	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:	**12**	**Julio**	**2025**			
Unidad Operativa:	**Centro de Cuidado Transitorio Quiroga**					
Componente de Atención:	Derechos y ejercicio de la ciudadania□					
Línea de Atención:	Promocion, reconocimiento y ejercicio de derechos			Profesional a cargo:	Pedro Ignacio Buitrago Fierro	
Nombre de la actividad:	Navegar la vida					

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

reflexionar sobre su trayectoria de vida, reconociendo aprendizajes, fortalezas y momentos de transformación, mediante metáforas relacionadas con la navegación y el mar como símbolos del tránsito vital.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

entificar momentos significativos del ciclo vital, vinculándolos con elementos simbólicos de una travesía: puerto de salida, tormentas, brújula interior, faros, redes, velas y puerto de llegad

Promover el reconocimiento de habilidades personales y formas de afrontamiento que han permitido sortear dificultades y adaptarse a cambios.

Fomentar la expresión emocional y el fortalecimiento de la autoestima a través de dinámicas creativas, narrativas y colaborativas.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se invita a los beneficiarios presentes, a participar en la actividad que se desarrollará en el salon multisensorial del centro de cuidado transitorio Quiroga, con hora de inicio a las 10:00 a.m. Se explica que el tema a desarrollar esta relacionado con la capacidad de sentir, la sensibilidad y la motivacion, como vias para mejorar el bienestar cotidiano y a largo plazo. Esto incluye la recision y valoracion de intereses, necesidades y propuestas que mejoren la percepción de bienestar y la permanencia en el centro. Se inicia la jornada con una secuencia de ejercicios que dinamizan a las personas mayores beneficiarias del servicio en el ceentro de cuidado transitrio dia noche del quiroga, haciendo un proceso de motivacion a romper el sedentarismo y la apatia, incrementando actividades diversas que aportan al bienestar, Se realiza una secuencoa de 30 minutos de activacion a partir de la rutina definida por la edufisica, acompañada de musica que tiene una melodia alegri que invita al movimiento.
MOMENTO CENTRAL	Para iniciar el encuentro se recibe a las personas participantes con una actitud cálida. Mientras se acomodan en el espacio dispuesto para el encuentro, se coloca musica para ambientar la sala (música instrumental suave) y se les entrega elementos simbólicos del mar: mapas, brújulas, velas y embarcaciones decoran las mesas y paredes. El clima invita a la calma, a la introspección y a la apertura emocional. Al comenzar, el facilitador comparte una frase que enmarca el sentido del encuentro: “La vida se parece al mar. A veces calma, a veces tormenta, pero siempre en movimiento.” A partir de esta metáfora, propone reflexionar sobre la propia trayectoria vital. Invita al grupo a imaginar su vida como una travesía y a construir un mapa simbólico con recuerdos, aprendizajes, valores y desafíos que han marcado su camino. Cada participante recibe una hoja en blanco con el dibujo de una embarcación o de una ruta marítima. En ella representa su “puerto de partida”, sus momentos de tormenta, las redes humanas que lo han sostenido, los faros que lo han orientado, y el estado actual de su velero personal. El facilitador acompaña este proceso con preguntas como: - “¿Qué decisión marcó un cambio importante en tu vida?” - “¿Qué personas te sostuvieron en momentos difíciles?” - “¿Qué valores te guiaron como brújula interior?” Los participantes dibujan, escriben y decoran su mapa con libertad, reconociendo símbolos propios y significativos. Luego se conforman grupos pequeños en los que las personas comparten sus mapas. Conversan sobre las experiencias vividas, los aprendizajes que conservan, las dificultades que han superado y las estrategias que les han permitido seguir adelante. El facilitador promueve la escucha activa y el respeto, generando un espacio de apoyo
MOMENTO FINAL	Después del intercambio, el grupo completo crea un mural colectivo. En él reúne frases, dibujos y elementos simbólicos que representan su travesía compartida. El mural se convierte en un océano de vida, lleno de colores, historias y palabras que conectan con la identidad y la memoria del grupo. Aparecen frases como: “El oleaje me ha enseñado a ser fuerte.” “Mi corazón es mi brújula.” “Sigo navegando con esperanza.” Para cerrar el encuentro, el facilitador propone elegir un símbolo que represente el estado actual de cada persona: timón, faro, vela, red o ancla. Cada participante lo elige y, si lo desea, lo comparte con el grupo como una forma de afirmar su momento presente y su camino por recorrer. El grupo agradece el espacio compartido. Cada persona se lleva consigo el mapa de su vida, el recuerdo del intercambio y una renovada percepción del valor que tiene seguir navegando con propósito, memoria y dignidad.

