ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN 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: Caminos de Vida

1.2 Localidad:N/A

2. Línea: Espiritualidad 2.1. Fecha de Ejecución: 4 | 10 | 2024 al 25 | 10 | 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Energia Vital, 2. Conectando con mi alma 3. Trascender, 4. Viernes de palabra. 5, Devocional

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Luz Adriana Ortiz Tellez (Psicologia)-Ruth Marin (Gerontóloga)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover la inclusión de las personas mayores en las actividades de fortalecimiento espiritual incluyendo diferentes religiones y filosofias de vida en la comunidad de cuidado Caminos de Vida

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Fomentar hábitos de agradecimientos espirituales en las personas mayores en el diario vivir, respetando la cultura, etnia y la libertad de culto.

Actividad 2: Fomentar hábitos de agradecimientos espirituales en las personas mayores en el diario vivir, respetando la cultura, etnia y la libertad de culto.

Actividad 3: Fortalecer la auto trascendencia de la persona mayor orientada hacia objetivos más allá de su propio saber.

Actividad 4: Promover la inclusión de las personas mayores en las actividades de fortalecimiento espiritual de origen catolico y no catolico; mediante de la explicación y escucha de la palabra bíblica.

Actividad 5: Promover la inclusión de las personas mayores en las actividades de fortalecimiento espiritual de origen catolico y no catolico; mediante de la explicación y escucha de la palabra bíblica.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1: Actividad "el significado de la paz" que se desarrolló el día 16 de octubre de 2024, en la zona social de la comunidad de cuidado, en donde se brindó un caluroso saludo a las personas mayores acompañado de la orientación tempero espacial y una corta explicación sobre el propósito de la actividad y el tema a desarrollar, se planteó la pregunta sobre ¿Qué es la paz? Y se brindó un espacio para que las personas mayores compartieran sus respuestas.
	Actividad 2: Actividad " Un minuto de conexión" se realizó 4 sesiones los días 4, 11, 18 y 25 de Octubre de manera grupal se da un espacio de introspección donde por medio de una oración de agradecimiento se buscó el fortalecimiento espiritual mediante el valor de la bondad
	Actividad 3: La actividad "La vida después de la vida" se llevó a cabo, el día 23 de octubre de 2024 con un grupo de personas mayores con el objetivo de explorar conceptos sobre la vida, la muerte y lo que podría haber más allá de esta existencia. A través de una lectura seleccionada, se buscó fomentar la reflexión, el diálogo y el intercambio de experiencias personales. Se inicia la actividad con una cálida bienvenida a todos los participantes, se realiza la orientación tempero espacial y una pequeña ronda de ejercicios de estiramiento con el propósito de que las personas mayores centren su atención en las indicaciones brindadas. Se explica brevemente el propósito de la actividad: explorar la idea de la vida después de la vida. Se destacan los beneficios de reflexionar sobre este tema, como la oportunidad de compartir experiencias y fomentar un sentido de comunidad. Se establecen reglas básicas para la conversación, enfatizando la importancia del respeto, la escucha activa y la confidencialidad. Se anima a los participantes a expresarse libremente, recordándoles que no hay respuestas incorrectas y que todas las creencias son válidas.
	Actividad 4:Actividad "Viernes de Palabra" Los días 4,11,18,25, de Octubre Se Reúne a la mayoría de personas mayores en una zona común se inicia con el ofertorio. La parte inicial de la eucaristía consiste en la ofrenda a Dios de las especies eucarísticas (o sea, el pan y el vino), que son conducidas al altar en donde habrán de convertirse, por obra de la fe, en el cuerpo y la sangre de Jesucristo. El incienso forma parte también de la consagración de las especies.
	Actividad 5: Actividad "Devocional "los días 17 y 24 de Octubre con relajación plena: Momento inicial se elige una de las áreas comunes. Se pide que tengan ropa cómoda, que el lugar esté tranquilo y en silencio, que se sienten correctamente, que deben prepararse para respirar profundo, que cierren sus ojos y piensen en lo que deseen. o se fijen la mirada en la luz de las velas.
O	Actividad 1: Actividad "el significado de la paz" luego de escuchar a la mayoría de las personas mayores presentes en la actividad, se realizó una corta lectura del significado de la paz, para relacionar las respuestas de cada uno con lo que menciona la literatura, en tanto se concluyó la lectura, en la cual se mencionó que la paz es La paz es un estado de bienestar, tranquilidad, estabilidad y seguridad, que es opuesto a la guerra y tiene una connotación positiva. Es un estado de armonía que está libre de guerras, conflictos y contratiempos. Por otra parte, se explicó que existe una relación entre la paz y la espiritualidad y que se puede traducir en una dimensión de las fortalezas de la calidad de vida, por lo que se ve inmerso el bienestar individual haciendo parte de la salud mental y el social, como parte de la sana convivencia.
	Actividad 2: En la actividad " Un minuto de conexión" las personas mayores escucharon una lectura sobre la bondad donde se tocaron temas de ayudar a quien lo necesite, ser amable, compasiva y sentir empatía por el otro reconociendo este valor como el que promueve la convivencia y el respeto mutuo, en este espacio las personas mayores evocaron recuerdos de las situaciones donde prestaron ayuda sin pedir nada a cambio como recoger un vaso o llamar a enfermería cuando alguien tiene problemas de salud ya que esto hace parte fortalecimiento del espíritu

