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: Centro Comunidad de Cuidado Tierra del Sol

1.2 Localidad: Usaquén

2. Linea: Lenguajes para la Identidad

2.1. Fecha de Ejecución:

4	3	2026	al	31	3	2026

2.2.1 Nombre del encuentro: CREARTE

2.2.2 Nombre del encuentro: ALMADANZA

2.2.3 Nombre del encuentro: MUSICALIZATE

2.2.4 Nombre del encuentro: VIVENCIAS

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: LIZETH JOHANA VILLAFAÑE H. ÁNGELA TIMOTE, LUISA FERNANDA LEON - RINA MILENA CASTILLO PARDO

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

3.1.1. Promover el mantenimiento de las habilidades y destrezas motrices, cognitivas, afectivas y sociales de las personas mayores, mediante actividades adaptadas en espacios artísticos, culturales, lúdicas y recreativos.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

3.2.1. **CREARTE**
Potenciar el desarrollo de habilidades artísticas, permitiendo a los participantes explorar nuevas técnicas y expresarse de manera creativa a través de diversas formas visuales. y motrices

3.2.2. **ALMADANZA**
Mejorar en las personas mayores el sentido del equilibrio, coordinación, concentración y la memoria; seguido de reducir riesgos de caídas y aumentar capacidad de realizar tareas cotidianas.

3.2.3. **MUSICALIZATE**
Mantener procesos cognitivos en las personas mayores a partir del uso de estrategias musicales.

3.2.4. VIVENCIAS
Promover el reconocimiento y la valoración de la memoria histórica y cultural a través de la visita guiada al Museo de la Independencia, fortaleciendo el sentido de identidad, pertenencia y reflexión crítica, mediante actividades pedagógicas y creativas.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

3.3.1. **CREARTE:**
El día 04, 06, 16 y 18 de Marzo 2026: Se realiza convocatoria de las personas mayores que deseen vincularse, en donde se promueven las habilidades y capacidades a nivel motriz.

3.3.2. **ALMADANZA**
El día 31 de marzo de 2026: Se da la bienvenida a las personas mayores en un ambiente agradable y seguro. Se realiza una breve introducción explicando la actividad. Luego, se proyecta en el video beam una rutina suave de calentamiento con música tranquila, enfocada en movilizar articulaciones cuello, hombros, brazos y piernas y preparando el cuerpo.

3.3.3. **MUSICALIZATE**
7 DE MARZO DE 2026: Teniendo en cuenta que dentro de las actividades de mantenimiento cognitivo y estimulacion sensorial se cuenta con la estrategia de la musicoterapia, se avanza en el direccionamiento de movimientos al ritmo de la musica mamteniendo una secuencialidad, para ello se contó con el apoyo de joven de servicio social del Gimnasio La Peña, quien aporto en el direccionamiento de los movimientos corporales al rtimo de la musica, para ello se organizaron a las personas mayores en el sala de TV, se hace la disposicion del espacio, se alista la musica y sonido y se hace la introduccion de la actividad.

3.3.4. VIVENCIAS
20 de marzo de 2026: Se realiza salida a la Cinemateca Distrital con la articulación de la profesional de Terapia Ocupacional, ya en el lugar por parte de los dinamizadores se brinda la bienvenida a las personas mayores a la Cinemateca Distrital, resaltando la importancia de estos espacios para el acceso a la cultura, el entretenimiento y el aprendizaje, antes de la proyección, se realizó una breve contextualización sobre la película colombiana El carro, invitando a las personas a observar elementos de la historia, los personajes y las emociones que se desarrollan en la trama.

