ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Pagina: 1 de 1

Fecha de ejecución:	8	1	2025	

Unidad Operativa:	Villa Kennedy		
Componente de Atención:	Derechos y ejercicio de cuidadanía		
Línea de Atención:	Espiritualidad	Profesional a cargo:	Stella García - Psicóloga
Nombre de la actividad:	El arte de agradecer		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover en las personas mayores el reconocimiento de su condición como sujetos de derechos, que accedan a la información, las rutas, mecanismos y medios suficientes y necesarios para su exigibilidad; lo que a su vez les permitirá avanzar, fortalecer y cualificar el ejercicio pleno de su ciudadanía.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.Promover espacios de integración que permitan que las personas mayores tengan la opción de exteriorizar sus emociones por medio de la escritura.
2.Reconocer los beneficios que puede ofrecer la impelementación de la escritura terapéutica.
3.Desarrollar un espacio para la quema de las situaciones negativas que los participantes consideran que les generan malestar y no les permiten abanzar a fin de generar procesos de sanación significativos.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se realizará la convocatoria de las personas mayores dando a conocer el espacio de encuentro así como el objetivo del mismo. Se realizará una introducción al tema dando a conocer el concepto de escritura terapéutica se informará que el encuentro se desarrollará por medio de una dinamica de escritura, a fin de que los participantes tengan un concepto más claro se realizará la proyección de un vídeo que brindará mayor información respecto al tema.
MOMENTO CENTRAL	Posterior a la proyeccón del vídeo se realizará entrega de materiales (papel-plumones) se indica que teniendo en cuenta la época de inicio de año y con la intención de tener la mente abierta a los cambios y expectativas positivas se propone que de forma libre y privada cada participante escriba dos cartas en una de ellas debe dar a conocer las situaciones que le generan malestar (peleas, malas decisiones, temas familiares, o situaciones que consideren que se deben perdonar a ellos mismos) en la otra carta escribiran cosas por las que agradecen,se resalta la mportancia de poner una verdadera intensión en sus escritos posteriormente estas cartas serán quemadas con la intención que de forma simbolica sus intenciones se sean elevadas por medio del humo.
MOMENTO FINAL	Para finalizar se pedira la grupo que de a conocer como les parecio la actividad, si consideran que tienen una sensación diferente luego del ejercicio, se promoverá la participación del grupo a fin de identificar si consideran que este tipo de acciones les genera interés a fin de poder implementarlas en proximos encuentros.

RECURSOS

Espacio amplio - Encendedor Mesas Sillas Papel Plumones	Personas mayores Talento humano

Se realizó la convocatoria de las personas mayores dando a conocer el lugar de encuentro y objetivo del mismo se le menciona al grupo que se realizará un ejercicio de escritura que se basará en el uso de la escritura terapeutica la cual es una técnica que permite que las personas de forma libre puedan expresar sus sentimientos, emociones, frustaciones, tritezas y demas situaciones que posiblemente se les dificulte exteriorizar de forma verbal, posteriormente se realizó la proyección de un vídeo en el cual se dió a conocer de forma más amplia la forma en la cual la escritura puede generar procesos terapéuticos.
Posteriormente se realizó la entrega de papel y plumones para que las personas mayores relizaran el ejercicio escrito resaltando que deben hacer dos cartas en la prmera deben colocar situaciones que les genran malestar en diferentes ámbitos de su vida tales como conflictos familiares, arrepentimiento por la toma de malas decisiones, o situaciones en las cuales consideren que deben realizar proceso de sanción con sigo mismos, además deben hacer una carta de agradecimiento pues tambien es necesario agradecer por los aprendizajes, experiencias, demás situacones que ellos consideren que les han aportado.
Se brindó un tiempo límite para el desarrollo del ejercicio terminada la elaboración de las cartas se abrió la opción de que de forma voluntaria la olas personas que quisieran dar a conocer su escrito lo prodrían realizar aclarando que es un jercicio voluntario solo uno de los participantes quizo hacer la lectura de sus cartas,luego se procedió a hacer la quema.
Para finalizar se pide a los participantes que den a conocer que sensación les generó la actividad, en donde algunos manifiestan que les parece positiva ya que es un a forma confidencial de poner sus preocupaciones permitiendose sentir una sensación de alivio, refieren que les parecería positivo poder realizar esta actividad con la mayoría de sus compañeros, se evidencia que la actividad fue de su agrado teniendo en cuenta su atención y participación durante el encuentro.

FUDESOL
Fundación Social Para el Desarrollo Humano
Nit: 900 295 709 -3

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024

FECHA: 08/01/2025	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** ESPIRITUALIDAD	**RESPONSABLE:** Stella García Psicóloga







