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: Comunidad de cuidado 1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: Hogar La Macarena

1.2 Localidad: Fuera de Bogotá

2. Linea: Entornos Amigables y Seguros

2.1. Fecha de Ejecución:

21	2	2024	al	27	2	2024

2.2 Nombre de la actividad: Sembrando Salud y Bienestar
Abonando a la sociedad desde la Vejez
Reduciendo impactos para ser sostenibles

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Claudia Juliana Araque Medina

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Incentivar en las personas mayores el cuidado y embellecimiento del espacio físico y del entorno natural a través de la educación ambiental y la conciencia del deber como ciudadano con el medio ambiente.

3.2. OBJETIVO ESPECÍFICO

1. Promover el desarrollo de los cultivos sostenibles a través de la siembra de alimentos orgánicos para mantener la buena salud y bienestar en las personas mayores.
2. Inculcar en las personas mayores la importancia del reciclaje y los diferentes usos que pueden tener algunos materiales que se desechan cotidianamente.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

ACTIVIDAD 1: "REDUCIENDO IMPACTOS PARA SER SOSTENIBLES"
Inicialmente se realiza la organización del espacio de la capilla. Posteriormente, se conectó el equipo de cómputo al televisor para proyectar los videos previamente descargados y, finalmente, se acomodaron a las personas mayores que querían participar. También se llevó el material para una actividad lúdica, imágenes impresas y un tablero.

ACTIVIDAD 2: "CULTURA MAYOR SOSTENIBLE"
En primer momento, reunimos a la población en el espacio de la Capilla, por facilidad de espacio. Así mismo, junto con el Gerontólogo, Christian Buchelli, dimos introducción a la actividad, recordando las politicas vistas y nombrando las políticas que se presentarían para el mes de marzo. La población estuvo en media luna y receptiva a la actividad.

ACTIVIDAD 3: "SEMBRANDO SALUD Y BIENESTAR"
Inicialmente se realiza la organización del espacio de la sala sensorial, para poner tener ligeramente contacto visual con la huerta, además facilidad para traslado de materiales. Posteriormente, se trajeron los materiales que se requerían para el desarrollo de la actividad y se trajeron a las personas mayores que querían participar. Cabe resaltar que esta actividad se hizo en conjunto con Abonando a la Sociedad desde la Vejez, por la afinidad de las temáticas además de que los materiales a utilizar eran casi los mismos para ambas actividades. Los materiales que usamos fueron: tierra, residuos de comida, como cáscaras, residuos de comida cruda, como verduras y frutas, café y cáscaras de huevo; rastrillo y contenedores (bidones cortados a mitad).

ACTIVIDAD 4: "ABONANDO A LA SOCIEDAD DESDE LA VEJEZ"
Inicialmente se realiza la organización del espacio de la sala sensorial, para poner tener ligeramente contacto visual con la huerta, además facilidad para traslado de materiales. Posteriormente, se trajeron los materiales que se requerían para el desarrollo de la actividad y se trajeron a las personas mayores que querían participar. Cabe resaltar que esta actividad se hizo en conjunto con Sembrando salud y bienestar, por la afinidad de las temáticas. Se trasladaron a la sala sensorial los recipientes donde tenemos las lombrices.

ACTIVIDAD 1: "REDUCIENDO IMPACTOS PARA SER SOSTENIBLES" 21/02/2024

La actividad tuvo lugar de 9 am a 10:15 am. Se desarrolló en la Capilla con las personas mayores que quisieron participar. Tuvimos, en primera instancia, un espacio para recordar qué habíamos visto en esta misma actividad en el mes anterior. Algunos participantes recordaron que vimos un video pero no el tema central, otras personas eran la primera vez que tenían participación en actividades del área ambiental y de entornos amigables y seguros y, otros estaban como asistentes pasivos.

