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 4

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

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado Los Robles.

1.2 Localidad: No aplica

2. Linea: Ocupación Humana/ Lenguajes para la Identidad

2.1. Fecha de Ejecución:

1	11	2024	al	22	11	2024

2.2. Nombre del encuentro:
1. Risas y Juegos: Actividades ludicas y recreativas
2.Movimiento sin limites: Entrenamiento adaptado en futbol
3.Alianza Literaria y Artistica: Lectura guiada - Las Mujeres de La Independencia
4 Aniversario de Vida: Celebración de cumpleaños

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación:
Fabiola Alfonso Moreno / Terapeuta Ocupacional
Chistian Buchelli / Gerontologo
Dikson Torres / Psicologo
Lady Tatiana Nomesqui / Trabajadora Social.
Gloria Villalobos / Nutricionista
Olga Yolanda Garzón / Tallerista.
Lizeth Hilarion / Fisioterapeuta

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover un envejecimiento activo y feliz en las personas mayores, por medio de nuevas experiencias de goce y disfrute que incluya actividades culturales, lúdicas, recreativas, artísticas y de literatura, mejorando habilidades sociales por medio de salidas a diferentes espacios artísticos y encuentros literarios al interior de la comunidad de cuidado, una calidad de vida a nivel institucional.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1, Risas y Juegos: Actividades ludicas y recreativas
Mantener procesos mentales básicos como: creatividad, concentración, memoria, observación, capacidad de respetar turnos, seguimiento instruccional y habilidades motoras básicas por medio de las actividades lúdico-recreativas y deportivas teniendo en cuenta los gustos e interés de las personas mayores.
2.Movimiento sin limites: Entrenamiento Adaptado en futbol
Mantener procesos mentales básicos como: creatividad, concentración, memoria, observación, capacidad de respetar turnos, seguimiento instruccional y habilidades motoras básicas por medio de las actividades lúdico-recreativas y deportivas teniendo en cuenta los gustos e interés de las personas mayores.
3.Alianza Literaria y Artistica: Lectura guiada - Las Mujeres de La Independencia
Estimular procesos mentales basicos de las personas mayores institucionalizadas en la Comunidad de Cuidado Los Robles por medio de actividades literarias con lecturas guiadas y de temas de interes.
4**. Aniversario de Vida: Celebración de cumpleaños**
Favorecer la expresión de sentimientos y emociones de las personas mayores por medio de las diferentes celebraciones especiales como cumpleaños y las específicas de cada mes.

METODOLOGIA

1. Risas y Juegos: Actividades Lúdicas y Recreativas
Se proyectan diversas actividades lúdicas y recreativas los días 8, 15, 22 de noviembre 2024, en horario matutino, utilizando distintos espacios de la Comunidad de Cuidado los Robles. Estas actividades fueron diseñadas para satisfacer los gustos e intereses de 47 personas mayores, con el objetivo de aumentar la cobertura de la población y favorecer el manejo del ocio y tiempo libre, a traves de variedad de actividades.
Se organizan los diferentes espacios y se disponen los elementos necesarios para las actividades lúdicas, como juegos de mesa (parques, loterías, ajedrez, dominó, juegos de semejanzas, parejas) y actividades autóctonas, como el tejo, rana, boli rana, de igual manera se proyectan actividades en otros espacios de la Comunidad como las zonas verdes, con el fin de generar nuevas experiencias para las personas mayores.
La metodología seguida fue la siguiente:
1. Organización de los espacios.(sala de television, zona de juegos, terraza, zona verde, comedor)
2. Convocatoria a las personas mayores para su participación activa.
3. Ubicación del sonido, considerando los gustos de los participantes
4. Distribución de los juegos seleccionados.
5. Asignación de diferentes espacios en la Comunidad de Cuidado para cada actividad.
6. Provisión de tejos y mechas para el juego de tejo.
7. Organización de mesas, sillas y sonido en los espacios requeridos.
8. Organizacion de las personas mayores para las actividades en la zona verde (caminatas, juego, actividad de coordinacion, rana).
9. Planeación y organizacion de los elementos para las dinamicas de integración grupal.
10. Finalizacion de la actividad, con la retroalimentación de las actividades.

