

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Servicio integral de bienestar y cuidado	1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth
1.2 Localidad: Chinita-Cundinamarca	2.1. Fecha de Ejecución
2. Línea: Cuerpo y Mente - Eje Cuidado Integral	4 3 2023 al 4 3 2023
2.2. Nombre del encuentro: Me informe, Me cuidó - Educación Ambiental	
2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Royer Alberto Barrios Ramírez	
3. DESARROLLO	
3.1. OBJETIVO GENERAL	
Promover estilos de vida saludable en las personas mayores incentivando a la participación en actividades de estimulación cognitiva, promoción de la salud, de acondicionamiento físico, hábitos de la vida y jornadas de auto cuidado diaria a través de procesos de sensibilización e información minimizando los riesgos a los que están expuestos en su condición de salud, en pro de un envejecimiento activo.	
3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	
Favorecer un envejecimiento activo y saludable a través de actividades gerogógicas y cognitivas orientadas a la promoción de la salud integral y prevención de la enfermedad de las personas mayores.	
Brindar información a las personas mayores a través de actividades lúdicas, educación y comunicación con metodología gerogógica orientadas a la mitigación de estereotipos y promoviendo hábitos de autocuidado y un envejecimiento activo y saludable.	
3.3. METODOLOGÍA	
Alistamiento de la actividad a realizar según el tema a abordar. Alistamiento del espacio físico. Convocatoria a las personas mayores. Realización de la actividad.	
3.3.1. MOMENTO INICIAL	En el mes de marzo de 2023 desde el área de Gestión Ambiental dentro de la actividad Me Informo Me Cuido, se abordan los temas: Día Nacional del Reciclor y Día Mundial del Agua
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	<p>Actividad que se realizó en una (1) sesión durante el mes.</p> <p>Siendo las 02:30 p.m. del 04-marzo-2023 se inició con la organización del pasillo audiovisual, acomodando las sillas con distanciamiento físico y teniendo en cuenta el cronograma ambiental, se proyectó la presentación en el televisor, luego se invitó a las Personas Mayores a la socialización ambiental, en este mes se socializaron los temas: Día Nacional del Reciclor y Día Mundial del Agua</p> <p>Día Nacional del Reciclor: se explicó que el primero de marzo se conmemora el Día Mundial del Reciclor y del reciclaje. Acciones que tienen un alto valor social y ambiental por su reconocimiento y trabajo para la recolección, selección, transformación, comercializar y reutilización de los residuos sólidos.</p> <p>Se socializó la Resolución 2184 de 2019, la cual se enfocó en recordar el nuevo código de colores para la separación de residuos y fomentar una cultura de reciclaje.</p> <p>La separación de residuos se estableció así:</p> <ul style="list-style-type: none">- Color blanco: Para depositar los residuos aprovechables como plástico, vidrio, metales, papel y cartón.- Color verde: Para depositar residuos orgánicos aprovechables como los restos de comida, desechos agrícolas- Color negro: Para depositar residuos no aprovechables como el papel higiénico, servilletas, papeles y cartones contaminados con comida, papeles metalizados. <p>Día Mundial del Agua: se explicó que el Día Mundial del Agua se celebra cada 22 de marzo para recordar la relevancia de este líquido esencial. Además de ser un recurso vital para la vida de nuestro planeta, el agua es un derecho fundamental ligado con la salud y la dignidad de los niños, niñas, adolescentes y sus familias. Sin embargo, millones de personas aun no tienen acceso a agua potable. Por este motivo, a nivel global se celebra esta fecha buscando sensibilizar y concientizar sobre la necesidad de cuidar este recurso y hacerlo accesible a quienes no lo tienen.</p>
3.3.3. MOMENTO FINAL	<p>Finalmente se compartieron algunas pequeñas acciones con las cuales se pueden contribuir a generar grandes cambios.</p> <p>La regla de las 3R ayuda al planeta, crea conciencia ciudadana sobre los desechos, ahorra dinero y te convierte en un consumidor más responsable. Reducir, Reutilizar, y Reciclar</p> <p>Prepara un balde mientras te bañas para recoger agua fría mientras sale agua caliente. Puede usarlo para limpiar la casa, el automóvil, regar las plantas o dárselo a su mascota. No tomes mucho tiempo bañándote. Tóme una ducha corta y cierre el grifo mientras te enjabona o lava con champú.</p> <p>No te afanes ni te laves los dientes en la ducha, además de tirar mucha agua estarás haciéndolo en el lugar incorrecto.</p> <p>Ahorro y control total del agua. Instala dispensadores para ahorrar agua en la ducha, inodoro y lavabo; Son fáciles de instalar y se pueden comprar en tiendas de autoservicio, ferreterías o supermercados.</p> <p>Se resolvieron dudas e inquietudes de los participantes y se dejó como conclusión: es importante que comencemos a tomar conciencia y cuidar el planeta, ya que, las pequeñas acciones contribuyen a grandes cambios.</p> <p>Actividad termina a las 03:40 p. m. del 04-marzo-2023.</p>
3.4. RECURSOS	
Recursos	Cantidades
Sillas	50
Salón audiovisual	1
Televisor	1
Computador	1
Videos	1
4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO	
Como resultado de la socialización se evidencia una Cultura y Educación Ambiental por parte de las Personas Mayores, los cuales siempre participan de estos espacios, se pudo dar cumplimiento a los objetivos planteados, el impacto de esta socialización es positivo, y se logra avanzar cada vez más hacia una Educación Ambiental, mes a mes se continuaran desarrollando estas actividades con el fin de obtener siempre una mejora continua en los procesos de Gestión Ambiental y Educación Ambiental del hogar.	
Jorge Castro 10.337148 * <i>[Firma]</i>	
Jose Miguel Pinalu A. 411701. * <i>[Firma]</i>	
Jenior Saavedra 11.663567 * <i>[Firma]</i>	
Fecha de evaluación del encuentro: 04/03/2023.	
Nombre del profesional que evalúa: Royer Alberto Barrios Ramírez	
Nombre del coordinador: María Rubiela Giraldo Gallego	



Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth Chinauta
04/03/2023 03:31:16 p. m.