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-P35-570 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 2.1. Fecha de Ejecución: 4 | 12 | 2024 al 20 | 12 | 2024

2. Línea: Movilizando capacidades

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

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Wendy Yulanny Álvarez Niño (Terapeuta Ocupacional) - Darlene Geovanna Alzate Pardo(Gerontologa)-Juan Pablo Hurtado (Fisioterapeuta)

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 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 t.o: Es una actividad que se basa en la estimulación cognitiva por medio de juegos, tareas estructuradas, seguimiento de indicaciones verbales y físicas 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, físicas 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: Expresión artística: 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 Diciembre 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: Dando cumplimiento al cronograma del mes de Diciembre se desarrolla la actividad El show del recuerdo en dos sesiones, se inicia convocando a las personas mayores y motivandolos a participar de esta actividad,se trasladan al salon de actividades culturales y grupales. Se recibe con saludo a los participantes y se da una introducción al tema a trabajar que fue nombrada "Aquellos Diciembres" con el fin de que las personas mayores identifiquen la época que estan viviendo en el momento (Navidad y Fin de Año) y evoquen los recuerdos de como vivian esta época en diferentes etapas de su vida.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Actividad 1: La actividad se llevó a cabo el día **16 de diciembre** con propuestas cognitivas para la realización de la actividad se les explica el paso a paso y se procede a entregar los materiales, acordes a los gustos e intereses de las personas mayores.
El día 16 de diciembre: En el marco de las celebraciones decembrinas, se realiza la actividad de cogni t.o, donde las personas solucionan un rompecabezas con temática de animalitos los cuales al ser identificados eran asociados a los animales caracteristicos de la navidad, lo que son relacionados al pesebre y los que se relacionan a los alimentos para las cenas de navidad y año nuevo, las personas mayores pudieron identificar animales de granja e hicieron la relación, narraban como estos animales eran incluidos en sus festividades, esta actividad se desarrolla en compañía de los talleristas y terapeuta ocupacional.

Actividad 2: La actividad se llevó a cabo el día **19 de diciembre** con propuestas sociales para la realización de la actividad se les explica el paso a paso y se procede a interactuar con todas las personas mayores, los temas de conversación son acordes a los gustos e intereses de las personas mayores.
El día 19 de diciembre: En el marco de las celebraciones decembrinas, se realiza la actividad de socializando experiencias, donde el auxiliar de terapia ocupacional propone el tema de conversación, y las personas mayores se van uniendo, contando sus experiencias y anécdotas del pasado, contaron experiencias familiares y preparaciones de navidad con sus familiares, también se hablaron de experiencias tristes en donde narran la nostalgia que se siente en estas fechas, no deja de ser una época de alegrías y tristezas, para finalizar se hablan de las expectativas hacia el futuro y en el año nuevo, esta actividad se desarrolla en compañía de los talleristas y terapeuta ocupacional.

Actividad 3: La actividad se llevó a cabo el **día 4 de diciembre** con propuestas motoras finas y cognitivas; para la realización de la actividad se los explica el paso a paso y se procede a entregar los materiales correspondientes a las personas mayores, la manualidad realizada se encuentra acordes a los gustos e intereses de las personas mayores.
El día 4 de diciembre: En el marco de las celebraciones decembrinas, se realiza la actividad de descubriendo habilidades, donde el auxiliar de terapia ocupacional explica el proceso a realizar el cual consiste en realizar un muñeco de nieve con foamy y una cinta decorativa en sombrero y barriga, se indica el paso a paso y con asesoría de la talleristas se empieza a unir las piezas con silicona y se finaliza haciendo la decoración, las personas mayores toman la iniciativa e ponerle un nombre.

Actividad 4: La actividad se llevó a cabo el día **20 de diciembre** con propuestas motoras finas y cognitivas; para la realización de la actividad se les explica el paso a paso y se procede a entregar los materiales correspondientes a las personas mayores, la manualidad realizada se encuentra acordes a los gustos e intereses de las personas mayores.
El día 20 de diciembre: En el marco de las celebraciones decembrinas, se realiza la actividad de expresión artística, donde el auxiliar de terapia ocupacional explica el proceso a realizar el cual consiste en plasmar con colores navideños lo que ellos interpretan como navidad a través de dibujos de animales y paisajes, se le indica ala persona mayor que puede elegir los colores representativos de las fechas y usarlos, además que pueden adicionar detalles como moños, bolas, arboles, entre otras; esta actividad fue guiada por los auxiliares de terapia ocupacional, quienes resolvian dudas e inquietudes.