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 3: Actividad "la vida después de la vida" se presenta el texto seleccionado, que aborda diferentes perspectivas sobre la vida después de la muerte. Se recomienda leerlo en voz alta para asegurar que todos puedan seguir y comprender el contenido. Es importante elegir un texto accesible y emotivo que invite a la reflexión. Reflexión individual: Tras la lectura, se otorgan unos minutos para que los participantes reflexionen en silencio. Se les proporciona una serie de preguntas guía para ayudarles a profundizar en su pensamiento, tales como: ¿Qué sentimientos o pensamientos les genera la lectura? ¿Cómo interpretan el concepto de vida después de la muerte? ¿Qué experiencias personales les han llevado a pensar sobre este tema? Una vez finalizada la reflexión individual, se abre el espacio para el diálogo. Se animó a los participantes a compartir sus reflexiones. Se promovió un ambiente de escucha activa, donde cada voz es valorada. El facilitador puede intervenir con preguntas para profundizar en los temas que surgen y ayudar a conectar las ideas de los diferentes participantes.
	Actividad 4: La plegaria eucarística. El momento cumbre del rito consiste en una plegaria de agradecimiento y consagración, a través de la oración de la feligresía que el sacerdote dirige, y el canto de distintos himnos, que son escuchados y cantados de manera solemne y reverente. En esta etapa se produce la consagración del vino y el pan, mientras la feligresía contempla de rodillas, y se rememora a viva voz la última cena de Jesucristo.
	Actividad 5: centran su atención en un pensamiento, en una sensación o emoción o en su respiración, para que puedan calmar su mente y tranquilizar los momentos diarios vividos. y van repitiendo la silaba hummmmmmmmmm,hummmmmmmmmmm. Hummmmmmmmm.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1: Actividad "el significado de la paz" al finalizar la lectura y la reflexión, se recurrió al apoyo de terapia ocupacional, quien facilitó un instrumento musical, con el cual, una de las personas mayores compartió algunas canciones relacionadas con el tema, brindando un espacio caluroso a los participantes, quienes, entre cantos, aplausos y agradecimientos, concluyeron con la actividad. Por otra parte, se agradeció a quienes se vincularon y se les invitó a participar en las próximas actividades que se programen con el propósito de fortalecer la energía vital.
	Actividad 2: Al finalizar la actividad "Un minuto de conexión" se invitó a las personas mayores a fortalecer su espíritu mediante el valor de la bondad estar siempre dispuesto a ayudar a alguien sin esperar nada a cambio ,ya que esto hace parte de vivir en comunidad como también crea actos de amor, compasión y solidaridad que contribuyen a crear un mundo más compasivo y bondadoso
	Actividad 3: Actividad "la vida después de la vida Se inicia el cierre pidiendo a los participantes que compartan brevemente cualquier conclusión o emoción que hayan experimentado durante la actividad. El facilitador puede facilitar este proceso preguntando: •¿Qué fue lo que más les resonó de la conversación? •¿Hay algo que les gustaría llevarse de esta experiencia? Se hace una síntesis de los puntos más relevantes que se discutieron, resaltando la diversidad de creencias y experiencias, así como los temas comunes que surgieron. Se enfatiza la importancia de estas conversaciones en la vida cotidiana. Se agradece a todos por su participación y valentía al compartir sus pensamientos. Se cierra la actividad con un mensaje positivo sobre la vida, el legado y la importancia de seguir explorando estos temas juntos.
	Actividad 4:Con el rito de la comunión. La eucaristía finaliza con el rito de la comunión, que contempla el fraccionamiento del pan por parte del sacerdote (en rememoración de las acciones de Jesucristo), mientras la feligresía entona el "Cordero de Dios". Finalmente, los feligreses que sean aptos para ello son invitados al banquete de Cristo y el pan consagrado es repartido entre todos
	Actividad 5: las personas mayores han mostrado que pueden seguir la instrucción para meditar; se les pide que vayan soltando la respiración y que se queden sentados allí muy quietos, pero que mantengan los ojos cerrados por un rato más y cuando ya sientan un gran deseo de abrirlos que lo hagan lentamente. Para dar por finalizada la meditación guiada.