2. Movimiento Sin Límites: Entrenamiento Adaptado en Fútbol
La actividad de entrenamiento adaptado en fútbol se programó para el 22 de noviembre de 2024, en el comedor general ya que por ser adaptado se requieren de un espacio con sillas. Para este mes se tienen en cuenta las personas mayores que presentan una dificultad en su movilización y hacen uso de alguna ayuda tecnica, asi mismo los que hacen uso de oxigeno el cual limita un poco su participación en algunas actividades. La metodología incluye:
1. Convocar a las personas mayores en el comedor general
2. Información a los participantes sobre la hora, fecha y lugar del entrenamiento.
3. Ejecución de la actividad con el apoyo del área de fisioterapia.
4. Precalentamiento.
5. Explicación de la actividad y la dinamica a realizar.
6. Organización de equipos segun la ubicación en el comedor.
7. Demostración de la actividad.
8. Reglas para la actividad.
9. Ubicación de arcos.
10. Desarrollo del entrenamiento.
11. Finalización de la actividad.

3.Alianza Literaria y Artistica: Lectura guiada - Las Mujeres de La Independencia
Se programó una actividad de lectura guiada para el 14 de noviembre de 2024, en el espacio de la sala de televisión, por medio de una lectura de gran interes para las personas mayores (Las mujeres de la independencia, la cual permite generar diferentes conceptos sobre el valor de la mujer en nuestro pais.
1. La metodología a seguir fue la siguiente:
2. Planificación de la actividad.
3. Convocar a las personas mayores para la actividad (lugar, fecha, hora).
4. Explicación e introducción sobre la actividad
5. Retroalimentación de las actividades anteriores de tipo lliterario.
6. Inicio de la lectura y pausas para conversar
7. Conversatorio de toda la lectura.
8. Retroalimentación.
9. Cierre de la actividad.

4.Aniversario de Vida: Celebración de Cumpleaños
Actividades programadas y realizadas los días 1,2,6,11,13 y 22 de noviembre de 2024
Para organizar esta celebración, se consideraron los siguientes aspectos:
1. Planteamiento inicial de la fecha general de la celebración, así como de la logística y recursos necesarios.
2. Verificación de las personas mayores que cumplen años durante el mes, para celebrar de manera individual con un desayuno especial.
3. Proyección de una celebración grupal de cumpleaños para el 26 de septiembre de 2024.
4. Comunicación al área de alimentos sobre las fechas de celebraciones individuales.
5. Ambientación, decoración y logística general en el comedor institucional.
6. Registro fotográfico de cada celebración.
7. Convocatoria a todas las personas mayores para la celebración general, ubicando en la mesa principal a los cinco homenajeados.

