| | | |
|---|---|---|
| ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL | PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL<br><br>FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ | Código: FOR-PSS-570<br>Versión: 1<br>Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022<br>Página: 1 de 2 |

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de cuidado 1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: Gratitud

1.2 Localidad: Suba

2. Línea: Lenguajes para la identidad

2.1. Fecha de Ejecución:

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 1 | 2024 | al | 28 | 1 | 2024 |

2.2. Nombre del encuentro: Practicando ritmos - Mi tiempo - Manos a la obra

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Johana Lopez- Fisioterapeuta
Francy Johana Uribe - Terapeuta Ocupacional
Lina Maria Vidal - Tallerista de Artes

3. DESARROLLO

**3.1. OBJETIVO GENERAL**

Estimular las habilidades sociales y artísticas que permitan fortalecer vínculos afectivos entre las personas mayores, redes familiares, el talento humano y su entorno inmediato, a partir de estrategias de participación socio cultural con diferentes modalidades de intervención, basadas en gustos e intereses de las personas mayores.

**3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Promover habilidades y destrezas artísticas en las personas mayores, a través de actividades relacionadas al reconocimiento de corrientes musicales y su respectiva práctica.
2. Fortalecer la interaccion social y afectiva de las personas mayores a través de actividades lúdico - recreativas que promuevan el reconocimiento de habilidades presentes y generen intereses por el desarrollo de actividades de tiempo libre dentro de la comunidad.
3.Generar espacios para la diversidad de lenguaje que permitan a la persona mayor expresar relatos de su entorno físico, su entorno social, su historia de vida y su cotidianidad con el fin de enriquecer sus experiencias y saberes.

**3.3. METODOLOGÍA**

**3.3.1 MOMENTO INICIAL**

**Practicando ritmos**

Se realizará una actividad bimestral, la cual tendrá lugar el dia 3 de enero de 2024, se invitara a las personas mayores a participar en una dinámica grupal, de la exploración y practica musical teniendo en cuenta gustos e interés de las personas mayores, se convoca a las personas participantes a adecuarse en el espacio del cuarto piso con el fin de realizar para el presente mes encuentro sobre "Practicando la cumbia y el vallenato".

**Mi Tiempo**

Se programará actividades durante los días 1,6,7,13,14,20,21,27,28 de enero, actividades de tipo lúdico-recreativas basados en los gustos e intereses de las personas mayores con el fin de generar espacios para el esparcimiento que les permita disfrutar y compartir con sus pares. Adicionalmente se incluirán celebraciones de cumpleaños, celebración navideña con participación conjunta en las novenas entre el talento humano y personas mayores.

**Manos a la obra**

Se programa un taller semanal durante los días dirigido por la tallerista de artes para el reconocimiento de habilidades motoras, cognitivas, afectivas, sociales y espiritual, en el cual se emplean diferentes técnicas artísticas.

**Practicando ritmos**

1. Se realiza invitación y se convoca al grupo de personas mayores de la comunidad de cuidado Gratitud al desarrollo de la actividad propuesta "Practicando la cumbia y el vallenato"
2. Como estrategia se realizó 1 grupo para el encuentro con el fin de poder hacer participativa la practica relacionada, se da inicio con retroalimentacion de informacion brindada en el mes anterior sobre las generalidades de los generos musicales a trabajar, posterior a esto se realiza inicio de encuentro con calentamiento y estiramiento previo a la fase central.
3. Se continua con sesión central donde se realiza practica en conjunto con la tallerista de artes quien realiza el respectivo apoyo en la integracion de los generos musciales, inicialmente se da apertura con construccion basica de cumbia por medio de movimientos de cadera, piernas y pies, se promueve la exploracion de coordinacion propioepcion y manejo de espacio asignado, se continua con explicacion paso por paso y la cadena coreografica correspondiente para mantener el mismo ritmo durante la cancion escogida (el pescador de toto la monposina), se realiza la respectiva escenografia con el uso e integracion de movimeinto con sombrero entre otros.
4. Posterior a este primer desarrollo se integra el segundo genero musical vallenato donde por medio de de instauracion de una segunda coreografia, se refuerzan movimientos sincronizados y alternos manejando ritmo en el baile y adecuacion de pasos con agilidad motora, se proporciona el respectivo apoyo fisico y verbal a las personas mayores en quienes se dificulta su integracion motora con el fin de hacerlos partícipes de la dinamica.
5. Se finaliza con vuelta a la calma por medio de ejercicios de estiramientos activos musicalizados, junto con ejercicios de respiracion manteniendo ritmo cardiaco estable y permitiendo volver a estado inicial, se proporciona la respectiva hidracion a las personas mayores participantes
6. Se logra mantener una participación y asociación de la estrategia establecida entre las personas mayores; se finaliza con ejercicios de escucha y proyección de gustos y experiencias de las personas mayores en relacion al baile.

