ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION 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 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estra Comunidad de Cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Hogar Clarita Santos

1.2 Localidad: No aplica	7	06	2024	al	30	06	2024

2. Línea: Espiritualidad

2.2. Nombre del encuentro: 1. Eucaristía católica, 2.Rosario,3.Expresion libre de mi espiritualidad, 4. Pinceladas para el alma. 5 Pacha mama

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Edna Yolima Beltrán Parra (gerontóloga)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Brindar espacios de expresión y conocimiento a través de celebraciones, rituales y actividades magistrales para que las personas mayores practiquen su espiritualidad aprendida lo largo de su curso de vida, así como las diferentes formas en las que el ser humano puede trascender

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Actividad 1: Favorecer espacios para la celebración de eucaristías con las personas mayores que profesan su espiritualidad mediante la práctica del catolicismo

Actividad 2: Favorecer espacios para la celebración rosario con las personas mayores que profesan su espiritualidad mediante la práctica del catolicismo

Actividad 3:Brindar alternativas para el fortalecimiento de la espiritualidad en las personas mayores con expresiones no religiosas.

Actividad 4:Brindar alternativas para la expresión de la espiritualidad para las personas que profesan otro tipo de religión

Actividad 5: Ofrecer diferentes ejercicios prácticos y magistrales que aporten conocimiento personal e individual por medio de la meditación grupal y dando a conocer la diferente simbología espiritual a las personas mayores

3.3. METODOLOGIA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1:Eucaristia .Las personas mayores que deseen participar en la celebración eucarística se ubicarán en el espacio destinado teniendo en cuenta las recomendaciones de distanciamiento social y manejo de grupos en espacios cerrados de forma presencial y /o virtual con acompañamiento de las religiosas de la congregación siervas de Cristo Sacerdote actividad a realizar los días 15,16 y 30 de junio del 2024

Actividad 2:Rosario:Durante la actividad se contó con un área que facilitó el distanciamiento social, aplicando las recomendaciones para prevenir la transmisión de enfermedades. El rosario se realizará con el acompañamiento y direccionamiento de una de las religiosas de la Congregación Sierva de Cristo Sacerdote. Las personas mayores que deseen se ubicarán en los espacios que indiquen las religiosas con sus rosarios los días 22 de junio del 2024.

Actividad 3:Expresion libre de mi espiritualidad Para el desarrollo de esta actividad se contará con un área que facilite el distanciamiento social, aplicando las recomendaciones para prevenir la trasmisión de enfermedades se realiza en los días indicados por ella para la realización de su práctica espiritual por los diferentes medios, que para este mes se emplearan sonidos ambientales de la naturaleza y las practicas individuales de forma grupal e individual en caso de ser requerido para la persona que profesa otra religión el 7,11,12 y 25 de junio del 2024

Actividad 4: Pacha mama: Para el desarrollo de esta actividad se contará con un área que facilite el distanciamiento social, aplicando las recomendaciones para prevenir la trasmisión de enfermedades. Esta actividad se realizará una vez al mes en un espacio amplio, aislado del ruido, con condiciones que brinden comodidad, además se harán intervenciones grupales con los establecidos previamente. Se empleará como medio para la introspección y espacio para su encuentro consigo mismas la música donde las ondas sonoras como la alfha las cuales aportan a la relajación y concentración, realizada el día 26 y 27 de junio del 2024

Actividad 5 - **Pinceladas para el alma:** Se ubicarán a las personas mayores en el espacio destinado para las clases, teniendo en cuenta las recomendaciones de distanciamiento social y manejo de grupos en espacios cerrados, así mismo se hace alistamiento del material necesario.ESta actividad se realizara el dia 7 de junio