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**1. Risas y Juegos: Actividades Lúdicas y Recreativas** Para iniciar con las actividades del dia, se informa a las personas mayores que actividad o que actividades se realizaran durante la jornada, esto con el fin que cada una seleccione de forma autonoma en que actividad participar. Las actividades realizaradas responden a los gustos e intereses de la población, se mantienen las actividades ludicas como juegos de mesa, especialmente de domino, parques, loterias, rompecabezas y otras actividades de tipo cognitivo como sopas de letras. **2. Movimiento Sin Límites: Entrenamiento Adaptado en Fútbol** Para dar inicio con el entrenamiento, se realiza la organización del espacio donde se llevara a cabo la actividad, se retiran las mesas y se organizan las sillas en circulo para facilitar los ejercicios y coordinación con el balon, alli se cuenta con el apoyo del area de fisioterapia, quien se encarga de realizar un calentamiento y estiramientos para prevenir lesiones. Al finalizar el calentamiento. Se realiza una explicación de la importancia de realizar adaptaiones en los diferentes deportes, con el fin que todas las personas mayores participen de forma activa. **3.Alianza Literaria y Artistica: Lectura guiada - Las Mujeres de La Independencia** Se organizó una actividad literaria donde las personas mayores son oyentes en la lectura sobre las mujeres importantes para la independencia, la Terapeuta Ocupacional da la explicación de la dinamica a realizar, donde escucharan lecturas referentes de cada una de las mujeres que representan la valentia y fortaleza en momentos dificiles de nuetra historia. **4**. **Aniversario de Vida: Celebración de Cumpleaños** Las personas mayores que cumplieron años en el mes de noviembre los días 1,2,6,11,13 de noviembre se les realizo un desayuno sorpresa con el fin de ver un día especial y realizar un homenaje con el fin tener un día agradable y feliz para la persona mayor. De igual manera se realiza una celebración general el día 22 de noviembre, donde participan la totalidad de las personas mayores y se le parte la torta al grupo de cumpleañeros del mes.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**1. Risas y Juegos: Actividades Lúdicas y Recreativas** Durante este mes se programan las diversas actividades donde las personas mayores participaron activamente en diferentes espacios, incluyendo la terraza, la zona verde con las canchas de tejo, el área de juegos con la rana y la bolirana, e incluso en el comedor general. Cada participante seleccionó la actividad y con quién realizarla. Las opciones incluyeron el juego de tejo, juegos de mesa como dominó, cartas y ajedrez. Además, se ambientó el espacio con música acorde a los gustos de la mayoría. Una vez organizados los espacios, se distribuyeron los elementos necesarios. Para las canchas de tejo, se pidió a dos personas mayores que las prepararan, dejándolas listas para el juego. retomo los juegos de tipo cognitivo que se observa son de gusto e interes para muchas de las personas mayores, tales como loterias, concentrese, juegos de semejanzas, juego de parejas, generando un reto individual para lograr armarlos completamente. Todas las actividades son organizadas paralelamente como estrategia para ampliar la cobertura de la población. Durante este mes y por factor climatico se realiza un maratón de la pelicula Busqueda Implacable, logrando ver las dos primeras peliculas, generando entusiasmo y motivacion por continuar mirando las peliculas, sin embargo no se alcanzó a ver la tercera pelicula, quedando pendiente para la proxima actividad. **2. Movimiento Sin Límites: Entrenamiento Adaptado en Fútbol** El entrenamiento se inicia con el calentamiento y ejercicios basicos con la Fisioterapeuta, quien les dirige movimiento de estiramientos de cada uno de los segmentos del cuerpo. Al terminar se ubican las personas mayores en cada una de las sillas, y se explica la dinamica de la actividad, alli cada persona debera hacer pases y buscar meter el gol en el arco contrario, la unica regla es que lo debes realizar sentados, esto para faciliatr la participación de las personas mayores que no cuentan con las habilidades motoras para estar de pie, se relaiza una demostración y se ponen en juego dos balones al tiempo para promover la agilidad, coordinación motriz, atención y control postural. **3.Alianza Literaria y Artistica: Lectura guiada - Las Mujeres de La Independencia** Una vez organizadas las personas mayores en la sala de televisión se da la explicación sobre la actividad a realizar y se hace un recorderis sobre las anteriores actividades llevadas a cabo en el marco del programa literario. Las lecturas a realizar son sobre las mujeres que han sido protagonistas de la historia de nuestro pais. Se da inicio con la lectura, al terminar se realiza un conversatorio sobre la vida de cada una de ellas y el papel que representó en la epoca de la independencia. Cada una de las personas mayores participa activamente, dando su opinión y resaltando a la mujer no solo en aque epoca sino tambien en la actual. **4.Aniversario de Vida: Celebración de Cumpleaños** Las personas mayores se sintieron agradables por el día especial de su cumpleaños un día de compartir con sus compañeros y tener un momento agradable.Dentro del desarrollo de la actividad de cumpleaños se puso énfasis en torno al compartir comunitario en el que se pretende que el festejado se sienta acompañado y desarrolle emociones positivas entorno a su día especial en compañía de sus compañeros de institución. Para cada una de las fechas, el área de cocina preparó un desayuno especial y en dicho momento se le cantó el feliz cumpleaños a la persona mayor homenajeada en compañía de todos sus compañeros. También se realizó una celebración en conjunto, en el que se reunió a toda la población en el espacio del comedor institucional, se volvió a cantar el feliz cumpleaños para los festejados, se partió la torta para las personas mayores agasajados por el día de su cumpleaños y se repartió a todos los participantes de la actividad.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**1, Risas y Juegos: Actividades ludicas y recreativas**: Al finalizar con cada una de las actividades, se organizó nuevamente el espacio se guardan cada uno de los elementos utilizados y se dejan otros a disposición de las personas mayores para que puedan hacer uso de estos de forma más autónoma. Se realiza una pequeña evaluación de la actividad, donde se evidencia que las personas mayores reconocen los días de las actividades de esparcimiento como: juegos de mesa, loterías, rompecabezas, tejo, adicionalmente se hace acompañamiento de las personas mayores que requieren apoyo para su desplazamiento hacia el comedor ya que de acuerdo con la rutina, se organizan para recibir los alimentos. **2.Movimiento sin limites: Entrenamiento Adaptado en Futbol.** Se termina con un estiramiento para evitar lesiones y garantizar un descanso de las personas mayores que participan, como dinamica final se realiza una actividad ludica de juego del tingo tingo tango, permitiendo a las personas mayores fortalecer procesos de atención, coordinación. Al terminar con la actividad se procede a la organización nuevamente el comedor general y se guardan los balones utilizados. **3.Alianza Literaria y Artistica: Lectura guiada - Las Mujeres de La Independencia:** Para finalizar se realiza un conversatorio sobre cada una de las mujeres y resaltando cual caracteristica tenian en comun, para lo que las personas mayores manifiestan que es la valentia y gallardia para pelear por sus derechos y el bienestar de la comunidad, sin importarles dejar a un lado sus interes personales. Quedan pendiente la lectura de dos historias mas de mujeres valientes e importantes. **4. Aniversario de Vida: Celebración de cumpleaños:** Se logro la participación de la población celebrando los cumpleaños a sus compañeros con el fin de tener un acercamiento de alegrías, aplausos.

