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/Zor San Jose

1.2 Localidad:N/A 2.1. Fecha de Ejecución:

2. Línea: Lenguaje para la identidad 8 | 7 | 2024 al 29 | 7 | 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1.Entre paginas y letras, 2.Ocupa Creando, 3. Diversion Mayor, 4.Bailando sobre ruedas, 5.Equilibrando Ando

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Clara Eugenia Sánchez (Terapeuta Ocupacional) Juan Pablo Hurtado (fisioterapia)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Mantener habilidades y destrezas de las personas mayores, a través de de actividades culturales, artísticas y lúdico-recreativas, mediante un enfoque diferencial, teniendo en cuenta gustos e intereses.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Actividad 1: Fortalecer el componente cognitivo en sus funciones mentales superiores e inferiores por medio de actividades de Lecto-Escritura, favoreciendo el buen uso del Ocio y Tiempo libre.

Actividad 2: Fortalecer el componente cognitivo en sus funciones mentales superiores e inferiores por medio de actividades de Lecto-Escritura, favoreciendo el buen uso del Ocio y Tiempo libre.

Actividad 3: Promover la vinculación de las personas mayores en actividaades de Ocio, no tradicionales a través de estrategias de integración social y cultural.

Actividad 4:Obtener la máxima autonomía e independencia del adulto mayor para desarrollar sus actividades de la vida diaria

Actividad 5 :Maximizar el componente de equilibrio estatico y dinamico por medio de ejercicio terapeutico

3.3. METODOLOGIA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1: Entre Páginas y Letras: Es una actividad, en la cual se busca, el mantenimiento de los procesos mentales en la persona mayor, por medio de la lecto-escritura y comprensión lectora de las personas mayores, conservando sus habilidades cognitivas presentes. Desde el área de terapia ocupacional, se ofrece a las personas mayores material grafomotor, brindando orientación en la realización de la actividad, orientada a la alfabetización.

Actividad 2: Ocupa Creando: Es una actividad que se basa en la ejecusión de tareas manuales, las cuales permiten expresar la creatividad de la persona mayor a través de los materiales, teniendo en cuenta características y forma de uso. Desde el área de Terapia Ocupacional, se invita y traslada a las personas mayores al salón de TO, dando a conocer la actividad a desarrollar, se alistan los materiales y se ofrecen instrucciones básicas para la ejecusión de la tarea.

Actividad 3: Diversión Mayor:Esta actividad se basa en la realización de juegos no tradicionales, los cuales permiten generar espacios de ocio y buen uso del tiempo libre; así mismo, fomentar la creatividad y concentración por parte de la persona mayor. Para la ejecusión de la actividad, se realiza la invitación y traslado de las personas mayores que desean participar; seguido a ésto, se entregan elementos y material con los cuales se vá a interactuar, entre ellos, aros y balones; se realiza la explicación verbal e imitación, para iniciar la actividad de forma guiada, asistida y supervisada.

Actividad 4:Dando cumplimiento al cronograma del mes de julio de 2024 se llevo a cabo la actividad llamada bailando sobre ruedas ,se motiva a las personas mayores a la participacion de la actividad con el fin de incluir a las personas mayores que utilizan silla de ruedas en actividad fisica musicalizadas ,favoreciendo la coordinacion ,el equilibrio y el balance por medio de movimientos controlados y ejercicios de fortiecimiento muscular. Se tiene referencia los siguientes dias de actividades 8,9,16 de Julio del 2024

Actividad 5:Dando cumplimiento al cronograma de actividades establecido para el mes de julio de 2024 se llevo a cabo la actividad llamada Equilibrando ando ,se motiva a las personas mayores a participar en la activad con el fin de mantener una movilidad articular optima ,desimnuir las aderencias articulares y lesiones musculoesqueleticas. Se comienza con movimientos suaves para las articulaciones principales del cuerpo. Esto puede incluir rotaciones de cuello, hombros, caderas, rodillas y tobillos en varias direcciones para aumentar el rango de movimiento y la lubricación articular.
Se continua con respiración consciente: Introduciendo técnicas de respiración profunda y consciente para ayudar a relajar la mente y el cuerpo se continua con respiración abdominal o la respiración completa las cuales son útiles para reducir la tensión muscular y mejorar la oxigenación.
.Se tiene de referencia los siguientes días de actividades realizada el 22 y 24 de julio 2024