Recordamos a grandes rasgos las temáticas tratadas con anterioridad: Los rellenos sanitarios, hablamos del relleno sanitario Doña Juana, de su ubicación, la incidencia social en los vecinos del sector, algunos de los impactos ambientales negativos como olores, gases, ocupación del suelo, entre otros. Recordamos los materiales que deben ir allá y los que realmente están llegando. Recordamos algunos residuos que generamos aquí, en el Hogar La Macarena, en cada actividad que se tiene dentro del servicio. Y, finalmente, estuvimos recordando que el reciclaje y la separación en la fuente son temas que tratamos y que influyen positivamente en los rellenos sanitarios, por que disminuye la carga de desechos que acoge. Posteriormente, se les presentaron tres videos. Cada uno fue explicado por la profesional a cargo, Juliana Araque, Responsable Ambiental y quien finaliza con una actividad didáctica para retroalimentar los temas.

El primer video se le nombra como: "Las 3 R. Reducir, Reutilizar, Reciclar". Se escogió este video porque va ligado al tema anterior, ya que esta actividad enmarca la educación sobre los residuos sólidos. En este video se explica por qué se generó esta ""regla de las 3 Rs"" que es para incentivar la cultura ambiental sostenible en toda la ciudadanía. También se escogió porque es muy llamativo, sonoro, buen color y muy explicativo para que todas las personas mayores lograran comprender la información que allí se muestra.

Se deja correr todo el video, que explica a que hace referencia cada una de las 3 Rs y se le ejemplifica par mayor entendimiento. Al finalizar el video, se les explica a manera de ejemplos, pero con temas, personas, objetos, actividades más cercanas y familiares para ellos, que viven aquí en el hogar. Como primera R tenemos “Reducir”; en lo ambiental hace referencia a reducir el consumo, preguntarnos si realmente necesitamos ese nuevo elemento o servicio que queremos adquirir, y cómo repercute este en toda su vida par el medio ambiente. La segunda R nos dice “Reutilizar” ; aquí nos invitan a reutilizar los objetos o elementos que tenemos en nuestro poder y propiedad para darles un segundo uso para el que fue hecho, sin necesidad de requerir algún cambio, bien sea físico o químico. Ningún tío de educación.
Finalmente, tenemos la tercera R: “Reciclar”. Esta es la que mayor confusión genera en la sociedad actual, pues esta se entiende la manera de disponer de manera separa los residuos que contienen materiales como el plástico, PVC, Tetrapak, entre otros. Se les explica que nosotros, en el Hogar La Macarena, no realizamos este proceso de reciclar, salvo en las actividades de manualidades, como transformamos una botella en matera, una llanta en matera, unos tubos de PVC en un muro ecológico, entre otros, sin embargo, es esporádico. La manera en la que nosotros desde el hogar la macarena contribuimos es en la Separación en la Fuente, que es aquí donde ponemos cuidar los materiales para que nuestro recuperador de oficio, Silvino Rodríguez, nos recolecte el material y pueda usarse o transformarse para ser materia prima en un segundo proceso o producto.

Por otro lado, el segundo video se llama “Colombianos convierten el plástico reciclado”. Aquí vemos un equipo de amigos colombianos, ubicados en la ciudad de Bogotá, quienes liberan al Relleno Sanitario Doña Juana de cerca de 9 toneladas semanales de residuos de PVC, pues ellos recolectan este material y lo transforman para generar material de contracción como muros, algo parecido a la madera plástica. En el video se muestra su proceso de transformación. Pasando por una pulverizadora, teniendo los trozos pasa a una maquila donde se revuelven con sustancias químicas y agua y, finalmente, se forma una pasta que es la que va a la maquina moldeadora, y de allí debe dejarse enfiar para solidificar el nuevo material y con la forma adecuada, utilizarlo en la construcción de casas. También nombran diferentes beneficios como lo son la ayuda al medio ambiente por el reciclaje, la generación de empleo nuevo, los costos mas bajos que el material común de construcción, la disminución de riesgo a agentes patógenos (algunos microorganismos no se adhieren al plástico), entre

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

otros.