3.4.RECURSOS	
MATERIALES	**HUMANOS**
Rompecabezas, sonido, loterias, juego de jenga, 1 cancha de tejo, 3 parques, 3 ajedrez, 6 dominos, 20 mechas, 19 tejos, sillas, 3 cajas de colores, 2 tajalapiz, juego de tejo, tejos, mechas, microfonos inhalambricos, balón de futbol, bombas, torta, memoria con música, decoración de cumpleaños, video beam, computador, copas, pasabocas, televisor, conectividad a internet, cartilla de vida de las mujeres de la independencia.	Los relacionados en el encabezado del formato de actividades

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

1, Risas y Juegos: Actividades ludicas y recreativas
Se logró llevar a cabo las seiones donde se desarrollan varias actividades propuestas para el mes, en las fechas: 8, 15, 22 de noviembre 2024, en la cual participan un total de 47 personas mayores, se realizó en el espacio de la terraza, zona verde, canchas de tejo, zona de juegos, la sala de televisión y comedor general, actividades desarrolladas en un horario de la mañana comprendido entre las 8:30 am, hasta las 11:50 am y en la tarde desde la 1:00 pm hasta las 3:00 pm.
A nivel general las personas mayores disfrutaron de las actividades y la compañía. Se resalta que las personas mayores que llevaron a cabo juegos en grupo reconocen las normas, reglas, comparten en equipo, en cuanto al tejo, reconocieron el riesgo. Se destaca el gusto e interes en las personas mayores para ver peliculas de corrido, para esta ocasión miraron dos peliculas de Busqueda Implacable, lo que generó, intriga por continuar con las peliculas.

Como medio de verificación de la actividad se contó con registro fotográfico de cada una de las fechas y se deja registro en los Paiin Actuando.

En constancia de la realización de la actividad firma la persona mayor:

1. Elisabeth Bedoya / identificada con CC N° 41789052 Elizabeth Bedoya

2.Movimiento sin limites: Entrenamiento Adaptado en futbol
Se logró realizar la actividad en la fecha planeada previamente, para el día 22 de noviembre del 2024, en la cual participarón un total de 38 personas mayores en un horario desde las 9:00 am hasta las 10: 30 am, todas las personas mayores disfrutaron la actividad, a algunos se les dificultó realizar la actividad sin levantarsen de la silla, sin embargo al finalizar logran hacer los pases y lanzamientos sentados. Esta actividad les permitio comprender que las personas mayores que tienen dificultades motoras para la movilidad y limitación para participar en actividades deportivas de forma tradicional.

