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: Comunidad de Cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: __ Casa Santa Maria

1.2 Localidad: Suba

2. Linea: ESPACIOS PARA LA REALIZACIÓN

2.1. Fecha de Ejecución:

4	12	2023	al	29	12	2023

2.2. Nombre del encuentro:
1."FORTALECIENDO MI PROYECTO DE VIDA"- (Sesión "Las cajas de regalos").
2."PASO A PASO MI PROYECTO ALCANZO"- (Sesión "El eslogan de mi vida").
3. "RECONOCIENDO MIS ESFUERZOS"- (Sesión se articulará la invitación de alguna persona que pueda testificar su ejemplo de vida y de autosuperación).
4. "RAICES EN MI HOGAR"– (Sesión "ayudantias para el mantenimiento de habilidades para la realización de actividades instrumentales de la vida diaria- 2 veces semanales).
5."CANINOTERAPIA"- (Sesión "Canicross")

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Myriam Cantor Cortes - Gerontologa- Leidy Johanna Olaya - Terapeuta Ocupacional- Adriana Forero- Fisioterapeuta- Juan Camilo Salas - Psicologo

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover el uso de los recursos y herramientas que aporten al fortalecimiento del proyecto de vida en el entorno institucional de la persona mayor del Centro Comunidad de Cuidado de la Casa Santa Maria a través de espacios para la formulación y activación de estrategias adquiridas durante el ciclo vital.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Objetivo de actividad 1 y 2 : Facilitar a las personas mayores espacios de análisis e interiorización relacionados con expresión de sus deseos, sus expectativas de vida y las acciones a desarrollar para el logro de su plan de vida en el contexto del Centro Comunidad de Cuidado de la Casa Santa Maria.

2. Objetivo de actividad 3 Fortalecer y potencializar las habilidades y actitudes de las personas mayores para la participación activa en las actividades cotidianas por medio de estrategias motivacionales.

3. Objetivo de actividad 4 y 5 : Promover la autonomia de las personas mayores de manera adaptativa de acuerdo a las demandas del medio, con la participación e interacción en diferentes contextos.

3.3. METODOLOGIA

Para la ejecución de las actividades se realizarán conversatorios, aplicación de pre test, técnicas de imitación y caninoterapia.

