividad se obtuvo una participación de 46 personas mayores, al final de la actividad se les preguntó a las personas mayores participantes y asistentes como les pareció la actividad en cuanto la metodología que se usó, el tiempo de ejecución y la dinámica que se utilizó. En donde los participantes manifestaron que todo estuvo muy bien, porque es importante de saber sobre el reconocimiento los derechos de las personas que fueron vícitmas del conflicto armado en Colombia en los diferentes espacios o ámbitos de una sociedad, y que estos espacios les sirve para aprender más sobres sus derechos como seres humanos.
09/04/2025 Cine contemporáneo:
A la actividad se vincularon 42 personas mayores, las cuales muestran gran interés por las películas clásicas, por medio de la película se favoreció las habilidades cognitivas de atención, memoria, capacidad de análisis y se seguimiento de secuencias, se hacen preguntas sobre las historias, lo que estimula las habilidades de comunicación e interacción. También se logró con las personas mayores participantes y asistentes promover el buen uso del ocio y el tiempo libre. Es necesario brindar estímulos táctiles y auditivos ya que algunas personas presentan somnolencia durante la transmisión.
15/04/2025 Activamente:
Durante la actividad se obtuvo una asistencia de 20 personas mayores, al final de la actividad se les preguntó a las personas mayores participantes y asistentes como les pareció la actividad en cuanto la metodología que se usó, el tiempo de ejecución y la dinámica que se utilizó. A la cual los participantes manifestaron que les gusta mucho la actividad y que estuvo muy bien, porque que les permite activar la mente por medio de los juegos de mesa.
24/04/2025 Mis tradiciones:
Durante la actividad se obtuvo una asistencia de 23 personas mayores, al final de la actividad se les preguntó a las personas mayores participantes y asistentes como les pareció la actividad en cuanto la metodología que se usó, el tiempo de ejecución y la dinámica que se utilizó. A la cual los participantes manifestaron que les gusta mucho la actividad y que estuvo muy bien, porque que les permite mantener vivos los juegos tradicionales Colombianos.
29/05/2025 Habituación:
En la actividad se vincularon 56 personas mayores, las cuales estuvieron atentas a los conversatorios y videos, las personas mayores participaron y opinaron desde sus conocimientos, mostraron interés por el tema, se comprometieron a seguir las estrategias aprendidas de los videos.

Show del recuerdo	
HECTOR LOPEZ GRANADA C.C. 7503489	No firma
Explorando mis derechos	
MARTHA LUCIA RAMÍREZ C.C. 51628256	Martha Lucia Ramírez
Tiempo libre- Cine contemporáneo:	
MIGUEL ZAPATA CC. 70088197	No firma

Tiempo libre – Activamente	
LIRIA BARREIRO MOTTA C.C. 55055908	L. I R I A B
Tiempo libre – Mis tradiciones	
ANA SILVIA MARROQUIN De BELTRAN C.C. 41313301	Ana Silvia Marroquin
Habituación	
MARIA ELENA GUZMAN PARADA C.C. 20344481	
Fecha de evaluación del encuentro: _29/04/2025___	
Nombre del profesional que evalúa:_Gina Liced Morales Lara_- Jaime Ernesto Bernal Aristizábal	
Cordinadora de la comunidad de cuidado. Hna. Anabelly Cadena ___Hna. Anabelly Cadena.	

ESPACIOS PARA LA REALIZACIÓN

03/04/2025 Show del recuerdo:



09/04/2025 Explorando mis derechos:



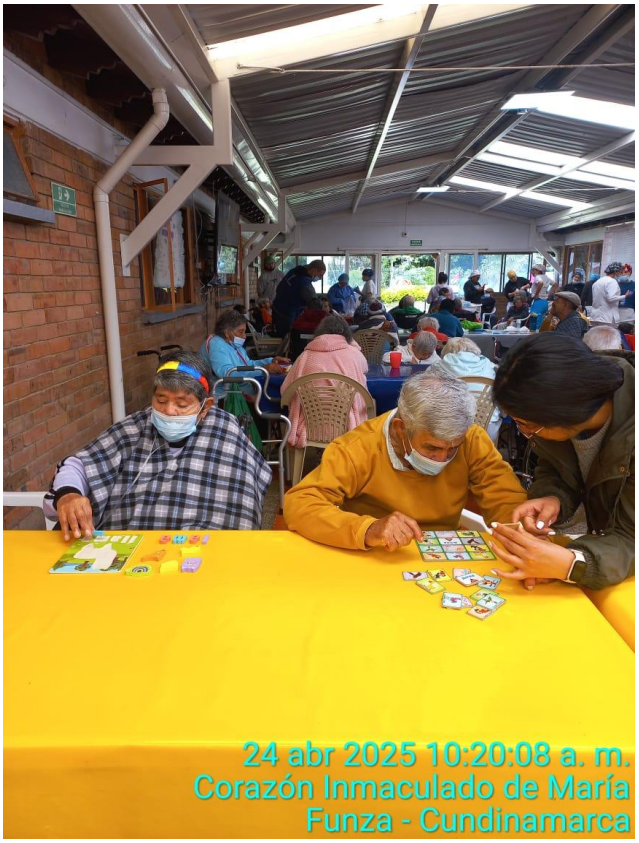
09/04/2025 Cine contemporáneo:



15/04/2025 Activamente:



24/04/2025 Mis tradiciones:





29/05/2025 Habituación:

