ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN 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: San Jose

1.2 Localidad:N/A

2. Línea: Movilizando capacidades 2.1. Fecha de Ejecución: 3 | 10 | 2024 al 30 | 10 | 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Cogni T.O, 2. Socializando experiencias, 3.Descubriendo Habilidades, 4.Expresion artistica, 5. Caminando Juntos, 6.El Show del recuerdo

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Clara Eugenia Sanchez (Terapeuta Ocupacional)-Pilar Prieto (Gerontologia)Juan Pablo Hurtado (Fisioterapia)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Favorecer las capacidades, habilidades comunicativas y sociales de las personas mayores a través de actividades ocupacionales significativas para el mantenimiento de su desempeño.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Actividad 1: Favorecer el componente cognitivo a través de actividades grupales favoreciendo las habilidades cognitivas,grafomotooras y sociales de las personas mayores

Actividad 2: Favorecer el componente cognitivo a través de actividades grupales favoreciendo las habilidades cognitivas y sociales de las personas mayores.

Actividad 3: Potencializar las habilidades, capacidades y destrezas a través de actividades manuales relacionadas al aprendizaje de nuevas tareas.

Actividad 4: Potencializar las habilidades, capacidades y destrezas a través de actividades manuales relacionadas al aprendizaje de nuevas tareas.

Actividad 5: Promover la realización de actividades físicas y musicales, en pro del mantenimientos de sus habilidades cognitivas y sociales.

Actividad 6: Promover la realización de actividades físicas y musicales, en pro del mantenimientos de sus habilidades cognitivas y sociales

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1:COGNI-TO: Para la ejecusión de la actividad, desde el área de Terapia ocupacional,se invita a las personas mayores a participar de las actividades, desplazándose al salón social, lugar donde se ofrece material didáctico, de refuerzo cognitivo y utilización de TV, reforzando estímulos sensoriales, mediante la proyección de videos. Se orienta el desarrollo de la actividad e iniciamos la misma, en compañía de la Terapeuta Ocupacional y talleristas.
	Actividad 2:SOCIALIZANDO EXPERIENCIAS : Para la ejecusión de la actividad, se diseñarán estrategias de vinculación en actividades de participación e integración social por parte del área de Terapia Ocupacional con el fin de favorecer la interacción de las personas mayores con pares y cuidadores. Para la ejecusión de la actividad, se desplaza a las personas mayores al Salón Social, donde se proyectarán videos en TV y en computador, cómo también, se realizarán lecturas grupales; todo lo anterior, relcionado con el tema de EL DIA DE LA RAZA. Se explica la actividad a las personas mayores para que paricipen de forma activa. Esta actividad es orientada por la Terapeuta ocupacional y Talleristas.
	Actividad 3: DESCUBRIENDO HABILIDADES: Para la ejecusión de las actividades, se diseñan estrategias de vinculación en actividades de Educación Formal y No Formal por parte del área, , favoreciendo habilidades y capacidades existentes en las personas mayores. Se invita a las personas mayores a desplazarse al salón social, al encuentro con la instructora del SENA, a continuar con la elaboración de Muñecas de trapo. Se prepara el espacio y materiales a utilizar, formando grupos de trabajo, acordes a las tareas a realizar.
	Actividad 4: EXPRESION ARTISTICA . Para la ejecusión de la actividad, se diseñan estrategias de vinculación en actividades semi-estructuradas de arte manual por parte del área, con el fin de favorecer el mantenerimiento de habilidaddes motrices y cognitivas. Esta actividad se desarrolló en el salón social, lugar donde se explica la dinámica de la actividad, ofreciendo materiales lúdicos, sonoros y de decoración de proyectos.
	Actividad 5:Dando cumplimiento al cronograma de actividades establecido para el mes de octubre de 2024 se llevo a cabo la actividad llamada Caminemos juntos ,se motiva a las personas mayores a participar en la activad con el fin de favorecer la marcha , locomocion y mantener lsa capacidades fisicas Se comienza con estiramientos en una fase de calentamiento ,luego se continua con activacion muscular mediante ejercicios de movilizaciones articulares,equlibrio estatico y dinamico ,coordinacion y balance ,se maneja la reeducacion en el control de la respiracion, se realiza demabulacion en compañia del personal de enfermeria y profesional de fisioterapia .
	Actividad 6: Actividad que se desarrollo en dos sesiones los dias : 4 y 20 de octubre, se convocan y desplazan a las personas mayores al salon social en TO, previa acomodacion frente al tv , se explica la dinamica y los ritmos que se manejarn en cada una de las sesiones."El Show del Recuerdo" "Linea del Tiempo en los ritmos musicales" primera sesion "Reviviendo Las Decadade los 60" desarrollada el dia 4 de octubre y segunda 20 de octubre con metodolofia participativa,, para iniciar ,se realiza saludo y bienvenida a los asistentes al igual que breve descripcion del desarrollo de la sesion para esto , previo se realiza logistica con medios de comunicacion y la aplicacion de Youtube para exposicion de video. Inicio con audio alusivo a como se vivia en los años 80.Esta se dividi en dos sesiones cada una con dinamicas diferentes , se exponen , graficas, fotografias y objetos que dieron pauta en esta epoca,, con un fondo de las musical mas populares de ese momento del pais.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 1:Esta actividad se desarrolló los dias 07-10 y 15 de Octubre, desarrollando actividades según gustos e intereses de las personas mayores El dia 07-10-24 de Octubre, se realiza juegos de mesa, involucrando Loteria de formas, figuras, animales, frutas, profesiones, etc, como refuerzo cognitivo, activando procesos mentales (Atención, concentracion, memoria, selección de alternativas, toma de desiciones y analogias); El dia 10-10-24 de octubre, las personas mayores interactúan con material pedagógico Alfanumérico, reconociendo letras y números, formando nombres, frases cortas y cantidades numéricas. El dia 15-10-24 de Octubre, se proyecta audiovisuales de discrimunación sensorial (Auditiva y visual),reconociendo sonidos e imágenes de animales, instrumentos musicales, electrodomésticos, medios de transporte, etc.
	Actividad 2: Esta actividad se desarrolló los dias 09-15 y 17 de Octubre de 2024. Se distribyen las personas mayores, acorde a sus gustos, participando en el computador y/o siendo espectadores de los documentales y noticieros en TV y participando en lecturas. El día 09-10-2024 se ofrece programa televisivo NOTICIAS RTVC, donde muestran marcha de las negriludes, reclamando sus derechos,al ser discriminados, especialmente en el ámbito laboral. El dia 15-10-2024 se visualiza en el computaddor, un documental del DIA DE LA RAZA , algunos en forma didáctica con personajes animados, y otros, en forma de documentales cortos, resaltando la fecha especial, contando relatos conocidos, socializando entre ellos mismos. El dia 17-10-2024 la Terapeuta ocupacional comparte lectura relacionada, comparada hoy en día, con las personas extranjeras, las cuales, también son discriminadas hoy en día, por sus costumbres, creencias y formas de vivir. En todas las anteriores, las personas mayores hacen sus comentarios, comentan sus anecdotas y experiencias pasadas, todas muy importantes.
	Actividad 3: Esta actividad se desarrolló los días 10 y 17 de Octubre de 2024. El dia 10-10-2024 se procede a realizar los vestidos de las muñecas de trapo, utilizando aguja e hilo, observando las habilidades en coordinación visomotora fina y bimanual de algunas personas mayores, las cuales participan de forma detallada y pulida en la costura, comprendiendo y siguiendo instrucciones básicas, sencillas y repetitivas en el desarrollo de la costura y decoración de los vestidos. El dia 17-17-2024 se continúa con la decoración final de las muñecas, enfatizando en los detalles de decoración del rostro de las muñecas y colocando detalles en los vestidos; en ésta actividad, se observa las habilidades de algunas personas mayores, que a pesar de estar limitadas fisicamente, se asombran que todavía conservan sus agarres y pinzas bimanuales para la realización de la actividad.
	Actividad 4:Esta actividad se desarrolló los días 03 y 09 de Octubre de 2024, integrándo a las personas mayores, según sus gustos e intereses. El día 03-10-2024 se realiza la pintura con temperas y vinilos, sobre los proyectos en madera (Huevera, bandeja y portaretratos)utilizando los pinceles y orientando la técnica de puntillismo; se observa la creatividad e iniciativa de las personas mayores, demostrada igualmente, con la utilización de colores de su agrado. El dia 09-10-2024 se ofrece a las personas mayores instrumentos musicales conocidos (Maracas, tambor, xilófono, pandereta, triángulos y castañuelas), a fin de observar su interacción con los mismos, observando la comprensión y el seguimiento de instrucciones básicas en su participación cuando la terapeuta dá la instrucción de sonar determinado instrumento.
	Actividad 5:Actividad realizada en la comunidad de cuidado denominada " Caminando juntos ",se realizaron con grupos de 12 personas . Se comienza con estiramientos en una fase de calentamiento ,luego se continua con activacion muscular mediante ejercicios de movilizaciones articulares,equlibrio estatico y dinamico ,coordinacion y balance ,se maneja la reeducacion en el control de la respiracion, se realiza demabulacion en compañia del personal de enfermeria y profesional de fisioterapia, con el fin de evitar el descondicionamiento fisico y mantener una vejez activa.alentamiento: Antes de iniciar la caminata, se realizo unos minutos de calentamiento ligero para ayudar a preparar los músculos y articulaciones. Se mantuvo un ritmo cómodo y se recomendo mantener una postura erguida, con la cabeza en posición neutral y los hombros relajados. Los pasos deben ser firmes pero no forzados. Descansos: fue necesario planificar descansos breves durante la caminata para permitir recuperarse y evitar la fatiga excesiva. Esto también fue una oportunidad para disfrutar del entorno y mantenerse hidratado. Monitoreo de signos: Se estuvo atento a cualquier señal de malestar, como dolor inusual, mareos o dificultad para respirar. Se tiene de referencia los siguientes días de actividades realizadas 9 y 30 de octubre 2024
	Actividad 6: Seguido a la exposisicon del audio ,se proyecta el video "Lo mejor de los 60"en esta sesion 1 realizando pausas necesarias para reforzar las imagenes y realizar preguntas acerca de lo que va viendo en la pantalla ,terminado la exposicion, se da un expacio para que la persona que quiera, nos cuente las impresiones, lo que recuerda, como era su estilo de vida en ese espacio del tiempo en su vida, Continuando con preguntas acerca del vestuario utilizado y la musica mas relevante que ellos recuerden, La respuesta está en Los Cañonazos Bailables, el compilado (La vieja nueva ola, música moderna romántica de los años 60), y en ese momento se sugiere hacer complasencias musicales, de estos ritmos musicales y de manera unanime se canta canciones romanticas que algunos recuerdan con alegria, cuminando con un fuerte aplauso de reconocimiento a las sensaciones agradables ,y gratas recordaciones, de grandes figuras aseveraron como Harold Orozco, Cristopher, Jesús David Quintana, Kenny Pacheco, Billy Pontoni, Claudia de Colombia, Vicky, Carmenza Duque, Mariluz. La sesion 2 se manejo el tema "Linea del Tiempo de los 60" en esta se mostraron fotografias y articulos en la pantalla , asi como (moda arte ,cine,) y luego se fueron pegando segun criterio de los participantes con las graficas una linea del tiempo de esta epoca. Para finalizar se hace referencia los eventos culturales y la musica popular que para esa epoca fueron relevantes y marcaron una decada de gratas recordaciones a los asitentes. Para continuar se expone el trabajo que entre todos realizemos y se deja en un espacio del salon social para que lo vean y recuerden , la ,profesional invitó a los presentes a recordar y reflexionar en torno a los cambios sociales y politicos que han ocurrido en nuestro pais desde aquel tiempo, hasta hoy en día, las influencias externas, la llegada de las modas foráneas, los géneros y estilos musicales que impactaron en la juventud de ese entonces

