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 Página: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de cuidado 1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: Gratitud

1.2 Localidad: Suba

2. Línea: Lenguajes para la identidad

2.1. Fecha de Ejecución:

2	3	2024	al	31	3	2024

2.2. Nombre del encuentro: Practicando ritmos - Mi tiempo - Manos a la obra.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Johana Lopez- Fisioterapeuta
Francy Johana Uribe - Terapeuta Ocupacional
Lina Maria Vidal - Tallerista de Artes

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Estimular las habilidades sociales y artísticas que permitan fortalecer vínculos afectivos entre las personas mayores, redes familiares, el talento humano y su entorno inmediato, a partir de estrategias de participación socio cultural con diferentes modalidades de intervención, basadas en gustos e intereses de las personas mayores.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Promover habilidades y destrezas artísticas en las personas mayores, a través de actividades relacionadas al reconocimiento de corrientes musicales y su respectiva práctica.
2. Fortalecer la interacción social y afectiva de las personas mayores a través de actividades lúdico - recreativas que promuevan el reconocimiento de habilidades presentes y generen intereses por el desarrollo de actividades de tiempo libre dentro de la comunidad.
3.Generar espacios para la diversidad de lenguaje que permitan a la persona mayor expresar relatos de su entorno físico, su entorno social, su historia de vida y su cotidianidad con el fin de enriquecer sus experiencias y saberes.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Practicando ritmos

Se realizará una actividad bimestral, la cual tendrá lugar el día 15 de marzo de 2024, se invitara a las personas mayores a participar en una dinámica grupal en exploración musical teniendo en cuenta gustos e interés de las personas mayores, se convoca a las personas participantes a adecuarse en el espacio del primer piso con el fin de realizar para el presente mes encuentro sobre "practica de tango".

Mi Tiempo

Se programará actividades durante los días 2,3,4,9,10,16,17,23,24,25,30,31 de marzo actividades de tipo lúdico-recreativas basados en los gustos e intereses de las personas mayores con el fin de generar espacios para el esparcimiento que les permita disfrutar y compartir con sus pares. Adicionalmente se incluirá celebracion de cumpleaños del las persona mayores que cumplan en el presente mes.

Manos a la obra

Se programa un taller semanal durante los días 7,12, 22, 27 de marzo dirigido por la tallerista de artes para el reconocimiento de habilidades motoras, cognitivas, afectivas, sociales y espiritual, en el cual se emplean diferentes técnicas artísticas.

Practicando ritmos

1. Se realiza invitación y se convoca al grupo de personas mayores de la comunidad de cuidado Gratitud al desarrollo de la actividad propuesta "Practicando lel tango"
2. Como estrategia se realizó 1 grupo para el encuentro con el fin de poder hacer participativa la practica relacionada, se da inicio con retroalimentacion de informacion brindada en el mes anterior sobre las generalidades de los generos musicales a trabajar, posterior a esto se realiza inicio de encuentro con calentamiento y estiramiento previo a la fase central.
3. Se continua con sesión central donde se realiza practica en conjunto con la tallerista de artes quien realiza el respectivo apoyo en la integracion del genero musical, inicialmente se da apertura con el reconocimiento paso basicos, acentuacion de la marcha donde se promueve la exploracion de coordinacion propioepcion y manejo de espacio asignado, se continua con explicacion paso por paso y la cadena coreografica correspondiente para mantener el mismo ritmo durante la cancion escogida (volver de Carlos Gardel), se realiza la respectiva escenografia con el uso ayudas como recuadros y sillas para poder seguir los tiempos musicales.
4. Se finaliza con vuelta a la calma por medio de ejercicios de estiramientos activos musicalizados, junto con ejercicios de respiracion manteniendo ritmo cardiaco estable y permitiendo volver a estado inicial, se proporciona la respectiva hidracion a las personas mayores participantes
5. Se logra mantener una participación y asociación de la estrategia establecida entre las personas mayores; se finaliza con ejercicios de escucha y proyección de gustos y experiencias de las personas mayores en relacion al baile.

