ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.	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:	**30**	**Marzo**	**2025**		
Unidad Operativa:	**Centro de Cuidado Transitorio Quiroga**				
Componente de Atención:		**Participación y redes**			
Línea de Atención:	**Identificación y fortalecimiento de redes familiares**			Profesional a cargo:	**Maria Teresa Rodriguez**
Nombre de la actividad:	**Saberes y vinculos - Familiarizandonos**				

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer los vínculos y las relaciones de ayuda entre referentes familiares y personas mayores, mediante intercambio de saberes dirigidos a potenciar componentes y aspectos relevantes de la dinámica relacional. Esto incluye reconocer los cambios en la forma de experimentar la vejez y analizar las percepciones en este aspecto.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Promover el intercambio de experiencias y saberes intergeneracionales para fortalecer el entendimiento entre las personas mayores y sus referentes familiares mejorando la dinamica relacional.

Identificar cambios en la manera de experimentar la vejez, fomentando la empatía y el respeto hacia las percepciones y necesidades de las personas mayores y las limitantes de los familiares en este proceso.

Proyectar acciones prácticas de apoyo y fortalecimiento relacional, dirigidas a mejorar la comunicación, la cooperación y el cuidado entre las personas mayores y sus referentes familiares, sensibilizando cada actor en relacion con este proceso y relacion de apoyo.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Durante las tres semanas previas, se realiza la invitación al encuentro de referentes familiares para el presente mes a través del grupo de WhatsApp y de los contactos establecidos en otros espacios y canales. Asimismo, se invita a personas mayores interesadas en participar en el desarrollo del tema planteado: Saberes y vínculos en el entorno familiar y social. Llegada la hora, se abre el espacio reuniéndonos en grupo en el auditorio. Posteriormente, se comparte un audio relacionado con la soledad y el afecto en las personas mayores, dando paso a que estas expresen su opinión respecto a lo escuchado.
MOMENTO CENTRAL	A partir de los aportes realizados durante las intervenciones de las personas mayores y sus familiares, se procede a diferenciar lo que implican los saberes y los vínculos en la vida de cada ser humano. Se enfatiza que estas ideas varían de acuerdo con las experiencias y el momento vital de cada persona, ya que a lo largo de la vida se maduran y se experimentan situaciones que llevan a replantear estas ideas y asumirlas para construir una mejor relación con el entorno familiar y social. Se buscará destacar aspectos relacionados con los vínculos: un vínculo es una conexión emocional, social o afectiva entre personas que se establece a través de interacciones, experiencias compartidas y comunicación. Estos vínculos pueden ser familiares, amistosos, románticos o comunitarios, y se fundamentan en valores como la confianza, el respeto, la empatía y el apoyo mutuo. Por otro lado, los saberes hacen referencia al conjunto de conocimientos, habilidades, experiencias y valores adquiridos a lo largo de la vida, tanto de manera formal como informal. Incluyen aspectos culturales, sociales, prácticos y emocionales que se transmiten y transforman mediante interacciones, vivencias y aprendizaje colectivo. En cuanto al ámbito psicoafectivo, este se refiere a la conexión entre los aspectos psicológicos y afectivos de las personas. Abarca cómo los pensamientos, emociones, sentimientos y experiencias influyen en el desarrollo personal, las relaciones interpersonales y el bienestar emocional. Este concepto es clave en la formación de la identidad y en la manera en que las personas se relacionan consigo mismas y con los demás. Finalmente, los saberes y los vínculos están profundamente conectados. Los conocimientos y experiencias que poseemos suelen transmitirse, enriquecerse y transformarse dentro de nuestras relaciones interpersonales. En un entorno familiar, social o comunitario, los saberes se comparten a través de los vínculos establecidos, creando un ciclo de aprendizaje mutuo y fortaleciendo las conexiones humanas. En esencia, los saberes se potencian cuando fluyen entre personas conectadas por vínculos sólidos, y estos vínculos se enriquecen mediante el intercambio de saberes significativos.
MOMENTO FINAL	Para concluir, y después de revisar los diferentes aspectos propuestos a partir de las experiencias y aportes de los participantes en el encuentro, se les invita a definir un saber que haya orientado sus vidas y que pueda ser un aporte valioso para la vida de otra persona, ya sea mayor o joven. En ese momento, se busca que los participantes reconozcan la diversidad de los aportes y saberes compartidos, así como su valor intrínseco, ya que estos surgen de las experiencias, capacidades y particularidades de cada individuo. En esta diversidad humana radica la posibilidad de que una misma experiencia genere saberes diferentes, sin que uno sea más o menos valioso que otro. Esto nos lleva a reflexionar que es parte del proceso de vida que cada persona tome estos saberes, los evalúe y defina la forma en que los aplica en su propia vida.

RECURSOS

Parlante	Trabajadora social
Musica de los 60 y 70	Psicologo
Audio sobre la soledad en la vejez	Familiares Referentes familiares
efrigerio (queso, chucula, leche y torta artesanal)	Personas mayores

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

En el encuentro se vincularon cinco referentes familiares, mientras que otros dos se excusaron debido a limitaciones de tiempo y cruces con actividades programadas. Asimismo, participaron 20 personas mayores, beneficiarias del servicio, quienes asistieron a la jornada programada para el día de hoy.
En general, los asistentes escucharon con interés el audio compartido y coincidieron en que la vida está determinada por los sentimientos y el amor. Reflexionaron sobre la soledad como una condición que, en algunos casos, es una elección, mientras que en otros se impone. Por ello, resaltaron la importancia de contar con el apoyo y la compañía de personas significativas que puedan brindar respaldo y cercanía.
A partir de estas reflexiones, se abordó el tema de los vínculos, definidos como conexiones que se dan entre las personas, ya sea por ser parte de la familia o por compartir algún espacio o tiempo de vida a lo largo del recorrido existencial. Se destacó que los saberes adquiridos en ese camino son el resultado de cómo aprendemos de las experiencias vividas. Estos aprendizajes implican comprensión, inteligencia y una actitud abierta al aprendizaje, ya que hay personas que, pese a vivir diversas situaciones, no logran extraer aprendizajes significativos, limitándose a buscar excusas externas.
Se subrayaron valores como la confianza, la necesidad de establecer límites, la comprensión, la empatía, el apoyo mutuo y los sentimientos como fundamentos de los vínculos. Además, se revisaron las diferencias entre las distintas formas de vínculo: los filiales y fraternos, los de pareja y los de amistad. Se compartió que cada tipo de vínculo tiene características y condiciones propias, y que cada persona desempeña diferentes roles como amigo, hermano, compañero, hijo, padre o pareja. Esto se debe a que las relaciones no dependen únicamente de uno, sino también de la interacción con el otro.
Finalmente, se evidenció la necesidad de generar ejercicios pedagógicos que fomenten una mayor interacción entre los participantes, con el fin de promover una dinámica más activa y participativa.

Registro fotográfico 30 de marzo de 2025





Actividad física





Actividad central: Familiarizandonos





Encuentro de referentes familiares