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 1

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

1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado Las Brisas

1.2 Localidad: No Aplica

2. Línea:

2.1. Fecha de Ejecución:

7	11	2025	al	7	11	2025

2.2. Nombre del encuentro: Salida Extramural - Lúdico Recreativa

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Equipo Profesional CC Las Brisas

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Brindar a las Personas Mayores diferentes actividades de tipo recreativo en un entorno extramural, con el fin de fortalecer la interacción social con sus pares en espacios propicios de recreación y esparcimiento en respuesta a las necesidades de la población apuntando al disfrute y bienestar.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

*Generar espacios de recreación y esparcimiento, que permitan a las personas mayores disfrutar de un cambio de ambiente.
*Generar espacios agradables para el fortalecimiento, socialización e interacción con pares, los cuales permiten el fortalecimiento de habilidades sociales.
*Promover habilidades, estados físicos, emocionales y cognitivos de la persona mayor, permitiendo disfrutar de ambientes saludables y de bienestar.
*Favorecer los procesos con vivenciales, mediante amplios espacios de esparcimiento y recreación.
*Aumentar la participación individual y grupal en las actividades extramurales.
*Suministrar alimentación que cumpla con las características organolépticas innovadoras con relación a la ya programada, asegurando el aporte de las recomendaciones de energía y nutrientes.

3.3. METODOLOGÍA

La salida extramural que se realizará en la Finca Hotel La Johanna se llevará a cabo teniendo en cuenta diversas consideraciones para garantizar su adecuado desarrollo y cumplimiento. Por lo anterior, a continuación se presentan las actividades específicas que se ejecutarán durante el desarrollo de la jornada:

- Socialización con la comunidad institucional (personas mayores, equipo profesional y técnico, auxiliares de enfermería, de servicios) los cuales emiten recomendaciones de comportamiento antes, durante y después de la actividad.

- Entrega y suministro de desaruno (Comunidad de Cuidado Las Brisas)
- Entrega y dispensación de tratamiento farmacologico para las personas mayores.
- Distribución entre el talento humano asistente, para la asignación de grupo de personas mayores a cargo.
- Organización de la población en el respectivo transporte.
- Asignación y entrega de carnets en lugares visibles a cada una de las personas mayores.
- Verificación y llamado a lista de la población participante.
- Ingreso y acomodación en la finca Recreativa.
- Acompañamiento continuo en los tiempos de desarrollo de las actividades
- Transporte y administración de medicamentos durante la salida extramural

Desarrollo de actividades lúdicas y terapéuticas: se brindará a la población diferentes actividades en donde las personas mayores puedan participar en espacios que sean de su agrado; las cuales se relacionan a continuación:

1.COMPITE Y GANA:La sesión se desarrolló mediante una metodología participativa, lúdica y vivencial, organizada por estaciones de trabajo. Cada estación ofreció un reto cognitivo específico, permitiendo que las personas mayores rotaran y participaran de manera activa. Se emplearon objetos cotidianos, material visual, botellas de colores y juegos de palabras que facilitaron el aprendizaje significativo. Se brindaron indicaciones claras, acompañamiento cercano y retroalimentación continua para garantizar la comprensión, el ritmo adecuado y la motivación durante toda la actividad.

Por lo tanto, durante el desarrollo de la salida lúdico-recreativa se llevarán a cabo actividades como Compite y Gana y Jugando con Precisión, las cuales se realizarán en los diferentes espacios locativos de la Finca Hotel La Johanna durante la jornada de la mañana. En estos espacios, las personas mayores participantes tendrán la oportunidad de vincularse e integrarse según sus gustos, habilidades, intereses y destrezas.
Durante la jornada de la tarde se llevará a cabo la actividad denominada PESCANDO ANDO, la activiidad se desarrolló por medio de un juego recreativo y lúdico en donde se utilizaron materiales sencillos como balde, agua, objetos y/o peces, ademas de cañas artesanales, permitiendo asi una interacción dinámica y adaptable a las capacidades físicas de cada participante. Esta actividad permitira que las personas mayores la estimulación cognitiva, motora y social.

Se da inicio a la segunda Salida extramural a llevarse a cabo en las instalaciones de la Finca Hotel La Johanna, donde se desarrollarán las siguientes actividades en los diferentes espacios locativos del centro recreativo, por lo tanto en el transcurso de la jornada de la mañana las personas mayores se vincularon y disfrutaron de cada una de estas actividades teniendo en cuentas sus gustos e intereses.

