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: Servicio Integral de Bienestar y Cuidado para Personas Mayores 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Centro Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth Cogua

1.2 Localidad: N/A

2.1. Fecha de Ejecución:

2. Línea: Ocupación Humana- Lenguajes para la Identidad — 2 3 2023 al 25 3 2023

2.2. Nombre del encuentro: La Estación de la Diversión: "Pirámide del entretenimiento"

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Diego Pecha Otálora (Educador Físico), Sandra Velásquez Moya (Fisioterapeuta)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Implementar escenarios de participación a través de prácticas lúdicas, recreativas, culturales, artísticas y físicas, fortaleciendo habilidades y destrezas integrales, preservando la salud de las personas mayores del Centro de Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth-Cogua

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Fortalecer las condiciones físicas y propioceptivas de las personas mayores fomentando la actividad cinética y el acondicionamiento motor.
2. Promover la práctica de la actividad física para el mantenimiento de las condiciones de salud de las personas mayores y disminuir conductas de sedentarismo.
3. Generar espacios para el aprovechamiento del tiempo libre que sean de gusto e interés para las personas mayores.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	1. Convocar grupo de personas mayores. 2. Preparar el lugar y disponer elementos y material de trabajo. 3. Trabajar a través de técnicas y ejercicios específicos acorde a las capacidades y habilidades de las personas mayores. 4. Realizar proceso de enseñanza-aprendizaje mediante instrucciones en forma clara y sencilla, grupal e individualizado, de forma demostrativa para mayor comprensión. 5.Para el desarrollo de las actividad dar cumplimiento a los lineamientos técnicos para la adopción de medidas preventivas y de contención frente a la COVID-19 en el servicio social, protocolos y demás documentos emitidos por la Secretaría Distrital de Integración social, así como la normatividad vigente a nivel nacional, departamental y distrital.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Se ofrecieron diferentes alternativas y espacios de participación durante el periodo reportado como: ejercicio físico grupal e individual, tratamiento sedativo (termoterapia, masaje terapéutico, vibro masaje), gimnasia con bastones, bandas elásticas y aros, proyección películas, estimulación sensorial, aprovechando los diferentes espacios institucionales marquesina, teatro, sala de estimulación , taller y terapia física. Se aplican los protocolos con las medidas preventivas y de contención a la COVID- 19 por tal motivo los grupos organizados mantuvieron una distancia prudente. Se realizaron 8 sesiones: 1 sesión: 2 de marzo: Gimnasia . Participantes 47. Se inicia la sesión terapéutica con ejercicios de calestemia, seguido de una rutina de ejercicios con bastones haciendo trabajo de coordinación y movilidad articular, la sesión se finaliza con ejercicios de estiramiento muscular. 2 sesión: 4 de marzo: Cine. Participantes 18. Se proyecta película acorde a gusto e interés de las personas mayores. 3 sesión: 9 de marzo: Expresión corporal y bandas elásticas. Participantes 60.Se realizaron ejercicios de expresión corporal bajo direccionamiento con movimientos articulares de cabeza, brazos y piernas y ejercicios con bandas elásticas para fortalecer la musculatura del tren superior. 4 sesión: 11 de marzo: Cine. Participantes 20. Se proyecta película acorde a gusto e interés de las personas mayores.

	5 sesión: 16 de marzo: Actividad física con aros. Participantes 55. Se realizo actividad grupal direccionada mediante sesiones y repeticiones implementando los aros como apoyo de material didáctico, 6 sesión: 18 de marzo: Cine. Participantes 18. Se proyecta película acorde a gusto e interés de las personas mayores. 7 sesión: 24 de marzo: Gimnasia con bastones. Participantes 40. Se realizo toda la contextualización pertinente sobre la actividad a realizar, luego se hace entrega de los bastones y se da inicio a los ejercicios brindando asistencia verbal y demostrativa constantemente de inicio a fin de la sesión. 8 sesión: 25 de marzo: Cine. Participantes 25. Se proyecta película acorde a gusto e interés de las personas mayores.
3.3.3. MOMENTO FINAL	En cada sesión se realiza la retroalimentación de la actividad, evaluación y se indaga sobre el sentir de los participantes frente a las expectativas, dudas, inquietudes, aportes con respecto a la temática planteada. Se aplica escala de valoración con emoticones para el registro del área. Se realiza la retroalimentación de la sesión trabajada y se proyecta una nueva actividad, Se realiza registro fotográfico y de asistencia..

3.4.RECURSOS

Balones, balones de Bobath Video Beam, consola de sonido Bastones, aros, poleas, bandas elásticas Infrarrojos, paquetes calientes Aceites Esencias Balones terapéuticos Masajeador terapéutico Bolos, rana, cancha de baloncesto Bicicleta estática, elíptica, caminadora	Terapeutas Ocupacionales Auxiliares en Artes Educador Físico Fisioterapeuta

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Las personas mayores participaron de los espacios terapéuticos, exploraron diferentes escenarios acordes a sus gustos, intereses y posibilidades corporales con buenos procesos de interacción con pares y cuidadores; evidenciando que durante y posterior a las actividades desarrolladas mostraron agrado y receptividad a las diferentes técnicas terapéuticas, lúdicas y de juego ejecutadas.
Participaron 187 personas mayores durante el mes de marzo de 2023.

En constancia firman:

Nombre Persona Mayor: Miguel Roberto Florez Numero de identificación: 7500613 Firma:

Nombre Persona Mayor: Alvaro Giraldo Numero de identificación: 17170597 Firma:

Nombre Persona Mayor: Jesús Guevara Numero de identificación: 79140853 Firmá:

Coordinadora: Doctora Myriam Moreno Ángel.

Fecha de evaluación del encuentro: 25 de marzo 2023

Nombre del profesional que evalúa: Sandra Velásquez Moya - Diego Pecha Otálora

Diego Pecha

Powered by CamScanner

REGISTRO FOTOGRAFICO






Remark: Expresión corporal y bandas elásticas
#Hogar Nazareth-Cogua
Network: 9 mar. 2023 9:37:05 a. m. GMT-05:00
Local: 9 mar. 2023 9:36:32 a. m. GMT-05:00


11 mar. 2023 10:16:10 a. m.
Cogua Nazareth
Pelicula


Remark: Actividad física con aros
#Hogar Nazareth Cogua
Network: 16 mar. 2023 9:38:56 a. m. GMT-05:00
Local: 16 mar. 2023 9:38:17 a. m. GMT-05:00


18 mar. 2023 9:42:36 a. m.
Vía sin nombre
Cundinamarca
Hogar nazareth - película


Remark: Actividad física con bastones
#Hogar Nazareth-Cogua
Network time is not synchronized
Local: 24 mar. 2023 9:47:33 a. m. GMT-05:00


25 mar. 2023 9:25:12 a. m.
Película