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1. (21/12/2023) "FORTALECIENDO MI PROYECTO DE VIDA"- (Sesión "Las cajas de regalos"). Se convocan a todas las personas mayores en el servicio del refrigerio de la mañana, con la indicación que ya que se esta en un espacio en el cual les gusta compartir (patio central) y en el marco de la vispera de la navidad nos daremos regalos simbólicos entre todos, donde se pensará en la necesidad y los deseos del prójimo.
	Actividad 2. (14/12/2023) "PASO A PASO MI PROYECTO ALCANZO"- (Sesión "El eslogan de mi vida"). Se extiende la invitación voz a voz entre los integrantes del grupo focal, con el propósito de que se sumen al próximo encuentro colectivo. En esta ocasión, se les indica que nos enfocaremos en seguir desarrollando la propuesta del plan de vida dentro del entorno institucional. Se les detallan los objetivos especificos, horarios, ubicación y el enfoque metodológico que se empleará en la reunión.
	Actividad 3. "RECONOCIENDO MIS ESFUERZOS". (Soy viejo y que hago ahora) 05/12/2023. Se lleva a cabo una convocatoria interna con el respaldo del equipo de enfermeria. Durante el tiempo de almuerzo, se aprovecha para informar a los adultos mayores sobre la próxima actividad. En donde se llevará a cabo actividad de la linea de acción espacios de realización, actividad de "reconociendo mis esfuerzos", en donde se realiza charla motivacional, "a pesar de la edad tengo alma libre".
	4. "RAICES EN MI HOGR- (Sesión "ayudantias para el mantenimiento de habilidades para la realización de actividades instrumentales de la vida diaria- 2 veces semanales). TOTAL: 8 EJECUTADAS 9 ACTIVIDADES asi: 04/12/2023, 06/12/2023, 13/12/2023, 14/12/2023, 19/12/2023, 20/12/2023, 22/12/2023, 26/12/2023 Y 29/12/2023. Se realiza las actividades de manera teórico-practica a fin de promover la autonomia en actividades cotidianas relacionadas con el arreglo de espacios, limpieza de superficies entre otras cosas.
	Actividad 5."CANINOTERAPIA"- (Sesión "Canicross") TOTAL: 1 EJECUTADAS: 1. se desarolla el día 21/12/2023 Para esta sesion "Canicross se procede a hacer convocatoria a todas las personas mayores, para que participen en la actividad.
	Actividad 1. (21/12/2023) "FORTALECIENDO MI PROYECTO DE VIDA"- (Sesión "Las cajas de regalos"). Estando las personas mayores ubicadas en mesas y sillas en el patio principal, se les invita a realizar un juego tradicional "turra" donde hay una variedad de ejercicios a realizar: dichos, baile, adivinanza, cuento, chiste, canto, depende lo que le salga a la persona en el lanzamiento de la turra debe cumplir con el enunciado. Se pasa a la actividad principal donde se les da un papel y marcadores donde deben escribir un regalo simbólico que les gustaria les regalan sus compañeros, posterior a ello se les pide que depositen los regalos en la caja y de manera aleatoria cuando ya todos depositaron el papel empiezan a tomar uno y describir su regalo y por que cree que lo podria necesitar, asi rotan todos los asistentes.
	Actividad 2. (14/12/2023) "PASO A PASO MI PROYECTO ALCANZO"- (Sesión "El eslogan de mi vida"). Se brinda orientación a los participantes acerca del significado del término "eslogan", relacionándolo con la tarea de definir una palabra clave que resuene con ellos mismos, para luego establecerla como el lema distintivo de su plan de vida. Para aquellas personas que por su condición de discapacidad mental no están en la facultad de comprender al 100% el ejercicio se les pide a sus compañeros que digan una palabra que ellos consideren que las identifique y entre todos se construye su eslogan. Al terminar esta primera parte se pasa a que cada persona explique su eslogan a partir de la palabra clave.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 3. "RECONOCIENDO MIS ESFUERZOS". (Soy viejo y que hago ahora) 05/12/2023. Se desarrolla actividad el dia 5 de diciembre en zona de sala de televisión, desde las 2:00pm a 2:45pm, en donde se lleva a cabo actividad de "reconociendo mis esfuerzos", en donde se proyecta video "y soy viejo y que hago ahora, sobe la actitud y los comportamientos favorables para llevar una vejez plena y satisfactoria, donde se invita a los participantes a reflexionar sobre todas las adversidades que han superado en su vida, tomar conciencia sobre la bendición de estar vivos o que el destino no les ha arrebatado la misma, las personas que compartieron en su vida, sus gratas experiencias, etc. Del mismo modo salirse del tabú de que si ya están viejos no pueden gozar de la vida, sino que todavia están en la capacidad y actitud para apreciar los dias, no sacar excusas para dejar de creer en si mismos sino seguir creyendo en si mismos, también para alcanzar los sueños y las metas no hay edad, etc.
