ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES MODALIDAD DE CUIDADO TRANSITORIO DIA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 0 Fecha: Memo I2021039413-22/12/2021 Pagina: 1 de 1

Modalidad:	CUIDADO TRANSITORIO DÍA - NOCHE	Fecha de ejecución:	**2**	**12**	**22**

Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO MEMORIA Y SABER

Eje de Atención: IMAGINARIOS Y PRACTICAS DEL ENVEJECIMIENTO

Línea de Atención: BUENAS PRACTICAS DEL ENVEJECIMIENTO | Profesional a cargo: MONICA MARTINEZ

Nombre de la actividad: HABITOS DE VIDA SALUDBALE

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Socializar los benefecios y contraindicaciones del consumop de aji y cafeina

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Identificar los beneficios del café y el aji en el cuerpo con un consumo responsbale

Notificar que el consumo de elementos fuera de la dieta nutriconal no es responsbailidad centro

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se convoca al grupo de personas mayores a reunirse en el salon multiple se les da la bienvenida a la actividad y se da paso a la explicacion de las acciones a realizaer en la sesion de modo que todos y todas los participantes se adecuen para el trabajo a desarrollar; como indicacion y prevension de riesgos se manifiesta que el dearrollo de las actividades se hace segun la capacidad fisica que cada uno de ellos y ellas tiene.
MOMENTO CENTRAL	Se realiza charla sobre hábitos de vida saludable en este caso se habla sobre el consumo del ají y la cafeína y como este actúa dentro del organismo sus beneficios y contraindicaciones de modo que se genera una reflexión sobre que tipo de alimentos estamos suministrando al cuerpo y como estos no ayudan o nos afectan el proceso del metabolismo y a nivel de corazón y cerebro De igual forma se deja un acta donde se manifiesta que el consumo de estos elementos son fuera de la dieta nutricional que se maneja en el centro de modo que la manipulación y consumo del mismo es bajo la responsabilidad de cada uno dado que el hacer uso de estos condimentos y bebidas que no están dentro de la dieta alteran el sistema digestivo, pero no son causales por la alimentación suministrada por el centro el acta queda firmada por las personas mayores que están el servicio.
MOMENTO FINAL	Para le cierre de la sesion se convoca a los participantes a ubicarse en un círculo para conversar y reflexionar sobre la experiencia que acaban de vivir respondiendo las siguientes preguntas orientadoras: • ¿Cómo se sintieron en la actividad? • ¿Cuáles fueron sus mayores aciertos como grupo y de manera individual? • ¿Qué creen que podrían mejorar de manera individual y grupal?

RECURSOS

DIAPOSITIVAS CON ELTEMA	
VIDEO BEAM	
COMPUTADOR	
SALON MULTIPLE	
SILLAS	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

se deja un acta donde se manifiesta que el consumo de estos elementos son fuera de la dieta nutricional que se maneja en el centro de modo que la manipulación y consumo del mismo es bajo la responsabilidad de cada uno dado que el hacer uso de estos condimentos y bebidas que no están dentro de la dieta alteran el sistema digestivo, pero no son causales por la alimentación suministrada por el centro el acta queda firmada por las personas mayores que están en el servicio.