	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:	23	Marzo	2025				
Unidad Operativa:	Centro de Cuidado Transitorio Quiroga						
Componente de Atención:		derechos y ejercicio de ciudadania					
Línea de Atención:	Fortalecimiento de la autonomia			Profesional a cargo:	Pedro Ignacio Buitrago Fierro		
Nombre de la actividad:	Autonomia y Bienestar						

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Facilitar un espacio de análisis y reflexión sobre la percepción de bienestar en la vejez, explorando opiniones y referentes personales y colectivos relacionados con la experiencia de vida inmediata, las expectativas y las actitudes de las personas mayores, como factores influyentes en su bienestar durante el proceso de envejecimiento.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Fortalecer la valoración de si mismos mediante actividades que promuevan la aceptación y el reconocimiento de las capacidades personales en la vejez.

Fomentar espacios de reflexión y diálogo grupal sobre experiencias de vida, fortaleciendo la construcción de redes de apoyo emocional y social.

Impulsar la participación en actividades que contribuyan al desarrollo continuo, la integración comunitaria y el sentido de propósito en esta etapa de la vida

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se realiza la invitación al encuentro durante la toma del refrigerio de la mañana, indicando que el tema a trabajar será la percepcion de bienestar personal y colectivo. Una vez reunidos en el jardin interior, se comparten dos preguntas 1. Que observan alrededor de ellos? 2. Exixte un jardin interior en cada persona?. Posteriormente, se invita a opinar sobre estaspreguntas, reflexionando sobre lo que les sugieren. Se les anima a expresar las percepciones generadas en el pensamiento, destacando las diversas sensibilidades propias del ser humano.
MOMENTO CENTRAL	En este segundo momento se plantea una reflexión sobre el concepto de bienestar, analizando cómo cada persona lo percibe en función de su experiencia de vida. Este ejercicio inicia con la exploración de momentos significativos en los que los participantes han sentido bienestar, ya sea por la satisfacción de una necesidad, por una experiencia gratificante, o incluso por haber enfrentado y superado situaciones difíciles. Se invita a los participantes a reflexionar sobre cómo estas vivencias han influido en su percepción actual del bienestar. Para ello, se realiza una dinámica en la que los participantes comparten en grupos pequeños algunos recuerdos relacionados con momentos de bienestar en su vida, incluyendo aquellos que surgieron de lo material, lo emocional, lo social, o lo espiritual. Este intercambio fomenta el reconocimiento de las diversas dimensiones que constituyen el bienestar y permite identificar los factores que cada persona considera más relevantes para su bienestar personal. Luego, se solicita a los participantes que se organicen en un círculo y, guiados por preguntas orientadoras del profesional o a través de una reflexión libre, expresen cómo definen su bienestar en la actualidad y cuáles son los aspectos prioritarios en su vida. Este espacio abre un diálogo grupal en el que se intercambian ideas y experiencias sobre cómo el bienestar se ve influenciado por las relaciones interpersonales, las expectativas personales y las condiciones sociales y culturales. Por último, se exploran las maneras en las que los participantes pueden fortalecer su bienestar en el día a día, destacando la importancia de reconocer los pequeños momentos y acciones que generan satisfacción, y abordando cómo las expectativas irreales o las normas culturales pueden llegar a limitar la experiencia plena de bienestar.
MOMENTO FINAL	Se organiza un círculo de la palabra en el que cada participante comparte su opinión o reflexión sobre cómo percibe y vive su bienestar en el momento actual de su vida. Se hace énfasis en que el bienestar es un concepto integral que trasciende lo físico, abarcando dimensiones emocionales, sociales, espirituales y personales. Se invita a los participantes a explorar cómo estas dimensiones se entrelazan y contribuyen a su sensación de plenitud y satisfacción. El ejercicio culmina con una expresión grupal en la que cada persona comparte lo que ha aprendido o fortalecido a lo largo del encuentro. Este espacio permite identificar los aspectos que han descubierto sobre su propio bienestar y cómo pueden integrarlos en su vida cotidiana para potenciar su desarrollo personal y colectivo.

RECURSOS

Jardin con sus elementos	Profesional
Musica ambiental	personas mayores beneficiarias del servicio

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

En el encuentro participan 27 personas beneficiarias, evidenciando una respuesta positiva a la exploracion de sus opiniones y percepciones, en tanto consideran el bienestar como un tema relevante en su proceso de envejecimiento y el momento de vida en el que se encuentran. resaltando la permanencia en el centro como una fuente de este aspecto, en tanto reciben componentes que los liberan de carencias y preocupaciones.
Se logra establecer una diferencia entre las condiciones vividas en otros momentos de su vida, con las que son posibles en este momento, definiendo asi una valoracion diferencial en la que se rescatan las condiciones que les brinda el servicio de cuidado transitorio.
Se avanza en las percepciones favorables sobre sus condiciones actuales, definiendo alternativas inmediatas y viables que mejoren sus condiciones materiales, relacionales, espirituales y personales o subjetivas de bienestar.

Registro fotográfico 23 marzo 2025



Actividad física





Encuentro de la mañana





Actividad de la tarde