Por último, se les presentó un video donde mostraban una empresa zipaquireña, la cual tiene un proceso de manufactura de vidrio y dentro de su proceso tiene el vidrio reciclado. Cerca de 40 toneladas de vidrio usa para su producción, teniendo en cuenta que el vidrio tiene hasta 40 veces una reutilización. Mostro el proceso de separación por colores: transparente, Amber, azul metálico, azul claro y verde. Luego los trozos, van a la caldera y posteriormente a temperaturas sobre los 1400°C se hace la materia prima, adicionada con sustancias químicas, crean el nuevo recipiente. Esta empresa se dedica a hacer recipientes de embotellado.

ACTIVIDAD 2: "CULTURA MAYOR SOSTENIBLE" 22/02/2024

La actividad tuvo lugar de 9 am a 11 am. Se desarrolló en la Capilla con las personas mayores que quisieron participar.
Para el desarrollo de esta actividad reunimos a la población con intención de participar en la Capilla del hogar. Aquí, con ayuda del gerontólogo, dirigimos la actividad. De acuerdo al enfoque que se le quiere dar a esta, que es representar en algún objeto, las políticas públicas-PP que hemos visto en el marco del convenio, como lo son PP1 Envejecimiento y Vejez, PP2 Mujer y Equidad de Género, PP3 Fenómeno de habitabilidad en Calle, en los meses de curso (enero PP1 y febrero PP2 y PP3). De estas Políticas Públicas se les realizó nuevamente una retroalimentación. Se les preguntó que recordaban de los expuesto por el equipo profesional. Muchas de las personas mayores recordaron las actividades, por ejemplo, que hubo una obra de teatro, que pintaron, que hicieron manualidades que se encuentran embelleciendo en espacio de la capilla, entre otras cosas. Se les explicó el tema central de cada una, nuevamente y se les comentó que en el mes de marzo veríamos dos nuevas políticas: PP4 LGBTIQ+ y PP5 Víctimas del Conflicto armado. Estas dos, aunque se explicarán a profundidad y con diversas actividades en el siguiente mes, nosotros explicamos a grandes rasgos de que tratan para poder desarrollar la presente actividad.

En una segunda parte de la actividad, se dividió el grupo en dos equipos: uno liderado por el gerontólogo y el otro por la Ingeniera Ambiental, líder general de la actividad. La idea es realizar un concurso entre los dos equipos. Cada uno de estos debe realizar un artículo, elemento, objeto tipo accesorio, donde se refleje cada una de estas políticas. Se les socializó opciones, por ejemplo, que se pueden hacer collares, diademas, máscaras, antifaces, de los cuales cada equipo haría la escogencia de qué articulo haría para cada PP y como sería el diseño de este.
Así, se definieron cada uno de los artículos en un tablero. Se realizó el listado para cada uno de los equipos, el cual se anexa en el registro fotográfico. El diseño de cada uno es sorpresa, por lo que se verá reflejado hasta el día del concurso. Este se proyecta para realizarse el día 27 de marzo. La idea es que en el mes de marzo, se planifiquen las jornadas de realización de estos artículos, cada equipo de manera independiente, y que haya participación del equipo completo y de quienes quieran integrase.

ACTIVIDAD 3: "SEMBRANDO SALUD Y BIENESTAR" 23/02/2024

La actividad tuvo lugar de 14 am a 15 am. Se desarrolló en la sala sensorial con las personas mayores que quisieron participar.
Se planteó fragmentar la actividad en 3 tiempos. Una en la que diéramos la introducción a la actividad de huerta y a la actividad de lumbricultura, otra en la que se desarrollaran las labores de cada actividad y la final en la que se realizara la cosecha y contemplación de la huerta y el estado de las plántulas. Así, para esta actividad de sembrando salud y bienestar, comenzamos con la disposición del espacio, junto con las personas mayores. Pusimos, plástico sobre la mesa para protegerla de suciedad, llevamos los recipientes en los que haríamos abono, los residuos orgánicos, entre otros.