	4. "RAICES EN MI HOGAR"– (Sesión "ayudantias para el mantenimiento de habilidades para la realización de actividades instrumentales de la vida diaria- 2 veces semanales). Se hacen durante el periodo 9 actividades con las siguientes fechas: 04/12/2023, 06/12/2023, 13/12/2023, 14/12/2023, 19/12/2023, 20/12/2023, 22/12/2023, 26/12/2023 Y 29/12/2023. Para el desarrollo y trabajo de las actividades instrumentales de la vida diaria con las personas mayores se desarrollan actividades de forma práctica y supervisada, que se promuevan la generación de rutinas de cuidado del hogar que favorezcan la participación en las actividades de: LIMPIEZA Y ORGANIZACION DE PRENDAS DE VESTIR, ELECCIONDE PRENDAS DE VESTIR LIMPIEZA DE MUEBLES, MESITA DE NOCHE, etc, Se ubica a las personas mayores en el area de acuerdo a la actividad y se motive a participar de acuerdo a sus habilidades y destrezas se hace entrega de la tarea, para que apoye.
	Actividad 5."CANINOTERAPIA"- (Sesión "Canicross") se desarolla el dia 21/12/2023. Se inicia con la organización de la población en el área de gimnasio se da explicación de que deberán apoyar para que los perros a realizar una caminata, con dominio del can.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1. (21/12/2023) "FORTALECIENDO MI PROYECTO DE VIDA"- (Sesión "Las cajas de regalos"): Para el cierre se pide a los participantes que entreguen su regalo a otra persona y comparta el por qué considera que se lo otorga y al final de expresen un valor o cualidad que han observado en la persona mayor. Para concluir se da un sentido de valor diferente a los regalos donde se destaca en esta ocasión que no todo depende del tener dinero como inicialmente relacionaron la actividad al hablar que nos ibamos a entregar regalos, ya que identificaron como regalos significativos: La salud, la amistad, la gratitud, la paciencia, el amor, el sentido de pertenencia por la institución entre otros.
	Actividad 2. "PASO A PASO MI PROYECTO ALCANZO"- (Sesión "El eslogan de mi vida"). Para dar cierre a la actividad se hace una lectura general de todas las palabras claves propuestas por los participantes, con ellas se construyen en frase general para hacer el eslogan de las personas mayores de la casa Santa Maria "La gratitud y el amor empoderan el amor que con paciencia se construye generando lazos de amistad, fortaleciendo en la fe y en el creer en si mismo". Como conclusión se dice que Tener un plan de vida es crucial por varias razones significativas: da claridad y dirección, un eslogan da identidad personal a la propuesta del plan de vida y determina las fortalezas personales.
	Actividad 3. "RECONOCIENDO MIS ESFUERZOS". (Soy viejo y que hago ahora). Al finalizar la actividad se les indaga a las personas mayores su grado de satisfacción con la actividad desarrollada, del mismo modo se hace retroalimentación de los conceptos tratados, implicando preguntas orientadas hacia aspectos les gustaron más o menos, si les resultó útil o relevante, y cómo podria mejorarse en el futuro. Esto permite ajustar y adaptar las actividades para que sean más efectivas y satisfactorias para los participantes. En donde los participantes logran reconocer cuáles son sus motivaciones que tienen hoy en dia, cuáles son sus impedimentos mentales y porque no se permiten tener una vida plena en esta etapa de la vida.
	4. "RAICES EN MI HOGAR"– (Sesión "ayudantias para el mantenimiento de habilidades para la realización de actividades instrumentales de la vida diaria- 2 veces semanales). Se finaliza la actividad con un resultado de limpieza y organizacion de prendas de acuerdo a las habilidades y capacidades de cada persona mayor,a demas de seleccion de rpebdas de vestir de nueva dotacion próxima a entrear, se percibe gusto e interes de la persona mayor para hacer este tipo de actividades, prevalece el gusto en el genero femenino.
	Actividad 5."CANINOTERAPIA"- (Sesión "Canicross") Para finalizar con un grupo de perros se procede a dar recoempsan por el comprtamiento tranquilo durante los trayectos con las personas mayores

