ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Pagina: 1 de 1

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategi: Servicio integral de bienestar y cuidado

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth

1.2 Localidad: Fuera de Bogotá

2. Línea: Espacios para la realización - Eje Ocupación Humana

2.1. Fecha de Ejecución:

1	3	2025	al	31	3	2025

2.2. Nombre del encuentro: 1. Entrelazando saberes , 2 Construyendo mi tiempo libre, 3 Reconociendonos, 4 Proyecto de vida, 5 Sabores únicos , 6 Momentos para recordar.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Jhon Alejandro Sanchez M - Gerontólogo / Diana Alarcon Terapeutas y Mayreth Cruz Ramirez - Terapeuta Ocupacionales

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Generar espacios de fortalecimiento en la autonomía e independencia de las personas mayores, a través de la realización de actividades gerantagogicas, disfrute del envejecimiento y un aprovechamiento del tiempo libre, generando sentido de pertenencia institucional.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.Formar espacios que permitan un intercambio de experiencias y fortalecimiento de saberes, a partir de un aprovechamiento del tiempo libre mediante actividades de remembranzas, música y cine.
2. Promover el desempeño de las personas mayores en ocupaciones con sentido y significado, por medio de actividades de ocio y esparcimiento relacionadas con sus gustos e intereses.
3. Exponer a las personas mayores los desafíos que se presentan mediante estereotipos negativos y conceptos erróneos a nivel social y personal, permitiendo un reconocimiento de derechos humanos, consolidando su proyecto de vida.
4. Generar espacios de inclusión, fortalecimiento social y disfrute de la vejez, mediante actividades y festividades de fechas especiales, acompañado con una preparación alimenticia especial resaltando la importancia del día celebrado.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1. Entrelazando saberes: Durante el mes de marzo se llevaron a cabo dos actividades los días 21 como sesión 1 y 23 como sesión 2. Cada actividad inicia convocando a las personas mayores, así mismo se alista el espacio con sillas y la proyección en la Televisión. Se da la bienvenida y agradecimiento por la participación, posteriormente se explica la metodología de la actividad, la del 21 de marzo donde por solicitud de ellos se destinó como Karaoke con un intercambio de saberes con la música, el 23 de marzo se continúa con el documental de Septiembre 11: El Día que Cambió la Aviación | Nat Geo en Español, permitiendo en ellos recordar que se encontraban haciendo ese día.

Actividad 2. Construyendo mi tiempo libre: Se desarrolla actividad orientada a favorecer el adecuado manejo del tiempo libre de las personas mayores de la comunidad de cuidado, por medio de actividades de ocio y esparcimiento acordes a sus gustos e intereses. Para tal fin se invita a las personas mayores a participar de los espacios de club de lectura, juegos de mesa y juegos tradicionales. Se llevan a cabo tres sesiones los días 15, 17 y 28 de marzo.

Actividad 3 Reconociendonos: actividad realizada el día 22 de marzo de 2025, donde se abordó la Política Pública por la Garantía de Derechos de Personas de los Sectores LGBTI, se organizó el espacio y se extiende la invitación a las personas mayores a participar de la actividad.

Actividad 4. Proyecto de vida: Actividad realizada el día 17/03/2025. donde se organiza el espacio y se extiende la invitación a las personas mayores para su participación, a medida que las personas mayores llegaban se les iba indicando la ubicación.

Actividad 5. Sabores Únicos:Se planea con dos semanas de antelación los menús especiales para la conmemoración del mes del género, posteriormente se envía solicitud de aprobación a la SDIS para programar pedidos de insumos y alimentos requeridos para las preparaciones de este día. Se informa a las personas mayores de la celebración del día del mes del género y se da a conocer que por la conmemoración de esta fecha se estará celebrando este día con la preparación, servido y distribución de menús especiales en cada uno de los 5 tiempos de comida.