3.3.3. MOMENTO FINAL

Actividad 1:Al finalizar la actividad, se realiza una retroalimentación de las actividades, felicitando a las personas mayores por su participación y reforzando los beneficios obtenidos al participar de las mismas, entre ellos, el mejorar las relaciones interpersonales con pares y mantener sus procesos mentales activos.

Actividad 2: Al finalizar la actividad, se felicita a las personas mayores por su participación de manera activa, dialogando e interactuando entre pares, especialmente sobre el tema del DIA DE LA RAZA. Recuerdan cómo desde niños, tenían presente esta fecha. Todas las personas mayores concluyen, que todos somos iguales, que no debe haber discriminación, incluso entre extranjeros. En ésta actividad se refuerzan habilidades cognitivas (memoria) y sociales (relaciones interpersonales).

Actividad 3: Al finalizar la actividad, se percibe la alegría de las personas mayores participantes, al observar el producto terminado ELABORACION DE MUÑECAS DE TRAPO, enalteciendo su auto-estima, observando que a pesar de algunas limitaciones presentes, lograron participar y ver su producto final; se les felicita por su participación, enalteciendo sus habilidades y capacidades existentes, proyectadas en un producto final. Esta actividad grupal permitió el reconocimiento de habilidades entre pares, mejorando sus relaciones interpersonales y de interacción social con otros. Las personas mayores refieren querer partifcipando en los cursos ofrecidos por el SENA.

Actividad 4: Al finalizar la actividad, la Terapeuta ocupacional percibe la participación activa de las personas mayores en la actividad, al interactuar con los pinceles y colores de los vinilos; igualmente, al intercambiar los instrumentos musicales entre sí, diferenciando los sonidos e intensidad emitidos por cada uno de ellos. Se realiza encuesta verbal a las personas mayores sobre el gusato de la actividad, respondiendo satisfactoriamente a la misma. En esta actividad, se fortalecen las relaciones interpersonale, al igual que, se refuerza las habilidades cognitivas y grafomotoras.

