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-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: Caminos de Vida

1.2 Localidad:N/A

2. Línea: Movilizando capacidades

2.1. Fecha de Ejecución: 5 5 2026 al 28 5 2026

2.2. Nombre del encuentro: 1. El mundo de los sentidos, 2. momentos de relajación, 3. Mi juventud.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Carolina Montes y Liliana Alvarez (Terapeuta Ocupacional) - Juan Pablo Hurtado (Fisioterapia) - Omar Vanegas (Ed.Fisica)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Conservar habilidades comunicativas, sociales y de ocupación de las personas mayores, mediante el desarrollo de actividades cognitivas, multisensoriales, recreativas y de relajación fortaleciendo la capacidad de respuesta ante los diferentes estímulos del entorno

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Mantener habilidades motoras finas y gruesas en las personas mayores para favorecer el desempeño en roles ocupacionales desde la educación formal o no formal.

Actividad 2: Mantener habilidades motoras finas y gruesas en las personas mayores para favorecer el manejo del tiempo ocupacional y tolerancia a las actividades artisticas.

Actividad 3: Mantener y conservar las habilidades sociales de las personas mayores mediante la realización de actividades de caminatas, orientadas a optimizar su bienestar físico, mental y emocional.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Actividad 1: "El mundo de los sentidos" Las actividades se realizaron los días 07, 11, 12, 13, 14, 19, 20, 25, 26 y 27 de mayo de 2026.** Los talleristas y Terapeutas ocupacionales se ubican en cada una de las unidades de la comunidad de cuidado, involucrando a las personas mayores que participarán en cada una de las sesiones, especialmente, a las personas con mayor compromiso de movilidad, las cuales se estimulan con masaje corporal y música de relajación.
	Actividad 2: " Momentos de relajación " : Las actividades se realizaron los días 05, 06, 07, 12, 19, 25 y 28 de mayo de 2026. Al inicio de las sesiones de intervención fisioterapéutica se realizó desinfección de los elementos que se utilizaron en la actividad y se acondicionó el lugar donde se desarrolló la actividad. Se vincularon las personas mayores en el área establecida y se garantizó el cumplimiento de los lineamientos establecidos en el protocolo de bioseguridad. Se desarrolló de manera satisfactoria la actividad propuesta
	Actividad 3: "Mi Juventud": Las actividades se realizaron los días 08, 12, 27 y 28 de mayo de 2026. Se dió inicio generando un ambiente de confianza y motivación, invitando a las personas mayores a participar de manera activa y voluntaria en la propuesta de caminatas. Se realizó una breve introducción explicando los beneficios físicos, mentales y emocionales que aporta la actividad, destacando su valor como espacio para compartir, conversar y fortalecer los vínculos sociales.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1: "El mundo de los sentidos" Las actividades se realizaron los días 07, 11, 12, 13, 14, 19, 20, 25, 26 y 27 de mayo de 2026.** Las personas mayores participantes, son ubicadas en sus respectivas sillas y/o asoleadoras; se inicia despojando de las prendas de vestir de los segmentos corporales a trabajar (blusa, chaqueta, pantalón, sudadera). Los talleristas y terapeutas acompañantes de la actividad, solicitan aceptación de las personas mayores para iniciar el masaje de relajación, esparciendo la crema corporal por sus miembros superiores e inferiores, al igual que en su dorso, acompañado de movilizaciones pasivas, informando de los beneficios conseguidos al permitir el desarrollo de la actividad, los cuales están orientados a la relajación, aliviar tensiones musculares, reducir espasmos y dolores musculares que puedan tener las personas mayores, mejorando estados de ánimo y la salud física de quienes participan del taller. Durante las sesiones, se utiliza música de relajación de fondo, de manera que se estimule el sentido de la audición y se logren evocar recuerdos en las personas mayores y generar diálogos con terapeutas y talleristas.
	Actividad 2: " Momentos de relajación ": Las actividades se realizaron los días 05, 06, 07, 12, 19, 25 y 28 de mayo de 2026. Se realizan sesiones de 25 minutos por cada una de las personas mayores trabajando diferentes modalidades con el fin de optimizar las capacidades artromix cinemáticas de las personas mayores participantes. En la actividad de rehabilitando tu cuerpo se desarrollaron diferentes modalidades físicas y cinéticas como lo son: movilidad articular, ejercicios isométricos, ejercicios isotónicos, estiramientos musculares, técnicas de FNP y medios físicos. Esta actividad se desarrolló según las fechas planteadas por el área de fisioterapia.
	Actividad 3: "Mi Juventud": Las actividades se realizaron los días 08, 12, 27 y 28 de mayo de 2026. Durante el desarrollo de la actividad, las personas mayores participaron activamente en las caminatas, adaptados a sus posibilidades físicas. La caminata se planteó no sólo como un ejercicio físico, sino también como una instancia de encuentro e intercambio, donde se incentivó la conversación, la rehabilitación o con movilidad reducida es muy significativa tanto a nivel físico, emocional como funcional en las personas mayores, a lo largo del recorrido, se generaron espacios para pausas activas, momentos de respiración y breves ejercicios de elongación muscular, promoviendo el cuidado del cuerpo y el disfrute del momento presente. Estas instancias fueron acompañadas por el equipo profesional, brindando contención, supervisión y aliento constante.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1: "El mundo de los sentidos" Las actividades se realizaron los días 07, 11, 12, 13, 14, 19, 20, 25, 26 y 27 de mayo de 2026.** Las actividades del taller terminan con el agradecimiento de las personas mayores por la estimulación táctil recibida utilizando la crema corporal, quienes además manifiestan interés por continuar participando de las actividades. La respuesta evidenciada en ellos es la relajación muscular y el mantenimiento de arcos de movilidad articular y habilidades comunicativas residuales.
	Actividad 2: " Momentos de relajación ": Las actividades se realizaron los días 05, 06, 07, 12, 19, 25 y 28 de mayo de 2026. Cada una de las intervenciones individualizadas a las personas mayores se finalizó con la retroalimentación de la importancia de la realización de las actividades terapéuticas y el enfoque de mantenimiento y fortalecimiento de funciones artromix cinemáticas
	Actividad 3: "Mi Juventud": Las actividades se realizaron los días 08, 12, 27 y 28 de mayo de 2026. Al finalizar la caminata, se generó un espacio de cierre en el que las personas mayores pudieron compartir sus sensaciones, emociones y percepciones sobre la experiencia vivida. A través del diálogo abierto y espontáneo, se reforzó la importancia del ejercicio físico como una herramienta para el bienestar integral y la construcción de vínculos significativos.

