



**INFORME MENSUAL**  
**OFICINA ADULTO MAYOR**  
**MES DE JUNIO AÑO 2025**



De acuerdo con la gestión encargada mediante contrato de honorarios suscritos con la Municipalidad de Padre Hurtado, Dirección de DIDECO se ha encomendado los siguientes cometidos para el año 2025:

**Cometidos:**

- Realizar actividades cognitivas, buscando mantener, fortalecer y promover un envejecimiento activo, preservar las funciones mentales, prevenir o enlentecer el deterioro cognitivo y promover la interacción social, autoestima y bienestar emocional para poder mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.
- Participar de las diversas reuniones de organización y coordinación que requiera la Oficina del adulto mayor.
- Generar informe mensual que deje en evidencia las actividades realizadas, acompañado de las respectivas imágenes y listas de asistencia.

Comunico a usted que durante el mes se han realizado las siguientes gestiones y acciones que responden al cometido antes descrito:

- Realizar actividades cognitivas en adultos mayores es fundamental para mantener, fortalecer y promover un envejecimiento activo y saludable, estas actividades estimulan funciones mentales como la memoria, la atención, el lenguaje y el razonamiento, lo cual contribuye a preservar la autonomía personal y la calidad de vida. Además, estas actividades no solo aportan beneficios a nivel cerebral, sino que también fomentan la interacción social, reduciendo el aislamiento y la soledad, factores de riesgo importantes para la salud mental en la vejez. Al participar en dinámicas grupales y ejercitar sus habilidades, los adultos mayores refuerzan su autoestima, se sienten útiles y valorados, y experimentan un mayor bienestar emocional.

En conjunto, estas acciones contribuyen significativamente a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, promoviendo un envejecimiento más digno, participativo y satisfactorio.

Introducción del taller y ejercicios de memoria

- Juegos de recordar palabras o imágenes (memotest).
- Relato de experiencias personales o anécdotas (memoria autobiográfica).
- Secuencias de palabras o números (memoria a corto plazo).

04

Atención y concentración

- Encontrar diferencias entre imágenes.
- Seguir instrucciones verbales o escritas.
- Colorear mandalas siguiendo un patrón específico.

Lenguaje y comunicación

- Sopa de letras y crucigramas.
- Juegos de palabras (adivinanzas, trabalenguas).
- Juegos de mesa

Orientación espacio-temporal

- Calendarios con actividades diarias.
- Identificar fechas importantes y estaciones del año.

Autoestima y bienestar emocional

- Talleres de gratitud y reconocimiento personal.
- Actividades de relajación o meditación guiada.

Participar de las diversas reuniones de las organizaciones y coordinación que requiera la Oficina del Adulto Mayor:

FECHA	TIPO DE ACTIVIDAD
11/06	Reunión de coordinación con Ofam

