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: Servicio Integral de Bienestar y cuidado para personas mayores/Comunidad de cuidado

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Corazón Inmaculado de María

1.2 Localidad: N/A

2. Linea: N/A

2.1. Fecha de Ejecución:

14	10	2022	al	28	10	2022

2.2. Nombre del encuentro: Ponderables

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Gina Liced Morales Lara

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL
*Proporcionar estrategias para mejorar la calidad de vida de las personas mayores a través de técnicas de relajación que les permita la modulación de la conducta, la comunicación asertiva y además ayuden a aliviar tensiones logrando periodos de tranquilidad, sanación, manteniendo un equilibrio en sus vidas

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS
*Promover espacios de relajación, tranquilidad y armonía por medio de actividad musical que permita la estimulación auditiva y visual a la vez que la interacción con pares.
*Beneficiar la capacidad de respuesta e interacción con el ambiente por medio de circuitos cognitivos y motores que favorezcan las habilidades de procesamiento de la información y motoras de la persona mayor.

3.3. METODOLOGÍA	
3.3.1 MOMENTO INICIAL	En el mes de octubre se desarrollaron dos actividades, en las siguientes fechas: Sesión 1: 14/10/2022 Actividad Musical 2:00 - 03:00 pm Sesión 2: 28/10/2022 Circuitos cogntnivo y motor. 9:00 - 10:00 am Para dar inicio a la actividad, en cada una de las sesiones se hace un encuadre de los objetivos y lo que se va a realizar en la sesión, con el fin de que las personas mayores se preparen y conozcan cual es el fin de realizar estas actividades, que benefician la salud mental y física.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Sesión 1: 14/10/2022 Actividad Musical Para esta actividad se contó con la presentación del colectivo artístico Ángel Martínez y Daniel Garzón, Ganadores de la . convocatoria Jóvenes en Movimiento 2022. Se realizo presentación del grupo a las personas mayores, haciendo una actividad de socialización, después realizaron la primera intervención musical con tres obras en ritmo pasillo de la región Andina colombiana en formato saxofón alto y teclado, posteriormente tres obras en ritmo Bambuco, se motivo a las personas mayore a unirse por medio del baile. Se desarrollo una actividad de concentración y respiración, generando un tiempo de relajación en los asistentes. La última intervención musical fue en ritmos de Guabina y Bunde. Sesión 2: 28/10/2022 Circuitos cogntnivo y motor. Para esta actividad se organizaron las personas mayores en dos espacios, salón de actividades y zona verde, se dispusieron las mesas, sillas y materiales necesarios para la actividad. Se realizo un circuito de actividades cognitivas los cuales iban por diferentes niveles, sopas de letras, coloreado, actividad de figura fondo, operaciones matemáticas de suma, resta y multiplicación. Las personas mayores escogieron por donde iniciar, o dependiendo del grado de funcionalidad se entrego la actividad a realizar teniendo en cuenta la complejidad de esta. En el circuito motor fino se realizó actividad de ensartado de diferentes tamaños de mostacillas, para la creación de manilla o collar. Siguiendo la secuencia de colores indicada o a libre elección según la persona mayor.
OMENTO AL	Sesión 1: 14/10/2022 Actividad Musical Para el cierre algunas de las personas mayores bailaron al ritmo de la música, se hizo un pequeño conversatorio sobre la música interpretada por el grupo, las personas mayores manifestaron palabras de agradecimiento y de gusto e interés por este tipo de música.

3.3.3. M(Fl	Sesión 2: 28/10/2022 Circuitos cogntnivo y motor.
	En el momento final de la actividad, se fueron revisando las actividades desarrolladas, apoyando y supervisando aquellos que se les dificulto encontrar una palabra o resolver una operación. Se hizo un pequeño cierre haciendo énfasis en la importancia del desarrollo de actividades de estimulación cognitiva y motora, para el mantenimiento de habilidades y capacidades.

3.4 RECURSOS

Materiales	Recursos Humanos
Sillas	Adultos mayores
Instrumentos musicales	Talleristas
Consola de sonido	Terapeuta ocupacional.
Parlantes	
Microfono	
Hojas	
Lapices	
Colores	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Sesión 1: 14/10/2022:

La actividad tuvo gran acogida por parte de las personas mayores, asistieron 90 adultos, los cuales se mostraron muy motivados, se evidencia el gusto por este tipo de actividades de estimulación e interacción con la música. La mayoría conocían las canciones que fueron interpretadas, por lo que apoyaron con los cantos, bailaron y pasaron un rato agradable y tranquilo con otros pares. Tuvieron la oportunidad de solicitar canciones de su gusto. Participaron en la actividad de concentración y respiración.

Sesión 2: 28/10/2022 .

En la actividad participaron 30 personas mayores, realizaron las actividades de estimulación cognitiva y motora con buena disposición, se vincularon personas mayores con bajo nivel de funcionalidad para realizar actividad motora fina y de coloreado con apoyo lo que permite favorecer la interacción con el entorno y respuesta a los diferentes estímulos. Las personas mayores con un medio y bajo nivel de funcionalidad realizaron las sopas de letras, percepción visual y operaciones matemáticas. Los adultos muestran interés por estas actividades, las realizan con un buen nivel de atención, tolerando los tiempos de actividad.

En constancia de lo anterior firmas las siguientes personas mayores:

Magnolia Villamil	Luz M. Villamil
Maximiliano Macana	Maximiliano Macana
Rosalba Carvajal	Rosalba Carvajal
Hna. Anabelly Cadena - Coordinadora	Hna. Anabelly Cadena
Gina Morales - Terapeuta Ocupacional	
Emilce Parra - Tallerista	
Karen Carrillo - Tallerista	Karen Carrillo

Fecha de evaluación del encuentro: 28/10/2022

Nombre del profesional que evalúa: Gina Liced Morales Lara

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Ponderables

14/10/2022







28/10/2022


28 oct. 2022 9:28:26
Funza
Corazón Inmaculado de María


28 oct. 2022 9:39:50
Funza
Corazón Inmaculado de María


28 oct. 2022 9:41:16
Funza
Corazón Inmaculado de María