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: Comunidad de Cuidado La Mesa

1.2 Localidad: No aplica

2. Linea: Espiritualidad

2.1. Fecha de Ejecución:

05	09	2024	al	12	09	2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Con-tacto: Habilidades blandas 2. .Historia de vida: Juegos competitivos. 3. Memorias de paz

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Nancy Janeth Ramirez Gutiérrez- gerontóloga.

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Conformar espacios de participación grupal que rescaten y se inspiren en la tradición y ejercicio de la fé, la comunicación asertiva y escucha activa, facilitando con ello reflexionar y aportar en la construcción de paz personal y sentido de bienestar.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Lograr que las personas mayores reconozcan sus propias emociones frente de las diferentes situaciones que se presentan en el diario vivir , a través de dinámicas sencillas como la risa, la pintura, la empatía, que permiten desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
2. .Reconocer la emociones que experimenta el ser humano y adquirir un mayor conocimiento de estas permitiendo identificar mejor las de los demás, a través de un taller que involucra el trabajo en equipo, la participación y la socialización de su percepción de las emociones.
3. Mejorar la calidad de vida del adulto mayor a través del cuidado de la salud mental, mediante la promoción de hábitos activos saludables, utilizando herramientas para la mejora de atención, memoria, habilidades sociales, participación y demás acciones que promueven el bienestar integral del adulto mayor.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Durante este mes se realizan las siguientes actividades desde la línea de espiritualidad **Actividad 1: Con-tacto: Habilidades blandas** **SESIÓN 1: 05/09/2024:** Se organizan las personas mayores participantes en el sector del kiosko, la actividad se ejecuta de manera grupal. Se inicia a las 10:45 a.m. **Actividad 2: Historia de vida: Juegos competitivos.** **SESIÓN 1: 03/09/2024.** En la actividad denominada historia de vida se enfoca la actividad a los juegos competitivos, se organizan las personas mayores en el sector del comedor de asistidos, la actividad se ejecuta de manera individual. se da inicio a las 10:45 a.m. **Actividad 3: Memorias de paz** **SESIÓN 1 Rezo del Santo Rosario : 5, 12 /09/2024,** Se organizan las personas mayores participantes en el sector del salón primncipal, donde se brinda saludo de bienvenida, se ubican en tiempo y espacio, se recuerda que los diías jueves es día del santo rosario la actividad se inicia a las 02:00 p.m.
3.3.2 MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1: Con-tacto: Habilidades blandas** **SESIÓN 1: 05/09/2024:**Después que las personas mayores se encuentran ubicadas, se explica el objetivo de la actividad el cual está enfocado a lograr que las personas mayores reconozcan sus propias emociones frente de las diferentes situaciones que se presentan en el diario vivir , a través de dinámicas sencillas como la risa, la pintura, la empatía, que permiten desarrollar la habilidad para regular las propias emociones, se sensibilizan sobre la importancia de ejercitar la mente, a que la memoria reciente se va perdiendo y por tanto hay que usarla para estar activos, se inicia el ejercicio, preguntándoles que desayunaron el día de hoy, que estaban haciendo ayer a esta hora, que actividad realizaron con el profesional el día anterior, muchos de los participantes no se acordaban, unos pocos dieron la respuesta asertiva, se continua el ejercicio mostrando algunos artículos, se nombraban 3 al mismo tiempo, posteriormente se preguntaba a los participantes que los nombrando nuevamente, después de practicarlo durante varias ocasiones, se mostraban 4 artículos, se evidencia cierto grado de dificultad ya que nombraban artículos del primer grupo, se continúa la dinámica sin mostrar el artículo solo nombrándolos, de igual manera la dificultad aumento, ya que es más fácil recordar las imágenes que se ven a las artículos nombrados. **Actividad 2: Historia de vida: Juegos competitivos.** **SESIÓN 1: 03/09/2024.** Después de organizar a las personas mayores en el espacio indicado , se da la bienvenida y se ubican en tiempo y espacio, se procede a explicar cómo será el desarrollo de la sesión , la cual se ejecutara con un globo ya que su tamaño y peso es adecuado, teniendo en cuenta las habilidades y capacidades de los participantes, se les solicitó de manera individualizada coger el globo y tirarlo con fuerza, cumplía el objetivo los participantes que lo tiraran con mayor fuerza, donde al lanzarlo se les brindaba un estímulo para que en las diferentes rondas trataran de lanzarlo con mayor fuerza, la actividad fue del agrado de los participantes debido a que de manera lenta lograron expulsar el globo de sus manos, anqué algunos de los participantes no lograron lanzarlo, lo tomaron en sus manos y ejercían alguna presión sobre el mismo, disfrutando y alcanzando un momento de tranquilidad. **Actividad 3: Memorias de paz** **SESIÓN 1: Rezo del Santo Rosario** : 5, 12/09/2024, Después de organizar las personas mayores que deseen realizar el rezo del santo rosario, se explican los misterios correspondientes al dia indicado y las intenciones que cada particpante tiene, se hace lectura de la reflexión y se da continuidad a la actividad espiritual.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1: Con-tacto: Habilidades blandas** **SESIÓN 1: 05/09/2024:** Por último, se realiza un repaso generalizado de todos los elementos nombrados, durante la actividad, además los participantes reconocen que les hace falta ejercitar más su mente, ya que los dias pasan y no hacen nada por mantenerse en forma y activos.. La actividad se terminó a las 11:30 a.m. Contó con la participación de 16 personas mayores. **Actividad 2: Historia de vida: Juegos competitivos.** **SESIÓN 1: 03/09/2024.** Para finalizar la actividad se motiva a las personas mayores participantes, para que continúen vinculándose en actividades que promuevan las habilidades que aún conservan, La actividad culmina a las 11:30 a.m., contó con la participación de 11 personas mayores. **ACTIVIDAD 3: Memorias de paz** **SESIÓN 1: Rezo del Santo Rosario : 5, 12/09/2024** Se finaliza la actividad con el rezo de la salve, se agradece a los participantes el acompañamiento semanal para la ejecución de dicha actividad . La actividad se terminó a las 3:30 p.m. Contó con la participación de 30 personas mayores.