**Mi Tiempo**

**01/01/2024: Proyección película - Juegos de mesa:**
Durante la jornada del 1 de enero las personas mayores en un ejercicio de autonomía deciden salir de la unidad operativa, descansar en sus cuartos y solicitan la proyección de una película en horas de la mañana, durante la tarde se realiza una serie de juegos de mesa tales como el dominó.
**Juliana Castro - Nutricionista**

**06/01/2024:** Se realiza escucha activa con las personas mayores que se encuentran en el centro, durante la mañana se proyecta película escogida por las personas mayores de la comunidad la cual se basa en una historia de acción, las personas participantes logran mantener atención sostenida y permanecer durante el tiempo de la actividad. En las horas de la tarde se realiza caminata al parque, se brindan elementos necesarios para el desarrollo de actividades de ocio y tiempo libre. acomodando los espacios acorde a la necesidad. se brinda acompañamiento frente a las diferentes necesidades.

**07/01/2024:** Se realiza recorrido por la unidad operativa se brinda atención y escucha activa a las personas mayores. Durante la mañana se realiza caminata al parque con las personas mayores, en las horas de la tarde se brindan elementos necesarios para desarrollar juegos de mesa acorde a las preferencias de las personas mayores. se proyecta cine foro Cine foro los reyes magos, se realiza una ronda de preguntas sobre conocimiento general acerca la temática, se obtiene una buena participación, las personas mayores logran permanecer en la actividad.

**08/01/2024: Bingo Millonario -Cinema:**
Durante la jornada de la mañana se realiza recorrido por las instalaciones de la comunidad y escucha activa a necesidades individuales; seguido se realiza convocatoria para actividad de la mañana bingo millonario, con el objetivo de promover la coordinación, atención, concentración y el tiempo de reacción a través de cuatro juegos linea, símbolo de la letra c y dos carton completo contando con la participación de 18 personas, teniendo en cuenta que algunos utilizan su tiempo en actividades de interés personal, salir, escuchar radio, ver televisión. En hora de la tarde se invita a la tarde cinema en la cual se ofertan tres películas, ladronas, matilda y Justicieros seleccionado la Justicieros contando con la participación de 27 personas mayores.
**Angela Maria Rico - Gerontologa**

