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

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: comunidad de cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: San José

1.2 Localidad N/A

2. Línea: Movilizando capacidades 2.1. Fecha de Ejecución: 1 11 2024 al 27 11 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: Wendy Yulanny Álvarez Niño (Terapeuta Ocupacional)- Darlene G. Alzate Pardo (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 ESPECÍFICOS
Actividad 1: Favorecer el componente cognitivo a través de actividades grupales favoreciendo las habilidades cognitivas 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 realizaión de actividades fisicas y musicales, en pro del mantenimientos de sus habilidades cognitivas y sociales.
Actividad 6: Promover la realización de actividades fisicas y musicales, en pro del mantenimientos de sus habilidades cognitivas y sociales.

3.3. METODOLOGÍA	
3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1:" Cogni t.o": Es una actividad que se basa en la estimulación cognitiva por medio de juegos, tareas estructuradas, seguimiento de indicaciones verbales y fisicas las cuales pretenden mantener las habilidades mentales superiores e inferiores de las personas mayores participantes de la actividad. Para la ejecución de la actividad, desde el área de terapia ocupacional se realiza la invitación y traslado de los adultos mayores que desean vincularse, seguido a esto se realiza alistamiento de materiales, se procede a explicar en qué consiste la actividad, se solucionan dudas e inquietudes, seguido a esto se procede a realizar la actividad de forma guiada y asistida.
	Actividad 2:"Socializando Experiencias":Es una actividad que se basa en el reconocimiento del adulto mayor como un ser activo y participativo de la sociedad, siendo consiente de su proceder y como estas experiencias le permiten empatizar y crear lazos de amistad entre pares y cuidadores, así como el aporte de ideas y vivencias que puedan beneficiar u orientar a otras personas mayores. Para la ejecución de la actividad, desde el área de terapia ocupacional se realiza la invitación y traslado de los adultos mayores que desean vincularse, seguido a esto se realiza alistamiento de materiales, se procede a explicar en qué consiste la actividad, se solucionan dudas e inquietudes, seguido a esto se procede a realizar la actividad de forma guiada y asistida.
	Actividad 3:"Descubriendo Habilidades" Es una actividad que consiste en evidenciar y potencializar las habilidades cognitivas, fisicas y manuales de las personas mayores; y de esta forma asesorar en la realización de artesanías u obras de arte. Para lo anterior se propone variedad de actividades y técnicas que se encuentren acordes a los gustos e intereses de las personas mayores. Para la ejecución de la actividad, desde el área de terapia ocupacional se realiza la invitación y traslado de los adultos mayores que desean vincularse, seguido a esto se realiza alistamiento de materiales, se procede a explicar en qué consiste la actividad, se solucionan dudas e inquietudes, seguido a esto se procede a realizar la actividad de forma guiada y asistida.
	Actividad 4:"Expresion artistica":Es una actividad que consiste en motivar a las personas mayores a exteriorizar su ser interior por medio de la expresión del arte, ya sea con música, canto, baile, dibujo, manipulación de materiales, poesía, declamación; entre muchas otras actividades. Esto con el fin de generar gratificación por las tareas realizadas demostrando su ser interior. Para la ejecución de la actividad, desde el área de terapia ocupacional se realiza la invitación y traslado de los adultos mayores que desean vincularse, seguido a esto se realiza alistamiento de materiales, se procede a explicar en qué consiste la actividad, se solucionan dudas e inquietudes, seguido a esto se procede a realizar la actividad de forma guiada y asistida.
	Actividad 5:Dando cumplimiento al cronograma de actividades establecido para el mes de noviembre 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: Se desarrolla la actividad El show del recuerdo, convocando a las personas mayores. Se inicia motivando a participar de esta actividad a las personas mayores y se trasldan al salon de actividades culturales y grupales. Se recibe con saludo a los participantes y se da una introducción al tema a trabajar que es Recordando a mi país através de la música, se proyecta inicialmente imagenes diversas relacionadas a nuestro país (paisajes, regiones, ciudades, comida, entre otras) con el fin de que la persona mayor las identifique y este en contexto para escuchar diferentes canciones alusivas al tema.
	Actividad 1:La actividad se desarrolló los días 8, 19, 25 de noviembre con propuestas cognitivas, acorde a los gustos e intereses de las personas mayores. El **día 8 de noviembre:** para el desarrollo de la siguiente actividad, se invita a las personas mayores a ubicarse en la mesa y a recibir los materiales los cuales consisten en juegos de mesa sencillos, como rompecabezas y domino, se invita a armar los rompecabezas y asociar la imagen a actividades de la vida diaria. El día **19 de noviembre:** la actividad se realiza en el salón de terapia ocupacional, se entregan los materiales correspondientes a la actividad las cuales correspo9den a cajas con separaciones y pelotas de colores y separarlas por filas según los colores indicados, se la misma manera se le indica a la persona mayor que reorganice según se le indica, s ele dan valores a las pelotas como uno y dos y se intentan hacer operaciones matemáticas con los colores El día **25 de noviembre** para el desarrollo de la siguiente actividad , se invita a las persona mayores a ubicarse en la mesa y a recibir los materiales los cuales consisten en hojas, cuadernos , lápices y valores, la actividad del día consiste en completar y escribir la narrativa por ejemplo el tallerista / terapeuta ocupacional indican a la persona mayor refranes que ellos deben completar, lo mismo sucede con operaciones matemáticas sencillas; se le indica a la persona mayor que diga una palabra y los demás deben de armar una frase con esta palabra y transcribirla, esto contribuye en los procesos mentales superiores.
	Actividad 2:La actividad se desarrolló los días 1, 20, 26 de noviembre con propuestas de comunicación e interacción, acorde a los gustos e intereses de las personas mayores. El **día 1 de noviembre:** el desarrollo de la actividad se lleva a cabo en el área de actividades, donde se reúnen todas las personas mayores y se inicia a preguntar quién desea

