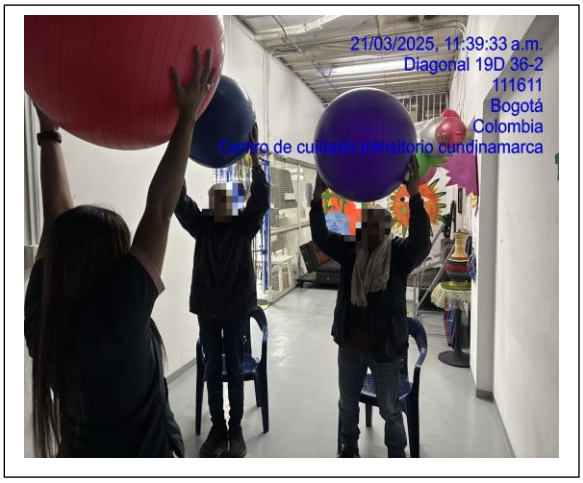
Lugar	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca
Fecha	21/03/2025 11:00AM
Tema	Moviendo la Energía
Desarrollo	**Introducción de la actividad** El movimiento es una herramienta fundamental para estimular la propiocepción, el equilibrio y la coordinación en personas mayores. A través de esta actividad, se busca que los participantes experimenten diferentes sensaciones corporales al interactuar con un balón de Bobath, favoreciendo la conciencia espacial, la concentración y el trabajo en equipo. **Objetivo de la actividad** Estimular la percepción sensorial, la coordinación motriz y la interacción grupal mediante el uso de un balón de Bobath, promoviendo el disfrute y la conexión con el propio cuerpo. **Desarrollo de la actividad** En un espacio amplio y seguro, cada participante recibe un balón de Bobath y comienza explorando su textura, peso y respuesta al contacto. Se realizan movimientos suaves para familiarizarse con su manipulación, alternando entre sostenerlo con ambas manos, desplazarlo de un lado a otro y rodarlo sobre el cuerpo. Posteriormente, se inician ejercicios guiados que incluyen elevar el balón por encima de la cabeza para estimular la movilidad articular, balancearlo lateralmente para mejorar la coordinación y hacerlo rebotar en el suelo con diferentes intensidades para trabajar la percepción del espacio y la fuerza aplicada. Luego, se introduce una dinámica grupal en la que los participantes deben pasarse el balón con diferentes ritmos y direcciones, fomentando la sincronización, la atención y la cooperación. **Cierre de la actividad** La actividad finaliza con un momento de reflexión en el que cada persona comparte sus sensaciones corporales, seguido de ejercicios de respiración profunda y estiramientos suaves para relajar los músculos y cerrar la experiencia de manera armoniosa. Se anexa registro fotográfico y listado de asistencia FOR-GD-023.

	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
Asistentes	Sthefania Bolívar Montoya	Psicóloga	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca

	Francisco Sileby Miranda	Persona mayor beneficiaria del servicio	No aplica
	Luis Enrique Vera	Persona mayor beneficiaria del servicio	No aplica
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	No aplica	No aplica	No aplica
Próxima reunión	No se establece una próxima reunión		
Elaboró	Sthefania Bolívar Montoya – Psicóloga		

EVIDENCIA FOTOGRAFICA	Nombre de la actividad:
Responsable: Sthefania Bolívar **Fecha:** 21/03/2025	Moviendo la energía
	
	

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código:	FOR-GD-023
Versión:	2
Fecha:	Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página:	1 de 1

1. Tema: Moviendo la energía 2. Lugar o Localidad o Sede: Ciudad Bolívar 3. Fecha y hora: 21-03-2025 11:00 am

4. Nombre responsable: Stheforia Bolivar Montoya 5. Dependencia responsable: Centro Territorial Ciudad Bolívar

6. ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Francisco Sileby	CC	72148209						
2	Luz Vera	CC	20053780						
3	Stheforia Bolivar	CC	1020868085	Ciudad Bolívar	psicología	Contratista	"	3118621518.	Stheforia
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Scanned with CamScanner