RECURSOS	
Se ponen los recursos utilizados para todas las actividades (general)	
Video Beam	Auxiliares de enfermeria 1
Parlante	Profesional en Terapia Ocupacioonal 1
Sillas	Profesional en gerontologia 1
Mesas	Profesional en Terapia Fisica 1
Formatos Buzon	Profesional en Psicologia 1
Impresora	Perros
Sala Sensorial	Aros, conos
Celular con camara	Limpiones.

4. EVALUACION DEL ENCUENTRO

Actividad 1. "FORTALECIENDO MI PROYECTO DE VIDA"- (Sesión "Las cajas de regalos"). La actividad es realizada en el tiempo programado en el PAI en ejecución. Los logros a destacar corresponden a: Se consiguió una participación activa y sostenida de 21 personas mayores. Se pudo hacer una revaloración del significado regalo, aspecto este muy marcado desde el sentido comercial y económico en los participantes. Las personas mayores identificaron en su mayoria las necesidades que observan en sus pares, esto aporta en reconocer en el otro un sujeto con un grado de vulnerabilidad a nivel institucional. Como dificultades se observaron comportamientos discriminatorios y despectivos en dos participantes con aquellos con bajo nivel cognitivo. Como estrategia de mejora: se hace el llamado a estas personas en el grupo y se les pide que se den un auto regalo si ellas estuvieran en las condiciones de aquellas que no querian que participaran por su condición mental. (21/12/2023). Responsable: Myriam Cantor Cortes- Gerontóloga.

Actividad 2. "PASO A PASO MI PROYECTO ALCANZO"- (Sesión "El eslogan de mi vida"). El proceso de elaboración de un eslogan como una construcción colectiva revela los anhelos, expectativas y deseos arraigados en las personas mayores dentro de la comunidad de cuidado. Esta colaboración en la creación de un lema no solo representa palabras, sino que encapsula la esencia colectiva y las aspiraciones compartidas de aquellos involucrados en el cuidado. Es un reflejo auténtico de sus valores, sus necesidades más profundas y las metas que buscan alcanzar juntos. Como dificultad se dio un caso en particular donde la persona mayor enfocaba sus pensamientos de manera negativa hacia si misma, evidenciándose problemas de auto estima y auto imagen. Como acción de apoyo se remite el caso al servicio de psicología de la comunidad de cuidado. Participaron 13 personas mayores. (14/12/2023) Responsable: Myriam Cantor Cortes- Gerontóloga.

Actividad 3. "RECONOCIENDO MIS ESFUERZOS" (Soy viejo y que hago ahora). En dicha actividad se logra involucrar a 23 participantes, lo cual representa el 46% de la población, es decir, es un resultado satisfactorio de acuerdo a la meta planteada. Donde se logra generar procesos reflexivos sobre la temática de trabajo de en equipo, en donde las personas mayores logran tomar conciencia sobre las limitaciones y prejuicios en torno a la vejez, logrando identificar cuales pueden ser las actitudes, comportamientos favorables y estilos de vida que los pueden conllevar a una vejez satisfactoria. Sin embargo, algunas personas mayores muestran pobres procesos reflexivos en torno a las acciones propias y poca prospección de vida. Por tal motivo se continuara promoviendo estrategias de intervención individual para favorecer los procesos motivacionales ante las actividades cotidianas.