3.4 RECURSOS	
Sillas	Nancy Janeth Ramirez: Gerontóloga
Camandula	Personas mayores

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Con-tacto: Habilidades blandas
SESIÓN 1: 05/09/2024: Durante la ejecución de la actividad las personas mayores que se vincularon mantuvieron buena tolerancia al tiempo de ejecución, lograron recordar varios de los elementes, mostraron interes y gusto poer el ejercicio, se cumplio el objetivo planteado.

Actividad 2: Historia de vida: Juegos competitivos.
SESIÓN 1: 03/09/2024. Durante la ejecución de la actividad las personas mayores que se vincularon mantuvieron buena tolerancia al tiempo de ejecución de la misma, por otra parte, de los 11 participantes solo 4 siguen minicmas instrucciones . por tanto solo logran el agarre del globo.

ACTIVIDAD 3: Memorias de paz
SESIÓN 1: Rezo del Santo Rosario : 5, 12/09/2024
Durante el rezo del santo rosario se evidencia que las personas mayores poseen buena capacidad de respuesta, sin olvidar las oraciones, además ayudan a guiar el paso a paso para la ejecución de la actividad, logrando el objetivo planteado. la actividad tiene una duración de 30 minutos,

En constancia se firma

María del Pilar García Gálvis	CC: 52348977	Coordinadora	
Carmen Olis Bustamante	CC: 41343787	Persona Mayor	
María del Rosario Godoy	CC: 20104552	Persona Mayor	
Jamés Diaz	CC: 3262015	Persona Mayor	

Fecha de evaluación del encuentro: **12/09/2024**

Nombre del profesional que evalúa: **NANCY JANETH RAMIREZ GUTIERREZ**

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	REGISTRO FOTOGRAFICO EJE OCUPACION HUMANA COMUNIDAD DE CUIDADO LA MESA CONVENIO 8138 de 2024

EJE: CUIDADO INTEGRAL
ESPIRITUALIDAD

Con-tacto: Habilidades blandas

Sesión 1: 05/09/2024



Historia de vida: Juegos competitivos

03/09/2024



Memorias de paz

SESIÓN 1: 5/09/2024 **12/09/2024**



