| ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL | PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL<br>FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES MODALIDAD DE CUIDADO TRANSITORIO DIA-NOCHE | Código: FOR-PSS-517<br>Versión: 0<br>Fecha: Memo I2021039413-22/12/2021<br>Pagina: 1 de 1 |
|---|---|---|

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Modalidad: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO | | Fecha de ejecución: | **8** | **11** | **2022** |
| Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRASITORIO MEMORIA Y SABER | | | | | |
| Eje de Atención: DERECHOS Y EJERCIOS DE LA CUIDADANÍA | | | | | |
| Línea de Atención: FORTALECIMIENTO DE LA AUTONOMIA | Profesional a cargo: SUSANA CÁRDENAS MEZA | | | | |
| Nombre de la actividad: | SABER DECIDIR | | | | |

| OBJETIVO GENERAL: |
|---|
| Promover herramientas para mejorar la toma de decisiones en las personas mayores |

| OBJETIVOS ESPECÍFICOS |
|---|
| Saber elegir entre varias alternativas de forma reflexiva e independiente |
| Permitir al participante conozca y desarrolle las diferentes perspectivas para la toma de decisiones en la |

**METODOLOGÍA**

| | |
|---|---|
| MOMENTO INICIAL | Se realiza invitación a las personas mayores a participar de la actividad propuesta por el área llamada "saber decidir", donde se inicia actividad con la pregunta abierta ¿Qué es decisión para ustedes?, a lo que algunos de los participantes aportan desde sus conocimientos aportes muy acertados. |
| MOMENTO CENTRAL | Se da continuidad de la actividad donde se amplia el concepto de decisión, ya que este es un proceso mental – cognitivo por lo cual es subjetivos, siendo esta una opción o una tarea que se puede aplicar en la vida diaria, como por ejemplo desde que nos despertamos estamos en la constante toma decisión, cuando decidimos que camisa colocarnos, que zapatos, etc<br>A su vez se les resalta que tomar decisiones tiene importantes consecuencias al elegirlas ya que estas cambian el curso de lo que vayamos a elegir y por su puesto su consecuencia sea buena o mala. Sin embargo, hay otras situaciones muy difíciles y complejas de decidir, porque a corto o largo plazo nos van a afectar en nuestra propia realización personal por lo que es importante seguir una serie de pasos: donde la idea es definir bien la situación, Establecer un plan de acción, Identifica las diferentes opciones, Analiza y descubre los riesgos de las decisiones, Elimina alternativas y escoge una la que se considere más acertada. Se les socializa video tomado de You tube donde invita a reflexionar en cuanto al tema. |
| MOMENTO FINAL | Para finalizar dicha actividad se realiza ejercicio llamada “juego de roles”, donde se crearon grupos de 4 personas y a cada grupo se les expuso una situación problema, el grupo debió ponerse de acuerdo para dar respuesta, permitiéndoles tomar la mejor decisión y estimulando así este proceso en ellos, la finalidad del juego consistía en tomar la mejor elección para dar solución y hacer uso de la creatividad ya que en muchas ocasiones este es un elemento fundamental para la toma de decisiones. Se cierra actividad aclarando inquietudes y escucha de los participantes. |

| RECURSOS | |
|---|---|
| Sillas | Psicologa |
| video beams | |
| | |

| EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD |
|---|
| Se identifica que las personas mayores comprenden muy bien el tema, a su vez se les observa participativo con aportes durante el desarrollo de la actividad |