Mi Tiempo

02/03/2024 Mi Tiempo: Juegos de Mesa - Tarde Cine
Durante la jornada de la mañana se realiza recorrido por las instalaciones de la comunidad y escucha activa a necesidades individuales; seguido se realiza convocatoria para actividad de la mañana juegos de mesa, con el objetivo de promover el trabajo en equipo, memoria atencion y concentracion, en esta oportunidad se contó con la participación de 9 personas en el torneo de dominó, ajedrez y parques de forma simultánea las personas utilizan el tiempo disponible en actividades de interés individual como lectura, escuchar la radio y/o simplemente estar en sus habitaciones, se contó con la participación activa de 18 personas. En hora de la tarde se invita a tarde de cine en la cual las personas mayores mencionan que prefieren ver el capitulo de Francisco el matemático, contado con la participación de 21 personas mayores.
Angela Maria Rico - Gerontologa

03/03/2024: Mi tiempo: Eucaristía - Juego de tradicionales - Peliculas de interes
Se brinda atención a personas mayores realizando escucha activa, se desarrollan actividades programadas durante la jornada iniciando con eucaristía con una participación de 15 personas mayores creyentes de la fe católica, posterior se dispone de material y espacio para juegos tradicionales como domino, parques y ajedrez. En la tarde se proyecta película a gusto de las personas mayores, finaliza atención sin novedad.
Carolina Ramirez - Enfermera jefe

04/03/2024: Tarde de juegos de mesa: Se realiza mini torneo de juegos de mesa donde la personas mayores interesadas logran participar de las diferentes mesas de trabajo propuestas con el fin de mantener habilidades relacionadas a integración con pares, procesos competitivos y de estrategia y aquellos relacionados con memoria motora, asociación viso manual y pensamiento, se evidencia adecuada participacion e integracion entre las personas mayores.
Johana López - Fisioterapeuta

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

09/03/2024 Mi tiempo: Actividad Libre - Conmemoración día internacional de la mujer
En la jornada de la mañana se lleva a cabo recorrido por la unidad operativa con la finalidad de conocer y orientar a las personas mayores de acuerdo a las novedades y necesidades presentadas, posteriormente se dirigen hacer actividad libre de acuerdo a los intereses particulares. En la tarde se lleva a cabo la conmemoración del día internacional de la mujer y por medio de una articulación con la iglesia cristiana de jesucristo de los ùltimos días se organiza un evento significativo para las mujeres mayores de la comunidad de cuidado en donde algunos de sus pares recitan para ellas canciones, poemas y palabras rescatando la importancia que tiene este dia, al igual que se lleva a cabo un espacio de prevención ante cualquier tipo de maltrato contra la mujer; posteriormente se hace entrega de detalles para cada una y se comparte un refrigerio para todos los participantes.
Fernanda Jiménez - Trabajadora Social

10/03/2024: Eucaristia - Mañana Informativa - concéntrese y gane
Durante la jornada propuesta se realiza inicio de mañana por medio de verificación en habitaciones y condiciones generales, se da continuidad a participación de las personas mayores en eucaristia respetando la libertad de culto y quienes voluntariamente participan en la misma, se realiza la correspondiente retroalimentación del cuidado del espacio y aprovechamiento del tiempo libre por medio de mañana informativa con noticias de interés general, de igual manera se realiza seguimiento a personas mayores participantes en la paca ambiental; en horas de la tarde se realiza integración en juegos de mesa por medio de juego de bingo donde se logra reforzar actividades grupales, de ayuda entre pares, integración con personas mayores con dificultad visual realizando el respectivo apoyo finalmente se refuerza la asociación alfanumérica y la concentración, se evidencia buena participación de las personas mayores.
Johanna López - Fisioterapeuta

16/03/2024: Se realiza recorrido institucional por la unidad, durante la mañana se proyecta pelicula de semana santa con la tematica de la vida de Noé, se dispone de material y recursos necesarios para el desarrollo de la actividad, se realiza una reflexión con las personas mayores participantes de acuerdo a las vivencias durante la semana santa. en las horas de la tarde las personas mayores realizan actividades de tiempo libre acorde a sus gustos e intereses finaliza jornada sin novedad.
Francy Uribe - Terapeuta Ocupacional

17/03/2024: Cine Semana Santa
Durante la jornada propuesta se realiza inicio de mañana por medio de verificación en habitaciones y condiciones generales, se da continuidad a proyección de la eucaristia respetando la libertad de culto y quienes voluntariamente participan en la misma, posteriormente se realiza proyección de película elegida de acuerdo con los gustos y preferencias de las personas mayores, en horas de la tarde se desarrolla actividad de juegos de mesa tales como ajedrez, dominó y parqués.
Juliana castro - Nutricionista