Inicialmente se les mostro todos los residuos que teníamos para la actividad: se les pidió que observaran, tocaran y olieran de ser necesario, para que lograran identificar de qué era el residuo, si de verdura o de fruta, y cuál de estos alimentos era. Así, las personas mayores por medio de sus sentidos, identificaron que teníamos cascaras de melón, papaya, banano, plátano amarillo, hojas de cebolla, entre otros.
Posteriormente, se les dio un paso a paso: 1. Humedecer un poco la tierra; 2. Revolver esta tierra con café y con cascaras de huevo previamente trituradas y totalmente secas; 3. Trozar en pedazos pequeños todos los residuos orgánicos que usaremos para el abono; una vez realizados estos pasos, procedemos a dejar una cada de tierra en uno de los contenedores, la capa debe tener alrededor de 5 cm de grueso, posteriormente se adiciona una capa de residuos orgánicos de 1 o 2 cm de grueso, y finalmente, se cubre con otra capa de 2 cm de tierra previamente alistada y mezclada.
Teniendo presente estas instrucciones, se junto todos los trozos que cada una de las personas mayores hicieron y se dejaron en un recipiente. En seguida, se les mostró la cantidad y se le pasó a cada uno el recipiente para que cogieran una

en un recipiente. En seguida, se les mostró la cantidad y se le pasó a cada uno el recipiente para que cogieran una manotada. Seguido de esto, se les paso el recipiente que contenía la capa de tierra y se les pidió que cada uno echara y mezclara ligeramente estos residuos con la tierra para poder formar la capa de materia orgánica. Finalmente, se le vertió la ultima capa de tierra y se dispuso en la parte de la huerta.

A medida que se iba desarrollando la parte 1 y 2 de la actividad, se les indicaba cómo esto ayuda desde el aprovechamiento de residuos, como baja la carga a los rellenos sanitarios si no mandamos material orgánico para la como desecho, como beneficia a nuestra huerta que manejemos nuestro propio abono, que tipo de nutriente o mineral nos da cada uno de los residuos que aprovechamos en el abono. Por ejemplo, se les indició que las cascaras de banano y plátano nos aportaban Potasio, que las cáscaras de huevo nos aportaban Calcio, el Café por su parte nos daba hierro, el melón en rico en nitratos y agua. Cada uno tiene un papel importante. Además, se les aclaró que todos estos residuos los generamos aquí mismo, en la comunidad de cuidado y que esta se encuentra totalmente comprometida con el medio ambiente y cuidado del mismo.

4: "ABONANDO A LA SOCIEDAD DESDE LA VEJEZ" 23/02/2024

La actividad tuvo lugar de 14 am a 15 am. Se desarrolló en la sala sensorial con las personas mayores que quisieron participar.

Esta actividad forma parte del segundo tiempo de la actividad sembrando salud y bienestar. En esta jornada de lumbricultura se revisó el estado del nuevo recipiente con lombrices, recordando que en la sesión del mes de enero se traslado parte de la población de lombrices a un nuevo recipiente, con mayor espacio y mayor humedad, para que estas pudieran reproducirse más y así poder obtener mayor provecho. Así mismo se revisaría el recipiente anterior, que contiene las mas pequeñas que encontramos. Se trasladaron los dos recipientes para verificar y lastimosamente no se encontró lombriz alguna. Revisamos detenidamente cada uno de los recipientes, hábitats de las lombrices, y solo encontramos dos en cada uno. Vale aclarar que éstas se han alimentado con materia orgánica seca, por la incidencia de la acidez propia de la descomposición, en las lombrices, de manera semanal.

Revisamos entre todos los asistentes las causas de la inexistencia de estos animales en sus hábitats, y probablemente se escaparon por alguna de las aberturas que se les hicieron a los recipientes para 1. Que entrara el oxígeno, 2. Llegara humedad. 3. Se pudiera filtrar el lixiviado que pudiera generarse o, 4. Que existiera canibalismo y por falta de alimento suficiente pudieran comerse unas a otras.

Se concluye que se deben crear mejor espacio para estas y obtener un cultivo nuevo para poder que proliferen mejor.