4. "RAICES EN MI HOGAR"– (Sesión "ayudantías para el mantenimiento de habilidades para la realización de actividades instrumentales de la vida diaria- 2 veces semanales). Johanna Olaya- Terapia ocupacional asi: 04/12/2023, 06/12/2023, 13/12/2023, 14/12/2023: Para el desarrollo y trabajo de las actividades instrumentales de la vida diaria con las personas mayores se desarrollan actividades de forma práctica y supervisada, que se promuevan la generación de rutinas de cuidado del hogar que favorezcan la participación en las actividades de: LIMPIEZA Y ORGANIZACION DE PRENDAS DE VESTIR. Se ubica a las personas mayores en el área donde se encuentran sus prendas de vestir y se procede a apoyar a su limpieza y organización del mobiliario. Durante la ejecución de la actividad se evidencia un adecuado uso de los elementos de aseo como limpiador desinfectante y secado en el mobiliario, para ello se percibe que Leonel Gonzales, Paulino Niño y Antonio Rendon no son constantes en el momento de hacer la limpieza del mobiliario, se observa poca destreza motora, por lo cual se apoya de manera demostrativa para que logren culminar la actividad y limpiando el mobiliario en la parte exterior. Por otra parte, en el caso de Maria Ortiz se evidencia con adecuada receptividad frente a la disposición de sus prendas de vestir en el Locke, se evidencia cooperación en la marcación de ropa, dado que como proviene de medio hospitalario las prendas era muy pocas, así mismo, con ayuda de la comunidad de cuidado se logra obtener nuevas prendas que les permitan el cambio continuo. 19/12/2023: Se promueve la limpieza de mobiliario -mesa de noche se suministrar elementos de aseo, como limpiador desinfectante y limpiones limpios para realizar la limpieza de su propio mobiliario. Tras la indicación y tener los elementos de aseo se inicia el proceso de limpieza, se evidencia que la mayoría de los participantes acceden al desarrollo de la actividad, se encuentra que , Hernando Aguirre, Rosa Beltrán, Rafael Fernández,, Martha Murcia, Rosa Contreras, tienen una actitud colaboradora, en donde se hace el proceso de limpieza sin dificultad, sin embargo se resalta al señor José Amaya quien tras solo contar con un MMSD, ejecuta la actividad, para el caso de Maria Florinda Rojas, Martha Cano se aprovecha y se hace retiro de algunos elementos en desuso que tiene sobre si mismo, se muestra resistencia frente al desecho de ellos no obstante tras la invitación al porque se beneficia para más espacio para organizar sus pertenencias, accede a desechar algunas de las pertenecías aunque se debe seguir revisando de manera continua para mitigar la acumulación de prendas.20/12/2023, 22/12/2023: Para el desarrollo y trabajo de las habilidades prácticas de AVD, se ubica a la persona en su habitación, y se le indica que de manera demostrativa indique como hace la colocación de prendas de vestir (camisa y pantalón). Durante la jornada se hace el proceso de elección de prendas para ello por medio de enlace de WhatsApp video se apoya para que las personas mayores hagan selección de sus prendas de vestir que serán entregadas para su dotación, conforme a los lineamientos de la SDIS, para ello se procede a realizar selección de prendas como son camisas y pantalones, se evidencia que los hombres son receptivos e interactúan de manera adecuadas se evidencia a Humberto Cardona, Leonel Gonzales y Marco Aurelio Barbaran receptivos haciendo elección de prendas como el caso de este ultimo que escoge un pantalón color verde militar de dril, mientras que en el caso de Humberto opta por un pantalón de jean y camisa de jean. Por otra la persona mayor Elicenia Tafur y Silvia Mendoza también hace elección de prendas de pantalón formal, de acuerdo a su gusto. 26/12/2023 Y 29/12/2023: Para el desarrollo y trabajo de las actividades instrumentales de la vida diaria con las personas mayores se desarrollan actividades de forma práctica y supervisada, que se promuevan la generación de rutinas de cuidado del hogar que favorezcan la participación en las actividades de: LIMPIEZA Y ORGANIZACION DE PRENDAS DE VESTIR. Se procede a realizar la organización de las prendas de vestir y de los locker de la persona mayor evidenciando receptividad por la ejecución de la actividad, durante el ejercicio práctico se evidencia que las personas mayores participan de manera activa. Tras el desarrollo se percibe que Dolores Rodriguez, Rosario Saray, Luis Molina, Martha Vanegas y Ana Corona se evidencia que aún prevalece las destrezas de ejecución sensoriales, perceptuales y motrices para hacer una adecuada organización de su mueble, logrando hacer limpieza de manera correcta al interior del locker, así mismo apoyo en el doblado de prendas de vestir logrando hacer el engrama del mismo a través de la flexión y alcance de las mismas, se aprovecha para buscar elementos que sirvan de apoyo para el proceso de disfraces por la época de navidad (gorros, bufandas, elementos decorativos).

