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 Página: 1 de 1

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: COMUNIDAD DE CUIDADO — 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado Hogar Casa Nostra

1.2 Localidad: Tunjuelito — 2.1. Fecha de Ejecución:

2. Línea: Movilizando Capacidades

1	6	2026	al	30	6	2026

2.2. Nombre del encuentro: 1. Saber y Aprender 2. Cibernautas, 3. Idearte.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Neyla Constanza Rodriguez Franky - Terapeuta Ocupacional.

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover en las personas mayores capacidades y habilidades cognitivas y comunicativas por medio de herramientas tecnológicas.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. fortalecer sentimientos de bienestar emocional, psicológico, espiritual, autoestima y salud integral a partir de actividad física en las personas mayores.

2. Facilitar la interacción entre las personas mayores y medios de comunicación a través de juegos que le permitan reconocer y acceder a este tipo de estrategias tecnológicas,

3. Favorecer el acondicionamiento físico, de las personas mayores promoviendo la actividad física por medio del baile y ejercicio aeróbico de forma activa y pasiva, caminatas rehabilitadoras, circuitos de ejercicios para coordinación y equilibrio.

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1. Saber y Aprender Actividades que se van a realizar los días 4, 11, 16, 18 de junio

* Motricidad Fina. Invitamos a las personas mayores que deseen participar de esta actividad en donde utilizaremos plastilina,moldes de flores, hojas,osos,lana agujas de tejer.
* Actividad cognitiva. Invitamos alas personas mayores y las organizamos en la sala de lectura para compartir un momento de esparcimiento con la lectura que llame sus atención como revistas, cuentos, libros.
* Actividad Manual. Trabajo de pintura en madera, alistamos los elementos que vamos a utilizar motivamos e invitamos a las personas mayores que desean participar. Organizamos el espacio y ubicamos los implementos.
* Actividad Educativa. Tendremos en cuenta principalmente a las personas mayores que realizan alfabetización para resolver ejercicios sobre comprensión lectora y ejercicios grafomotores.

Actividad 2. Cibernautas Actividades que se van a realizar los dias 2, 3, 10, 16 de junio

* Cine europeo en el hogar. Para este dia se pregunta a algunas personas mayores sobre su deseo o gusto de usar el computador, a las que responden afirmativamente se les sube al aula ,alli realizan busqueda de canciones o temas de interes, la persona mayor Rodrigo Gonzales realizo la busqueda de una pelicula en frances del director de cine Jean-Luc Godard.
* Del cine al computador. Para este dia se pregunta a varias personas mayores si desean hacer uso de los computadores, varias de ellas refieren querer ver una pelicula, se invita al aula multiple para hacer uso de los computadores.
* Documentales para la mente. En esta ocasión invitamos a algunas persona que preguntaban por la posibilidad de realizar alguna investigacion sobre el cultivo de arandanos, tejidos y ver un programa de History Chanel.
* Una mini rockola: Algunas personas mayores desean participar del espacio de cibernautas escuchando aquellas canciones que les recuerda su infancia y/o su adultez. Se invita a algunas de estas personas y se llevan al aula multiple. La persona mayor Elsa Bohorquez gusta de eschucar al trio los panchos.

Actividad 3. Ideartes Actividad que se va a realizar el dia 3 de junio

* Decoración mes de Junio. .Motivamos y organizamos a las personas mayores que deseen participar en la elaboración de elementos decorativos para el mes de junio. Utilizaremos papel crepe, lana y tubos de papel higiénico.

CENTRAL

Actividad 1. Saber y Aprender.

* Organizamos varias mesas para ubicar a las personas mayores, explicamos la actividad que vamos a realizar y los efectos positivos que causa en su vida diaria, les damos a elegir la actividad que quieren hacer y entregamos el material. Las personas que trabajan la plástilina la amasan para luego utilizar los moldes y obtener las figuras deseadas, las personas que les gusta tejer continuan con su proyecto.
* Levamos a las personas mayores a la sala de lectura y los ubicamos en forma circular para que se puedan observar todos. Les ofrecemos diferentes tipos de lectura para que escojan la de su agrado. Ya sea para leer ó para ver las imágenes, revistas prefieren para leer sobre sus artistas y actores de sus novelas, también eligen literatura nacional e internacional.