3.3.3. MOMENTO FINAL

ACTIVIDAD 1: "REDUCIENDO IMPACTOS PARA SER SOSTENIBLES"

Finalmente, la actividad de retroalimentación consistió en que cada persona mayor que haya participado activamente y que quiera ser arte de esta nueva actividad, sacara una imagen impresa de un objeto que represente o tenga un material que se pueda reciclar, así, encontrábamos en la bolsa imágenes como: cajas de cartón, papel de archivo, latas de bebidas gaseosas, latas de atún o de alimentos no perecederos, botellas de vidrio, por supuesto, botellas de plástico, entre otros. La idea era que cada persona mayor que sacara una imagen, identificada que objeto era, qué material lo componía y definir si era reciclable. Posteriormente se les mostraba a todos los asistentes y se pegaba en un tablero que se encontraba en frente de todos, para mejor visibilidad.

ACTIVIDAD 2: "CULTURA MAYOR SOSTENIBLE"

Al finalizar la actividad, se les comentó que habría un premio para el equipo ganador. Que sería un premio sorpresa, por ende, debemos animarnos a participar de manera activa en cada sesión que tengamos de manufactura de estos artículos. Así mismo, en este último momento, se les recordó que haríamos, que diseños habíamos escogido y a los cuales se les tomó foto y finalmente, se les mantuvo la actitud arriba contemplando el diseño de los últimos dos artículos, de las PP4 PP5 que veremos en el siguiente mes, se realizarían luego de tener una noción más clara, un explicación un poco más profunda de a que competen estas Políticas.

ACTIVIDAD 3: "SEMBRANDO SALUD Y BIENESTAR"

Aquí se compromete el tiempo 3 o tercer momento. En este espacio se les agradeció fraternalmente la participación en la actividad, se les dio un pequeño paseo por la entrada de la huerta, donde pudieron vislumbrar el atardecer, junto con la huerta, las plántulas que se sembraron en el periodo anterior, algunos pudieron regar algunas de estas y finalmente, se les mostró la plantación de acelga que esta lista para cosechar, pero por tiempo, no se cosecharía en este día, sino que se realizó el día miércoles 28 de febrero, con ayuda de las personas mayores que deseen nuevamente participar. También se les dijo que queda pendiente el trasplante de estas plántulas, dado la fase lunar, no se realizo como actividad de este mes para la huerta. Cabe aclarar que en este día se encontraba la mayoría de la población en salida extramural, por ende, se realizó con personas que conservaran funcionalidad yque estuvieran en el Hogar, además de que se hizo seguida de una actividad intramural planteada.

ACTIVIDAD 4: "ABONANDO A LA SOCIEDAD DESDE LA VEJEZ"

Finalmente, se readecuó el primer contenedor de las lombrices, se aireó la tierra y se pasaron las 4 encontradas allí. En cuanto a la otra tierra, se procederá a cogerse como abono, pues ya hubo presencia de lombrices ahí, por ende, ya debe contener minerales y elementos fuente de crecimiento para las plantas. La idea de esto, junto con el abono que se realizó en la actividad anterior, es que se nutra y se recomponer la tierra seca y árida que se encuentra ne le suelo donde se desarrolla la huerta.

3.4.RECURSOS

Talento humano, participación y voluntad de las personas mayores, agua, tierra, lombrices, recipientes para sembrado, pala, rastrillo, resiudos de materioa orgánica, café, cáscaras de huevo.

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Las personas de capacidad cognitiva media mostraron interés y participaron en la actividad de manera activa.

Firmas personas mayores:

Víctor Hugo Lozada Lozano: _____
cc. 3044618

Maria Ester Aguilar: _____
cc. 41519911

Gloria Betty Correa: _____
cc. 41629662

Firma coordinadora: _____ Firma responsable de la actividad: Juliana A. Medina.

Fecha de evaluación del encuentro: 27/02/2024

Nombre del profesional que evalúa: Claudia Juliana Araque Medina

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de cuidado 1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: Hogar La Macarena

1.2 Localidad: Fuera de Bogotá

2. Linea: Entornos Amigables y Seguros

2.1. Fecha de Ejecución:

21	2	2024	al	27	2	2024

2.2 Nombre de la actividad: Sembrando Salud y Bienestar

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Claudia Juliana Araque Medina

