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 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. Línea: CUERPO Y MENTE

2.1. Fecha de Ejecución:

2	1	2023	al	13	1	2023

2.2. Nombre del encuentro: En Movimiento

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Marcela Carvajal

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Fomentar la actividad física y cognitiva en las personas mayores de manera activa y activa asistida, por medio de estimulación cognitiva y actividad física dirigida, con el fin de contrarrestar los efectos del sedentarismo y mejorar el desempeño en su actividades de la vida diaria.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Desarrollar una sesión de estimulación cognitiva con las Personas Mayores de la Comunidad de Cuidado, a partir del lenguaje oral y la expresión física, para estimular habilidades de atención y concentración.
2. Desarrollar un ejercicio de estimulación cognitiva a partir de la escucha de sonidos, conocidos y desconocidos, teniendo en cuenta el efecto causado por las características de ritmo y tonalidad.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**02/01/2023**: se convocó a las Personas Mayores para reunirse en el salón de actividades y desarrollar la actividad denominada "De Letras". Se pidió a los participantes ubicarse de forma que quedara un espacio al frente a manera de escenario en el que algunos participantes pudieran pasar en el momento indicado dentro de la actividad. **13/01/2023**: se convocó a las Personas Mayores para reunirse en el salón de actividades y participar de la actividad llamada "Sonidos en mis oídos". Se explicó que en la dinámica era necesario que los participantes pudieran escuchar con atención y por tanto el silencio del auditorio era imprescindible para lograr el objetivo.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**02/01/2023**: el ejercicio se desarrolló de dos maneras, la primera, a algunos voluntarios (entre las Personas Mayores) se les entregó una palabra la cual debía describir, a manera de adivinanza, para que uno de sus pares la identificara; la segunda, la palabra que recibía uno de los participantes debia deletrearla para que otro compañero la identificara. Se alternaron participantes que estuvieran cerca y en otras ocasiones que estuvieran lejos, procurando la atención de todo el grupo participante; también se permitió la intervención a manera de competencia, es decir, de dar la respuesta aquel quien primero la encontrara mentalmente. Así mismo, se alternó la participación por parejas conformadas por dos mujeres, dos hombres, hombre y mujer. **13/01/2023**: la actividad consistió en la proyección de audios de una duración aproximada de 3 minutos, de diferentes género y diferente instrumento, con el fin de que por parte de los participantes identificaran varios elementos, por ejemplo, tipo de ritmo, emoción que evoca, instrumento principal, lugar donde se escucha ese tipo de música, artistas representativos de cáda género escuchado. Algunos audios correspondían a ambientes como una avenida, un colegio, una calle con aglomeración de personas, etc. La identificación se hizo totalmente auditiva porque las proyecciones no tenían imagen; la participación para analizar e identificar cada elemento o aspecto dentro de la actividad se hizo en diferentes formas, algunas veces preguntando a una persona individualmente, otras por parejas que debían estar de acuerdo en la respuesta, otras por el grupo, aquel quien primero acertara en la respuesta, otras por concenso según correspondiera a la pregunta.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**02/01/2023**: Para el cierre de la actividad se pidió a algunos participantes, de manera voluntaria, para que recitaran algunas adivinanzas que supieran, otros declamaron coplas y otros refranes, en parejas, diciendo cada uno una parte. Participaron 22 personas mayores. **13/01/2023**: Para finalizar la actividad se pidió a algunos participantes que supieran silbar, que entonaran una melodía que sus compañeros pudieran identificar o seguir, a manera de secuencia. Participaron 37 personas mayores

3.4. RECURSOS

Equipo de amplificación de sonido	Personas mayores de la comunidad de cuidado
Sillas	Profesional de gerontología
Computador	
Audios de descarga gratuita	
Información escrita	

4. EVALUACION DEL ENCUENTRO

La estimulación cognitiva que se ejecuta en ambiente de competencia genera en las personas mayores un espacio de compartir jocoso que anima la participación amena de un mayor número de personas.

La estimulación a partir del componente auditivo favorece habilidades de atención, y el ambiente colaborativo para hallar las respuestas, promueve el compañerismo entre los participantes de la actividad.

En constancia de la ejecución de las anteriores actividades firman las siguientes personas mayores, profesionales y coordinación:

Carlos Hernando Ramírez Avellaneda

Rosalba Carvajal

Rosalba Carvajal

Leyla González

Marcela Carvajal / Gerontóloga

Hna. Anabelly Cadena / Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: _13/01/2023_

Nombre del profesional que evalúa:___Marcela Carvajal_____

REGISTRO FOTOGRÁFICO

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: EN MOVIMIENTO

02/01/2023





13/01/2023