.3.2. MOMENTO CENTRAL

Actividad 1: Se ofrece a las personas mayores participantes, material de lectura 08/07/2024; La Terapeuta Ocupacional,realiza actividad de refuerzo cognitivo (Rompecabezas, loterías, cartas pedagógicas de números y letras) ofreciendo cuadernos para plasmar de forma escrita el contenido de las lecturas realizadas con anterioridad, especialmente para las personas que mantiene la lecto-escritura 22/07/2024, anexa a ésta actividad, se recuerdan refranes y dichos, que en tiempos anteriores eran importantes en el quehacer diario 15/07/2024. Para las demás personas mayores, se realiza actividad grafomotora de alfabetización de manera grupal, participando aproximadamente 30 personas mayores en la actividad.

Actividad 2: Se ofrece a las personas mayores participantes material grafomotor (encajado, ensartado y enhebrado de figuras) a fin de conservar su coordinación visomotora, agarres y pinzas, verificando el seguimiento de instrucciones sencillas y repetitivas de ejecusión; También se realiza proyectos cortos de decoración en papel fotocopiado, rellenando con bolitas de papel de seda, utilizando el pegante, teniendo al final, un resultado concreto, 08/07/2024. Las personas mayores interactúan con rompecabezas, activando sus procesos mentales, especialmente su ubicación espacial y complementación de figuras 16/07/2024. Estas actividades son importantes a tener en cuenta, para el inicio de actividad programada por el Sena (Elaboración de muñecas de trapo), interactuando con Lana y tijeras, bajo supervisión y asistencia 22/07/2024.En éstas actividades se vinculan aproximadamente 12 perrsonas mayores.

Actividad 3: se ofrecen elementos a las personas mayores como conos, aros, bolos, balones, bastones, etc, a fin de mantener su amplitud articular y coordinación motora, utilizando el juego, como medio de interacción social y recreación 12/07/2024. Las personas mayores siguen instrucciones verbales y de imitación que ofrece la Terapeuta Ocupacinal, utilizando los balones de caucho conservando en las personas mayores su funcionalidad residual en cuanto a su movilidad articular y patrones funcionales de movimiento 17/07/2024. Se realiza igualmente, juegos de mesa (Lotería), manteniendo su atención durante el juego, identificando las figuras plasmadas en ellas. 29/07/2024. En esta actividad se integran activamente 20 personas mayores, las demás personas mayores se integran de forma pasiva y/o como espectadores.

Actividad 4:Actividad 5:Actividad realizada en la comunidad de cuidado denominada "bailando sobre ruedas",se realizaron con grupos de 25 personas. En la cual se inicio con estiramientos estaticos y dinamicos se continuo con una serie de movimientos activos ,coordinados , lentos y controlados con el fin de favorecer el moviento de las articular de miembros superiores e inferiores durante 15 segundos ,se continua con movimientos armonizados acompañados con musica con el fin de activar la musculatura de miembros superiores ,Hay un incremento progresivo,a medida que avanza la actividad, se aumenta gradualmente la intensidad y la amplitud de los movimientos, asegurándose de no forzar el cuerpo y de mantener un ritmo cómodo y controlado