REGISTRO FOTOGRÁFICO



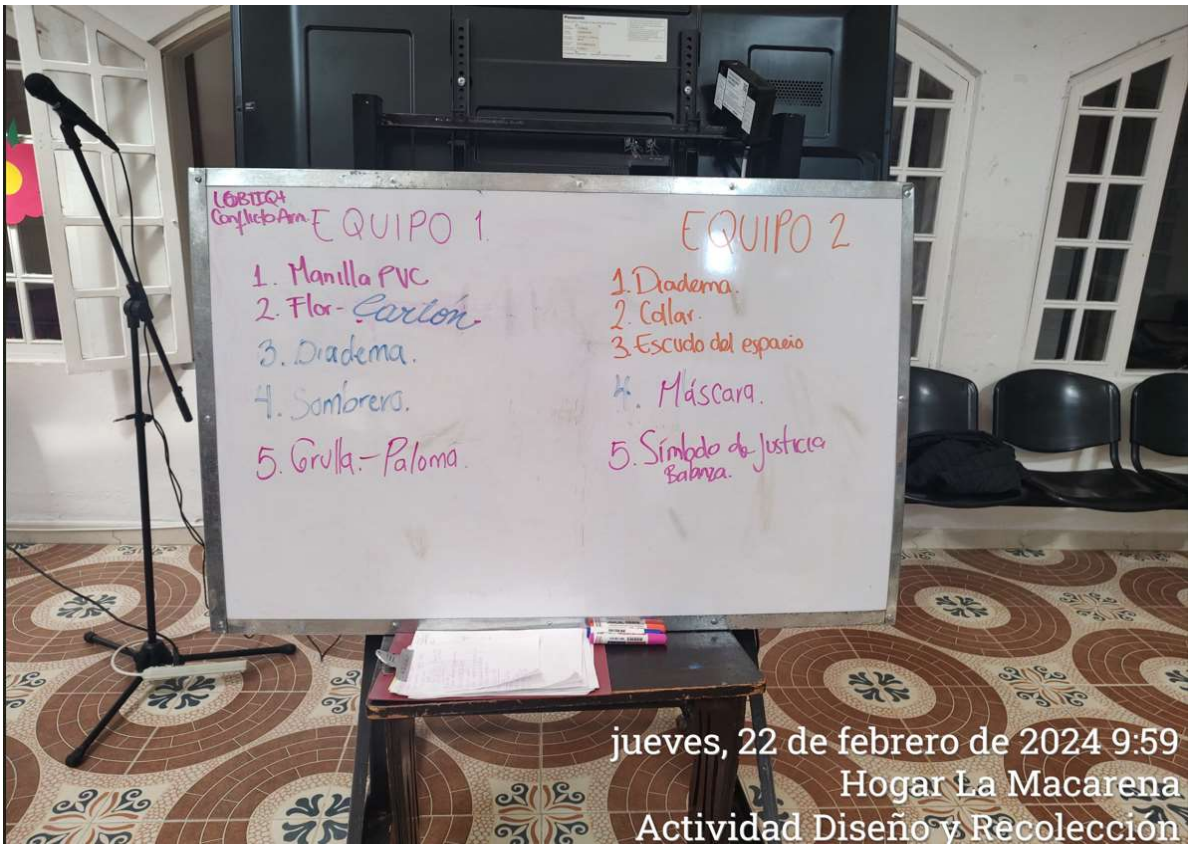


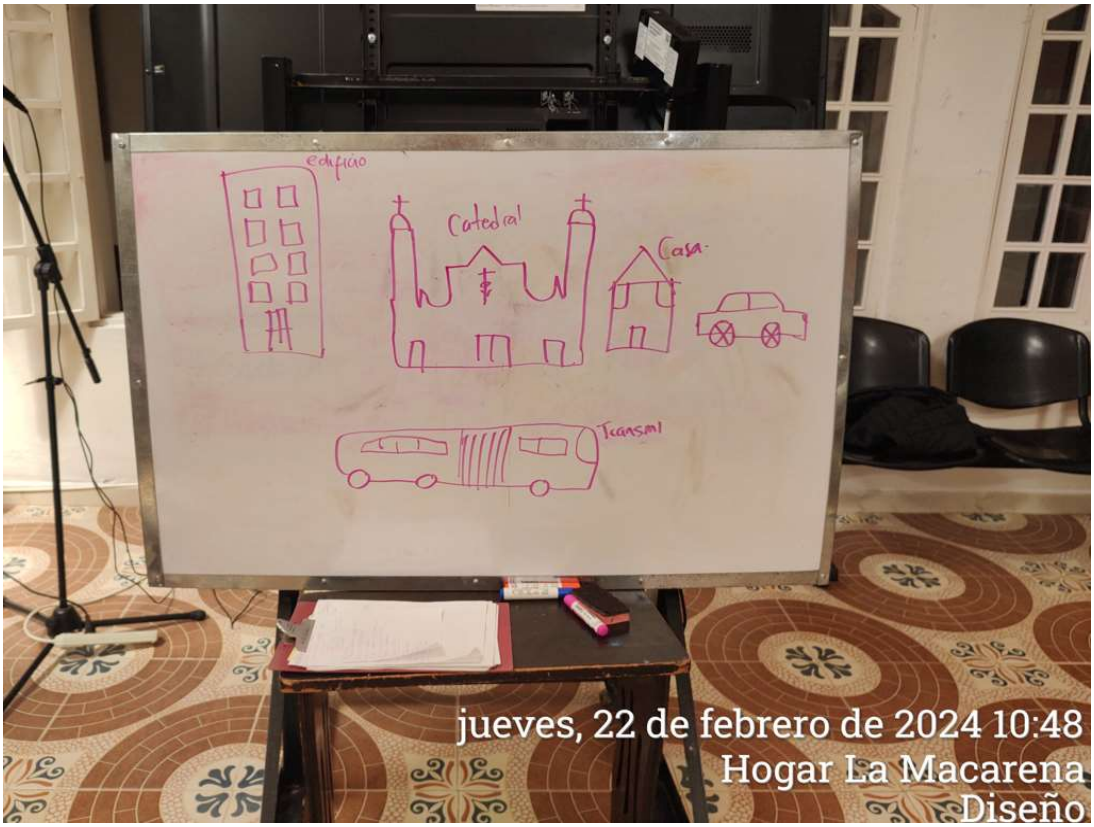

miércoles, 21 de febrero de 2024 9:10
Hogar La Macarena
Video foro


miércoles, 21 de febrero de 2024 9:48
Hogar La Macarena
Video foro


Siguiente
jueves, 22 de febrero de 2024 9:22
Hogar La Macarena
Actividad Diseño y Recolección


jueves, 22 de febrero de 2024 9:27
Hogar La Macarena
Actividad Diseño y Recolección


LGBTIQ+
Conflicto Arm
EQUIPO 1.
1. Manilla PVC
2. Flor - Cartón
3. Diadema.
4. Sombrero.
5. Grulla - Paloma.
EQUIPO 2
1. Diadema.
2. Collar.
3. Escudo del espacio
4. Máscara.
5. Símbolo de Justicia
Balanza.
jueves, 22 de febrero de 2024 9:59
Hogar La Macarena
Actividad Diseño y Recolección


edificio
Catedral
Casa
Transm
jueves, 22 de febrero de 2024 10:48
Hogar La Macarena
Diseño


viernes, 23 de febrero de 2024 14:09
Chía
Hogar La Macarena
Sembrando salud y bienestar
Abonando a la sociedad desde la vejez


viernes, 23 de febrero de 2024 14:16
Hogar La Macarena
Sembrando salud y bienestar
Abonando a la sociedad desde la vejez


viernes, 23 de febrero de 2024 14:22
Hogar La Macarena
Sembrando salud y bienestar
Abonando a la sociedad desde la vejez


miércoles, 28 de febrero de 2024 10:39
Chía
Hogar La Macarena
Sembrando salud y bienestar


AZÚCARES MALOS
AZÚCAR BUENOS
miércoles, 28 de febrero de 2024 10:39
Chía
Hogar La Macarena
Sembrando salud y bienestar


FELIZ CUMPLEAÑOS
AZÚCARES MALOS
AZÚCARES BUENOS
miércoles, 28 de febrero de 2024 10:38
Chía
Hogar La Macarena
Sembrando salud y bienestar