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 INTEGRAL DE BIENESTAR Y CUIDADO PARA LAS PERSONAS MAYORES

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

1.2 Localidad: SUBA

2. Linea:

2.1. Fecha de Ejecución:

10	4	2025	al	10	4	2025

2.2. Nombre del encuentro: Salida extramural PARQUE JAIME DUQUE Km 34 autopista norte

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: ADRIANA MARCELA FORERO SANCHEZ

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Ofrecer a las personas mayores, a través de caminatas y actividades recreativas, la posibilidad de experimentar bienestar emocional, social y físico, fomentando la diversión, la interacción y la

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Generar un espacio de recreación fuera del Centro de comunidad de Cuidado hogar Casa Santa María.
Promover la movilidad, mejorar la flexibilidad y la resistencia para contribuir a mantener un buen estado físico.
Brindar la oportrunidad de disfrutar de nuevas experiencias, conocer diferentes lugares saliendo de la rutina diaria.
Promover la socializaciónу prevenir el aislamiento social como factores importantes para el bienestar emocional de las personas mayores.
Proporcionar experiencias y estímulos cognitivos, ayudando a mantener la mente activa, mejorfar la memoria, la atención, la concentración y aprendizaje en las personas mayores.
Contribuir a prevenir enfermedades asociadas al sedentarismo y al aislamiento social y de esta manera mantener la independencia.
Aumentar la confianza y seguridad durantes los recorridos para fortalecer los aprendizajes de entornos seguros.
Incrementar el autoestima y mejora del autocuidado.
Mejorar o mantener la relaciones entre los pares.

3.3. METODOLOGIA

3.3.1.MOMENTO INICIAL

6:00 a.m. Desayuno, verificación de condiciones de salud, documentos y presentación personales.

Acompañamiento y verificación para el proceso de higiene mayor.
Acompañamiento y seguimiento al desayuno de las personas mayores.
Luego se procedió a verificar las condiciones de estado de salud y condiciones físicas y de autocuidado de cada una de las personas mayores que asistirán a la salida.
Se realizó aspersión al vehículo previamente en el cual serán transportados las personas mayores.

7:00 – 7:30a.m. Abordajey desplazamiento
- Una vez revisadas las condiciones de salud de las personas mayores, se procedió a:
- Realizar lavado de manos antes de abordar el vehículo.
- Se confirmó por medio de un listado a las personas mayores que asistian a la actividad para abordar al bus.
- Se brindó tapabocas y se verificó el adecuado uso.
- Se realizó el traslado hacia los buses según la distribución.
- Se realizó acompañamiento y supervisión constante durante el traslado al bus, el respectivo abordaje al mismo y el trayecto del recorrido por medio del equipo de enfermería y profesionales.

3.3.2.MOMENTO CENTRAL

09:30a.m. Llegada al Parque Jaime Duque
_ Se realizó el acompañamiento para el descenso de los buses por medio del equipo de enfermería y profesionales.
_ Se direccionó y acompañó a las personas mayores al baño.
_ Se brindó acompañamiento y supervisión constante durante la estadía en el parque, conforme se describe en este formato, en la distribución del talento humano para cada una de las actividades.
_ Se reunió a las personas mayores para dar a conocer los espacios con los que se cuentan y donde se llevarían a cabo las actividades programadas. Se brindó la información pertinente de los recorridos a realizar.

10:00 amToma de refrigerio
10:30 am Actividades en el parque
_ Se lleva a cabo una dinámica de pausas activas y precalentamiento aeróbico.
_ Se realizaron actividades de precalentamiento antes de iniciar actividades aeróbicas, generando adaptación.
11:00
- Inicio de reconocimiento del lugar y Caminata ecológica por donde se realizó una recopilación histórica de momentos de gran relevancia de nuestro país y el mundo. Luego se reconocieron las atracciones de recreación a las que se pudieron tener acceso, entre ellas el Monumento a Dios, el Edificio el cóndor, tren de los Andes, avión HK 136, manantial de los centauros, monumento a la nacionalidad y la réplica del Taj Mahal.
- Mientras tanto, las personas que, por situaciones de salud, comportamental o por decisión propia no quisieron o pudieronn realizar el recorrido, realizaron actividades de deporte adaptado, entre ellos golfito baloncesto con cesta móvil y volleyball con bombas de agua. Yoga al aire libre con técnica de jacobso para reconociendo de corporalidad, para promover la relajación, la flexibilidad y el equilibrio físico y mental de las personas mayores en un entorno natural y tranquilo).
12:30
Encuentro en zona verde destinada para la toma del almuerzo.
_ Se llevó a cabo la ubicación de las personas en el comedor para el almuerzo.
2:00 PM ACTIVIDADES RECREATIVAS
Se llevaron a cabo actividades de Ruta de la Biodiversidad donde se logró observar (flamencos, tapires, primates, venados, aves, etc.) (hipopótamos, avestruces, vacas watusi, búfalos de
agua y leones).
Durante la finalización del recorrido se visitó el Castillo medieval, el gran mapa de Colombia aviario, fantasía las mil y una noches, fontana mitológica, museo del hombre, trajes del mundo,
jardín de los dinosaurios, siete maravillas del mundo antiguo.