| | |
|---|---|
| 3.3.2. MOMENTO CENTRAL | **13/01/2024:Salida al Parque - Juegos tradicionales**<br>Durante la jornada de la mañana se realiza recorrido por las instalaciones de la comunidad en donde se escuchan las novedades y se resuelven inquietudes, seguido se realiza salida al parque en donde se realiza actividad para agudizar los sentidos ( tacto, olfato) esto con el fin de generar un encuentro con la naturaleza. En la tarde se realiza convocatoria para juegos tradicionales con esto se busca que las persona mayores socialicen con pares y cuidadores.<br><br>**Carolina Ramírez - Jefe de enfermería**<br><br>**14/01/2024: Caminata - Cine en Casa**<br>Durante la jornada de la mañana se lleva a cabo un recorrido por la unidad operativa con la finalidad de conocer las necesidades de las personas mayores, posteriormente se invita a las personas mayores a particpar de una salida a caminata fuera de la unidad operativa donde lograran conocer espacios sociales que les permitan observar nuevos espacios comunitarios y compartir con diferentes personas realizando a su vez actividad fisica, para esto se realiza una salida a la cicloruta de la calle 116 de la localidad de suba. En la tarde se proyecta una pelìcula de interès de acuerdo a lo solicitado de forma democràtica por parte de las personas mayores.<br><br>**Fernanda Jimènez - Trabajo Social**<br><br>**20/01/2024:** Caminata- Domino<br>Durante la jornada de la mañana se realiza una caminata, se les ofrece un espacio al aire libre con el fin de que realicen ejercicios hay una participación activa. Al finalizar la jornada se realiza actividades de juegos de domino en los cuales participan 15 personas mayores las demas estan en la sala de television viendo series y peliculas. Cabe resaltar que la participación es de forma autónoma, las otras personas mayores que no participan, realizan otro tipo de actividades<br><br>**Responsable Carolina Ramírez - Enfermería**<br>**21/ 01/2024: Eucaristia- proyeccion de pelicula**<br>Durante la jornada de la mañana se realiza recorrido por las instalaciones de la comunidad en donde se escucha las novedades de las personas mayores y se resuelven inquietudes, se realiza invitación a eucaristía dominical, teniendo en cuenta la creencia sin imponerlas. En la jornada de la tarde se proyecta una película " la sociedad de la nieve" en donde antes de ver la película se realiza una reseña sobre el suceso que abarca la película, hay una participación activa ya que las personas mayores contaron anécdotas que se acordaban sobre el suceso o lo que les habían contado sus familiares.<br><br>**Carolina Ramirez - Jefe de enfermería**<br><br>**27/01/2024: Pelicula – tarde de juegos de mesa.**<br><br>Durante la jornada propuesta se realiza inicio de mañana por medio de verificación en habitaciones y condiciones generales, se realiza la correspondiente retroalimentación del cuidado del espacio y aprovechamiento del tiempo libre, se proyecta película de interés común donde se fortalecen actividades relacionadas con asociación auditiva y visual, se ofrece espacio para juegos competitivo; en horas de la tarde se realiza integración en juegos de mesa por medio de juego de bingo donde se logra reforzar actividades grupales, de ayuda entre pares, integración con personas mayores con dificultad visual realizando el respectivo apoyo finalmente se refuerza la asociación alfanumérica y la concentración.<br>**Johanna Lopez - Fisioterapeuta**<br><br>**28/01/2024:**<br>Se realiza recorrido institucional por la unidad operativa, se realiza escucha activa y se atienden necesidades de las personas mayores, en las horas de la mañana se realiza actividad religiosa mediante la celebracion eucaristica con la presencia del sacerdote en la comunidad, las personas mayores practicantes de la fe catolica participan en la eucaristia. En la tarde se realiza activides de tiempo libre y ocio de acuerdo a los gustos e intereses de las personas mayores.<br>Diego Nova - Psicologo |