RECURSOS

Video y musica ambiental	personas mayores interesadas en el tema
TV, parlante	profesional a cargo
hojas y marcadores	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Durante el desarrollo del encuentro, las personas mayores reconocen que la gestión emocional es una brújula indispensable en el proceso de envejecimiento. Esta comprensión los motiva a embarcarse con disposición en la propuesta del encuentro, reconociendo que las emociones marcan el ritmo de su navegación cotidiana.
La forma en que expresan cómo “está su día” se relaciona con dos dimensiones: por un lado, el clima externo —las condiciones atmosféricas que acompañan su jornada— y, por otro, el clima interno —una percepción íntima de sus circunstancias actuales, que incluye lo económico, lo físico, la rutina, la soledad y la incertidumbre frente al horizonte por venir. Sin embargo, al invitarles a enfocar la atención en su estado emocional y el vínculo con ellos mismos, la embarcación toma otro rumbo: emergen relatos más positivos, con una actitud de aceptación y reconocimiento del momento de vida en el que se encuentran.
Los participantes identifican diversas formas de gestionar y expresar sus emociones: desde la conversación, la escritura, el silencio reflexivo o la música. Reconocen que guardar lo que sienten puede convertirse en una carga invisible que desequilibra su bienestar mental. Aunque expresan que hablar de emociones negativas —especialmente si involucran a otros— puede resultar complicado por temor a generar conflictos innecesarios, también comprenden que el acto de silenciar no equivale a gestionar. Dejar las emociones sin cauce puede acumular tensión, generando consecuencias para la salud mental y física.
Cada persona realiza el proceso desde su propia corriente de interés, sin perder la dirección ni el sentido del viaje. Aceptan la música como viento favorable, capaz de abrir espacios para el reconocimiento de lo vivido y el movimiento emocional. En este mar de experiencias, la resiliencia y la autenticidad se fortalecen como velas que les permiten seguir navegando con conciencia, conexión y dignidad.

REGISTRO FOTOGRAFICO

12 de julio de 2025













PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Codigo: FOR-PSS-525 | Version: 2 | Fecha: Memo Memo i2024018223 - 05/07/2024 | Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO QUIROGA

Nombre del coordinador: Luisa Camila Garcia Rojas

Nombre de quien registra el ingreso: J) Julia Vivas

Fecha: 12 Jul. 2025

Jornada: Día [X] Noche [ ]

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES							
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Pedro Buitrago		Nombre del Profesional: Pedro Buitrago		Nombre del Profesional: Pedro Buitrago		Nombre del Profesional	
	TIPO	NUMERO					ACTIVIDAD 1		ACTIVIDAD 2		ACTIVIDAD 3		ACTIVIDAD 4	
							LINEA: Buenas Practicas		LINEA: Fortaleza Autonomia		LINEA: Mejoramiento Habilidades		LINEA	
1	CC	28.013.770	Cecilia	Ruiz Gomez				NO		NO		NO		
2	CC	17.110.949	Tiberio	Lopez			SI		SI			NO		
3	CC	5.761.587	Aneizar	Vanegas				NO	SI			NO		
4	CC	19.075.582	Alvaro	Bocanegra Bocanegra			SI			NO		NO		
5	CC	1020777173	Yuranni	Jhoana Martinez				NO	SI			NO		
6	CC	17.115.416	Hector Jose	Martinez Altamiranda			SI			NO		NO		
7	CC	2.482.877	Alberto	Citeaux Rodriguez			SI			NO		NO		
8	CC	2.258.522	Luis Ernesto	Bobadilla				NO		NO		NO		
9	CC	6.381.959	Humberto	Sarmiento			SI		SI			NO		
10	CC	5.810.560	Miguel Angel	Barrero Salcedo				NO		NO		NO		
11	CC	6.079.633	Luis Alfredo	Gonzalez Bandera			SI			NO		NO		
12	CC	5.024.857	Belisario Antonio	Herrera Rivera			SI			NO		NO		
13	CC	19.450.986	Jose Anis	Galeano Gonzalez				NO		NO		NO		
14	CC	14.437.916	Mario Alberto	Taborda			SI			NO		NO		
15	CC	17.192.455	Luis Enrique	Jaramillo				NO		NO		NO		
16	CC	12.094.634	Carlos Alberto	Cupitre			SI			NO		NO		
17	CC	4.774.276	Aldemar	Ortega				NO	SI			NO		
18	CC	9.511.268	Juan Hernando	Garcia Rodriguez				NO	SI			NO		
19	CC	3.115.784	Rafael Antonio	Prada				NO		NO		NO		
20	CC	17.301.871	Luis Oliverio	Montealegre			SI			NO		NO		
21	CC	19067162	Jaime	Faltan Diaz				NO		NO	SI			
22	CC	19084675	Jose Luis	Feo Baez			SI		SI		SI			
23	CC	19.093.995	Carlos Augusto	Lugo Muñoz			SI		SI			NO		
24	CC	14.964.136	Diego Armando	Tovar Perez			SI			NO		NO		
25	CC	51.745.547	Consuelo del Carmen	Florez Martinez	NO APLICA	Segun Cedula	SI			NO		NO		
26	CC	41.538.340	Ana Isabel	Forero Roa	Isabel		SI		SI		SI			
27	CC	52.388.830	Lina	Nandez Ortega	Lina			NO		NO		NO.		
28	CC	21.229.503	Alba Ines	Montealegre			SI			NO	SI			
29	CC	41.713.000	Clara Emilce	Rodriguez Caicedo			SI		SI		SI			
30	CC	37.241.218	Luz Alba	Cuellar Melgarejo				NO	SI			NO		
31	CC	51.784.922	Maria	Correa				NO		NO		NO.		