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1:** Se realizó celebración eucarística con las personas mayores que profesan la religión católica, en el comedor principal o salón múltiple, a estas celebraciones las personas mayores asisten de forma virtual o presencial, estas últimas realizadas por el Sacerdote Antonio con acompañamientos de las religiosas de la comunidad Siervas de Cristo Sacerdote, quienes a su vez dan la comunión a las personas mayores que desean recibir este sacramento.
	Actividad 2: Se realiza la invitación para el Rosario y teniendo en cuenta los gusto e intereses, sobre todo las costumbres de las personas mayores, se realiza en compañía de una de las religiosas al rosario. Esta actividad si bien es dirigida por alguna de las religiosas, son las personas mayores quienes desarrollan el ritual, partiendo de sus costumbres y conocimiento.
	Actividad 3: Para las personas mayores que no tienen una religión clara como forma de expresar su espiritualidad, este espacio es cuentan con un ambiente tranquilo, alejado de los ruidos cotidianos de la institución y ambientado con sonidos naturales que les permitan relajarse. También cuentan con espacios para la practiva de ejercicios de respiración sencillos que permiten a las personas mayores conectarse por autodeterminación. Adicional se brinda espacios individuales para que las personas mayores que profesa como religión el catolicismo adventista o el catolico puedan realizar el rosario o lectura bíblica diaria según corresponda.
	Actividad 4: Para el desarrollo de esta actividad se contó con un área que facilitó el distanciamiento social, aplicando las recomendaciones para prevenir la transmisión de enfermedades. Se realizó una sesión por medio de las ondas, las cuales se emplearán como medio para la introspección y espacio para su encuentro consigo mismas con la música, Para este mes se realiza ejercicios por medio de las ondas gamma que son ondas rápidas que aportan al trabajo cerebral y provocan una mayor actividad mental y lucidez. Son las ondas de la intuición y la creatividad; se dan cuando estamos en momentos de extrema atención y concentración.Por tanto se inicia la actividad con ejercicios de respiracion sencilla y con movimiento donde las personas logran estar en el aqui y en el ahora. Una vez logrado su atencion en un segundo momento se entrega a las personas mayores una hoja en blanco con un color donde debieron dibujar lo que les inspira la música, algunas realizaron trazos libres, otras dibujaron la naturaleza, o dibujaron figuras que representan un ser querido.
	Actividad 5: Una vez organizadas las personas mayores en el lugar elegido para el desarrollo de la actividad, se inicia realizando ejercicio de respiración en tres tiempos empleando apoyo visual, que indica cada uno de los tiempos en los que ellas deben ejecutar el momento de cada respiración. En un segundo momento, se inicia la ejecución de diferentes posturas, de yoga en silla para posterior respiración en movimiento. Esta actividad se ambienta con música de meditación que favorece el ritmo coordinado acorde a la respiración.En esta sesión se ejecutará con una técnica meditación con respiración consciente.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1:** Para finalizar, se solicita a las personas participantes cooperar con el procesos de organización del espacio y lavado de manos.
	Actividad 2: Una vez realizada la actividad, se solicita a las personas participantes cooperar con el procesos de organización del espacio y lavado de manos para continuar con las labores del día
	Actividad 3: Al finalizar la actividad realiza refuerzos verbales positivos y retroalimentación a necesidad, se realizó la recolección de materiales, procesos de limpieza de elementos utilizados, espacio y lavado de manos.
	Actividad 4: La actividad permite momento de relajación y posterior activación para finalizar con ejercicio de respiración consiente con manejo de tiempos de inhalación y exhalación. Con la colaboración de las enfermeras las personas mayores se incorporan dando por finalizada la sesión.
	Actividad 5;Para finalizar la actividad se felicita a las personas mayores por el logro de seguimiento, así mismo se refuerza cada uno de los movimientos.

3.4.RECURSOS	
Se ponen los recursos utilizados para todas las actividades (general)	
Torre de sonido	Rosarios
micrófono	Televisión
internet	fotocopias
colores	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Durante el curso de vida de la vejez; el ser humano requiere mayor cercanía con un ser supremo por medio de las diferentes costumbres aprendidas a lo largo de la vida; por tanto, la eucaristía es una celebración que realizan con mayor fervor durante le curso de vida vejez y que pasa de ser una costumbre que se realiza por gusto a ser una necesidad espiritual como forma de expresión de las creencias, requiriendo espacios y tiempos exclusivos para ellos y que se presenten con mayor frecuencia.

Persona mayor Maria de los Angeles Rodriguez c.c:52.286.654 No firma

Actividad 2: La costumbre de realizar el rosario es la forma tangible en la que las personas mayores tienen para expresar su espiritualidad y la forma para tener esa cercanía, auto trascendencia y meditación consigo mismos dentro de una institución, que si bien es direccionado por las religiosas para el tiempo y lugar. Son las personas mayores quienes desarrollan esta actividad como un ritual aprendido durante el curso de vida.

Persona Mayor Rosa Maria Barbosa c.c:53.905.721 No firma

Actividad 3: Durante esta actividad se evidencia la sensación de plenitud y de conexión con algo superior que todos los seres humanos requieren en el curso de vida vejez, así mismo es una forma de sensibilizar a las personas mayores sobre la diversidad cultural y las diferentes formas de acercarse a su creencias, respetado las costumbres.

Persona Mayor Salvadora Puerta c.c: 53.905.764 No firma

Actividad 4: Los ejercicios de respiración aportan a la realización adecuada de diferentes movimientos. Adicionalmente, la música como instrumento de relajación y de concentración favorece a espacios de tranquilidad e introspección, con silencios necesarios para la ejecución de ejercicios que en el ámbito institucional son necesarios .

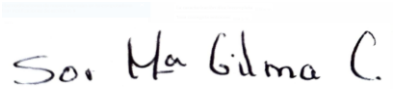
Persona mayor: Lucia Rojas c.c:53.905.999 No firma

Actividad 5: Las personas mayores acogen con entusiasmo la nueva forma de expresión de espiritualidad para ellas, por los momentos de tranquilidad y reflexión al final que resulta beneficioso para desarrollar su espiritualidad

Persona mayor: Cecilia Pulido c.c:52.286.656 No firma

Fecha de evaluación del encuentro: 30/06/2024

Nombre del profesional que evalúa: Edna Yolima Beltrán- Gerontóloga



Coordinadora: Sor Maria Gilma Castro Castro

Muestra Fotográfica Espiritualidad

Actividad 1: Espiritualidad













Actividad 2: Rosario





Actividad 3: expresión libre de mi espiritualidad













Actividad Pacha Mamá









Actividades pinceladas para el alma