| | **Manos a la obra**<br>**Sesión 1: 5, 9, 12 y 16 de ENERO del 2024 (Silleta carnavales mayores)**<br>Se inicia actividad convocando a las personas mayores para realizar la elaboración de una silleta con flores de papel dando alusión a las silletas de La Feria de las Flores de Medellín. Con el propósito de trabajar la motricidad fina de las personas mayores por medio del modelado de papel.<br>Para lograr el resultado final se requirieron 4 sesiones en las cuales el 5 de enero se trazó el diseño de la silleta con el logo de “HOGARES SI A LA VIDA” y la frase “CARNAVALES MAYORES” junto con el corte y moldeado del papel negro simulando flores pequeñas. El 9 de enero continuamos con el corte y moldead del papel negro junto con el papel naranja, además de la acomodación y pegado de las flores en el diseño. El 12 de enero seguimos con el corte, moldeado y pegado de los papeles color azul y verde. Finalizando el 16 de enero con el moldeado y pegado de las flores grandes realizadas de diferentes colores.<br>**Materiales:** Cartulina, papel crepé de diferentes colores y pegamento blanco.<br><br>**Sesión 2: 22 de ENERO del 2024 (Bordado)**<br>Se realiza invitación a las personas mayores a participar en la actividad del bordado, donde se les da una introducción del arte del bordado con tambor e hilo, se les explica dos de las puntadas básicas “PESPUNTE” Y “RELLENO” para la elaboración de flores en la tela “CUADRILLÉ” especial para diferentes técnicas de bordado. Con el propósito de generar nuevos aprendizajes, descubriendo y explorando diferentes habilidades.<br>**Materiales:** Tela, hilos y tambor especiales para técnica de bordado.<br><br>**Sesión 3: 24 de ENERO del 2024 (Placas de identidad)**<br>Se trabaja en conjunto con la profesional de gerontología en la elaboración de un colgante decorativo para el hogar, mediante la intervención de CD´s con la técnica de elaboración de flores con bolsas plásticas y pintura. Cada uno de los adultos mayores que participaron decoraron un CD con colores elegidos por ellos mismos, después se marcaron los CD´s con el nombre y una cualidad que ellos mencionaron que los identifica. Se imprimen las fotos de cada uno para acomodarlas en los CD´s y se completa la decoración del colgante realizando círculos con papel iris que se distribuyen por la cuerda en los espacios que hay entre cada CD.<br>**Materiales:** CD´s, cuerda, pintura, fotos de los participantes, bolsas plásticas pequeñas. |
| 3.3.3. MOMENTO FINAL | **Practicando ritmos :** Dentro del desarrollo de la actividad se tuvo una participación de 16 personas en el encuentro, se logró evidenciar que muestran interés en el tema, participan activamente de la práctica relacionada con los géneros musicales de cumbia y vallenato logrando mantener cualidades físicas relacionadas al ritmo, la acentuación de paso y la coordinación, así como también se fortalece el reconocimiento a cerca de la importancia que conlleva la ejecución de activaciones motoras por medio del baile como parte de actividad motora y bienestar físico.<br><br>**Mi Tiempo:** Se llevan a cabo actividades programadas en el cronograma de actividades los días 1 al 28 de noviembre durante los fines de semana y celebración de cumpleaños a cargo del equipo profesional, se evidencia una buena participación y motivación por el desarrollo de actividades grupales de tipo cultural realizadas en el mes.<br><br>**Manos a la obra:** Se realizaron los encuentros programados para los días 5,9, 12, 16, 22 y 24 del mes de enero del 2024, logrando realizar los talleres contando con una participación de entre 5 a 13 personas mayores aproximadamente permitiendo que las personas mayores potencien sus habilidades motoras finas a través de las actividades propuestas para este mes, relacionadas con la elaboración de material decorativo para el hogar, mediante la actividad de la silleta de "CARNAVALES MAYORES" y el colgante decorativo con CD´s, obteniendo dos productos finales; y adquiriendo una nueva habilidad a través de la introducción y elaboración del bordado en hilo. |

