ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO: PRESTACION DE LOS SERVICIOS SOCIALES FORMATO: REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES	Código: F-PS-201 Versión: 0 Fecha: Memo Int 66572-04/011/2015 Pagina: 1 de 1

1.	Localidad:	Tunjuelito							
1.1	Unidad Operativa:	C.C.C Hogar Casa Nostra	2.3	Fecha de ejecución					
2.	Eje de Atención:	Cuidado Integral	21	7	2021	al	21	7	2021
2.1	Tema:	Cuerpo y mente	2.4	Acompañante Social a cargo de la digitación					
2.2	Nombre de encuentro:	Armonizando mi Ser (Masajes Relajantes)	Angélica Poblador Lizarazo						

3. DESARROLLO DEL TEMA

3.1. OBJETIVO GENERAL DEL EJE:
Promover hábitos y estilos de vida saludable en las personas mayores, mediante actividades de mantenimiento cognitivo, físico, sensorial, espiritual y básicas instrumentales, favoreciendo un envejecimiento activo y una vejez positiva.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS
1, Conseguir efectos positivos en el estado de ánimo de las personas mayores
2, Disminución del dolor articular y muscular.

3.3. METODOLOGÍA	
3.3.1 MOMENTO INICIAL	Se ubican a las personas mayores en salon sensorial
	Se hace ambientación por medio de esencias
	Se explica la dinamica de la actividad
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Se realiza la actividad el dia 21 de Julio en donde , se inicia la actividad con ambientación del salon sensorial por medior de esencias limón, eucalipto, luces de colores y sonidos relajantes de la naturaleza, se ubican a las personas mayores en las colchonetas, se estimulan canales olfativos, se continua con ejercicios dirigidos de respiracion, seguido de masaje manual relajante comenzando en miembros superiores e inferiores y estiramientos suaves a tolerancia, se continua con una sesión de meditación.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Se finaliza la actividad dando las gracias por la participación. Se realizó correspondiente desinfección de colchonetas antes y después de su uso con hipoclorito a cargo de servicios generales, luego de la participación de las personas mayores se realizó lavado de manos con el apoyo de enfermería.

3.4.RECURSOS	
Esencias Limon, Eucalipto y jazmin	**Fisioterapeuta**
Colchonetas	
Aceites uva y almendras	
Parlante	
Luces	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO
Las personas mayores experimentaron un espacio diferente y tranquilo, disminuyendo niveles de estrés y ansiedad, en algunos casos ocasionados por la pandemia lo cual no ha permitido el contacto estrecho con familiares.

	ELABORO	REVISO	REVISO	APROBO
NOMBRE	Marco Peña	Giovanna Rivera Páez	Guzman	Julián Moreno Parra
CARGO	Responsable del	Dirección Territorial	Subdirectora para	Lideresa del Proceso de Prestación