	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:	22	Marzo	2025		
Unidad Operativa:	Centro de Cuidado Transitorio Quiroga				
Componente de Atención:	Estios de vida saludable				
Línea de Atención:	Trasformacion de imaginarios			Profesional a cargo:	Pedro Ignacio Buitrago Fierro
Nombre de la actividad:	BuenVivir				

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Fomentar la reflexión sobre el sentido de la vida en la vejez, explorando las percepciones relacionadas con el bienestar, con el propósito de identificar ajustes y transformaciones en la forma de comprender el proceso de envejecimiento, y posibilitar la continuidad del desarrollo humano y personal en esta etapa de la vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Analizar las percepciones y creencias existentes en las personas mayores sobre el proceso de envejecimiento y su relación con el bienestar y el buen vivir

Facilitar espacios de reflexión para identificar ajustes en las narrativas personales sobre la vejez, promoviendo una visión positiva y enriquecedora de esta etapa de vida.

Definir estrategias que impulsen el desarrollo continuo de habilidades personales y humanas en la vejez, fortaleciendo el sentido de propósito y trascendencia en esta etapa.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	A las 9:50 a. m., se realiza la invitación al encuentro de la mañana, el cual tratara sobre el concepto y desarrollo de bienestar y las percepciones reacionadas con el, lo que aportarán elementos y experiencias de interés para el proceso de envejecimiento y autonomía. A las 10:00 a. m., se invita a las personas mayores a participar en el encuentro, organizándolas en la sala multisensorial. Allí se presenta una breve exposición sobre el tema del día. En este caso, se inicia con una exploración de la identificación de percepciones en las personas mayores relacionadas con el sentido de vida, lo que conideran que les permite sentirla en su experiencia cotidiana, los cambios que han percibido en los últimos años y como la sienten en la actualidad, planteando que esto es parte del sentido que cada uno da a la misma y que esta relacionado con el nivel de autonomía según las situaciones y el contexto.
MOMENTO CENTRAL	Este segundo momento comienza con un ejercicio de sensibilización en el que, en silencio, cada participante reflexiona sobre el aspecto o elemento que, en este momento, le permite sentirse vivo y con ánimo o alegría de vivir. Posteriormente, se comparten estas reflexiones en grupos de cuatro personas, donde juntos definirán lo que entienden por el 'buenvivir'. Después de cinco minutos de intercambio de opiniones en los grupos, se organiza un círculo de la palabra para presentar las conclusiones de cada grupo. Durante este espacio, se destacan los aspectos que surgen alrededor de la idea del 'buenvivir'. Se pone especial énfasis en elementos como las condiciones materiales y económicas, la salud física y mental, la espiritualidad, la dimensión emocional, la movilidad social y, finalmente, la realización personal. A cada uno de estos componentes se les asigna un significado general que permita reconocer su importancia en la cotidianidad y experiencia de vida de cada persona mayor. Tras analizar estos componentes, se reflexiona sobre su relevancia en la vida de cada participante, destacando cómo cada quien los prioriza según su escala de valores o expectativas de vida. Se concluye que no existe una jerarquía socialmente definida, ya que su importancia responde más a las formas particulares de pensar, sentir y vivir. Finalmente, se examina cómo cada elemento genera distintas maneras de experimentar el 'buenvivir', ofreciendo diferentes niveles de gratificación. También se discute cómo enfocarse únicamente en un aspecto puede conducir a formas diversas de frustración, limitando el 'buenvivir', el bienestar y la posibilidad de desarrollo personal.
MOMENTO FINAL	Invita a cada participante a tomar unos minutos para escribir en una hoja o simplemente pensar en un compromiso personal que estén dispuestos a asumir para promover su propio bienestar y buenvivir. Puede ser algo pequeño pero significativo, como dedicar tiempo a una actividad que disfruten, cuidar su salud emocional o compartir más tiempo con seres queridos. Finaliza con una ronda grupal en la que cada persona dice una palabra o frase que represente lo que se lleva del encuentro, resaltando emociones y aprendizajes obtenidos

RECURSOS

Musica	profesional
Hojas y esferos	personas mayores
salon multisensorial	

EVALUACION DE LA ACTIVIDAD

En el encuentro participan 35 personas beneficiarias del servicio que ingresaron al centro, evidenciando una respuesta positiva a la exploracion de sus opiniones y percepciones, en tanto consideran un tem relevante en su proceso de atencion y momento de vida.
Se evidencian logros importantes como el reconocimiento de aspectos inmediatos relacionados con lo que consideran es el Buen vivirr, asi mimo definen condiciones actuales que aportan a esta experiencia cotidiana, diferenciando las condiciones materiales ideales, de aspectos humanos diversos como las condicines de salud, la estabilidad mental, la tranquilidad que les aporta la religiosidad entre otros aspectos.
Se avanza en la aceptacion de condiciones desfavorables cmo la ausencia de redes, la proximidad de desgaste corporal y la necesidad de realizar acciones para preservar al maximo la funcionalidad. Otro avance es la revision y valoracion de su estado emocional y la valoracion de si mismos.
Queda por avanzar en el fortalecimiento de aspectos relacionados con la autoestima, promoviendo ejercicios de reconocimiento personal, con pares y desde sus redes inmediatas, como aporte al fortalecimiento de su autonomia.

Registro fotográfico 22 marzo 2025





Actividad física





Encuentro de la mañana