| ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL | PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL<br><br>FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ | Código: FOR-PSS-570<br>Versión: 1<br>Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022<br>Pagina: 1 de 2 |
|---|---|---|

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de cuidado 1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: San José

1.2 Localidad: N/A

2. Línea: Movilizando capacidades 2.1. Fecha de Ejecución: 30 | 7 | 2026 al 30 | 7 | 2026

2.2. Nombre del encuentro: 1. El ritmo de la vida

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Darlene Geovanna Alzate Pardo (Gerontologia)

3. DESARROLLO

**3.1. OBJETIVO GENERAL**

Conservar las capacidades, habilidades comunicativas y sociales de las personas mayores de la comunidad de cuidado a través de actividades ocupacionales significativas para el mantenimiento de su desempeño.

**3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Actividad 1 : Mantener las capacidades y habilidades cognitivas, funcionales, comunicativas y sociales de las personas mayores a través de actividades grupales que promuevan un envejecimiento activo y participativo.

**3.3. METODOLOGÍA**

| | |
|---|---|
| **3.3.1 MOMENTO INICIAL** | **Actividad 1: "El ritmo de la vida"** Para dar inicio a la actividad proyectada desde el área de Gerontología se convocan a las personas mayores el día 30 de julio de 2026 para participar de la sesión de musicoterapia, que para este mes se denomina *"Recuerdos de Antaño" con el fin de mantener las capacidades y habilidades cognitivas, funcionales, comunicativas y sociales de las* personas mayores. Se realiza traslado a la zona de Atlantis del grupo de personas mayores interesadas en participar de la sesión, se explica el tema a trabajar que hace alusión a la evocación de momentos especiales en su vida. |
| **3.3.2. MOMENTO CENTRAL** | **Actividad 1: "El ritmo de la vida"** Actividad denominada "Recuerdos de Antaño" se realizó el día 30 de julio de 2026, la sesión de *este día se enfocó en en trabajar las emociones, funciones cognitivas como la memoria a largo plazo, atención y habilidades* comunicativas a través de la musicoterapia. Se inicia esta sesión de musicoterapia con una dinámica corta que permite trabajar orientación temporoespacial y que favorece procesos de identificación y asociación de las personas mayores participantes. Seguidamente, se realiza una charla con relación a la importancia de escuchar música, la cual a nivel emocional favorece la disminución de alteraciones conductuales, calma la mente, mejora el estado anímico, fortalece la autoestima y ofrece espacios de esparcimiento y recreación; a nivel cognitivo, fortalece la memoria de corto y largo plazo, la atención, orientación a la realidad, evocación de recuerdos y ayuda a aprender nuevas habilidades. Se continua explicando a los participantes que la sesión esta *enfocada a escuchar música de antaño, esas canciones que escuchaban cuando eran niños, cuando vivían en el campo, cuando* vivian con sus familias; música de géneros como la guabina, el bambuco, los tango, los boleros, etc, que hacen parte de sus vidads y traen recuerdos bonitos, alegres y nostálgicos. Se colocan diferentes canciones las cuales las personas mayores deben cantar, tratar de recordar su nombre y quien las interpreta. |
| **3.3.3. MOMENTO FINAL** | **Actividad 1: "El ritmo de la vida"** Para cerrar la sesión que se denominó "Recuerdos de Antaño" la cual se desarrolló el 30 de julio, se realiza la dinámica "Caiga en la nota" la cual tiene como objetivo que las personas mayores escuchen y canten canciones de antaño de diferentes intérpretes; los participantes deben estar atentos a las canciones que coloca la profesional, escuchar y cuando deje de sonar, seguir cantando tratando de que cuando se coloque nuevamente la canción, coincida su canto con la versión de esta al ser escuchada y generen un espacio de evocación al cantar y escuchar canciones de su preferencia, permitiendo estimular la memoria a largo plazo y el lenguaje. Se realiza la retroalimentación de la actividad concluyendo lo importantes que son los recuerdos en la vida de cada persona y que cada uno de estos tiene un significado especial en sus vidas. |

**3.4.RECURSOS**

| | |
|---|---|
| Musica | Gerontóloga |
| Bafle | |
| Celular | |
| Sillas | |

| 4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO |
| --- |
| **Actividad 3: "El ritmo de la vida"** Con el desarrollo de la actividad se logró mantener las capacidades y habilidades cognitivas, funcionales, comunicativas y sociales de las personas mayores, a través de la sesión de musicoterapia se favorece el manejo de emociones, aumenta el autoestima y se generán espacios lúdicos que permiten la interacción social entre pares. Se realizan preguntas abiertas relacionadas con la metodología utilizada durante la actividad, las personas mayores expresan su interés por esta actividad donde la música y los recuerdos estuvieron presentes. |
| * En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores: |
| No Firma<br>**NOMBRE: HUMBERTO ARISTIZABAL OCAMPO**<br>**CC: 7132785**<br>**PERSONA MAYOR**<br>**ACTIVIDAD 1** |
| **JOHANNA MESA CAMELO**<br>**Coordinadora** |
| Fecha de evaluación del encuentro: 30 de julio 2026 |
| Nombre del profesional que evalúa: Darlenr Geovanna Alzate Pardo (Gerontóloga) |

**|COMUNIDAD DE CUIDADO SAN JOSÉ**
**CONVENIO 6867-2026**
**REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA MOVILIZANDO CAPACIDADES**

## 1. El Ritmo de la Vida “Recuerdos de Antaño” 30/07/2026







