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/L: Comunidad de cuidado Hogar San José saramita

1.2 Localidad: N/A

2. Linea: Cuerpo y Mente

2.1. Fecha de Ejecución:

09	08	2023	al	09	08	2023

2.2. Nombre del encuentro: Envejecimiento Activo: Hábitos de vida saludable

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Nancy Janeth Ramírez Gutierrez

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Desarrollar actividades grupales que promuevan el envejecimiento activo y la desmitificación de estereotipos negativos hacia la vejez, dirigidos a las personas mayores con enfoque diferencial.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

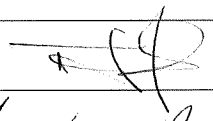
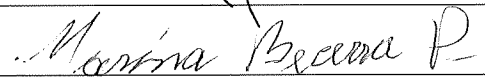
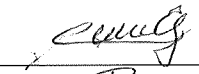
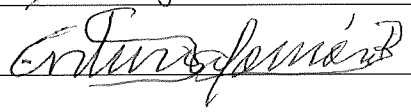
1. Sensibilizar a las personas mayores frente a los desafíos que implica envejecer en Colombia
2. Resaltar la importancia de mantener buenos hábitos y estilos de vida para el logro de un envejecimiento activo y saludable.

3.3. METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	**Actividad 1: 09 de Agosto 2023:** Para el desarrollo de esta actividad se programó realizar una plaza campesina donde las personas mayores durante el trascurso de la semana recibían incentivos dinero (billetes didácticos) realizando algunas actividades como recolectar productos de la huerta, participar de actividades ambientales, armando algunos rompecabezas relacionadas a los alimentos; se buscaron los medios necesarios para que la placita campesina de mis buenos hábitos se viera lo más natural posible, haciendola creible para los participantes, con anterioridad el talento humano aporto productos saludables y no saludables que los participantes pudieran consumir.
MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1: 09 de Agosto 2023:** Durnate la jornada se realizó el montaje de la placita campesina mis buenos hábitos donde se evidenciaron productos alimenticios como frutas (manzana, pera, uvas, papaya, mandarinas, bananos, naranjas, guayabas), y otros productos como leche, yogur, jugo de naranja, aromática, cereales, bocadillo con queso, sándwiches, entre otros; también se ofertaron productos no saludables como gaseosa, tinto, paquetes, chitos, dulces, galletas etc, los precios variaban entre los productos saludables y no saludables siendo más costosos los no saludables, durnte la actividad se realizaron actividades tales como explicación breve sobre la importancia de la sana alimentación y los malos habitos y las consecuencias que tienen para el logro de envejecimiento saludable, también se realizó actividad lúdica con material elaborado con técnicas gerontagógicas por medio de rompecabezas de frutas y verduras donde los participantes deberían armarlos y posteriormente se les daba una bonificación para poder ir a comprar en la placita campecina. La jornada trascurrio tranquila los participantes que tenían alguna limitación para acercarse donde estaban las ventas se les llevarón productos saludables a sus puestos, para que la participación fuera con buena cobertura de las personas mayores de la comunidad de cuidado Hogar San José Saramita.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1: 09 de Agosto 2023:** para finalizar el evento se sensibilizó a las personas mayores sobre la importancia de seguir la dieta balanceada que se brinda en el medio institucional, y lo desfavorable que son lo productos que se venden en paquetes como las papas, los chitos, los gudis. Productos que contienen muchos quimicos.

3.4.RECURSOS

Sillas	Nancy Janeth Ramirez-Gerontóloga
Mesas	Personas mayores
Alimentos saludables	
Comida no saludable	
Rompecabezas	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO			
Actividad 1: 09 de Agosto 2023: Se da por terminada la actividad a las 12:00 a. m. donde las personas mayores se vincularon de manera autónoma y se sintieron agradecidos por la información brindada y por la actividad tan bonita que se realizó, participaron 72 personas mayores			
En constancia a lo anterior lo firman:			
Fernando Salcedo	CC: 79.595.023	Coordinador	
Marina Becerra Prieto	CC: 20267122	Persona mayor	
Jorge Enrique Londoño.	C.C: 19159543	Persona mayor	
Ricardo Moreno	CC: 79288460	Persona mayor	
Fecha de evaluación del encuentro: **09/08/2023**			
Nombre del profesional que evalúa: NANCY JANETH RAMIREZ GUTIERREZ			

Registro Fotográfico
Actividad: Envejecimiento Activo con Persona mayor