| 3.4.RECURSOS |
|---|
| Locativos: sillas, espacio para la realización del encuentro, parlante, amplificador<br>Humanos: Profesional a cargo de la actividad.<br>Materiales: Computador, televisor, sonido |

## 4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

**Practicando ritmos:**

Se realiza 1 encuentro programado para el mes el cual se ejecutó el dia 3 de enero de 2024, con una participación de 16 personas mayores, se realiza sondeo de preguntas iniciales relacionadas con lo visto en el mes anterior en el encunetro de exploracion de la cumbia y el vallenato las cuales posterior al mismo se involucran y se desarrollan mediante la practica de estos dos generos musicales; ante la verificación se evidencia que 14 personas participantes logran mantener información dada durante el encuentro y logran llevar a cabo la practica propuesta, por medio de coreografias simples se refuerza habilidades y capacidades relacionadas al baile y su integracion a nivel corporal por medio de acciones motoras guiadas, dos de los participantes requirieron de apoyos fisicos y verbales concretos para la integracion en la misma y el desarrollo del baile.

**MI Tiempo:** Durante el mes de Diciembre se brindan espacios de disfrute para las personas mayores, de acuerdo a la programacion establecida en cronograma. Evidenciándose agrado por actividades grupales como juegos de mesa, proyeccion de peliculas, se establecen actividades de tiempo y uso del tiempo libre a nivel institucional con el fin de fortalecer el ocio productivo. Estas actividades promueven el mantenimiento de lazos afectivos entre los miembros de la comunidad. Las personas mayores reconocen la importancia y necesidad de realizar este tipo de actividades, se resalta durante el mes la participación y disposiciòn de las personas mayores por participar en las diferentes actividades programadas.

**Manos a la obra: Evaluación sesión 1 : 5, 9, 12 y 16 de enero del 2024**
Durante los 4 dias del encuentro se evidencia que las personas mayores muestran interés en la elaboración de la silleta. Contando con la participación de 12 personas. Se evalúa la capacidad de realizar trabajos de motricidad fina notando la dificultad para este tipo de trabajo en 5 de ellos, pero que de igual manera decidieron seguir participando hasta el final. Demostrando interés y alegría al ver el resultad final.
**Evaluación sesión 2: 22 de enero del 2024**
En esta actividad varios de los adultos mayores muestran interés al realizar la parte teórica de la introducción al bordado pero al momento de empezar la parte práctica solo 5 de ellos deciden intentarlo. Evidenciándose principalmente en 2 de ellos una capacidad retentiva y de desarrollo de la actividad amena.
**Evaluación sesión 3: 24 de enero del 2024**
Las 13 personas mayores que participaron en el encuentro reciben de manera asertiva la actividad realizada, con resultados más prolijos en los CD's realizados por las señoras que el de los señores pero se rescata la creatividad y la manera de desenvolverse artísticamente de los participantes.

En constancia de lo anterior firman las siguientes personas mayores:

**Practicando ritmos**
*Gloria del Carmen Rodriguez de Ortiz*
CC 41521496
Persona mayor

**Mi Tiempo**
Jorge Enrique Usme Gonzalez
CC 19233525
Persona mayor

**Manos a la obra**
Martin Camacho
CC 17073905
Persona mayor

**Disneyla Díaz Cadena**
**Coordinadora**

Fecha de evaluación del encuentro: **Practicando Ritmos:** 03 enero 2024; **MI Tiempo:** 28 de enero de 2023 ; **Manos a la obra:** 24 de enero del 2024

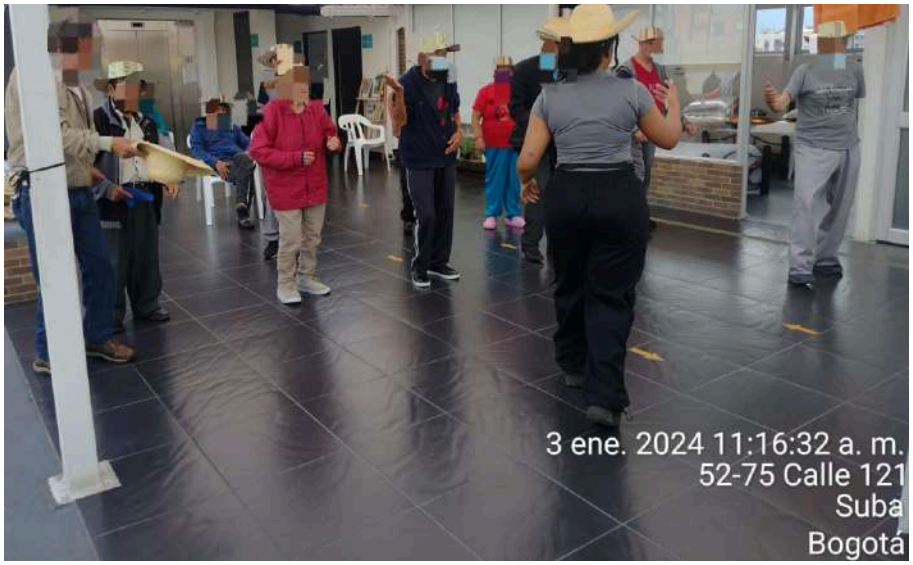
Nombre del profesional que evalúa:
Johanna Lopez - Fisioterapeuta
Francy Johana Uribe Lopez - Terapeuta Ocupacional
Lina Maria Vidal Gonzalez - Tallerista de Artes