* Colocamos batas y cubrimos las mesas con manteles plàsticos, en cada mesa dejamos bandejas para mezclar la pintura pinceles y brochas para que sea màs fàcil realizar la decoraciòn de los elementos en madera que han escogido. Siempre estamos guiando y ayudando si es necesario para que realicen un trabajo manual que los deje satisfechos.
* Organizamos a las personas mayores en grupos de cuatro personas para que realicen ejercicios simultaneos de escritura y comprension lectora, otro grupo realiza ejercicios grafomotores para mejorar y afianzar la escritura. En la cartilla encontraremos varios temas para desarrollar, como el mercado, la ciudad, el banco y ejercicos de ortografia. Los van desarrollando y les vamos corrigiendo si es necesario.

3.3.2 MOMENTO

Actividad 2. Cibernautas.

* Ya en el aula las personas mayores revisan el catalogo de peliculas; una persona mayor se anima a ver una pelicula de comedia, una de vaqueros y dramas frances.
* Las personas mayores optan por seleccionar algunas comedias infantiles y dramas del cine; se realiza esta busqueda en internet para asi divizar estas peliculas.
* Se sube a las personas mayores al aula multiple, una de ellas desea continuar viendo History chanel; escoje el documental de Morgan Freeman "La historia de DIOS" continuando con esta docu-serie. Las otras dos personas mayores prefieren usar el tiempo en el computador, uno decide usarlo para investigar sobre la siembra de arandanos y la otra desea continuar con los cursos de aleman.
* Se realiza la busqueda varias canciones y se realiza esta seleccion musical para las personas mayores. La persona mayor Henry desea ver una pelicula de DC "Acuaman".

Actividad 3. Ideartes.

* Antes de iniciar con la actividad manual realizamos un pequeño calentamiento de manos, realizando ejercicios de estiramiento y coordinación.Les damos a escojer la actividad motriz que quieren realizar, rasgar tiras de papel crepe, luego trozos de papel y finalizar haciendo bolitas con el mismo utilizaremos varios colores, con los ovillos de lana y los tubos de papel higiénico los decoraremos enrollando lana en cada tubo de cartón sin dejar espacios. Vamos supervisando quese realice correctamente el ejercicio motriz, hacemos pausas y estiran los dedos y relajan las manos paracontinuar con las manualidades.

3.3.3. MOMENTO FINAL

Actividad 1. Saber y Aprender

* Para finalizar la actividad motriz, colocamos sobre una base las figuras que lograron obtener con plastilina y los moldes formando un paisaje y las figurasque hicieron libremente sin utilizar los moldes. Los tejidos se contiuaran realizando en otras sesiones. Retiramos el material sobrante y agradecemos su participación.
* Finalizamos con preguntas aleatorias sobre las diferentes lecturas que realizaron y nos cuentan lo que más les llamo la atención. Hacemos una lectura general de un poema que encontramoss en la sala de lectura y les contamos la historia de ese poema y a quien describe. Finalizamos la actividad y retornamos nuevamente a las personas mayores a sus diferentes espacios.

* Vemos que ya esta seco el color blanco que aplicaron y ahora damos paso a pintar de colores su respectivo proyecto ,ellos eligen el color que quieren darle a su trabajo manual. Dejamos secar y damos por finalizada la actividad. Retiramos los implementos y pintura que sobro, agradecemos a todos por su valioso trabajo.
* Para dar por finalizada la actividad realizamos un último ejercicio, elijo un tema de la cartilla de ejercicios y les realizo preguntas al azar y asi complementar las lecturas y respuestas escritas que realizaron anteriormente. Realizan actividad de coloreado en las páginas donde trabajaron ortografia.

