

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</p>	<p>PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL</p> <p>FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ</p>	<p>Código: FOR-PSS-570</p> <p>Versión: 1</p> <p>Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022</p> <p>Página: 1 de 2</p>							
<p>1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: <u>Servicio Integral de Bienestar y Cuidado Para Las Personas Mayores</u> 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Centro Comunidad de Cuidado Hogar Ca Santa Maria</p> <p>1.2 Localidad: <u>Suba</u> 2.1. Fecha de Ejecución:</p> <table border="1" data-bbox="958 421 1494 478"> <tr> <td>10</td> <td>5</td> <td>2023</td> <td>al</td> <td>31</td> <td>5</td> <td>2023</td> </tr> </table> <p>2. Línea: <u>Movilizando Capacidades</u></p> <p>2.2. Nombre del encuentro: <u>Educación No Formal / Aprendo</u></p> <p>2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: <u>Leidy Johanna Olaya Olaya</u></p> <p>3. DESARROLLO</p>			10	5	2023	al	31	5	2023
10	5	2023	al	31	5	2023			
<p>3.1. OBJETIVO GENERAL</p>									
<p>• Diseñar e implementar una intervención educativa para el adulto mayor para mejorar los conocimientos y las prácticas de procesos de autocuidado que garanticen la autonomía en procesos de actividad física, manejo del medio ambiente y manejo de movilizaciones.</p>									
<p>3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p>									
<p>Generar actividades participativas y de comprensión de estilos de vida saludables</p> <p>Generar conciencia y enseñanzas sobre los beneficios de la actividad física.</p>									
<p>3.3. METODOLOGÍA</p>									
<p>3.3.1 MOMENTO INICIAL</p>	<p>1. Organización de la sala del Centro</p> <p>2. Se conecta el baffle y sonido correspondiente.</p> <p>3. Se distribuye a las personas el material requerido.</p> <p>4. Se trasladan a las personas a la sala del centro</p> <p>Se organizaron a las personas mayores en la sala del Centro en donde por medio de ayuda audiovisual las profesionales capacitaban acerca de manejo de la actividad física y manejo de las Tics, y manejo de iniciativas productivas.</p>								
	<p>10/05/2023 9:00 am a 10:30 am/ Todas las Personas Mayores: Se procede a participar en sesión desarrollada programa por el sistema EDI que hace parte de la alcaldía de suba de una de las propuestas participativas, para ello se procede a ejecutar jornada de recreación y deporte de manera dirigida. Durante la jornada se realiza la actividad una actividad de estiramientos con ayuda de bandas elásticas por medio de la cual se buscaba equilibrar la resistencia y el movimiento simétrico, se evidencia que dentro de la actividad: Ana Corona Sastoque, Maria Ortiz, Hernando Aguirre Giraldo, Martha Alicia Vanegas y Juana Bautista Villazón logran desarrollar la sesión de estiramientos realizando flexo-extensión de MMSS y MMII, que les permite realizar una mejor movilidad articular que le favorecen en el manejo de su coordinación dinámica general, se evidencia que a través de los ritmos musicales se muestran interesados en la realización de actividad física, se resalta durante la sesión de igual manera a: Rosalba Escobar Escobar, Rosa Maria Beltran Gomez y Martha Patricia Machado Medina quienes hacen movimientos libres con la música.</p> <p>16/05/2023 14:00 am a 15:30 am/ / Todas las Personas Mayores: Se procede a participar en sesión desarrollada por la secretaria de desarrollo económico en la participación de talleres de fortalecimiento empresarial. Se participa con las personas mayores en la ejecución de asesoría de manejo las cuentas y las finanzas de su negocio y enamora y fideliza a tu cliente, se evidencia que Rosalba escobar y Martha Cano, logran hacer la identificación y diferenciación de los costos tanto fijos como variables, así como los tipos de gastos, sin embargo, se evidencia que aunque se cuenta con nociones el cálculo para realizar actividades. Aprender el punto de equilibrio, y listas de precios. Por otra parte, desde la explicación de servicio enfocado a identificar el cliente, establecer herramientas para conocer al potencial cliente y como llegar a este para atraerlos, venderles y fidelizarlos se observa que desde el punto de vista digital, las personas mayores aun no logra evidenciar el impacto sobre su unidad de negocio, se evidencia interés por parte de Luis Molina, Humberto Cardona, Jorge Guevara, Yolanda Porras, interés desde el uso de las TCOS, sin embargo mencionan que es importante tener orientación continua y contar con un dispositivo de alta gama de celular que favorezca a la entrega de este tipo de accesos para ofrecer la comercialización de algún producto. Se culmina con una adecuada participación por parte de las personas mayores.</p>								