23/03/2024: Tour de cataluña
Durante la jornada de la mañana se realiza recorrido por las instalaciones de la comunidad y escucha activa a necesidades individuales; seguido se realiza convocatoria para actividad de la mañana juegos de mesa pero por solicitud de la mayoria de las personas y consenso se ve la carrera de cataluña, dando asi gusto a la ocuapcion del tiempo de una manera productiva la cual facilito un espacio de compartir conocimiento del tema y los corredores en esta oportunidad se contó con la participación de 18 personas; de manera simultánea algunas personas estuvieron en su habitacion escuchando musica o descansando y algunas en permiso personal.
Angela Maria Rico - Gerontologa

24/03/2024: Salida al parque / Juegos de mesa
Durante la jornada de la mañana se realiza recorrido por las instalaciones de la comunidad en donde se escuchan las novedades y se resuelven inquietudes, seguido se realiza salida al parque en donde se realiza actividad para agudizar los sentidos esto con el fin de generar un encuentro con la naturaleza. En la tarde se realiza convocatoria para juegos tradicionales con esto se busca que las persona mayores socialicen con pares se priorizan gusto y conocimientos segun el juego.
Carolina Ramírez - Jefe de enfermería

25/03/2024: Mi tiempo: Caminata - Tarde de Cine
Durante el día de hoy en horas de la mañana se lleva a cabo un recorrido por la unidad operativa con la finalidad de conocer las necesidades de las personas mayores por lo que se brinda un espacio de escucha, posteriormente y luego del refrigerio se invita a las personas que deseen a participar en una caminata por el parque y realizar actividad física utilizando el gimnasio comunal que se encuentra en este espacio, con la finalidad de fortalecer el área motora. En horas de la tarde se realiza la proyección de una película de interés generando procesos de comunicación y relaciones interpersonales.
Fernanda Jiménez - Trabajadora Social

28/03/2024: Salida al parque- Pelicula de semana Santa- juegos tradicionales
Se realiza inicio de jornada con salida al parquedonde las personas mayores realizan el respectivo trayecto y caminata por terreno regular e irregular fomentando marcha y paso, se continua con sesion de ejercicios fisicos en maquinas zonales teneindo en cuenta capacidades fisicas presentes en las personas mayores; dentro de la comunidad se proyecta pelicula biblica en donde las personas mayores mantuvieron el interes y el gusto propio por la misma respectando credo, se finaliza en la tarde con asiganacion de mesas con diferentes juegos tradiconales como parques, domino y ejedrez en donde los interesados realizan juego entre pares.
Johana Lopez - Fisioterapeuta

29/03/2024: Cine foro: la otra historia de Jesús.
Se realiza recorrido por la unidad operativa, se brinda escucha activa a las personas mayores atendiendo necesidades. se realiza actividad en las horas delatarde de tiempolibre mediante la proyeccion de la pelicula "La otra historia de Jesus". en la cual se genera una reflexion sobre la vida y muerte de jesus afianzando conocimientos sobre las diferentes teorias actuales en torno al cristianismo. finaliza actividad sin novedad .
Diego Nova - Psicologo

30/03/2024: Mañana de compartir y Tele - Bingo
Se recibe turno sin novedades, se realiza recorrido por la unidad operativa brindando escucha activa a las personas mayores. Se continua con actividad programada por el area de trabajo social mediante un compartir ofrecido familia residente del barrio batan quiens ofrecen un espacio para las personas mayores brindando un refrigrerio. seguido se proyecta la ceremonia religiosa del sabado santo. En la tarde se realiza actividad grupal de bingo con una participacion de 18 personas mayores, se entega un incentivo economico a los ganadores. finalizan actividades sin novedad.
Francy Uribe - Terapeuta Ocupacional

31/03/2024: Eucaristia - juegos de mesa.
Durante la jornada propuesta se realiza inicio de mañana por medio de verificación en habitaciones y condiciones generales, se da continuidad a participación de las personas mayores en eucaristía respetando la libertad de culto y quienes voluntariamente participan en la misma, posteriormente se realiza proyección con temática de semana santa por celebración del domingo de resurrección, en horas de la tarde se desarrolla actividad de juegos de mesa tales como ajedrez, dominó y parqués.
Juliana Castro - Nutricionista.