Como medio de verificación de la actividad se contó con registro fotográfico, PAIIN actuando.

En constancia de la realización de la actividad firma la persona mayor:

1. Carlos Alberto Jimenez Sampayo/ identificado con CC N 19292137

3.Alianza Literaria y Artistica: Lectura guiada - Las Mujeres de La Independencia
Se logra dar cumplimiento con la fecha programada de la actividad la cual fue el día 14 de noviembre del 2024, en la cual participarón un total de 18 personas mayores, esta actividad se llevo a cabo desde las 3:50 pm hasta las 4:30 pm, en el espacio de la sala de televisión. A nivel general se logra que todas las personas participaran de forma activa, dando sus opiniones sobre cada una de las historias de las mujeres, destacando la valentia de cada una de ellas para alcanzar sus metas.

Como medio de verificación de la actividad se contó con registro fotográfico, PAIIN actuando y formato registro de desarrollo de actividades.

En constancia que se realizó la actividad firma la siguiente persona mayor:

1.Raul Osorio Lamprea / identificado con CC N° 1218213359 Raul Osorio

4. Aniversario de Vida: Celebración de cumpleaños
La actividad se programó y se llevó a cabo los días 1,2,6,11,13 y 22 de noviembre del 2024 entre las 8:00 am y las 8:30 am y en la tarde desde las 3:00 pm hasta las 3:45 pm, en el comedor de la comunidad de cuidado los Robles, lugar en el que asistieron 49 personas mayores para desarrollar la actividad propuesta. Se logro el objetivo de que las personas mayores que hayan cumplido años en el mes de noviembre hayan pasado un día agradable con aprecio de sus compañeros y talento humano quien hizo realiza una fiesta de integración..

Como medio de verificación de la actividad se contó con registro fotográfico, PAIIN actuando y formato registro de desarrollo de actividades.

En constancia que se realizó la actividad firma la siguiente persona mayor:

1. Maria Sara Blanco / identificada con CC N° 37812352 Maria S B

Fecha de evaluación del encuentro: 22 de noviembre de 2024.

Nombre y firma de la Coordinadora del Centro: Esperanza Cabrera Plazas

Escaneado con CamScanner

COMUNIDAD DE CUIDADO LOS ROBLES.
REGISTRO FOTOGRAFICO – RISAS Y JUEGOS - ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS

Actividad lúdica de esparcimiento – videos musicales 08/11/2024



Actividades lúdicas de mesa: 15/11/2024





Maratón de películas Búsqueda implacable 15/11/2024





COMUNIDAD DE CUIDADO LOS ROBLES.
REGISTRO FOTOGRAFICO – RISAS Y JUEGOS - ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS



Actividad lúdica de coordinación e interacción. 22/11/2024









COMUNIDAD DE CUIDADO LOS ROBLES
REGISTRO FOTOGRAFICO MOVIMIENTO SIN LIMITE

Entrenamiento de futbol Adaptado/ 22-11-2024









COMUNIDAD DE CUIDADO LOS ROBLES
REGISTRO FOTOGRAFICO– ALIANZA LITERARIA Y ARTISTICA







COMUNIDAD DE CUIDADO LOS ROBLES
REGISTRO FOTOGRAFICO ANIVERSARIO DE VIDA – CELEBRACIÓN DE CUMPLEAÑOS.

01 DE NOVIEMBRE DEL 2024



02 DE NOVIEMBRE DEL 2024



06 DE NOVIEMBRE DEL 2024





COMUNIDAD DE CUIDADO LOS ROBLES
REGISTRO FOTOGRAFICO ANIVERSARIO DE VIDA – CELEBRACIÓN DE CUMPLEAÑOS.

11 DE NOVIEMBRE DEL 2024



13 DE NOVIEMBRE DEL 2024



CELEBRACIÓN GENERAL EL 22 DE NOVIEMBRE DEL 2024