3.3.1. **CREARTE:**
El día 04, 06, 16 y 18 de Marzo 2026: Se realiza el traslado de las personas mayores al salón de Terapia Ocupacional, el cual corresponde a un espacio semiabierto con condiciones adecuadas de iluminación y ventilación natural. En este entorno se dispone previamente del material terapéutico requerido para la actividad.
Posteriormente, se proporcionan las instrucciones mediante orientación verbal y modelamiento demostrativo, con el propósito de optimizar la comprensión de las tareas y favorecer la adecuada ejecución de cada una de las actividades propuestas.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	3.3.2. **ALMADANZA** **El día 31 de marzo de 2026:** Se proyecta una coreografía sencilla, dividida en pasos cortos y repetitivos,la terapeuta ocupacional y tallerista acompañan la actividad reforzando los movimientos y brindando apoyo visual y verbal; la música es alegre y conocida para fomentar la participación. Los movimientos están adaptados para realizarse sentados, trabajando coordinación, equilibrio, memoria y ritmo, se repiten las secuencias varias veces para facilitar el aprendizaje y aumentar la confianza.
	3.3.3. **MUSICALIZATE** **7 DE MARZO DE 2026:** Se invita a las personas mayores a escuchar la cancion y el ritmo musical, se hace la identificacion de dicho ritmo, posteriormente se inicia la actividad con la secuencialidad de movimientos, repitiendolos de manera constante para garantizar se facilite la recordacion, se hacen varias secuencialidades.
	3.3.4 VIVENCIAS Durante este momento se llevó a cabo la proyección de la película El carro, generando un espacio de disfrute, atención y conexión con el cine colombiano, posteriormente, se desarrolló un cine foro donde las personas mayores compartieron sus opiniones, reflexiones y emociones frente a la película, abordando temas como la familia, la cotidianidad, los sueños y las dificultades.
3.3.3. MOMENTO FINAL	3.3.1. **CREARTE:** **El día 04, 06, 16 y 18 de Marzo 2026:** En cuanto al desempeño ocupacional, las personas mayores se muestran a gusto durante las actividades, evidenciándose un adecuado rendimiento a nivel motriz. Se observa mejoría en algunos participantes y mantenimiento en otros en aspectos como la coordinación bimanual, la coordinación visomotriz y los patrones de agarre manual, lo cual contribuye positivamente a su funcionalidad e independencia en las actividades de la vida diaria.
	3.3.2. **ALMADANZA** **El día 31 de marzo de 2026:**Se reduce progresivamente la intensidad del ejercicio, se proyecta una rutina de estiramientos suaves acompañados de música relajante y ejercicios de respiración profunda para favorecer la relajación. Finalmente, se agradece la participación y se abre un pequeño espacio para comentarios o sensaciones sobre la actividad.
	3.3.3. **MUSICALIZATE** **7 DE MARZO DE 2026:** Como cierre de la actividad se realiza el proceso completo de movimientos secuenciales al rtimo de la musica, se busco que las personas mayores lograran realizar el proceso ellos solos recordando los movimientos y su relacion con el ritmo musical.
	3.3.4. VIVENCIAS Para el cierre, se realizó una reflexión colectiva sobre la importancia del cine como herramienta cultural que permite expresar realidades y generar diálogo, finalmente, se agradeció la participación y se acompañó el regreso, destacando la experiencia vivida como un espacio significativo de aprendizaje y esparcimiento.

3.4.RECURSOS	
3.4.1. **CREARTE**	Terapeuta Ocupacional, Tallerista, Aux. T.O, Personas mayores, Salón Terapia Ocupacional, Productos en madera, lijas, pinturas, pinceles, agua, mesas, sillas.
3.4.2. ALMADANZA	Terapeuta Ocupacional, Talleristas, Personas mayores, Salón Cognitivo, Video Beam, Red Wi-Fi, Parlante.
3.4.3. MUSICALIZATE	Talento Humano, musica, sonido
3.4.4. VIVENCIAS	Personas mayores, sillas de ruedas, refrigerios, camioneta, acompañantes

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

4.1. **CREARTE:** En el desarrollo de las actividades se observa en las personas mayores un adecuado proceso con relación al seguimiento de instrucciones, así como también a sus destrezas al momento de realizar acciones motrices, tales como el de pintar, lijar y colorear, lo cual favorece en su desempeño ocupacional.

En constancia firman:
Personas mayores participantes:

CARMEN RUTH CORDERO: CC 41724732: **NO FIRMA**

4.2. ALMADANZA
En el desarrollo de la actividad se observa interés y participación en la actividad, se observa capacidad de seguir movimientos, cambio de ánimo y expresión de satisfacción y disfrute, refieren gusto por la actividad.

En constancia firman:
Personas mayores participantes:

SATURIA FORERO CORREDOR, CC 39786058: **NO FIRMA**

4.3. MUSICALIZATE

La actividad tiene como objetivo que desde la muscoterapia se realice actividad de movimiento al ritmo de la musica, este proceso esta relacionado con el mantenimiento de los procesos cognitivos en las personas mayores como es la atencion, la concentracion, la memoria y la propiocepcion, la actividad se realiza en la sala de TV y se contó con una participacion de aporximadamente 25 personas mayores, quienes disfrutaron de la sesion musical.

En constancia firman:
Personas mayores participantes:

SUSANA ALVARADO SUAREZ C.C. 53905661 NO FIRMA

4.4. VIVENCIAS
La salida cultural a la Cinemateca Distrital se vivió como una experiencia enriquecedora que promovió el acceso a espacios culturales, el cine foro de la película El carro permitió a las personas mayores conectar con historias cercanas a su realidad, generando emociones, recuerdos y reflexiones significativas, en general, la actividad contribuyó al bienestar emocional, la estimulación cognitiva y el fortalecimiento de la vida cultural de las personas mayores.

En constancia firman
Personas mayores participantes:

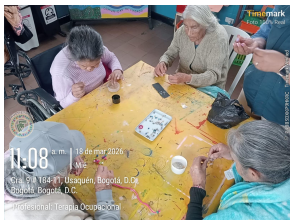
MARIA GABI GOMEZ CACERES, CC 23659762: **NO FIRMA**

.

Fecha de evaluación del encuentro: DEL 04 AL 31 DE MARZO 2026

Nombre de la Coordinadora del Centro: **RAQUEL PINTO SÁNCHEZ** _____

NOMBRE DEL ENCUENTRO	FECHA	REGISTRO FOTOGRÁFICO

CREARTE	4/3/2026 06/03/2026 16/03/2026 18/03/2026	         
ALMADANZA	31/3/2026	 

MUSICALIZATE	7/3/2026	 
VIVENCIAS	20/3/2026	 