Actividad 6. Momentos para Recordar: actividad realizada el día 14/03/2025, articulado el área de nutrición con la elaboración de los cinco tiempos de comida, donde se celebra el día del género (conmemorar el día de la mujer y celebrar el día del hombre), se extiende la invitación a las personas mayores para realizar la actividad, así mismo se organiza el espacios, donde iniciara con un espacios eucaristico, donde se tendrá una intención en la misa agradeciendo por la vida y por la gracia divina.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 1. Entrelazando saberes: en la sesión 1 se realizó la actividad de intercambio de saberes con la música (karaoke), donde las personas mayores solicitaban un disco y debía mencionar que recuerda lo que anécdota de su vida le hacía recordar el disco, permitiendo un momento de distracción y fortalecimiento social con su pares. La sesión 2 se realizó con la actividad se continúa con lo realizado el mes pasado frente al ataque de las torres gemelas, donde se les proyecta el documental, donde las personas mayores pudieron compartir su sentir y así mismo el recordar que estaba haciendo ese día que sucedió la tragedia. Actividad 2. Construyendo mi tiempo libre: Sesión 1.Se lleva a cabo sesión con demandas cognitivas y motoras finas, a través de juegos de mesa. Para tal fin se disponen diferentes espacios, para que las personas mayores de manera libre puedan selección la actividad que corresponda en mayor medida con sus intereses; en este sentido se disponen espacios de parqués, dominó, ajedrez y coloreado. En el trascurso de la sesión se evidencia el interés de las personas mayores por vincularse en las diferentes alternativas proporcionadas, posibilitando el disfrute del tiempo libre, en actividades que resultan significativas. Sesión 2.Se desarrolla sesión de club de lectura por medio de textos cortos de cultura general, los cuales son leídos de manera conjunta, posibilitando que las personas mayores que no tienen aproximación a la lengua escrita, puedan ser partícipes del espacio. Con base en los anterior se abordan las temáticas de Curiosidades del pulpo y Los países más turísticos del mundo. Tras culminar el texto, se incentiva a las personas mayores a expresar sus saberes y sentires sobre el tema abordado. Sesión 3. La sesión se desarrolla con la temática de juegos tradicionales, seleccionando la bolirana como actividad central. Se emplean materiales reutilizados para la ejecución de la actividad en tanto, el material empleado durante la sesión es elaborado previamente en colaboración con las personas mayores, por lo que se busca posibilitar el sentido de permanencia y la motivación intrínseca al dar uso a los productos elaborados. Durante la ejecución de la tarea se enfatiza en las demandas motoras y de interacción social de la misma, tales como la coordinación mano – ojo, el equilibrio estático, la ejecución de patrones integrales de movimiento, los tiempos de espera la motivación y la integración con pares. Actividad 3. Reconociéndonos: actividad realizada el 22 de marzo, se da la bienvenida a las personas mayores, así mismo se les agradece por la asistencia, se inicia explicando la actividad y el fin de la actividad, es generar un espacio de empatía y diálogo, así mismo el reconocer e identificar laPolítica Pública por la Garantía de Derechos de Personas de los Sectores LGBTI, se solicita 10 voluntarios 5 mujeres y 5 hombres, donde los participantes debian vestirse del sexo opuesto (hombres de mujer y la mujer de hombre), donde posteriormente debian hacer una corta pasarela y pero sintiendose como tal, pidiendo al hombre mostrar su lado femenino y a la mujer su lado masculina, mientras las personas iban pasando disfrutaban de la activdiad, posteriormente se les proyecta un primer video titulado "sexual, identidad de genero, rol de genero" con una duracion de cinco minutos con 9 segundos, con el fin de generar un acercamiento al tema a tratar frente a transgenero y transexual, finalizado al video el profesional les hace una pregunta. ¿Conoces que es una persna Transgenero o transexual?. el profesional les explica que Transgénero. Son las personas que sienten que el sexo que le asignaron al nacer (por sus órganos genitales, cromosomas y hormonas) no coincide con el género con el cual sienten identificadas. Algunas usan vestimenta, tienen comportamientos y gestos para transitar de sexo biológico hombre a su identidad femenina, las mujeres trans. No necesariamente tiene que pasar por quirófano para su tránsito; Transexuales. Son las personas que sienten esta disconformidad entre su sexo biológico y su identidad de género, y han decidido pasar por un proceso de transición médica y/o psicológica -puede incluir tratamientos hormonales y cirugías- hacia el sexo/género con el cual se siente identificada. Posteriormente se proyecta un segundo video titulado "¿Qué significa ser una persona trans?" con una duración de trece minutos. Finalizado el video permitió a la persona mayor reconocer la importancia respetar los derechos que se tienen, así mismo el profesional manifiesta que es por eso la existencia de la política pública, ya que permite velar por el bienestar y los derechos de la comunidad LGTBIQ+, se