5."CANINOTERAPIA"- (Sesión "Canicross") 21/12/2023- Johanna Olaya: Para el periodo se adelanta una actividad denominada "Canicross" consiste en salir a caminar con el perro por medio de un trayecto previamente definido, se percibe que las personas mayores presentan mayor dominio del can, logrando realizar la caminata, se resalta en el proceso a las personas mayores Jorge Guevara, Maria Gloria Ruiz y Julio Zabalza, quienes muestran mayor confianza, muestran que logran hacer dominio del animal y consiguen guiar con apoyo de este el recorrido establecido que fue cerca del área de gym dela comunidad de cuidado. Por otra parte, se observa con incremento de habilidades sociales a Luis Molina, Martha Machado y Martha Murcia quienes tras la interacción con el can expresan emociones y refieren situaciones personales que promueven la socialización entre pares.

FIRMAS PERSONAS MAYORES

Actividad 1. [signature] C936

Actividad 2: Marta Patricia M. 52720050

Actividad 3: 2 JORGE MAYOR. 19447341

Actividad 4. [signature]

Actividad 5 Martha Cecilia G. 21266665

Fecha de evaluación del encuentro: 29/12/2023 Poner último día de la ejecución de la actividad 29/12/2023

Juan Carlos Rodriguez Bautista: [signature] Myrian Cantor Cortes Myriam Cantor C

Leidy Johanna Olaya [signature] Juan Camilo Salas Castro [signature]

REGISTRO FOTOGRÁFICO ESPACIOS PARA LA REALIZACIÓN - DICIEMBRE

1. "FORTALECIENDO MI PROYECTO DE VIDA"- (Sesión "Las cajas de regalos").







2. "PASO A PASO MI PROYECTO ALCANZÓ"- (Sesión "El eslogan de mi vida").



3. "RECONOCIENDO MIS ESFUERZOS"- (Sesión se articulará la invitación de alguna persona que pueda testificar su ejemplo de vida y de autosuperación).



4. "RAICES EN MI HOGAR"– (Sesión "ayudantías para el mantenimiento de habilidades para la realización de actividades instrumentales de la vida diaria- 2 veces semanales).

04/12/2023, 06/12/2023, 13/12/2023, 14/12/2023, 19/12/2023, 20/12/2023, 22/12/2023, 26/12/2023 Y 29/12/2023

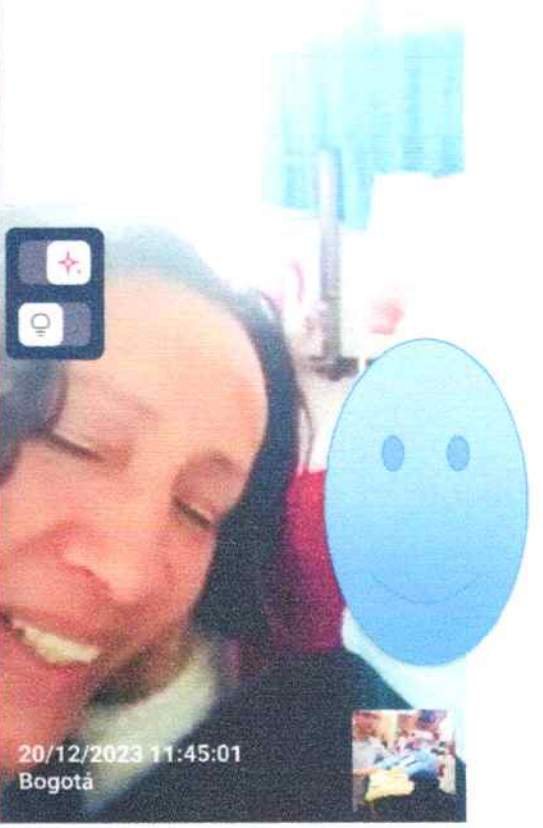





14/12/2023 11:34:06
Cra 90 # 149-73
Suba
Bogotá


19/12/2023 15:07:12
Cra 90 # 149-73
Suba
Bogotá


20/12/2023 14:15:34
Bogotá


20/12/2023 11:45:01
Bogotá

5."CANINOTERAPIA"- (Sesión "Canicross") 21/12/2023)

