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/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado Hogar Casa Nostra

1.2 Localidad: Tunjuelito

2. Linea:

2.1. Fecha de Ejecución:

25	3	2026	al	25	3	2026

2.2. Nombre del encuentro:
ACTIVIDAD 1: ACTIVIDAD INTRAMURAL
ACTIVIDAD 2: ACTIVIDAD EXTRAMURAL

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Equipo Interdisciplinario

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

ACTIVIDAD INTRAMURAL: Promover el bienestar integral de las personas mayores, a nivel emocional, cognitivo, sensorial y psicosocial, mediante una experiencia cultural basada en fiestas y carnavales tradicionales de Colombia, que favorezca la evocación de recuerdos, el fortalecimiento de la identidad cultural y la estimulación multisensorial, respetando sus capacidades, ritmos y dignidad.

ACTIVIDAD EXTRAMURAL: Fomentar el bienestar emocional, social y cultural de las personas mayores mediante la realización de una actividad lúdico-recreativa accesible y segura en el Parque Timiza, permitiendo su participación activa en un espacio natural y comunitario, promoviendo la integración, el esparcimiento, la recreación y el fortalecimiento de vínculos sociales fuera del entorno institucional, favoreciendo la convivencia, la inclusión y el disfrute del espacio público como elemento fundamental para mejorar su calidad de vida.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

ACTIVIDAD INTRAMURAL:

* Favorecer la evocación de recuerdos significativos y el fortalecimiento de la identidad cultural en las personas mayores, mediante la participación en actividades inspiradas en fiestas y carnavales tradicionales de Colombia..

* Estimular las capacidades sensoriales, cognitivas y psicosociales a través de experiencias multisensoriales adaptadas, respetando los ritmos, habilidades y condiciones individuales de cada participante.

ACTIVIDAD EXTRAMURAL:

* Promover la participación activa de las personas mayores en actividades lúdicas y recreativas adaptadas a sus condiciones de movilidad.
* Incentivar el uso y disfrute del espacio público como escenario de recreación segura e inclusiva.
* Estimular habilidades cognitivas y motrices a través de juegos tradicionales, actividades artísticas y ejercicios suaves al aire libre.

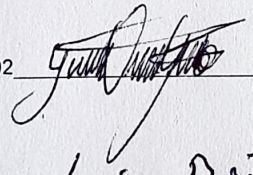
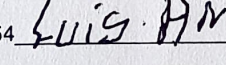
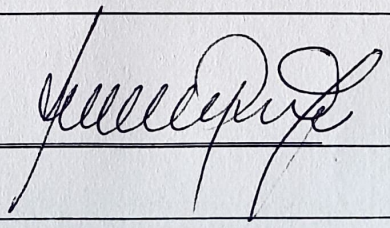
* Favorecer el bienestar emocional mediante experiencias recreativas que generen alegría, motivación y sentido de pertenencia.
* Garantizar condiciones de accesibilidad, seguridad y acompañamiento durante el desarrollo de la actividad extramural.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	ACTIVIDAD INTRAMURAL El día 25 de marzo de 2026 se da inicio a la actividad intramural con la participación de 50 personas mayores. Como apertura, se realiza la entrega del desayuno, promoviendo un espacio de bienvenida y disposición para la jornada. Posteriormente, se lleva a cabo la adecuación y organización del patio, ambientado con diferentes espacios temáticos inspirados en las Fiestas de San Pedro, el Carnaval de Barranquilla, el Carnaval de Negros y Blancos y el Festival del Joropo. Cada uno de estos escenarios es decorado de manera representativa, acompañado de música tradicional alusiva a cada festividad. ACTIVIDAD EXTRAMURAL: El día 25 de marzo 2026 La jornada inicia con la llegada del grupo de personas mayores al parque, donde se realiza una bienvenida y una breve orientación sobre el espacio. Posteriormente, se da inicio a un recorrido pausado por los senderos principales, permitiendo que las personas mayores observen y reconozcan el entorno natural que las rodea. Los caminos amplios y de superficie regular facilitan el desplazamiento seguro de quienes utilizan silla de ruedas, garantizando accesibilidad y comodidad durante todo el trayecto. A lo largo del recorrido, se invitó a las personas mayores a apreciar el lago, las zonas arborizadas y las amplias áreas verdes que caracterizan el parque. La presencia de árboles frondosos proporciona sombra natural y un ambiente fresco, mientras que los espacios de descanso permitieron realizar pequeñas pausas para hidratarse y contemplar el paisaje. Este primer momento favorecio la adaptación al entorno, la interacción espontánea y la disposición positiva hacia las actividades programadas. Se motivó a enfocar la atención en los estímulos naturales del parque: escuchar el canto de las aves, percibir el movimiento de las hojas con el viento, observar los colores del cielo y del césped, y sentir la brisa en el rostro. Esta experiencia buscó estimular la atención plena, la serenidad y la apreciación consciente del entorno, favoreciendo una sensación de calma y equilibrio. El contacto directo con la naturaleza se convirtió en un elemento central de la experiencia. Se promovió la conexión consciente con el entorno mediante la observación del movimiento de las hojas, el sonido del viento, el canto de las aves y la percepción de los diferentes matices de verde en el paisaje. La luz natural, el aire fresco y la amplitud del espacio favorecen una sensación de libertad y tranquilidad