Actividad 5:Durante la actividad se evidencio la participación activa por parte de las personas mayores , se cumple con los objetivos y se evidencia fatiga al terminar la actividad,Para finalizar se realiza una retroalimentación con las personas mayores, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades .

Actividad 6:En el desarrollo de las dos sesiones del a actividad El Show del Recuerdo" , se evidencio en los participantes agrado y reminicencias gartas de espocas anteriores en sus vidad, Organizar una exposición final donde los grupos de trabajo presenten sus investigaciones y trabajos realizados., las retroalimentaciones logradas dan cuenta de esto, asistencia de 30 perosnas mayores y 10 personas mayores como espectadores de escucha, propicionando en las personas mayores asistentes momento de esparcimiento y compartir con pares .

Televisor	Educadora Fisica
Computador	Terapeutas Ocupacionales
Regaderas	Gerontologa
Rastrillo	
Papel de colores	
Tijeras	
Sillas	
Fichas	
Cinta	
Parlante	
Microfono	

4. EVALUACION DEL ENCUENTRO

Actividad 1:Para la evaluación de la actividad, se realiza una encuesta verbal, en la cual se indaga sobre la acogida de la actividad y el interés en continuar participando; así mismo, los aspectos a mejorar, pero en general, las personas mayores muestran su satisfacción en la participación.

Actividad 2: Para la evaluación de la actividad, se realizan preguntas relacionadas con el tema, socializando lo visto, lo leído y la comprensión del material ofrecido. Las personas mayores comentan que la actividad fué muy provechosa recordando los sucesos ocurridos hace muchos años al ser descubiertas nuestras tierras

Actividad 3:Para la evaluación de la actividad, se entrevista a las personas mayores participantes, por su gusto por la actividad, concluyendo, que ésta actividad les gustó mucho e incluso, le imprimieron su toque final, acompañado de sentimientos de amistad, cariño y agradecimiento, expresado en los detalles realizados en las muñecas. Manifiestan querer seguir participando en éstos cursos realizados por el SENA.

Actividad 4: Para la evaluación de la actividad, se pregunta a las personas mayores sobre su agrado en participar en éstas actividades artisticas, respondiendo positivamente. Se continuará ofreciendo materiales en madera para su decoración, como también, seguir estimulando auditivamente con instrumentos musicales.

Actividad 5:Las personas mayores agradecen el espacio ofrecido de participación, y quedan atentos para proximas actividades ,participaron 12 personas mayores

Actividad 6:En el desarrollo de las dos sesiones del a actividad EL SHOW DEL RECUERDO , se evidencio en los participantes agrado y reminicencias gartas de espocas anteriores en sus vidad, Organizar una exposición final donde los grupos de trabajo presenten sus investigaciones y trabajos realizados., las retroalimentaciones logradas dan cuenta de esto, asistencia de 20 perosnas mayores y 10 personas mayores como espectadores de escucha, propicionando en las personas mayores asistentes momento de esparcimiento y compartir con pares .

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

NOMBRE:GUSTAVO CUARTAS CUCALON
CC:17193251
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

No firma

NOMBRE: RAQUEL ROJAS DE CHARRY
CC:28512969
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

NOMBRE: LUIS ANGEL ESCOBAR
CC:31715962
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

No firma

NOMBRE:PAULINA CONTRERAS
CC:41574649
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

No firma

NOMBRE:MARIA DEL ROSARIO VARGAS JAQUE
CC:20489037
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

NOMBRE:CARMEN CALDERON
CC: 41535154
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 6

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 30/10/2024

Nombre del profesional que evalúa:Juan Pablo Hurtado Vasquez (Fisioterapeuta)

COMUNIDAD DE CUIDADO SAN JOSÉ
CONVENIO 8136-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA MOVILIZANDO CAPACIDADES

1. Cogni T.O

07/10/24



10/10/24





15/10/24



2. Socializando experiencias

09/10/24



15/10/24


FIESTA NACIONAL CADA 12 DE OCTUBRE
15 oct 2024 11:09:04 a. m.
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca


15 oct 2024 11:07:01 a. m.
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca

17/10/24



3.Descubriendo Habilidades

10/10/24



16/10/24



17/10/24



4.Expresión artística

03/10/24



09/10/24



5. Caminando Juntos
09/10/2024



30/10/2024



6. “El Show del Recuerdo” 4 y 20/10/2024


CC SAN JOSE
Pilar
4/10/24, 11:15 a.m.


20/10/24, 11:22 a.m.
CC SAN JOSE
Pilar