3.3.2 MOMENTO CENTRAL	compartir una experiencia de vida, tomando la iniciativa la persona mayor gloria Betty , quien narra que en su juventud hizo parte de un mariachi y cuenta experiencias vividas asociadas a las musuca y las contrataciones, así mismo narra de forma jocosa que tuvo una pelea con su pareja y termino el día la cárcel, así mismo se unieron las demás persona mayores a la narrativa. El **día 20 de noviembre:** el desarrollo de la actividad se lleva a cabo en el área de actividades, donde se reúnen todas las personas mayores y se inicia a preguntar quién desea compartir una experiencia de vida, en esta ocasión toma la iniciativa el señor Luis Salazar quien narra cómo fue su experiencia en su rol ocupacional como embalador en las cafes de Bogotá y como esto lo llevo a conocer a varios personajes importantes de la época, de igual forma otras persona mayores se unieron a la narrativa narrando eventos similares en sus vidas. El **día 26 de noviembre:** el desarrollo de la actividad se lleva a cabo en el área de actividades, donde se reúnen todas las personas mayores y se inicia a preguntar quién desea compartir una experiencia de vida, en esta ocasión toma la iniciativa la persona mayor Marleny Rodríguez y Miriam pinto quienes establecen una conversación narrando como se preparaban para asistir a las citas con su pretendientes en la época, los protocolos que debían cumplir y como se debían comportar según las reglas de la sociedad para esos años y lo que en realidad hacían, así mismo se vincularon otras persona mayores a la narrativa.
	Actividad 3:La actividad se desarrolló los días 26 y 27 de noviembre con propuestas de comunicación e interacción, acorde a los gustos e intereses de las personas mayores. El **día 26 de noviembre:** para el desarrollo de esta actividad se invita a las personas mayores a participar y a ocupar un lugar en el salón de actividades, se les explica que el objetivo de la actividad es aprender a hacer moños en cinta de tela, para lo cual se hace entrega de los materiales, los cuales corresponden a cinta de tela y tijeras, se inicia a explicar el paso a paso para la realización del moño, brindando apoyo en cada paso para que la persona mayor lo pueda terminar de forma satisfactoria, al finalizar la sesión se obtuvieron varios moños para la decoración de navidad del salón de actividades. El **día 27 de noviembre:** para el desarrollo de esta actividad se invita a las personas mayores a participar y a ocupar un lugar en el salón de actividades, se les explica que el objetivo de la actividad es aprender a hacer bastones de caramelo en foarm, la tallerista ayuda sacando los moÖodes y las persona mayores contribuyen el proceso de recortado y ensamble de las piezas para obtener un bastón de caramelo gigante que contribuye a la decoración del área de actividades de terapia ocupacional.
	Actividad 4:La actividad se desarrolló los días 18, 20, y 25 de noviembre con propuestas de comunicación e interacción, acorde a los gustos e intereses de las personas mayores. El **día 18 de noviembre:** Para el desarrollo de la siguiente actividad se invita a las personas mayores a pasar al área de actividades y se les explica en que consiste la tarea del día, la cual se basa en realizar bolas navideñas con escarcha e copar, se hacen entrega de los materiales a las personas mayores y se procede a explicar cómo se va a adherir la escarcha a la esfera de icopor, seguido a esto se explica cómo mantener la escarcha en el icopor para que pueda permanecer el color, las personas mayores siguen el paso a paso y lo ejecutan como es indicado para obtener el mejor resultado en las decoraciones navideñas El **día 20 de noviembre:** Para el desarrollo de la siguiente actividad se invita a las personas mayores a pasar al área de terapia ocupacional y se indaga sobre las decoraciones navideñas que ellos veían en su infancia, se procede a entregar materiales para que traten de plasmarlas allí y puedan hacer parte de la decoración del salón, se les entrega cartón cartulina para que dibujen y posterior a esto pinturas para que puedan darle color a cada decoración y personalizarlas según su gusto e interés. El **día 25 de noviembre**: Para el desarrollo de la siguiente actividad se elige una decoración navideña la cual corresponde a campanas y se invita a las personas mayores a pintarlas y decorarlas según sus gustos e interés para hacer parte de la decoración del área de actividades, las personas mayores eligieron este elemento como el más popular desde la sesión anterior para llevarlo a cabo
	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 25 y 27 de noviembre 2024
	Actividad 6: Actividad que se desarrolla en dos sesiones los dias 20 y 22 de noviembre, con el tema recordando a mi país, después del reconocimiento visual de diferentes imagenes relacionadas, se proyectan canciones emblemáticas de nuestro país con diferentes ritmos y se hace dinámica de descripción por parte de las personas mayores de cada una de ellas, de esta manera llevamos en un viaje de recuerdos a los participantes, quienes cuentan experiencias y comparten recuerdos de sus diferentes etapas de la vida de
3.3.3 MOMENTO FINAL	Actividad 1:Para finalizar la actividad se realiza una retroalimentación con las 22 personas mayores participantes, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades con componente físico y lúdico, resaltando los beneficios para el desempeño ocupacional en el medio institucional, se recogen materiales dejando el área organizada.
	Actividad 2:Para finalizar la actividad se realiza una retroalimentación con las 28 personas mayores participantes, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades con componente físico y lúdico, resaltando los beneficios para el desempeño ocupacional en el medio institucional; se recogen materiales dejando el área organizada.
	Actividad 3:Para finalizar la actividad se realiza una retroalimentación con las 13 personas mayores participantes, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades con componente físico y lúdico, resaltando los beneficios para el desempeño ocupacional en el medio institucional; se recogen materiales dejando el área organizada.
	Actividad 4:Para finalizar la actividad se realiza una retroalimentación con las 12 personas mayores participantes, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades con componente físico y lúdico, resaltando los beneficios para el desempeño ocupacional en el medio institucional; se recogen materiales dejando el área organizada.
	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: Se termina la actividad con las diferentes reflexiones que hacen los participantes, evidenciando el gusto por los diferentes ritmos musicales y la alegria que sienten al recordar canciones y música de su gusto que disfrutaban en otras epocas de su vida y recuerdan como eran aquellas epocas.

