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 I2022016480 – 13/05/2022 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de cuidado

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: centro comunidad de Cuidado Tierra del Sol

1.2 Localidad: Usaquén

2. Linea: Participación.

2.1. Fecha de Ejecución:

17	4	2023	al	19	4	2023

2.2. Nombre del encuentro: Hábitos y rutinas de la vida diaria.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Oscar Guillen Cardona

3. DESARROLLO

3.1 OBJETIVO GENERAL

Promover espacios de participación en donde se permita la generación de procesos enfocados al fortalecimiento de vinculos afectivos y solidaridad intergeneracional, que facilite la inclusión de las personas mayores a las redes familiares, sociales y comunitarias.

3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

Generar espacios con las personas mayores a fin de socializar hábitos y rutinas de vida saludable qué permitan dentro de la comunidad de cuidado desarrollar acciones sobre las relaciones sociales adecuadas que contribuyan a la construcción en un ambiente de convivencia.
Vincular a las personas mayores en ejercicios que contribuyan al relacionamiento de pares y permitan abordar situaciones específicas de vida, así como la motivación permanente para participar de las actividades y propuestas profesionales.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Se convocará a las personas mayores a un espacio qué permita trabajar dinámicas orientadas a los hábitos de vida dentro de la comunidad de cuidado, dentro de estos hábitos se reforzarán acciones dirigidas a la estimulación en la participación de las actividades Fin de ocupar el tiempo libre y fortalecer su vinculación en el proceso. En un primer momento las acciones están dirigidas a generar escenarios reflexivos dónde las personas puedan afrontar desde su experiencia institucional, Efectos post pandemia relacionados a enfermedades respiratorias y situaciones de aislamiento;Se refuerzan y socializan protocolos establecidos por la secretaría distrital de integración social para mitigación de enfermedades respiratorias y uso adecuado de elementos de protección como el tapabocas, Además el respectivo lavado de manos antes y después de cada actividad. Se iniciará con una dinámica al ritmo de una canción llamada alerta mi capitán la cual promueve la activación de movimientos corporales ejemplo : Este es el baile del calentamiento vamos a hacer lo que diga el sargento (mover las manos),Vamos a hacer lo que diga el sargento vamos a mover los pies, Vamos a hacer lo que diga el sargento vamos a mover la cabeza, Así sucesivamente hasta generar una secuencia de movimientos que permitan activar a las personas mayores y disponerlos a La temática a desarrollar relacionada a hábitos y rutinas de la vida diaria dentro de la comunidad de cuidado.
3.3.2 MOMENTO CENTRAL	En la actividad central se harán unos postulados a las personas mayores relacionados a hábitos que realizan comúnmente en su diario vivir, Qué se enumeran a continuación: • Realiza actividades fisicas con regularidad • Se vincula en actividades de fortalecimiento cognitivo • Participa de los diferentes encuentros articulados dónde entidades públicas y privadas nos acompañan dentro de la comunidad • Respeta el uso de los espacios y comprende las opiniones personales de sus compañeros • Cree que el acuerdo de buen trato es pertinente a fin de tratar problemáticas relacionadas a la convivencia dentro de la comunidad • Qué posibles soluciones encuentra ante problemáticas relacionales dentro del centro. Sí propondrá un espacio de diálogo y comunicación en donde los participantes puedan dar a conocer sus opiniones personales en relación a los hábitos y rutinas qué desarrollan dentro de la comunidad de cuidado y cómo estos pueden llegar a garantizar o afectar su vida diaria.
3.3.3. MOMENTO FINAL	En el momento final de la sesión trabajada a través de los hábitos y las rutinas expresadas por las personas mayores se realizará un espacio de cuenta iria con una historia denominada resiliencia que nos cuenta la capacidad de superación de algunos seres humanos ante las adversidades y dificultades qué tuvieron que afrontar ante la convivencia, Este espacio será amenizado con música clásica que permite estimular narrativas u experiencias que quieran compartir entre participantes.

3.4.RECURSOS

Espacio de salon	Personas mayores
Sillas	Talento humano
Mesas	Lecturas reflexivas
Música	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

La evaluación del proceso o la sesión se muestra de manera favorable ya que permitio que los participantes en su gran mayoria personas con movilidad reducida pudieron compartir con su grupo de pares en cuanto a sus experiencias personales necesidades e intereses, así como ese conjunto de hábitos qué generan dia a dia en su cotidianidad. Por otra parte, el ejercicio permitió identificar algunas personas mayores quiénes A quién refieren situaciones especificas relacionadas a la convivencia entre pares y algunas posibles soluciones qué podrían mejorar el ambiente entre las que se encuentran el respeto por los horarios y el cuidado del patrimonio cómo es el uso del baño, Asistencia a comedores, Participación de actividades Y respeto por las opiniones ajenas.

Ernesto supelano cc 81715763 No firma
Gloria Rojas cc 20278046 No firma
Victor Romero cc 79319228 No firma

Raquel Pinto Sanchez
cc 52200787

Oscar Guillen C. 1020511661.

Fecha de evaluación del encuentro: 17/04/2023-19/04/2023

Nombre del profesional que evalúa:OSCAR GUILLEN CARDONA

Powered by CamScanner

HABITOS Y RUTINAS DE LA VIDA DIARIA

17 Y 19 DE ABRIL DE 2023





