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 personas mayores para la inclusión social. 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: _____ Centro Comunidad de cuidado caminos de vida

1.2 Localidad: Fusagasuga /Cundinamarca

2. Linea: Participación

2.1. Fecha de Ejecución:

7	2	2023	al	28	2	2023

Nombre del encuentro: la vida es un carnaval/ Sintiendo la Música.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: _____Ruth Stella Marin H Gerontologa_____

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL
Satisfacer las necesidades de esparcimiento con un carácter sistemático,favoreciendo el mantenimiento de la salud,proporcionando movimiento alegría, relaciones sociales y la elevación del auto estima con actividesludico espirituales.demostrando que se pueden Realizar acciones mas alla del cuidado

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS
1.Direccionar la participación de estas actividades tradicionales con el propósito de mantener estímulos emocionales a un tiempo pasado que está estacionado en su proceso de envejecimiento respetando con ello su patología
2. Garantizar a las personas mayores estos espacios de ocio a fines de crear intercambios generacionales por medio del canto la danza y la Expresión
3. crear estrategias en donde las personas mayores se identifiquen socialmente frente a estas celebraciones o actividades con distinción de ideologías

3.3. METODOLOGÍA	
está actividad se desarrolla los días 7,14,21,28 de Febrero Se le pide a los auxiliares que ayuden ha ubicar a las personas mayores en cada lu-	
3.3.1 MOMENTO	gar, de las mesas en donde se encuentre ubicado el bafle.allí se le coloca con el fín de que la persona mayor escuche la música que más le le guste escuchar; se les explica que debén hacer el esfuerzo de recordar la letra de la canción para en otro momento los que deseen escu- char,cantar, imitar,tararear,silvar.o golpear la mesa al ritmo de la música lo pueden realizar,también se les explica que los que deseen bailar lo pueden hacer, que podrán sacar sus parejas, o bailar solos. Que la gerontologa los acompañará. Que no sientan vergüenza que bailar des- canza el cuerpo y el espiritu, que bailando y cantando todos pueden mejorar su estado de salud.que escuchando musica pueden viajar en el tiempo,que los que no deseen escuchar música. Pueden dedicarse a compartir con sus compañeros de silla la música que esta siendo colo- cada.todas las canciones que se ponén en el bafle utilizado. Se escogen con minusiocidad de forma sea de disfrute para su escucha
3.3.2. MOMENTO	En este momento las personas mayores ya están ubicadas en los lugares que han escogido para disfrutar del espacio musical dirigido por la gerontologa.les dice que es una actividad muy sencilla pero con un poderoso efecto, en la que la persona escucha determinadas canciones que se eligén adecuadamente para el fortalecimiento del cerebro especialmente la memoria y la sensibilidad auditiva mejorando con ello su capacidad de escucha, en este momento las personas mayores comienzan a identificarse con la música que escuchán y la sienten en su cora zón; se les explica que No se requiere de conocimiento musical para experimentar un beneficio. La gerontologa les pide a todas las personas mayores que: 1.Reproduzcan la música cantando la melodía que escuchan. 2.que escuchen la Música con atención. 3.Realicen el movimiento que deseen al ritmo de la música. 4.escriban una canción. 5. inventen una canción. 6. que piensen en el significado que tiene la canción para ellos. Generalmente, se considera que la musicoterapia es una práctica segura y apropiada en los casos neurocognitivos donde se dan expresiones de pasividad ,en este momento de la actividad las personas mayores se encuentrán totalmente compenetradas con la acción música tienen un momento de goce cerebral y descanso espiritual centrado en la música que se encuentrán escuchando unos y bailando otros,taraleando la can- ción y otro tanto de la oblación de personas mayores que participan en la acción ludicorecreativa sensorial siendo transportados con la actividad

	sus epocas de antaño,y paradojicamente siempre llegán a su epoca de niñez o juventud donde recuerdan a padres, hermanos y amigos que hc
	son solo parte del recuerdo de una epoca muy linda para algunos y dolorosa para otros pero que les proporciona esa posibilidad de aplicar el
	hencionado refrán que dice" Recordar es Vivir" por que recordando es que vivimos y morimos para que nos recuerden; manifiesta una de las pers
	cipantes de la actividad,manifestando que ella simpre querra que la recuerden como es hoy. Feliz y bonita que no desea que la vean en el ataud.
	que siempre esa es la imagén que se recuerda de la persona que ha fallecido. Y no como uno era antes de morir; tambien se recuerdan viejos
3.3.3. MOMENTO FINAL	amores; cuando se casarón unos, otros recuerdan con tristeza su pareja por que enviudarón y allí les cambio la vida de forma total y algunos
	no volvierón a casarse.tomarón como forma de vida el vivir solos, o con amigos y familiares sintiendose con ellos satisfechos de estar solos y
	otros muestrán su tristeza de no tener hoy sus seres queridos a su lado ya sea por que eligierón quedarse solos o por que a otros simplemente
	los abandonarón a su suerte" manifiesta uno de los participantes en la actividad. Este momento central se hace valioso por que permite que
	una a una cada persona participante se identifique con la música y haga catarsis de sus emociones; esas emociones reprimidas por no ser con-
	tadas a tiempo y que a hoy se cargán como una pesada mochila de sentimientos encontrados unos duros y otros fragilés como sus propios hue-
	sos; pero que la mente y el recuerdo será su mejor consuelo cuando piensan que todos se han ido y los han dejado solos.

3.4.RECURSOS

Sillas	Personas mayores y auxiliar de enfermería y gerontologa
mesas.	
bafle. Computador, internet.	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

en esta actividad participan activamente 20 personas.las restantes 70 se vinculan de forma pasiva observadoras que disfrutan de la música lo que les permite un estado de relajación y activación de la gladula pineal y el fondo limbico que produce estados de tranquilidad y seguridad repentinas ocasionado esto por todos los sonidos emitidos por las distintas ondas musicales; también expresan que el dolor les ha bajado ya sea en miembros inferires o superiores ,que el dolor de cabeza desaparece y la sensación de desesperación se calma a medida que suena la música también se tiene en la cuenta que incide en nuestro desarrollo sensorial y cognitivo lo que repercute en otros aspectos como el emocional social y cognitivo.Permitiendo que los desajustes emocionales sean llevaderos cuando las consecuencias de la depresión pasan factura. Todas las Personas mayores se denotan tranquilas y estables al final del encuentro

En constancia a la actividad desarrollada firma las siguientes personas mayores

MARIA HELENA BARRERA
Persona mayor

BLANCA LILIA AVILA
Persona mayor

GILMA GONZALEZ
Persona mayor

RAUL ARMANDO MARTINEZ MORENO
Coordinador

Fecha de evaluación del encuentro: 28 de febrero 2023

Nombre del profesional que evalúa:___ Ruth Marin __Gerontologa.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

EJE DE ATENCION: FAMILIA, PARTICIPACIÓN Y REDES

LINEA DE ATENCION: PARTICIPACION

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: LA VIDA ES UN CARNAVAL/ SINTIENDO LA MÚSICA

FECHA 7, 14, 21, 28, DE FEBRERO 2023.