finaliza la actividad recordando a las personas mayores frente a los derechos que también ellos tienen como personas mayores. Actividad 4. Proyecto de vida: Se agradece a las personas mayores por su asistencia, posteriormente se les hace entrega de la encuesta a continuar diligenciando "listado de intereses adaptados de Kielhofner y Neville", espacio donde se integraron personas mayores nuevas que no ingresaron el 27 de febrero cuando se inició,se les recuerda que dicha encuesta estará orientada a lograr fortalecer sus proyectos de vida, permitiendo que reconozcan sus gustos e intereses. Mientras se continuaba con la lectura de las preguntas las personas mayores iban marcando si les gustaba o no (mucho-poco-ninguno), a las personas que no sabían leer se les ayudaba a en la marcación. Actividad 5. Sabores Únicos:Se programa con el servicio de alimentos la preparación de los platos programados para cada uno de los 5 tiempos de comida de tal manera que dé cumplimiento a la programación previa de preparaciones avaladas por la SDIS, se toman registro fotográfico de cada uno de los tiempos de alimentación. Actividad 6. Momentos para Recordar: Se inicia dando la bienvenida a las personas mayores, cuando se terminan de organizar las personas mayores, se inicia con un espacio de oración y celebración eucarística, donde el padre realiza su intención y agradecimiento por la vida y por la misma existencia del hombre y la mujer, finalizada la misa, se organiza el espacio con el fin de continuar con la celebración, organizando a las personas mayores en a lado derecho a las mujeres y al lado izquierdo a los hombres, donde la nutricionista comparte con la población los cinco tiempos de comida que se tendrán durante el día, se reparte la medias nueves, mientras las personas mayores se deleitan de el rico refrigerio se les reproduce música de fondo, al terminar se inicia con una lectura dirigida por una persona mayor la cual decía: **"Día Internacional de la Mujer:el** 8 de marzo se conmemora a las mujeres que, a lo largo de la historia, han luchado por la igualdad, la justicia, la paz y el desarrollo. En 1857, trabajadoras textiles de Nueva York escogieron esa fecha para realizar una marcha a favor de una jornada laboral más corta y mejores sueldos. Dicha actividad, se repite en 1908 con el trágico resultado de 129 mujeres quemadas dentro de la fábrica Cotton Textile Factory. En 1910, como homenaje a los movimientos en favor de sus derechos, se decidió en Copenhague celebrar el Día Internacional de la mujer. Así, el 19 de marzo de 1911, Alemania, Austria, Dinamarca y Suiza fueron los primeros países en conmemorarlo organizando mítines a los que asistieron más de 1 millón de personas, exigiendo el derecho de voto, formación profesional y la no discriminación laboral . Posteriormente en 1913, las mujeres rusas salieron a protestar el último domingo de febrero según el calendario juliano, 8 de marzo en el calendario gregoriano, por la paz en el preludio de la Primera Guerra Mundial, acto que fue imitado en diversos países de Europa. En 1917, escogieron la misma fecha para realizar una huelga por “el pan y la paz” . En atención a ello, en el continente europeo se decide conmemorar la lucha de las mujeres en esa jornada.Años más tarde y tras la Segunda Guerra Mundial, en el año 1975, Naciones Unidas celebra por primera vez el Día Internacional de la Mujer el 8 de marzo, coincidiendo con el Año Internacional de la Mujer. En 1995, en la ciudad de Beijing acoge la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer, donde representantes de 189 países reconocieron que la desigualdad entre hombres y mujeres afectaba el crecimiento de los países. Por este motivo, se aprobó la Declaración y Plataforma de Acción de Beijing, suscrita por el Estado peruano, que es una hoja de ruta para la materialización de los derechos de las mujeres. La conmemoración del Día Internacional de la Mujer nos invita no sólo a recordar los esfuerzos de las mujeres, sino también a reflexionar sobre su situación actual y sobre lo que falta por hacer para erradicar las desigualdades, garantizar sus derechos y combatir con los diferentes tipos de violencia a los que son sometidas diariamente en todo el mundo". Finalizada la lectura el profesional en gerontología recita celebración del día del hombre y la aclaración entre celebrar y conmemorar: "**Celebración del día del hombre**. Colombia conmemora la celebración que se realiza de manera anual del Día del Hombre (llevado a cabo el 19 de marzo), una fecha que a nivel internacional se conmemoratodos los 19 de noviembre de cada año, sin embargo, el país tomó la decisión detener una fecha diferente por cuestiones religiosas y culturales. Esta fecha se eligió porque coincide con la festividad de San José, esposo dela Virgen María, padre adoptivo de Jesús y una de las figuras más importantes yveneradas por la religión católica. La figura de San José es considerada comoun símbolo de protección y paternidad, por lo que estas cualidades se destacanen la celebración del Día del Hombre". "**Diferenciaentre celebración del hombre y conmemoración del día de la mujer**. Agrandes rasgos, en el Día Internacional de la Mujer se conmemoran las luchaspor la equidad y