3.4.RECURSOS	
Televisor	Gerontóloga
Computador	Psicólogas
Mesas	Sacerdote
Sillas	Laico consagrado
Biblia	
Ornamentos religiosos.	
Libro	
Fichas	
Velas de colores.	
Parlante	
Micrófono	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Actividad "el significado de la paz" se logró la participación de 23 personas mayores, de las cuales 21 realizaron aportes significativos al tema, mencionando que es la paz, uno de los participantes aporto al tema por medio de la interpretación de unos temas musicales relacionados con el respeto, la amistad y el valor de la paz.

Actividad 2: En la actividad " Un minuto de conexión" Participaron 150 personas mayores de manera pasiva y activa en la escucha de la lectura sobre en fortalecimiento de la fe mediante la bondad.

Actividad 3: Actividad "la vida después de la vida" en donde se logró la participación de 22 personas mayores, donde hemos podido explorar un tema profundo y a menudo tabú. A lo largo de la actividad, los participantes han tenido la oportunidad de compartir sus pensamientos, creencias y emociones sobre la vida y la muerte, creando un espacio de apoyo y comprensión mutua.

Actividad 4: En este momento final han participado 145 personas mayores; se cumplió con la trascendentalita espiritual de preparación para recordar que los cristianos se unen con Cristo en su pasión muerte y resurrección sin importar el credo que se profese; logrando satisfacción espiritual

Actividad 5: En este momento han participado 22 personas mayores que han disfrutado de la meditación, a relajarse fácilmente, reduciéndose el stress diario con el fin de mejorar la calidad del sueño y la estabilidad emocional

* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

ADOLFO

NOMBRE: ADOLFO DIAZ LOPEZ
CC: 17139798
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

No firma

NOMBRE: MARIA ROSALBA OQUENDO YEPES
CC: 32442957
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

No firma

NOMBRE: JOSE LUIS PAREDES
CC:81715906
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

No firma

NOMBRE: LEOVIGILDO BENITEZ
CC:19404540
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

No firma

NOMBRE: ARSENIO RIAÑO
CC 1032436394
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

RAUL ARMANDO MARTINEZ MORENO:

Coordinador

Fecha de evaluación del encuentro: 25/10/2024

Nombre del profesional que evalúa:Luz Adriana Ortiz Tellez (Psicologia)-Ruth Marin (Gerontóloga)

OMUNIDAD DE CUIDADO CAMINOS DE VIDA CONVENIO 8135-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA ESPIRITUALIDAD

1. Energía Vital
16/10/2024 “El significado de la paz”



2. Conectando con mi alma

Un minuto de conexión

04/10/2024



11/10/2024



18/10/2024



25/10/2024



3. Trascender
23/10/2024 “la vida después de la vida”



4. Viernes de Palabra. 4,11,18,25 de Octubre









5. Devocional: 17 y 24 de Octubre