Manos a la obra
Sesión 1: 7 de MARZO del 2024 (Detalles commemoración día de la mujer) Se trabaja en conjunto con los adultos Mayores para realizar la elaboración de unos detalles para conmemorar el día de la mujer (mini ramos con flores de papel). Con el propósito de trabajar la motricidad fina y la creatividad de las personas mayores por medio del modelado de papel. Para lograr el resultado final cada uno de los participantes eligieron los colores para moldear las flores y otros eligieron realizar los conos en dónde van las flores para el ramo. **Materiales:** Papel craf, papeles de colores, tijeras, colbon.

Sesión 2: 12 de MARZO del 2024 (Elaboración detalle día del hombre) Se realiza invitación a las personas mayores a participar en la actividad de la elaboración de unos detalles para el día del hombre, donde se les da una charla sobre el día del hombre que se celebra el 19 de Marzo en Colombia por el día de San José, mientras se pintan unos palos de paleta de diferentes colores y se les pegan unos mostachos a demás de escribir la frase felíz día. Con el propósito de también brindarles un detalle a los señores por esta fecha poco celebrada. **Materiales:** Palos de paleta, cartulina negra, tempera, lapiceros de colores, silicona liquida.

Sesión 3: 22 d une MARZO del 2024 (Decoración de cajas) Se realiza invitación a las personas mayores a participar en la actividad de decoracion de unas cajas de madera con pintura. Cada uno de los adultos mayores que participaron decoraron una de las caras de la caja, con pintura acrilica de colores pasrteles (rosado, azul y verde), con el proposito de darle una base colorida a las cajas para despues continyar con el resto de la decoración. **Materiales**: cajas de madera, pinturas acrilicas rosada, verde y azul, pinceles y papel periodico.
Sesión 4: 27 de MARZO del 2024 (Conejos de pascua con plastilina) Se convoca a los adultos mayores para elaborar unos conejos de pascua en plastilina, con el proposito de trabajar la motricidad fina por medio del modelado. para lograr un resultado final de varios conejos de diferentes colores, en donde cada uno fue libre de elegir el color de su conejo. **Materiales:** plastilina de diferehntes colores, hojas de apel, cartulina de colores.

3.3.3. MOMENTO FINAL	**Practicando ritmos :** Dentro del desarrollo de la actividad se tuvo una participación de 17 personas en el encuentro, se logró evidenciar que muestran interés por la práctica del tango, participan activamente en la construcción de coreografía básica logrando ejecutar acciones motoras y seguimiento de pasos, así como también conocimientos y experiencias con el género musical por parte de las personas mayores. **Mi Tiempo:** Se llevan a cabo actividad programada en el cronograma de actividades durante los fines de semana de mes y los días 2,3,4,9,10,16,17,23,24,25,28,29,30,31 de marzo en donde se realizarón actividades de disfrute para las personas mayores, adicionalmente se lleva a cabo la celebración de cumpleaños el día 22 de marzo, brindando un compartir para los homenajeados, se realizan actividades relacionadas con el periodo de semana santa brindando la posibilidad de reflexionar sobre la fe y práctica religiosa actual. **Manos a la obra:** Se realizaron los encuentros programados para los días 7, 12, 22 y 27 del mes de marzo del 2024, logrando realizar los talleres contando con una participación de 7 personas mayores aproximadamente permitiendo que las personas mayores potencien sus habilidades motoras finas, su creatividad y autonomía a través de las actividades propuestas para este mes, relacionadas con la realización de ramos de flores con papel, separadores de libros con palos de paletas, decoracion de cajas y realización de conejos de pascua en plastilina, obteniendo cuatro productos finales con diferentes propósitos, uno para decorar, uno para usar y los otros dos para decorar el espacio.

3.4.RECURSOS

Locativos: sillas, espacio para la realización del encuentro, parlante, amplificador
Humanos: Profesional a cargo de la actividad.
Materiales: Computador, televisor, sonido.