	empoderamiento del género femenino, además, se hace destacar laimportancia de proteger sus derechos y erradicar la violencia de género. Encambio, el Día Internacional del Hombre busca promover los roles positivos queellos pueden desempeñar en sociedad, así como reflexionar sobre laposibilidad de nuevas masculinidades no machistas. Posteriormente las personas mayores se subdividen en grupo y con apoyo de un profesional, deberán crear un poema, las mujeres donde admiren al hombre y que agradecen y los hombres un poema donde admiren, respeten y donde se honre a la mujer. Luego cada grupo comparte el poema. La actividad finaliza con una presentación dirigida por trabajo social y artes.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1. Entrelazando saberes: se terminan las actividades agradeciendo la persona mayor por su participación, así mismo evidenciando gusto y agrado por las actividades desarrolladas, permitiendo en ellos recordar sucesos pasados y generar al mismo tiempo un mejor aprovechamiento del tiempo libre, por petición de la personas mayores se desarrolla un espacio de Karaoke de manera mensual. Actividad 2. Construyendo mi tiempo libre: Se lleva a cabo el cierre de la sesión mediante espacio de retroalimentación orientada a identificar el nivel de satisfacción de las personas mayores frente a la actividad desarrollada. Se finalizan las sesiones solicitando apoyo para la disposición y organización de los materiales y herramientas empleadas. Actividad 3. Reconociéndonos: Se agradece a las personas mayores por la participación, así mismo se les recuerda que la existencia de políticas públicas permite que no se vulneren los derechos que existen a nivel social, se continúa extendiendo la invitación a participar en las diversas actividades propuestas por los profesionales Actividad 4. Proyecto de vida: Se agradece la participación de las personas mayores, se les indica que en la próxima sesión se socializa con ellos que gustos tuvieron similares y como no, para posteriormente iniciar con la ejecución de las actividades y así mismo permitir en ellos fortalecer su proyecto de vida en la vejez, se les recuerda también la importancia de participar en las diferentes actividades propuestas por los profesionales, ya que todas están orientadas en que ellos mantengan sus habilidades y capacidades físicas, mentales y sociales. Actividad 5. Sabores Únicos:Se realiza acompañamiento en el comedor durante los diferentes tiempos de alimentación, evaluando la aceptabilidad e indagando con las personas mayores sus opiniones acerca de las preparaciones realizadas el día programado. Actividad 6. Momentos para Recordar: Se finaliza la actividad, agradeciendo a las personas mayores por su participación, recordándoles que estos espacios permiten fortalecer relaciones sociales a nivel institucional, así mismo como el trabajo en equipo, así mismo resaltando la importancia que tiene la mujer y el hombre.