1. COMPITE Y GANA
La jornada inició con una bienvenida cálida dirigida a las personas mayores, en la que se explicó el propósito de las dinámicas y se resaltó la importancia de ejercitar las capacidades cognitivas para mantener la autonomía y el bienestar diario.
Se generó un ambiente de confianza, motivación y preparación emocional para el desarrollo de la actividad. Posteriormente, se organizó a los participantes en pequeños grupos, asegurando que todos se sintieran integrados y que las mesas o estaciones estuvieran distribuidas de manera accesible. Las profesionales explicaron detalladamente las reglas, el tiempo de observación y la rotación entre estaciones, con un lenguaje claro y pausado. Se resolvieron dudas para garantizar la comprensión de las dinámicas, y se enfatizó la importancia de participar desde las capacidades individuales, sin presiones y manteniendo un ritmo adecuado para cada persona mayor.
JUGANDO CON PRECISIÓN: Para iniciar la actividad, se brindó una breve bienvenida a las personas mayores participantes, siendo ubicados en un espacio adecuado para el desarrollo oportuno del espacio, haciendo enfasis en torno a la importancia de coordinar los movimientos y a su vez fomentar la precisión, la concentración y el control motor. De esta manera, se esperaba generar un ambiente motivador y dispuesto para participar en la actividad lúdica que fortalecerá la coordinación óculo–manual y el trabajo en equipo.
Durante la jornada de la tarde se lleva a cabo actividades de ocio y tiempo libre y algunos espacios de juegos tradicionales teniendo en cuenta los gustos e intereses de las personas mayores, quienes se mostraron atentos y en disposicion en el desarrollo de la jornada propuesta.