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 2
Fecha: Memo Memo !2024018223 05/07/2024
Página 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO QUIROGA

Nombre del coordinador: Luisa Camila García Ramos

Nombre de quien registra el ingreso: Diana Vivas

Fecha: 12 Jul 2025

Jornada: Día [X] Noche [ ]

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES									
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Pedro Buitrago		Nombre del Profesional: Pedro Buitrago		Nombre del Profesional: Pedro Buitrago		Nombre del Profesional	
	TIPO	NUMERO					ACTIVIDAD 1		ACTIVIDAD 2		ACTIVIDAD 3		ACTIVIDAD 4	
							LINEA: Buenas Practicas		LINEA: Fortalecimiento de la Autoridad		LINEA: Manejo de habilidades		LINEA	
32	CC	14.990.621	Alvaro	Varela Reyes				NO		NO		NO		
33	CC	19 171 484	Jairo Manuel	Carrillo Munoz			Si			NO		NO		
34	CC	19 281 886	Gustavo	Velandia Velazquez				NO		NO		NO		
35	CC	13837666	Juan Cristobal	Montes Cadena				NO		NO		NO		
36	CC	3 182 833	Leonidas	Velandia Blanco			Si		Si			NO		
37	CC	19.167.009	Abelardo	Rivera Bernal			Si		Si			NO		
38	CC	19.382.592	Fabio Alberto	Rivera Zuleta			Si			NO		NO		
39	CC	41751 984	Maria Teresa	Bohorquez Bautista			Si		Si		Si			
40	CC	6.055 219	Jose Maria	Rodriguez				NO	Si			NO		
41	CC	19.217.030	Camilo Eduardo	Sacua Camargo				NO	Si			NO		
42	CC	19.267.470	Julio Roberto	Nunez Sanchez			Si		Si			NO		
43	CC	70.096.024	Orlando	Morales Gomez				NO		NO		NO		
44	CC	19.213.743	Waldir Giovanni	Acunia Perez			Si		Si			NO		
45	CC	19.274.598	Adelmo	Toro Tula			Si		Si		Si			
46	CC	19.210.833	Jorge Eugue	Carranza			Si		Si			NO		
47	CC	19278346	Jesus Maria	Cabra			Si		Si			NO		
48	CC	19267 523	Eduardo	Sanchez Muntz			Si		Si		Si			
49	CC	19 133 132	Joel de Jesus	Osorio Pena				NO		NO		NO		
50	CC	19.332 169	Luis Alberto	Arias Hernandez			Si			NO		NO		
51	CC	41.519 388	Melida	Lombana Delgado			Si		Si		Si			
52	CC	12 113 487	Rafael Daniel	Arevalo				NO		NO		NO		
53	CC	19 220 991	Dario	Valencia Gomez				NO		NO		NO		
54	CC	17.319 672	Albeiro Antonio	Munter Londono			Si			NO	Si			
55	CC	17 186 292	Mario Eugue	Estrada Gonzalez				NO		NO		NO		
56	CC	19.234.319	Alfredo	Malagon				NO		NO		NO		
57	CC	3.333 508	Luis Eduardo	Castrillon Vallejo				NO		NO		NO		
58														
59														
60														
61														
62														