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 Página: 1 de 1

Fecha de ejecución:	14	01	2025	
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Día Noche Villa Kennedy			
Componente de Atención:	Derechos y ejercicio de ciudadanía			
Línea de Atención:	Fortalecimiento de la autonomía		Profesional a cargo:	Psicología: Paula Andrea Castillo Galeano
Nombre de la actividad:	La importancia de la autoestima			

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover el fortalecimiento de la autoestima en las personas mayores asistentes al Centro de Cuidado transitorio Día-Noche Villa Kennedy, a través de actividades y dinámicas que les permitan identificar sus fortalezas y desarrollar una visión positiva de sí mismos, favoreciendo su bienestar emocional y social.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Facilitar el reconocimiento y la valoración de las experiencias y logros personales de las personas mayores, para fomentar una actitud positiva hacia su historia de vida y aumentar su confianza en sí mismos.
2. Brindar herramientas prácticas para mejorar la autopercepción y la gestión emocional, promoviendo el autocuidado y la aceptación personal como claves para una vida más plena y satisfactoria en la adultez mayor.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se realiza sensibilización a los adultos mayores frente a la temática que se va a trabajar, se expone la estrategia y la duración aproximada de las actividades. Se invita a los diferentes participantes del centro cuidado transitorio a participar activamente en la estrategia planteada.
MOMENTO CENTRAL	Se realiza inicialmente sensibilización frente al concepto de autoestima, indagando con las personas mayores conocimientos previos y percepciones e imaginarios; se comparten las respuestas generando un espacio para el debate y la restructuración frente al concepto. Se realiza una actividad rompehielo en la que se pide a las personas mayores que caminen por el espacio mientras que el facilitador les da una palabra referente a alguna cualidad, cuando las personas se identifiquen con esta cualidad, deben parar de caminar y mirar a su alrededor para identificar quienes se reconocen desde esta cualidad. Una vez finalizada esta actividad, se realiza la lectura de un cuento afín con la temática principal y se recogen con los participantes las conclusiones y principales enseñanzas que este refleja; a continuación se solicita a las personas mayores que piensen en un momento de su vida en el que hayan reconocido una cualidad en ellos y se preparen para compartirlo con el grupo, para esto se va lanzando entre las personas mayores un balón y quien lo reciba debe compartir su historia y su cualidad frente al resto del grupo.
MOMENTO FINAL	Para finalizar, se solicita a cada uno de los participantes que realicen un compromiso relacionado con una actividad de autocuidado, la cual deberán cumplir durante la semana, se recogen las experiencias y respuestas de cada uno y se da un cierre a través de las principales conclusiones y herramientas aprendidas. Se da cierre a la actividad.

RECURSOS

Balón	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Como resultado del taller, a través de las actividades propuestas lograron identificar y reconocer sus fortalezas y logros en historia de vida, lo que favoreció a una visión más positiva de sí mismo y de su historia de vida. Asimismo, las herramientas brindadas para la gestión de la autopercepción fueron efectivas, ya que los participantes generan compromisos frente a las estrategias de autocuidado, que favorecerá el bienestar emocional y la experiencia plena de la rutina.

FUDESOL Fundación Social Para el Desarrollo Humano Nit: 900 295 709 -3	**CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024**
FECHA: 14/01/2025 RESPONSABLE: PSICOLOGA PAULA ANDREA CASTILLO	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: LA IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA**
	
	