ENTO

3.3.1 MOMI INICIA	En el transcurso de la tarde fue desarrollada la actividad que se relaciona a continuación: **PESCANDO ANDO:** Se brinda un saludo de bienvenida a las personas mayores participantes, posterior a ello se disponen los materiales a utilizar como baldes o cajas con agua y los peces dentro de cada uno de los recipientes dispuestos, una vez organizados se dispone a que los participantes sentados o de pie teniendo en cuenta su capacidad fisica, haga uso de cañas artesanales para pescar; por lo cual el objetivo de la actividad es que cada uno de las personas mayores lograra atrapar un pez y de esta manera dar a conocer un refran, copla etc. Este espacio buscaba generar en las personas mayores una actividad recreativa en la cual se promoviera la integración e interacción y a su vez la participación y la cooperación. **Nota:** Teniendo en cuenta que se dio cumplimiento a las actividades programadas para el adecuado desarrollo de la salida extramural, y considerando que quedó tiempo disponible al finalizar la jornada, se ofrecieron a las personas mayores diversas actividades de tiempo libre y ocio, con el fin de promover su disfrute, integración y bienestar durante el espacio recreativo. En el marco de la salida extramural se garantizó una adecuada organización de la alimentación, brindando a los participantes comidas equilibradas y acordes a sus necesidades. Por lo tanto, a continuación se relaciona el menú ofrecido durante el transcurso de la salida: DESAYUNO: milo en leche, omelette con espinaca y champiñones, croissant , mix de frutas (banano, durazno, miel) MENÚ DE REFRIGERIO EN LA MAÑANA Y TARDE: : batido frutos rojos (mora-fresa), tostada francesa y bebida uht, torta de queso MENÚ ALMUERZO: sobrebarriga al horno, arroz con ajonjoli, ensalada griega, papa al chupe, jugo de mango con alhbaca y limon CENA: pollo al vino, arroz verde, pure de papa, crema de tomate
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**COMPITE Y GANA:** Durante el desarrollo de las estaciones, las personas mayores rotaron por cada una de manera organizada, participando activamente en los retos propuestos. En la Estación 1 – "Recuerda la secuencia visual", observaron entre 6 y 8 objetos cotidianos y luego identificaron el elemento faltante o el cambio realizado, fortaleciendo la memoria inmediata, la atención selectiva y el razonamiento lógico. En la Estación 2 – Clasificación por colores o formas, organizaron secuencias de botellas de colores siguiendo una lógica determinada, reforzando la percepción visual, la memoria de trabajo, la motricidad fina y la concentración, además de estimular la tolerancia a la frustración cuando debían reiniciar la secuencia por errores. En la Estación 3 – "El juego del ahorcado", las personas mayores completaron palabras incompletas mediante propuestas de letras, lo que permitió trabajar la memoria semántica, el lenguaje, el razonamiento verbal y la cooperación grupal. Durante toda la actividad se evidenció interacción constante entre los participantes, quienes conversaban, se apoyaban mutuamente y celebraban los aciertos, generando un ambiente motivador y colaborativo. El acompañamiento de la profesional fue fundamental para orientar, reforzar positivamente y adaptar la dificultad según el ritmo de cada persona mayor, favoreciendo así la participación inclusiva y el fortalecimiento progresivo de sus capacidades cognitivas. **JUGANDO CON PRECISIÓN:** Se lleva a cabo la actividad lúdica de coordinación ojo - mano utilizando palos y pelotas plásticas., en donde las personas mayores participantes, organizados por parejas y sentados frente a frente a una distancia de dos metros, por lo tanto, debian trabajar de manera conjunta con el fin de trasladar la pelota hacia el recipiente ubicado en el centro, siendo solo manipulada únicamente con los palos y evitando que caiga al piso; por lo cual cada pareja debia intentar depositar la pelota dentro del recipiente el mayor número de veces posible, fortaleciendo así la precisión, la atención visual y la coordinación. Esta dinámica, además de estimular la integración visomotriz y el control motor fino, fomentaró la comunicación, el trabajo en equipo y el disfrute activo de los participantes. Durante la jornada de la tarde fue llevada a cabo la actividad que se relaciona a continuación: **PESCANDO ANDO:** Para el desarrollo de la actividad, fue necesario organizar a las persona mayores participantes, a quienes se les dispuso un balde con agua y algunos objetos de colores para realizar la pesca, a su vez las personas mayores fueron ubicadas de pie y a cada una de ellas se les entregó una caña artesanal de pesca para que asi pudieran realizar la actividad sin dificultad. De igual manera, se indicó a las personas mayores que cada vez que lograran el objetivo de atrapar y pescar satisfactoriamente el objeto, debian expresar un refran, copla u otra acción con el fin de favorecer tambien los procesos de memoria. La dinámica se lleva a cabo en un ambiente recreativo, promoviendo la risa, la participación activa y la cooperación entre los participantes, fortaleciendo así la interacción social y el disfrute colectivo. Es de resaltar, que esta actividad incidió en el fomento para que las personas mayores se animaran mutuamente, generando un ambiente de confianza y entusiasmo; siendo una actividad sencilla y que fue adaptada segun las capacidades individuales de las personas mayores participantes. Teniendo en cuenta que los tiempos se dieron acorde a las actividades propuestas, tambien se brindo un espacio en el cual las personas mayores desarrollaron actividades de tiempo libre y ocio orientadas a promover la participación activa y el disfrute de las personas mayores. Algunos participantes se integraron en juegos como la bolirana, entre otras dinámicas que favorecieron la interacción social, la memoria y el movimiento corporal. Estas actividades permitieron fortalecer vínculos, estimular habilidades motrices y generar un espacio de recreación significativa, en el que las personas mayores pudieron compartir, reír y disfrutar de un entorno diferente al habitual.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**COMPITE Y GANA:** Para finalizar la sesión, se realizaron ejercicios de respiración profunda, estiramientos suaves y movimientos articulares, con el propósito de relajar la musculatura, disminuir la tensión y favorecer la calma emocional después de la estimulación cognitiva.Posteriormente, se realizó una retroalimentación grupal donde cada persona mayor compartió su experiencia, lo que más disfrutó y aquello que sintió como reto, fortaleciendo la comunicación y el reconocimiento personal. Al finalizar la salida extramural, se evidenció en las personas mayores un ambiente de alegría y satisfacción al disfrutar de un espacio distinto al de la dinámica institucional, donde pudieron compartir con sus compañeros y el talento humano acompapñante. La programación se desarrolló dentro de los tiempos establecidos y permitió la participación de las personas mayores, respetando sus gustos e intereses, favoreciendo que la jornada lúdica y recreativa resultara atractiva y significativa para todos. Asimismo, la actividad brindó un entorno de relajación que fortaleció las relaciones sociales, disminuyendo sensaciones de aislamiento y soledad. Por otra parte y teniendo en cuenta las condiciones climaticas, se ofreció hidratación a los participantes, además se realizó lubricación de la piel para garantizar su cuidado y prevenir riesgos asociados a la exposición solar. Durante los tiempos de alimentación la población se mostrò a gusto y muy agradecidos por los alimentos suministrados los cuales fueron de total satisfaccion; asi mismo se dio cumplimiento con la entrega de la merienda y el almuerzo en los tiempos establecidos. **PESCANDO ANDO:** Se invita a las personas mayores a compartir brevemente cómo se sintieron durante la dinámica de pesca recreativa, resaltando los momentos que más disfrutaron, a su vez fueron reconocidos los logros individuales y colectivos, destacando la participación, el esfuerzo y la colaboración entre compañeros. Finalmente, se realiza una breve retroalimentacion frente a la importancia del apoyo mutuo y el trabajo en equipo en aras de fortalecer las relaciones sociales y a su vez promoviendo espacios lúdicos que incidan en el bienestar físico, cognitivo y emocional. Durante la salida extramural se contó con la participación activa de las personas mayores, quienes fueron organizadas en diferentes grupos según sus habilidades y capacidades, con el fin de garantizar su integración en cada una de las actividades propuestas por el equipo profesional. Esta dinámica permitió fortalecer sus habilidades sociales y comunicativas, promoviendo la colaboración y el intercambio entre los participantes. Además, la salida se convirtió en un espacio enriquecedor que les permitió romper con la rutina cotidiana de la dinámica institucional, favoreciendo el disfrute, la motivación y el bienestar general.