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Practicando ritmos: Se realiza 1 encuentro programado para el mes el cual se ejecutó el día 15 de marzo de 2024, con una participación de 17 personas mayores, se realiza sondeo de preguntas sobre pasos básicos del tango; ante la verificación se evidencia que 1 personas participantes logran identificar las principales pasos y tiempos estipulados para mantener el compás y el ritmo, durante la estrategia se mantiene información como generalidades del tango y la adecuación de diferentes pasos que se instauran en el baile, con ayuda de tallerista de artes se realiza coreografía mediante la enseñanza de pasos sencillos y mediados por ayuda de silla o por la mediación de estructurar desde el inicio los pasos para aquellos que nunca habían practicado tango; se evidencia buen participacion y disfrute del encuentro.

Mi Tiempo: Durante el mes de marzo se brindan espacios de disfrute para las personas mayores, de acuerdo a la programación establecida en cronograma, Evidenciándose agrado por actividades grupales como juegos de mesa, proyeccion de peliculas, se establecen actividades de tiempo y uso del tiempo libre a nivel institucional con el fin de fortalecer el ocio productivo. durante la celebración de cumpleaños se promueven el mantenimiento de lazos afectivos entre los miembros de la comunidad,demostrando su aprecio hacia los festejados durante el mes. Se muestran receptivos frente a los diferentes temas abordados en relación a la espiritualidad y creencias actuales acorde a la semana santa.

Manos a la obra: Evaluación sesión 1: 7 de Marzo del 2024 Durante el encuentro se evidencia que las personas mayores muestran interés en la realización de las flores en diferentes colores para el ramo de conmemoración del dia de la mujer. Contando con la participación de 7 personas. Se evalúa la capacidad de realizar trabajos de motricidad fina notando la dificultad para este tipo de trabajo en 3 de ellos, pero que de igual manera decidieron seguir participando hasta el final. Demostrando interés y alegría al ver el resultado final, el cual fue entregado a las señoras del hogar el 8 de marzo 2024.
Evaluación sesión 2: 12 de marzo del 2024 En esta actividad varios de los adultos mayores, muestran interés al momento de contar un poco sobre esta fecha ya que no tenían conocimiento que el 19 de marzo se celebrará el día del hombre debido a que es el día de San José, participando 7 adultos mayoras pintando los palitos de paleta, después de que secaron, dos de ellos pegaron todos los mostachos. Evidenciándose principalmente en 2 de ellos una capacidad retentiva y de desarrollo de la actividad amena. el resultado final se entregará el 19 de marzo
Evaluación sesión 3: 22 de marzo del 2024 Las 7 personas mayores que participaron en el encuentro reciben de manera asertiva la actividad realizada de decoración de cajas de madera, manifestando interés en la actividad además de demostrar ansias de saber cuando continuamos con la actividad, ya que en esta oportunidad solo logramos realizar la pintura de todas las caras de la las cajas. se les manifiesta que toca dejar secar muy bien esas dos capas de pintura para poder continuar decorandolas.
Evaluación sesión 4: 27 de marzo del 2024 Las 7 personas mayores que participaron mostraron alegría al ver los resultados de la actividad, manejan de manera asertiva las indicaciones para la realización de los conejos, manifestando interés en la actividad. los resultados se exponen en la sala de televisión.

En constancia de lo anterior firman las siguientes personas mayores:

Practicando ritmos
Jorge Usme Gonzales
CC 19233525
Persona mayor

Mi Tiempo
Julio Monroy Sanabria
CC 79251252
Persona mayor

Manos a la obra
Jairo Alonso
CC 19231759
Persona mayor

Disneyla Diaz Cadena
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: **Practicando Ritmos:** 15 marzo 2024; **Mi Tiempo:** 31 de marzo 2024; **Manos a la obra:** 27 de marzo 2024