3.4.RECURSOS	
Televisor	Gerontóloga
Sillas	Terapeuta ocupacional
colbon	Fisioterapeuta
escarcha	
cinta de tela	
foamy	
Esferas de icopor	
pinturas	
colores	
carton ppaja	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO
Actividad 1:Para la evaluación del encuentro se realiza una encuesta de forma verbal en el cual se indaga por el gusto hacia la actividad, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse, así como las sugerencias que puedan tener las personas mayores para llevar acabo esta actividad, al finalizar la en cuenta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades.
Actividad 2:Para la evaluación del encuentro se realiza una encuesta de forma verbal en el cual se indaga por el gusto hacia la actividad, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse, así como las sugerencias que puedan tener las personas mayores para llevar acabo esta actividad, al finalizar la en cuenta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades.
Actividad 3:Para la evaluación del encuentro se realiza una encuesta de forma verbal en el cual se indaga por el gusto hacia la actividad, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse, así como las sugerencias que puedan tener las personas mayores para llevar acabo esta actividad, al finalizar la en cuenta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades.

Actividad 4 Para la evaluación del encuentro se realiza una encuesta de forma verbal en el cual se indaga por el gusto hacia la actividad, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse; así como las sugerencias que puedan tener las personas mayores para llevar acabo esta actividad, al finalizar lo en cuenta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades.

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

Actividad 6: Participan 17 personas mayores. Se observan alertas, participativos, motivados por el espacio que tienen para trabajar con musica.

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



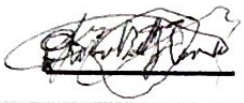
NOMBRE: JOSE MIGUEL ROBERTO FLOREZ
CC:7500613
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

no firma

NOMBRE:JORGE ENRIQUE CONTRERAS CONTRERAS
CC:79870951
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

no firma

NOMBRE:ANGELDA GOMEZ
CC:53906093
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3



NOMBRE:GLORIA BETTY CORREA
CC:41629862
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

no firma

NOMBRE:PAULINA CONTRERAS
CC:41574649
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

no firma

NOMBRE: MIRIAM PINTO
CC: 1069757847
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 6

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 27/11/2024

Nombre del profesional que evalúa: Wendy Yulanny Álvarez Niño (Terapeuta Ocupacional)

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

1. Cogni T.O

8 de Noviembre



19 de noviembre



25 de noviembre



2. Socializando experiencias

1 de noviembre





20 de noviembre



26 de noviembre



3.Descubriendo Habilidades

26 de Noviembre



27 de Noviembre



4.Expresión artística

18 de Noviembre



20 de noviembre



25 de noviembre



5. Caminando Juntos
25/11/2024






25/11/2024, 9:44:41 a.m.
San José
Chinauta ,Fusagasugá

27/11/2024


Comunidad de Cuidado San José
Chinauta-Fusagasugá
nov. 27,2024 10:12:00 a. m.

6. El Show del Recuerdo: Recordando a mi país

20/11/2024



22/11/2024