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 **11y 12 de Diciembre 2024**

Actividad 6: Actividad llamada El Show del Recuerdo, en la cual se desarrollo el tema "Aquellos diciembres" en dos sesiones que se realizaron los dias **11 y 12 de diciembre.** Se

	Inicia esta actividad mostrando videos e imagenes alusivas al tema, mostrando la diferencia de las fiestas navideñas antes y ahora, lo que permite que las personas mayores trabajen sobre sus capacidades cognitivas y habilidades comunicativas recurriendo a la interpretación y evocación. Seguidamente, escuchan diversas canciones y comparten sus vivencias y experiencias de como vivian sus navidades en epocas anteriores, se observa mas marcado la evocación de recuerdos de la niñez cuando estaban con sus familias, teniendo en cuenta la conexion de la música en esta época genera diversos sentimientos en las personas tales como alegria, nostalgia, positivismo. Las personas mayores recordaron canciones, las cantaron y estuvieron muy activos en el desarrollo de la actividad.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1:**Para finalizar la actividad se realiza una retroalimentación con las 18 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 cognitivo, 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 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 3: Para finalizar la actividad se realiza una retroalimentación con las 17 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 social, 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 14 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 manual y cognitivo, 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 alegría que sienten al recordar canciones y música decembrinas, gusto que disfrutaban en otras epocas de su vida y recuerdan como eran aquellas epocas. Se evidencia una participación muy activa siendo bastante positiva la actividad desarrollada.

3.4.RECURSOS	
cintas	Gerontóloga
foamy	Terapeuta Ocupacional
silicona	Talleristas
colores	fisioterapeuta
hojas blancas	
Tijeras	
Sillas	
dibujos en blanco	
Cinta	
Parlante	
Microfono	

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 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 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:

no firma

NOMBRE: LUIS ALBERTO SALAZAR MARIN
CC:1026563510
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

no firma

NOMBRE: MARIA DE JESUS PANQUEBA BARRERA
CC: 41576830
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

no firma

NOMBRE:LUIS ANGEL BETANCUR ARIAS
CC: 17126180
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

no firma

NOMBRE: SARA ARAGONEZ
CC:1136909307
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

no firma

NOMBRE:PAULINA CONTRERAS
CC:41574649
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

no firma

NOMBRE: JOSE MIGUEL ROBERTO FLOREZ
CC: 7500613
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 6

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 20/12/2024

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
16/12/2024



2. Socializando experiencias 19/12/2024



3.Descubriendo Habilidades
4/12/2024

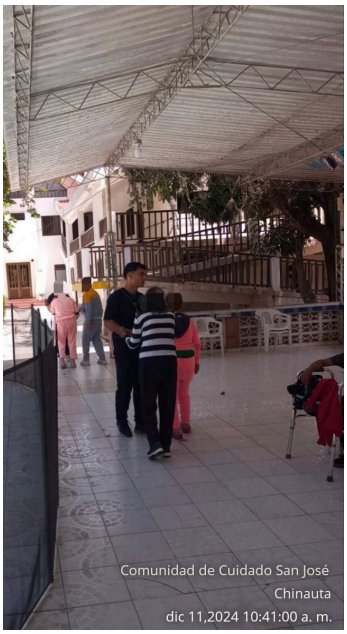


4.Expresión artística
20/12/2024



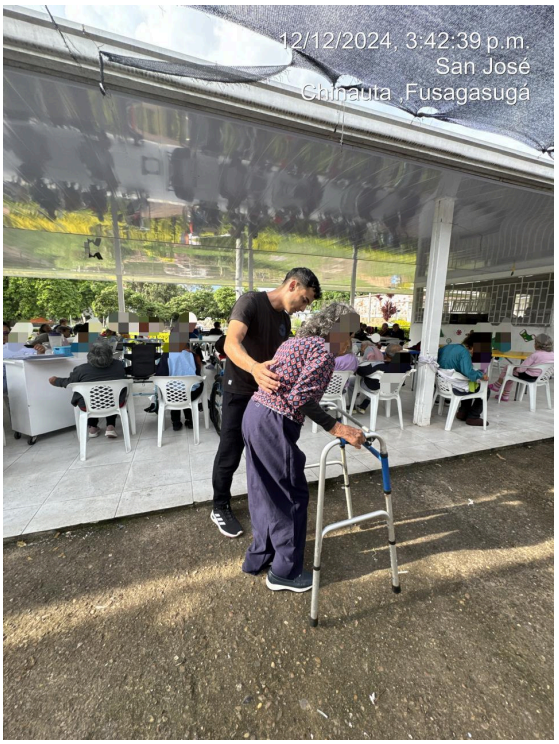
5. Caminando Juntos

11-12-2024



12-12-2024





6. El Show del Recuerdo

“Aquellos Diciembres” 11/12/2024



12/12/2024