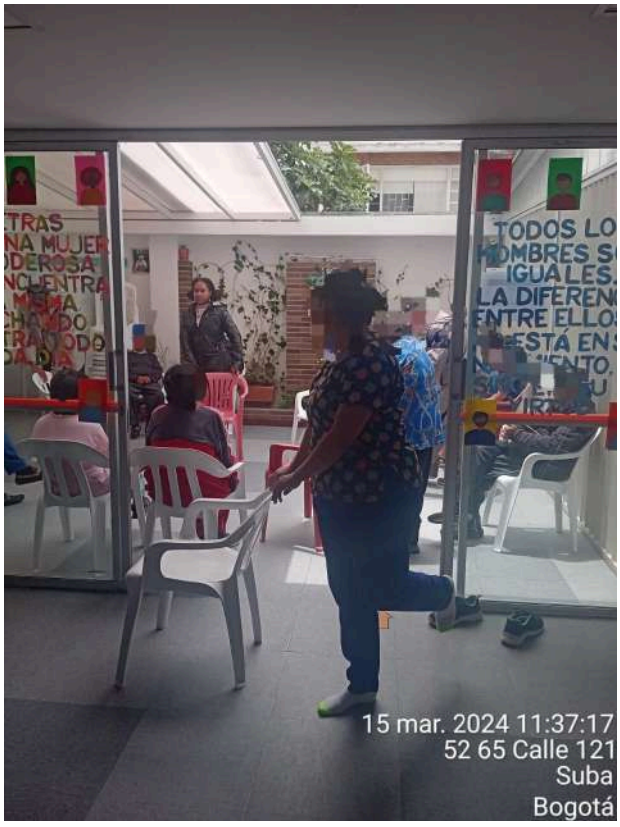
Nombre del profesional que evalúa:
Johanna Lopez - Fisioterapeuta
Francy Johana Uribe Lopez - Terapeuta Ocupacional
Lina Maria Vidal - Tallerista de Artes

Powered by CamScanner

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la Actividad:	Responsable:
15 - marzo -2024	practicando ritmos	Fisioterapeuta Johanna López Rojas

Actividad 1. 15/03/2024 Practicando ritmo- El tango.









REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la Actividad:	Responsable:
2 al 31 marzo de 2024	Mi Tiempo	Francy Johana Lopez

02/03/2024 Juegos de mesa y tarde de cine







03/03/2024: Mi tiempo: Eucaristía - Juego de tradicionales - Peliculas de interes





REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la Actividad:	Responsable:
2 al 31 marzo de 2024	Mi Tiempo	Francy Johana Lopez

04/03/2024 Mini torneo tarde juegos de mesa.



09/03/2024 Recorrido - Actividad libre - Conmemoracion del dia Internacional de la mujer





10/03/2024 Eucaristìa Dominical - Mañana informativa - Concéntrese y gane





REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la Actividad:	Responsable:
2 al 31 marzo de 2024	Mi Tiempo	Francy Johana Lopez



16/03/2024: Cine Santo y Juegos de Mesa





17/03/2024: Cine semana santa.





REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la Actividad:	Responsable:
2 al 31 marzo de 2024	Mi Tiempo	Francy Johana Lopez

23/03/2024 Vuelta a Cataluña





24/03/2024: Salida al parque / Juegos de mesa





REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la Actividad:	Responsable:
2 al 31 marzo de 2024	Mi Tiempo	Francy Johana Lopez

25/03/2024: Mi tiempo: Caminata - Tarde de Cine





28/03/2024 Salida al parque- Pelicula de semana Santa- juegos tradicionales







REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la Actividad:	Responsable:
2 al 31 marzo de 2024	Mi Tiempo	Francy Johana Lopez

29/03/2024 Cine foro: La otra Historia de Jesús



30/03/2024: Procesion Sabado Santo / Bingo





REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la Actividad:	Responsable:
2 al 31 marzo de 2024	Mi Tiempo	Francy Johana Lopez

31/03/2024: Eucaristía - juegos de mesa.







REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la actividad:	Responsable:
7 al 27 de MARZO de 2024	Manos a la obra	Lina María Vidal González

- **Sesión 1: (Detalles para conmemorar el día de la mujer) 7 de marzo 2024**









REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la actividad:	Responsable:
7 al 27 de MARZO de 2024	Manos a la obra	Lina María Vidal González

- **Sesión 2: (Detalles para conmemorar el día del hombre) 12 de marzo 2024**









REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la actividad:	Responsable:
7 al 27 de MARZO de 2024	Manos a la obra	Lina María Vidal González

- **Sesión 3: (Decoración de cajas) 22 de marzo 2024**







REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha:	Nombre de la actividad:	Responsable:
7 al 27 de MARZO de 2024	Manos a la obra	Lina María Vidal González

- **Sesión 4: (Conejos de pascua en plastilina) 27 de marzo 2024**