Powered by CamScanner

# REGISTRO FOTOGRÁFICO

| Fecha: | Nombre de la Actividad: | Responsable: |
|---|---|---|
| 3 -Enero -2024 | Practicando ritmos: Práctica de Cumbia y vallenato | Fisioterapeuta Johanna López Rojas |

**Actividad 1. 3/01/2024 Práctica de Cumbia y vallenato**









# REGISTRO FOTOGRÁFICO

| Fecha: | Nombre de la Actividad: | Responsable: |
|---|---|---|
| 1 al 28 de enero de 2024 | Mi Tiempo | Francy Johana Lopez |









# REGISTRO FOTOGRÁFICO

| Fecha: | Nombre de la Actividad: | Responsable: |
|---|---|---|
| 1 al 28 de enero de 2024 | Mi Tiempo | Francy Johana Lopez |







**08/01/2024 Bingo Millonario Y Cinema**






# REGISTRO FOTOGRÁFICO

| Fecha: | Nombre de la Actividad: | Responsable: |
|---|---|---|
| 1 al 28 de enero de 2024 | Mi Tiempo | Francy Johana Lopez |









# REGISTRO FOTOGRÁFICO

| Fecha: | Nombre de la Actividad: | Responsable: |
|---|---|---|
| 1 al 28 de enero de 2024 | Mi Tiempo | Francy Johana Lopez |









# REGISTRO FOTOGRÁFICO

| Fecha: | Nombre de la Actividad: | Responsable: |
|---|---|---|
| 1 al 28 de enero de 2024 | Mi Tiempo | Francy Johana Lopez |



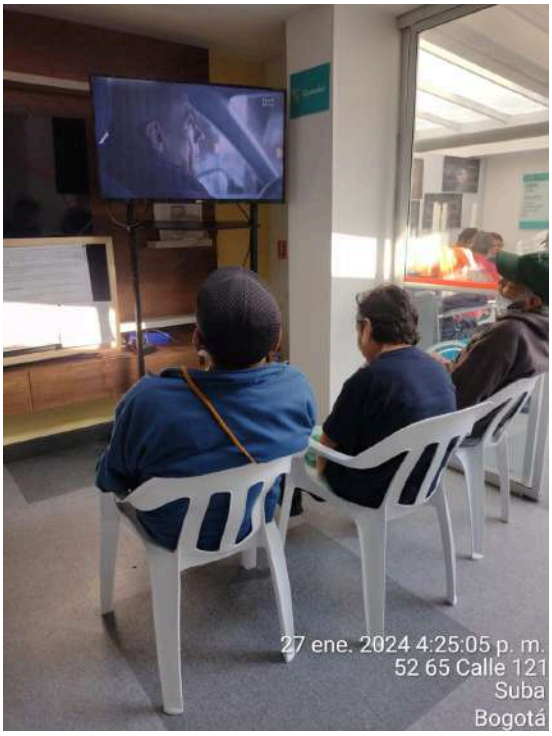






# REGISTRO FOTOGRÁFICO

| Fecha: | Nombre de la Actividad: | Responsable: |
|---|---|---|
| 1 al 28 de enero de 2024 | Mi Tiempo | Francy Johana Lopez |












# REGISTRO FOTOGRÁFICO

| Fecha: | Nombre de la actividad: | Responsable: |
|---|---|---|
| 5 al 24 de enero de 2024 | Manos a la obra | Lina María Vidal González |

- **Sesión 1: Silleta 5, 9, 12 y 16 de enero de 2024**











# REGISTRO FOTOGRÁFICO

| Fecha: | Nombre de la actividad: | Responsable: |
|---|---|---|
| 5 al 24 de enero de 2024 | Manos a la obra | Lina María Vidal González |

- **Sesión 2: Bordado 22 de enero de 2024**










# REGISTRO FOTOGRÁFICO

| Fecha: | Nombre de la actividad: | Responsable: |
|---|---|---|
| 5 al 24 de enero de 2024 | Manos a la obra | Lina María Vidal González |

- **Sesión 3: Placas de identidad 24 de enero de 2024**