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	ACTIVIDAD INTRAMURAL: Se da inicio al momento central con la presentación de los diferentes espacios temáticos, acompañada de un breve resumen sobre la relevancia cultural de estas festividades en el país, favoreciendo el reconocimiento y la apropiación de las tradiciones. Seguidamente, se realiza una puesta en escena del baile del bambuco, como expresión representativa del folclor colombiano, y una pasarela en la que se exhiben diversos trajes típicos de las regiones, permitiendo resaltar la riqueza cultural y la diversidad del territorio. Posteriormente, se lleva a cabo un recorrido guiado por los diferentes stands, donde se desarrolla una exposición apoyada con material audiovisual sobre la historia del Carnaval de Barranquilla, junto con la música emblemática de estas celebraciones. Durante el recorrido, se presentan los trajes, símbolos y elementos característicos, acompañados de una breve reseña explicativa de cada uno. Finalmente, las personas mayores son dirigidas al comedor para su organización y disposición al almuerzo, integrando la experiencia vivida con el objetivo de promover la curiosidad, la atención, la concentración y la memoria, a través de la estimulación cognitiva y el contacto con elementos culturales significativos.
	ACTIVIDAD EXTRAMURAL: El momento central se denominó activamente al parque: la cual se realizó con el acompañamiento del IDRD, a través de procesos recreativos y de actividad física, con una jornada integral de gimnasia adaptada dirigida a personas mayores en silla de ruedas o con movilidad reducida, combinando ejercicios físicos complementarios y actividades lúdicas que visibilizan sus capacidades, habilidades y destrezas, se realizaron ejercicios suaves de bajo impacto enfocados en el fortalecimiento de miembros superiores, movilidad articular y estiramientos asistidos, bajo supervisión permanente para garantizar seguridad y adecuada postura según el estado de salud de cada participante, posteriormente se implementarán dinámicas con pelotas livianas orientadas a la coordinación, reflejos, trabajo en equipo y motricidad fina mediante pases en círculo y ejercicios grupales, seguidas de actividades cognitivas como juegos de memoria. Se realizó una jornada integral de bienestar físico, cognitivo y emocional dirigida a personas mayores, combinando ejercicios adaptados y actividades lúdicas según las capacidades individuales de los participantes. La sesión inicia con gimnasia adaptada, enfocada en ejercicios de bajo impacto, estiramientos y movilidad articular, siempre guiada y supervisada para garantizar seguridad y participación inclusiva, dirigida especialmente a quienes pueden realizar movimientos más activos, Paralelamente, para las personas mayores con mayor dificultad en la movilidad, se desarrollan dinámicas con pelotas livianas, diseñadas para trabajar la coordinación, los reflejos y el trabajo en equipo. Estas actividades incluyen pases en círculo, lanzamientos suaves y ejercicios de motricidad fina, promoviendo la interacción social, la diversión y la integración grupal, asegurando que todos las personas mayores participantes puedan involucrarse de manera activa y segura según sus posibilidades.
3.3.3. MOMENTO FINAL	ACTIVIDAD INTRAMURAL: Finalmente, en horas de la tarde se da cierre a la actividad con una representación del Festival del Joropo, en la que se realiza una presentación de música tradicional guiada con arpa y ritmos propios de la región llanera. Durante este espacio, las personas mayores participan mediante la exploración de los elementos representativos y la ejecución de movimientos rítmicos, favoreciendo la expresión corporal y la interacción con el entorno.Posteriormente, se desarrolla una presentación artística alusiva al Carnaval de Negros y Blancos, promoviendo la participación activa de las personas mayores a través de los diferentes ritmos tradicionales de Colombia, así como la exploración visual de sus elementos característicos. Como parte del cierre, se lleva a cabo una sesión de "pintacaritas" inspirada en la temática de blancos y negros, seguida de un desfile simbólico de la familia, en el que se exhiben trajes representativos, consolidando un espacio de integración, expresión cultural y disfrute colectivo.
	ACTIVIDAD EXTRAMURAL: La jornada culminó con una actividad de expresión artística a través de la dactilopintura, donde las personas mayores exploran colores, texturas y formas utilizando sus manos como herramienta creativa. Esta práctica sensorial permite la expresión de emociones, el desarrollo de la creatividad y el fortalecimiento de la autoestima, generando un cierre de la actividad significativo y gratificante para estimular la agilidad mental, la concentración y la interacción social, lo cual permitió explorar texturas, colores y emociones, fortaleciendo la autoestima en un espacio recreativo, participativo e inclusivo que integra el bienestar físico, cognitivo y emocional. Ofrece un espacio recreativo, inclusivo y seguro, integrando el bienestar físico, cognitivo y emocional de las personas mayores en un entorno natural , promoviendo la integración.El enfoque integral de la actividad permitio que cada persona mayor participara de acuerdo con sus capacidades, fortaleciendo tanto la condición física como la confianza, la socialización y el bienestar emocional. La combinación de ejercicios activos y dinámicas lúdicas inclusivas convierte al parque en un espacio de recreación, integración y disfrute pleno para las personas mayores.