3.4.RECURSOS	
Recursos	Cantidades
Sillas	150
comedor principal	1
Mesas	5
Sonido	1
Televisor	1
Computador	1
Pinos	6
Balones	1
"listado de intereses adaptados de Kielhofner y Neville".	13
Cinco tiempo de comida para las 150 personas	1
Dominó	2
Parqués	2
Libros	5
Pelotas	2
Bolirana	1
Ajedrez	2
papeleria (hoja irirs, pinturas, pinceles, papel Craf)	10

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Entrelazando saberes: un espacio que permitió evidenciar cómo la población de la comunidad de cuidado nazareth le genera gusto, agrado por actividades que permite en ellos crear espacios de imaginación así mismo espacios de esparcimiento y de risas, también el recordar sucesos de su historia de vida, así mismo el agrado que tienen por la música y cómo esto les genera recuerdos de nostalgia y felicidad.

Persona Mayor C.C 24127144

Actividad 2. Construyendo mi tiempo libre: A partir de los espacios de retroalimentación desarrollados en cada sesión, se identifica el disfrute del tiempo libre por parte de las personas mayores, al expresar su interés por continuar con actividades de esparcimiento que además de posibilitar la conservación de habilidades motoras, cognitivas y de integración, favorecen su percepción de autonomía y realización, mediante la ocupación del tiempo libre.

Persona Mayor CC 41717587

Actividad 3: Reconociéndonos: Se logra mayor participación activa por parte de las personas mayores, permitiendo intercambiar saberes e ideas diferentes frente las políticas públicas, así mismo conocer percepción que se tiene frente a la comunidad LGTBIQ+, generando un espacio de diálogo y debate entre la comunidad, concientizando la importancia de un trato igualitario.

Persona Mayor CC 79103065 Bogota

Actividad 4: Proyecto de vida. Se logra terminar con la aplicación de la encuesta, permitiendo que algunas personas mayores lograran identificar y reconocer los gustos e intereses, se pretende ir integrando poco a poco a las personas mayores que deseen hacer parte de la actividad y fortalecer su proyecto de vida.

C.C.

Persona Mayor

Actividad 5. Sabores Únicos Se evidencia buena aceptabilidad por parte de las personas mayores participantes quienes expresaron encontrarse satisfechas con lo consumido durante el día.

C.C. 41312524

Persona Mayor

Actividad 6. Momentos para Recordar: se realiza un espacio de celebración del día del género con aproximadamente 145 personas mayores, fortaleciendo las relaciones sociales con sus pares y así mismo generar un espacio de gozo y alegrías.

C.C. 29,249,254

Persona Mayor

Nombre del coordinador: Maria Rubiela Giraldo Gallego

Fecha de evaluación del encuentro: Elntrelazando sabereres 23 de marzo - Construyendo mi tiempo libre 28 de marzo - Reconociendonos 22 de marzo - Proyecto de vida 17 de marzo - Sabores únicos 14 de marzo - Momentos para recordar 14 de marzo.

Nombre del profesional que evalúa: Jhon Alejandro Sanchez M. Gerontolgo. - Diana Alarcon - Mayreth Cruz Terapeutas Ocupacionales - Deisy Fonseca y Maireth Quiñonez Nutricionistas.

Scanned with CamScanner

ENTRELAZANDO SABERES

21 /03/ 2025 intercambio de saberes.



23/03/2025 Viajemos al pasado



CONSTRUYENDO MI TIEMPO LIBRE

15- 17 y 28 de marzo







RECONOCIÉNDONOS.

22 /03/ 2025 Conozco y aprendo de política



PROYECTO DE VIDA

17 de marzo de 2025, Me Conozco



SABORES ÚNICOS.

14/03/2025











MOMENTOS PARA RECORDAR.

Celebración día del género 14/03/2025