Actividad 2. Cibernautas.

* Se indica a las personas mayores que la actividad esta proxima a terminarse, apenas se terminan las peliculas se agradece a las personas y se llevan al comedor a esperar la hora del almuerzo; faltando 15 minutos par las 12:00 se agradece a las personas mayores y se les dirige al comedor, se organiza el espacio.
* Se agradece a las personas y se llevan al comedor a esperar la hora del almuerzo; faltando 15 minutos par las 12:00 se agradece a las personas mayores y se les dirige al comedor, se organiza el espacio.
* Faltando 30 minutos para que sean las 12:00 se les informa a las personas mayores que la actividad esta proxima a terminar; ya siendo las 11:45 se agradece a las personas mayores y se dirigen al comedor, se organiza el espacio.
* A medida que las playlist se terminan y la persona mayor termina su investigación se agradece a las personas mayores, una a una y se les dirige al comedor, se organiza el espacio.

Actividad 3. Ideartes.

* Vamos dando por finalizada la actividad retirando los elementos sobrantes y el material que vamos a utilizar para ladecoración . Recibimos sus aportes en cuanto a los inconvenientes que tuvieron durante el ejercicio motriz, algunos se cansaban más rapido por eso les explico que pausabamos para descansar ya que los ejercicios eran repetitivos. Se les recomienda querealicen estos ejercicios de pausa durante todas las actividades que pueden realizar a diario.

3.4.RECURSOS

Computadores	Microfono alambrico/inalambrico, videobeam
Audífonos	Mesas,cartillas , lápices, borradores, tajalápiz, tableros acrílicos, marcadores borrables
parlantes	loterias didácticas, papel crepe de varios colores, cartillas
TV	manteles plásticos, pegamento, plastilina, moldes, lana , agujas de tejer, cuentos, revistas,
Internet	cartillas de alfabetización, lapices
Consola sonido	

4. EVALUACION DEL ENCUENTRO

Actividad 1 Saber y Aprender

* Obtuvieron beneficios, fisicos, cognitivos y emocionales ya que se fortalecieron los mùsculos de las manos,estimularon la atenciòn y vieron materializadas sus ideas. Participaron 18 personas mayores.
* Se fomento la lectura como un logro y aprendizaje continùo y la participaciòn social, obteniendo un momento relajante disminuyendo la ansiedad y un mejor descanso corporal. Participaron 12 personas mayores.
* Mejorò significativamente su motricidad fina, estimularon su memoria y concentraciòn, quedaron satisfechos con el resultado final de su proyecto manual. Participaron 20 personas mayores.
* Impactó poderosamente como entrenamiento cerebral ya que estimularon la concentracion, memoria y procesamiento cognitivo. Participaron 18 personas mayores.

Actividad 2. Cibernautas

* Es una actividad que influye de manera positiva en el estado de aimo de las personas mayores, ademas de ser una buena estrategia para fomentar el buen uso del tiempo de ocio. La persona mayor Rodrigo Gonzales se muestran muy interesados de participar constantemente en el espacio de uso de las tecnologias. Participan 4 personas mayores.
* Este tipo de espacio permite que las personas mayores puedan hacer remenbranza de aquellas peliculas que acompañaron su aldultez. La persona mayor Henry Beltran refiere querer participar mas seguido de este espacio ya que le gusta conocer . Participan 4 personas mayores.
* Este espacio permite que las personas se vean inmersas en historias de comedia, vaqueros y dramas por medio del arte audiovisual del cine. Participan 4 personas mayores.
* En este dia se escucharon varias canciones y fue de bastante agrado para las personas mayores; la persona mayor Elsa Lia Bohoquez se muestra interesada por las canciones romanticas de los panchos y boleros de varios autores. Participan 3 personas mayores.

Actividad 3. Idearte.

* Finalizamos la actividad propuesta para decorar en este mes de junio la celebración de cumpleaños. Las personas mayores se sintieron comodas durante la actividad y satisfechas con el resultado final que observaran en la celebración. Participaron 21 personas mayores.