3.3.3. MO FIN	
	Actividad 2: Se orienta a las personas mayores, el objetivo del desarrollo de éstas tareas manuales, entre otros, es, el de conservar sus agarres y pinzas, necesarias para el desarrollo de las actividades de la vida diaria y la ejecusión de actividades ocupacionales. Se resalta la importancia de su participación, esperando que su motivación continúe. Se dá a conocer a las personas mayores, que las actividades ocupacionales a desarrollar, son de corta duraci´n, sencillas y repetitivas, al alcance de todas las personas que deseen participar; se recuerda la realización de la próxima actividad a desarrollar con la Instructura del SENA, que será, las muñecas de trapo.
	Actividad 3: Las personas mayores se divierten e interactúan entre sí, haciendo uso de los elementos ofrecidos. También interactuaron en juegos de mesa (Bingo, Loteria), reforzando sus procesos mentales como la Atención, en el reconocimiento de cifras numéricas, selección de alternativas, toma de desiciones y discriminaciónvisual. Al terminar la actividad, se escuchan comentarios y sugerencias a tener en cuenta para el beneficio de su desempeño ocupacional, en medio institucional. Se recogen los materiales y elementos utilizados en la actividad.
	Actividad 4: Se agradece a los participantes por su esfuerzo y participación en la actividad. se recomienda seguir participando en las actividades y se motiva a los adultos mayores a mantenerse activos y comprometidos con un estilo de vida saludable y se animan a seguir con la práctica regular de ejercicio físico adaptado a sus necesidades y capacidades. finalmente se ordenó el sitio en donde se realizó la actividad.
	Actividad 5:Se agradece a los participantes por su esfuerzo y participación en la sesión de ejercicio. se reconoce sus logros y el compromiso con la salud y el bienestar y se motiva a los adultos mayores a mantenerse activos y comprometidos con un estilo de vida saludable y se animan a seguir con la práctica regular de ejercicio físico adaptado a sus necesidades y capacidades. finalmente se ordenó el sitio en donde se realizó la actividad.

3.4.RECURSOS

Televisor	Gerontologos
Computador	Terapeutas Ocupacionales
Regaderas	Talleristas
Rastrillo	Fisioterapeuta
Papel de colores	
Tijeras	
Sillas	
Fichas	
Cinta	
Parlante	
Microfono	

4. EVALUACION DEL ENCUENTRO

Actividad 1: En la evaluación de la actividad, se escojen los temas a tratar, combinando la historia con la actualidad, escuchando experiencias y conocimientos de las personas mayores; se observa el interés en continuar con la actividad y posibles aspectos a mejorar, manteniendo sus intereses y grado de satisfacción.

Actividad 2: Las personas mayores siguen instrucciones de ejecusión básicas, mostrando su agrado por la actividad, para posteriormente, aplicarlo en una actividad estructurada (Elaboración de muñecas de trapo), conservando su coordinación visomotora, agarres y pinzas funcionales.

Actividad 3: Las personas mayores disfrutan de la actividad física (motora gruesa) y de refuerzo cognitivo (Juegos de mesa), conservando sus procesos mentales activos. Manifiestan continuar participando en la actividad a fin de mantenerse activos e interactuar con sus pares en medio institucional.

Actividad 4:Se contó con la participación de 25 personas mayores ,sin embrago por la condición severa las personas mayores no logran involucrarse por periodos largos de tiempo.

Actividad 5:Se contó con la participación de 25 personas mayores ,quienes disfrutan de la actividad física y quedan atentos para proximas actividades.

* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

NOMBRE:Alberto Peña Ahumada
CC:1014189234
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

NOMBRE:Maria de Jesus Pangueva
CC:41576830
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

NOMBRE:Gustavo Cuervis Ocalon
CC:17193251
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

NOMBRE:Luis Alberto Salazar
CC:1026563510
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

NOMBRE:Gumercindo Traslaviña
CC:17013597
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 29 de julio del 2024

Nombre del profesional que evalúa:Clara Eugenia Sánchez (terapia ocupacional) Juan Pablo Hurtado (Fisioterapia)

COMUNIDAD DE CUIDADO SAN JOSÉ
CONVENIO 8136-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA LENGUAJE PARA LA IDENTIDAD

1.Entre páginas y letras
08,15 y 22/07/2024







2.Ocupa Creando
08,16 y 22/07/2024







3. Diversión Mayor
12,17,29/07/2024







4.Bailando sobre ruedas
08/07/2024



09/07/2024


9/07/2024, 9:09:45 a. m.
San José
Chinauta ,Fusagasugá


9/07/2024, 9:09:27 a. m.
San José
Chinauta ,Fusagasugá

16/07/2024


16/07/2024, 2:40:57 p. m.
San José
Chinauta ,Fusagasugá


16/07/2024, 2:40:28 p. m.
San José
Chinauta ,Fusagasugá

5.Equilibrando Ando

22/07/2024



24/07/2024