3.4 RECURSOS

HUMANOS:
•Cuidadores :21
•Personas Mayores: 49 (No se cuenta con la participación de la persona mayor Fabio Armando Quintero, debido al encontrarse en hospitalización desde el día 6 de Noviembre de 202 5 en el Hospital de Fontibón)
•TOTAL PERSONAS PARTICIPANTES: 70
MATERIALES:
•Escarapelas.
•Listados de organizaciòn
LOCATIVOS:
•Comunidad de Cuidado Las Brisas
•Finca Hotel La Johanna - San Javier
LOGÍSTICOS:
•Transporte
INSTITUCIONALES:
•Puesto de salud San Javier

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Se llevó a cabo la salida extramural en la Finca Hotel La Johanna, con la participación de 49 personas mayores, teniendo en cuenta que una persona no asistió debido a encontrarse en proceso de hospitalización. A lo largo de la jornada, el equipo profesional desarrolló de manera organizada las actividades programadas desde cada área, asegurando un proceso ordenado y acorde con la disposición y el buen comportamiento de los participantes. Esta salida lúdica y recreativa aportó al bienestar físico, mental y social de la población, favoreciendo la interacción social y la estimulación cognitiva. Asimismo, la adecuada organización permitió que las personas mayores participaran en los distintos espacios propuestos, generando una experiencia inclusiva y enriquecedora. Es importante resaltar que durante toda la jornada no se presentaron eventualidades, logrando así una experiencia segura, agradable y satisfactoria para todos.

FARID TRUJILLO CC:12112745 FARID TRUJILLO

GLORIA RODRIGUEZ CC: 41521496 Gloria Rodriguez

Fecha de evaluación del encuentro: 07/11/2025

Nombre del profesional que evalúa: Equipo Profesional Comunidad de Cuidado Las Brisas

Coordinadora: Alejandra Caro Venegas Alejandra Venegas

REGISTRO FOTOGRAFICO

1.COMPITE Y GANA





2. JUGANDO CON PRECISION


Comunidad de Cuidado Las Brisas
4° 39' 33" N, 74° 27' 45" W
7 de noviembre de 2025, 11:33:57 a.m.


Comunidad de Cuidado Las Brisas
4° 39' 33" N, 74° 27' 45" W
7 de noviembre de 2025, 11:34:05 a.m.


Comunidad de Cuidado Las Brisas
4° 39' 33" N, 74° 27' 46" W
7 de noviembre de 2025, 11:34:26 a.m.


Comunidad de Cuidado Las Brisas
4° 39' 33" N, 74° 27' 45" W
7 de noviembre de 2025, 11:34:08 a.m.


Comunidad de Cuidado Las Brisas
4° 39' 33" N, 74° 27' 46" W
7 de noviembre de 2025, 11:34:34 a.m.


Comunidad de Cuidado Las Brisas
4° 39' 33" N, 74° 27' 45" W
7 de noviembre de 2025, 11:37:29 a.m.





ACTIVIDAD JORNADA TARDE – PESCANDO ANDO:









MENÚ SALIDA EXTRAMURAL:






7/11/2025 12:30:24 p. m.
La Mesa Cundinamarca
Comunidad de Cuidado Las Brisas


7 nov. 2025 2:18:06 p. m.
7 nov. 2025 2:17:44 p. m.
Comunidad de cuidado las Brisas
La Mesa
Cundinamarca