3.3.3. MOMENTO FINAL	Se da finalización a la jornada con: 3:30 PM REFRIGERIO Se reúne a la población para llevarlos al baño y hacer el correspondiente lavado de manos. 4:00 PM Nuevamente se hace llamado de asistencia, donde cada persona del talento humano verificó a las personas mayores que tiene a cargo y el traslado y abordaje al bus. 4:00 p.m. Retorno al centro de Comunidad de cuidado Hogar Casa Santa María. Se hizo la acomodación en el bus a cada persona mayor para el retorno. Sebrindó acompañamientoysupervisión constante durante el traslado.

3.4.RECURSOS

Recursos humanos. Equipo profesional Equipo de tecnólogos El personal de enfermería Conductores Guía para recorridos	Recursos materiales. Botiquín. Tipo B Alimentos Canastilla para el transporte del alimento. Buses Sillas de ruedas Caminadores Bastones Escarapelas Ropa de Cambio Pañales Pañitos Agua Sillas Mesas

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Se fortalece en las personas mayores asociación, reconocimiento de entornos, habilidad cognitiva, motricidad, orientación espacial, y razonamiento; coordinación visomanual, lateralidad y desplazamientos en terrenos irregulares, desatacando la participación e iniciativa en las actividades de fortalecimiento artromiocinemático

Actividad 1: Jorge Rojas, JORGE ROJAS CC.

Actividad 2: MARINA VIDO VIOA CS15622644 B

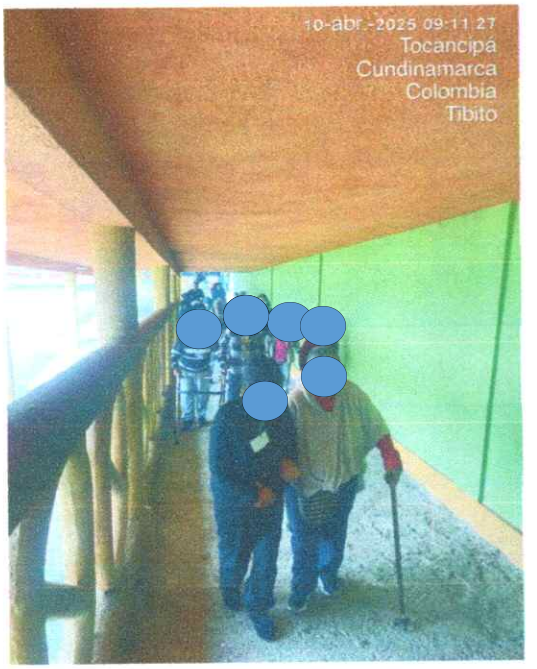
Actividad 3: , LUIS MOLINA CC. 5931.335.

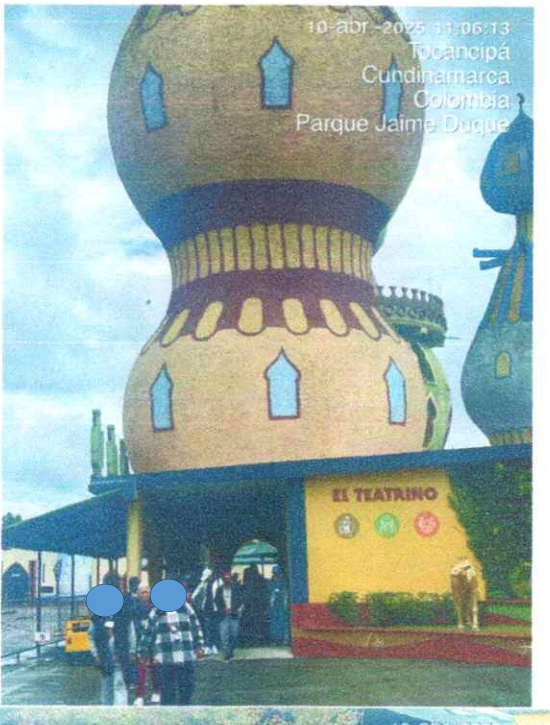
Fecha de evaluación del encuentro: 10/04/2025 Poner último día de la ejecución de la actividad 10/04/2025

Nombre del profesional que evalúa:
Adriana Forero Sánchez – fisioterapeuta

Mary Luz Fernández - Coordinador Mary Luz Fernández M.

REGISTRO FOTOGRAFICO PARQUE JAIME DUQUE




10-abr.-2025 11:06:13
Tocancipá
Cundinamarca
Colombia
Parque Jaime Duque
EL TEATRINO

Tocancipá
Cundinamarca
Colombia
Parque Jaime Duque

10-abr.-2025 14:06:44
Tocancipá
Cundinamarca
Colombia
Parque Jaime Duque