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 Comunidad De Cuidado

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: _ Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth Zipaquirá

1.2 Localidad: __N/A_____

2. Línea: _Ocupación Humana- Lenguajes para la Identidad_____

2.1. Fecha de Ejecución: 8 6 2023 al 29 6 2023

2.2. Nombre del encuentro: La Estación de la Diversión_____

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 de la Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Fomentar actividades lúdico- recreativas en la cotidianidad de las personas mayores que aporten al mejoramiento de estilos de vida saludable.
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.
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, aros, poleas, proyección películas, estimulación sensorial, aprovechando los diferentes espacios institucionales marquesina, teatro, sala de estimulación , taller y terapia física. Se realizaron 8 sesiones: 1 sesión: 8 de junio: Gimnasia con aros. Participantes 40. Se realizo actividad grupal gimnasia rítmica con aros, los participantes iniciaron con ejercicios de calestemia movimientos articulares de los segmentos del tren superior e inferior, luego se continua con una serie de ejercicios de coordinación motriz utilizando los aros y se finaliza la actividad con estiramientos musculares. 2 sesión: 10 de junio: Cine. Participantes 20. Se proyecta la película "Una serie de eventos desafortunados", la cual responde a gusto e interés de los participantes. 3 sesión: 15 de junio: Expresión corporal y bandas elásticas. Participantes 40. Se inicia la actividad con movimientos corporales de la cabeza, brazos, manos, piernas y pies, favoreciendo los niveles de atención y concentración de los participantes; luego se entrega a cada uno de los mismos, una banda elástica, se realiza una rutina sencilla direccionada de movimientos rítmicos y de fuerza muscular del tren superior, para finalizar la sesión se realizan estiramiento muscular.

Powered by CamScanner

4 sesión: 17 de junio: Cine. Participantes 14. Se proyecta la película "Documentales de los puros criollos", la cual responde a gusto e interés de los participantes.
5 sesión: 22 de junio: Poleoterapia y lanzamiento - recepción de balón. Participantes 32. Se realizan ejercicios direccionados de movilidad articular del tren superior utilizando como elemento terapéutico las poleas y lanzamiento /recepciones de balones con cada uno de los participantes.
6 sesión: 24 de junio: Cine. Participantes 17. Se proyecta la película "Sol y luna Cantinflas", la cual responde a gusto e interés de los participantes.
7 sesión: 27 de junio: Estimulación sensorial. Participantes 16. Se realiza la actividad a través de elementos visuales, auditivos, táctiles, olfativos, de manera individual, utilizando aromas, música, sonidos y texturas. Se les realiza masaje corporal, ejercicios de cinesiterapia pasiva, discriminación táctil con texturas rugosas, finas, gruesas y ásperas.
8 sesión: 29 de junio: Gimnasia con bastones. Participantes 37. La actividad se da inicio orientando las personas mayores en la realidad, noticias al día, se continua con la sesión de ejercicios físicos direccionados con bastones, isométricos de la musculatura de brazos y se finaliza con ejercicios respiratorios de expansión torácica para mejorar la capacidad pulmonar.

3.3.3. MOMENTO FINAL

En cada sesión se realiza la retroalimentación de la actividad, evaluación, se indaga sobre el sentir de los participantes frente a las expectativas, dudas, inquietudes, aportes con respecto a la temática planeada. Se aplica escala de valoración con emoticones para el registro del área.
Se proyecta la 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 185 personas mayores durante el mes de junio de 2023.

En constancia firman:

Nombre Persona Mayor: Consuelo Pulgarin. Numero de identificación: 41660344. Firma: Consuelo P.

Nombre Persona Mayor: Eugenia Tellez. Numero de identificación: 23941911 Firma: Eugenia Tellez

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

A. Fajardo T.

Coordinadora: Ángela Virginia Fajardo.

Fecha de evaluación del encuentro: 29 de junio 2023

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

Diego Pecha

Powered by CamScanner

REGISTRO FOTOGRAFICO






Remark: Actividad física
#Hogar Nazareth-Cogua
Network: 15 jun. 2023 9:30:45 a. m. GMT-05:00
Local: 15 jun. 2023 9:30:32 a. m. GMT-05:00


Remark: Actividad física
#Hogar Nazareth-Cogua
Network: 15 jun. 2023 9:52:58 a. m. GMT-05:00
Local: 15 jun. 2023 9:52:46 a. m. GMT-05:00


17 jun. 2023 10:07:06 a. m.
Documentales de los puros criollos


Remark: Poleoterapia
#Hogar Nazareth-Cogua
Network: 22 jun. 2023 9:38:01 a. m. GMT-05:00
Local: 22 jun. 2023 9:37:47 a. m. GMT-05:00


move
24 jun. 2023 9:13:08 a. m.
Vía sin nombre
Cundinamarca
Hogar nazareth -pelicula- sol y luna cantinflas


Remark: Estimulacion sensorial
#Hogar Nazareth-Cogua
Network: 27 jun. 2023 9:48:10 a. m. GMT-05:00
Local: 27 jun. 2023 9:47:57 a. m. GMT-05:00


Remark: Estimulacion sensorial
#Hogar Nazareth-Cogua
Network: 27 jun. 2023 9:46:43 a. m. GMT-05:00
Local: 27 jun. 2023 9:46:30 a. m. GMT-05:00


Remark: Actividad física
#Hogar Nazareth-Cogua
Network: 29 jun. 2023 9:44:55 a. m. GMT-05:00
Local: 29 jun. 2023 9:44:43 a. m. GMT-05:00