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	17/05/2023 9:30 pm a 10: 30 pm/ Todas las Personas Mayores: Fortalecer y mantener habilidades motrices finas y gruesas por medio del seguimiento de instrucciones en actividad aeróbica. Durante la sesión se evidencia que los participantes muestran gusto por la intervención, se evidencia que María Gloria Ruiz, Martha Vanegas, Juana Villazón, Rosalba Escobar, Gilberto Villarraga, Jorge Guevara hacen un adecuado uso de su tiempo libre, por medio de apoyo de la actividad física como un medio para activar los sentidos y promover la movilidad por medio de un palo de escoba por medio de ejercicios de bajo impacto, la persona que dicta el taller ejecuta de manera inicial la acción y posteriormente se debe replicar, ello facilito dentro de la actividad la comprensión del ejercicio, sumado que dentro del proceso a manera de retroalimentación la persona evidenciando que Ana Sastoque, Hernando Aguirre, Dolores Rodríguez y Clara Berrios se incorporan en la actividad d manera positiva.
	23/05/2023: 11:00 a 12:30 : Identificar las herramientas básicas de Microsoft word , poniendo en práctica el manejo de las mismas mediante actividades y así mismo ampliando sus conocimientos y familiarizando con este tipo de aplicativos. Para la jornada se evidencia apoyo por parte de la universidad Uniminuto con una explicación relacionada con el manejo del Word, en la actividad de rompehielo llamado el cuento de Paula, en donde los integrantes deberán agregar palabras al azar para continuar contando la historia jamás contada. Se observa que Marta Cano, Adela Fontecha y Luis Molina muestra agrado en completar la historia, logrando interactuar de manera positiva, por otra parte se hace una breve explicación de que consiste el WORD, y a partir de ello se platea el uso del mismo por medio de la realización de una carta, se evidencia que Vitalia Oyola, Yolanda Porras, Antonio Rendon y Martha Vanegas muestra interés en realizar diferentes tipos de cartas dirigidas a familiares o demás entes de control, es así que se evidencia interés en la redacción de la misma. Se finaliza la actividad orientando hacer la entrega de la misma.
	31/05/2023: 11.00 a 12:30 Se procede a participar en sesión desarrollada programa por el sistema EDI que hace parte de la alcaldía de suba de una de las propuestas participativas, para ello se procede a ejecutar jornada de recreación y deporte de manera dirigida. El día de hoy se refuerza con los personas mayores acerca de la importancia de un adecuado manejo de utilización del ocio y el tiempo libre, para ello se proponen manejo de rutinas que favorezcan al desarrollo de la coordinación dinámica general por medio del uso de aros se observa que Julio Zabalza y Luis Molina tiene mayor dominio del aro en el manejo de movimientos coordinados, así mismo se evidencia que Ana Sastoque, Dolores Rodríguez y Jaime Ospina se evidencia que logra reconocer la rutina aeróbica de 3 pasos, a nivel general se evidencia que la mayoría reconocen que es importante la actividad física en las actividades cotidianas a fin de prevenir dolencias, sin embargo Clara Berrios menciona que en ocasiones sus dolencias hacen que restrinjan la actividad, sin embargo menciona que aun así se debe mover las partes del cuerpo para así mitigar el dolor.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Se observa que los participantes estuvieron interesados en la actividades propuestas, desarrollaron de manera correcta las actividades propuestas, con motivacion en el desarrollo de esta actividad.

3.4.RECURSOS

Mesa	Extensiones
Video Beam	Bafle
Sillas	Computador

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Se continuaran generando conciencia en las personas acerca de la importancia en la higiene oral.

Luis Molina
CC 5961365

Juana Villazon
CC 51601780

Ana Corona Sastoque
CC 41316223

Juana Villazon

No firma

Fecha e evaluacion del encuentro: 31 de mayo de 2023

Nombre del profesional que evalúa: Leidy Johanna Olaya Olaya

Nombre del coordinador: Juan Carlos Rodríguez Bautista

JCB

REGISTRO FOTOGRÁFICO REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES APRENDO-
EDUCACIÓN NO FORMAL