3.4.RECURSOS	
Televisor	Educador Fisica
Computador	Terapeutas Ocupacionales
vinilos	Talleristas
guitarras	Fisioterapeuta
Papel de colores	
Tijeras	
Sillas	
fomy	
Cinta	
Parlante	
Microfono	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: "El mundo de los sentidos": Las actividades se realizaron los días 07, 11, 12, 13, 14, 19, 20, 25, 26 y 27 de mayo de 2026. En la actividad se involucra a 180 personas mayores con movilidad reducida, ofreciendo masaje de relajación y mantenimiento de arcos de movilidad y fuerza muscular residual en cada uno de sus segmentos corporales, logrando relajación corporal e interiorización de conceptos en su esquema corporal.

Actividad 2: " Momentos de relajación ": Las actividades se realizaron los días 05, 6, 7, 12, 19, 25 y 28 de mayo de 2026. se finalizó socializando la actividad con las personas mayores y dando un espacio para dar apreciaciones sobre el proceso, y la actividad ejecutada. En esta actividad participaron 65 personas mayores.

Actividad 3: "Mi Juventud": Las actividades se realizaron los días 08, 12, 27 y 28 de mayo de 2026. Se finalizó con la socializando la importancia de realizar ejercicios de bajo impacto y caminatas al aire libre, cuidando de su salud física y emocional mediante actividades similares, destacando los beneficios de mantenerse activos y socialmente conectados, teniendo una participación de 90 personas mayores.

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



NOMBRE: GILMA GONZALEZ RAMIREZ
CC: 53906239
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

No Firma

NOMBRE: CRISTINA PARRA
CC.53906352
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

No Firma

NOMBRE: AMANDA ARDILA
CC. 53905967
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

RAUL ARMANDO MARTINEZ MORENO:
Coordinador

Fecha de evaluación del encuentro: 28/05/2026

Nombre del profesional que evalúa: Carolina Montes y Liliana Alvarez (Terapeuta Ocupacional) - Juan Pablo Hurtado (Fisioterapia)
Omar Vanegas (Ed.Fisica)

COMUNIDAD DE CUIDADO CAMINOS DE VIDA
CONVENIO 9575-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA DE MOVILIZANDO CAPACIDADES

1. EL MUNDO DE LOS SENTIDOS

07/05/2026



11/05/2026





12/05/2026





13/05/2026



14/05/2026



19/05/2026





20/05/2026





25/05/2026



26/05/2026





27/05/2026





2. MOMENTOS DE RELAJACIÓN

5/05/2026



6/05/2026



7/05/2026



12/05/2026



19/05/2026



25/05/2026



28/05/2026



3.MI JUVENTUD.

08-05-2026





12-05-2026


12/05/2026, 4:33:59 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta


12/05/2026, 4:32:39 p.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta


12/05/2026, 10:01:11 a.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta

27-05-2026


27/05/2026, 10:25:45 a.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta


27/05/2026, 10:34:55 a.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta


27/05/2026, 10:42:40 a.m.
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia
Chinauta

28-05-2026


28 may 2026 11:42:51 a. m.
Chinauta
Fusagasugá
Cundinamarca
Calle Los Ocobos