3.4.RECURSOS	
Talento Humano	Soldados Ejercito Nacional
Recursos locativos	Elementos de aseo
personas mayores de la comunidad de cuidado	Mesas
trajes típicos de las regiones	Pelotas
instrumentos musicales	Hojas
Musica de las regiones	Temperas
video beam	buses
Computador	
consola de sonido	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO
ACTIVIDAD INTRAMURAL: Se evidenció una adecuada participación por parte de los asistentes, quienes respondieron de forma positiva a los estímulos propuestos, favoreciendo la atención, la interacción y la disposición durante el desarrollo de la jornada. Asimismo, la actividad contribuyó a la evocación de recuerdos significativos, promoviendo la expresión de vivencias relacionadas con celebraciones y tradiciones culturales. Esto facilitó el fortalecimiento de la identidad cultural y el sentido de pertenencia, especialmente a través de dinámicas inspiradas en fiestas y carnavales tradicionales de Colombia. Participaron 50 personas mayores.
ACTIVIDAD EXTRAMURAL: La actividad lúdico-recreativa realizada en el Parque Timiza permitió evidenciar un impacto positivo en las 50 personas mayores participantes. Se observó una alta participación activa, interés y disposición durante el desarrollo de las actividades propuestas, lo cual favoreció el disfrute del espacio natural y comunitario. En el ámbito emocional, los participantes manifestaron sentimientos de alegría, motivación y satisfacción, reflejados en su actitud y expresión durante la jornada. A nivel social, se promovió la interacción entre los asistentes, fortaleciendo vínculos, generando espacios de diálogo y fomentando la integración grupal fuera del entorno institucional. Asimismo, la actividad contribuyó a la inclusión y al sentido de pertenencia, permitiendo que las personas mayores se reconocieran como parte activa de la comunidad. El uso del espacio público se convirtió en un elemento clave para el esparcimiento y la recreación, aportando al mejoramiento de su calidad de vida. En cuanto a la accesibilidad y seguridad, el desarrollo de la jornada se realizó de manera adecuada, garantizando condiciones que permitieron la participación sin riesgos ni dificultades significativas. **NOTA ACLARATORIA:** El registro fotográfico original reposa en DRIVE de la comunidad de cuidado.
Persona 1: Libardo Ortegón Gutiérrez CC 19.196.402  Persona 2: Luis Antonio Monroy Torres CC. 19.316.154 
Coordinadora: Adriana del Pilar Amortegui C.C.. No 52506519 
Fecha de evaluación del encuentro: 25 marzo de 2026
Nombre del profesional que evalúa: Equipo interdisciplinario.

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA NOSTRA CONVENIO 9577/2024

REGISTRO FOTOGRÁFICO ACTIVIDAD INTRAMURAL 25/03/2026













COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA NOSTRA CONVENIO 9577/2024

REGISTRO FOTOGRÁFICO ACTIVIDAD EXTRAMURAL 25/03/2026