Nota Aclaratoria: el registro fotografico original reposa en el Drive de la Comunidad de Cuidado.

En constancia de lo anterior firman:

1. Saber y Aprender
2. Cibernautas
3. Ideartes

Ana Gladys León Bustos CC 31199211

Guillermo Rebolledo Ramírez CC 19409983

Ma. del Carmen Jamaica Garzón CC 41341031

Adriana del Pilar Amortegui CC 52506519
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 30 de Junio de 2026

Nombre del profesional que evalúa: Neyla Constanza Rodriguez Franky CC 51890221

REGISTRO FOTOGRÁFICO
MOVILIZANDO CAPACIDADES
JUNIO 2026

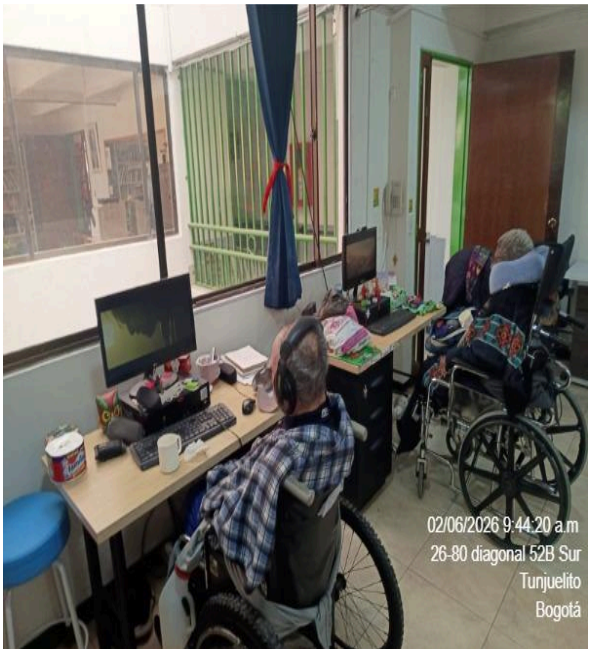
1. SABER Y APRENDER.



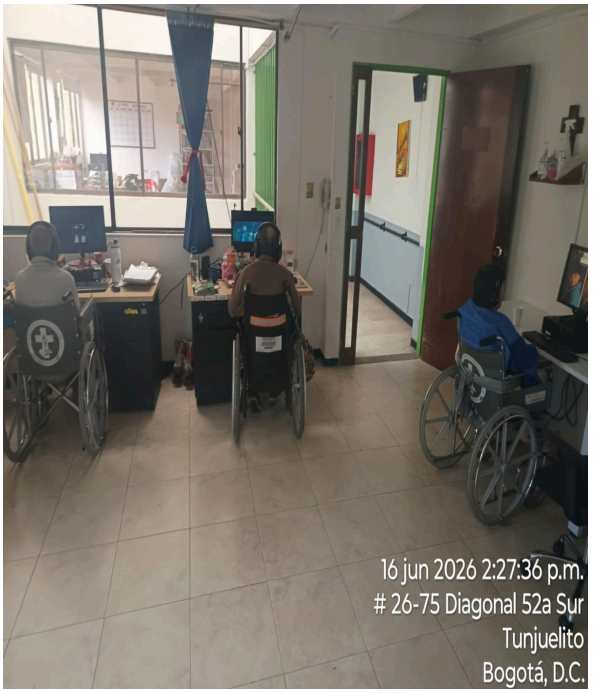




2. CIBERNAUTAS.







3. IDEARTE.


PLAN DE ATENCION
INSTITUCIONAL
3 jun 2026 10:27:30 a.m.
52A-10 Carrera 27
Tunjuelito
Bogotá


3/06/2026 10:56:29 a. m.
26-93 Diagonal 52a Sur
Tunjuelito
Bogotá, D.C.


3/06/2026 10:56:20 a. m.
26-93 Diagonal 52a Sur
Tunjuelito
Bogotá, D.C.