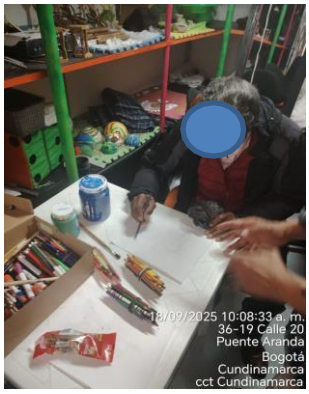
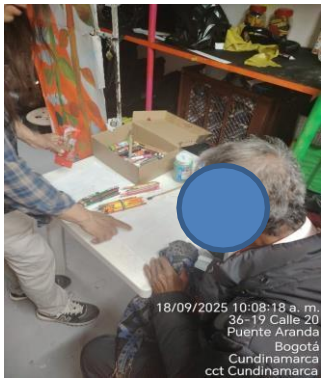
Lugar	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca
Fecha	18/09/2025 10:00 am - 10:20 am
Tema	Aromas y recuerdos
Desarrollo	**Introducción:** El olfato es un sentido profundamente ligado a la memoria y las emociones. A través de ciertos aromas, las personas mayores pueden conectar con recuerdos significativos, vivencias pasadas y sensaciones de bienestar. En esta actividad se utilizarán olores familiares como la lavanda, el café y la canela para estimular la memoria, promover la conversación y fortalecer el vínculo emocional en un espacio seguro y acompañado. **Objetivo:** Estimular la memoria autobiográfica y las emociones positivas en personas mayores a través de la estimulación sensorial olfativa. **Desarrollo de la actividad:** 1. **Preparación del espacio:** Crear un ambiente tranquilo y cómodo, libre de ruidos fuertes, con una mesa donde se colocarán frascos o recipientes pequeños con algodón impregnado con los olores de lavanda, café y canela (uno por uno). 2. **Presentación de los aromas:** Se le presenta a la persona mayor cada aroma por separado. Primero se le pide que huela sin decirle qué es, para observar si reconoce el olor. Luego, se le dice el nombre del aroma y se le invita a compartir qué recuerdos, imágenes o emociones le vienen a la mente con cada uno. 3. **Dinámica conversacional:** ○ Con lavanda, se puede hablar sobre jardines, momentos de descanso o perfumes. ○ Con café, sobre desayunos, reuniones familiares o trabajo. ○ Con canela, sobre postres, cocina casera o celebraciones. Posteriormente se hicieron las siguientes preguntas ○ ¿A qué le recuerda este olor? ○ ¿Solía oler esto en casa de alguien? ○ ¿Qué emociones le despierta este aroma 4- Se le solicita a la persona mayor que realice un dibujo en el que plasme el recuerdo que tuvo al oler los aromas **Materiales:** • **Fragancia de lavanda**

- **Frasco con café**
- **Canela**
- **Hoja blanca**
- **Colores**

Cierre de la actividad:
La persona mayor sonrió al oler el café y comentó: *"Esto me recuerda a las mañanas en casa de mi madre, cuando preparaba café y yo me levantaba con ese aroma. Era el inicio de un día tranquilo."* Con la canela, dijo que le traía recuerdos de las navidades con sus hijos, y al oler la lavanda, expresó que este olor no le traería un recuerdo en particular, pero que le producía gran tranquilidad

Registro Fotográfico:





	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
Asistentes	Luis Cajigas	Persona mayor beneficiaria	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca
	Rodrigo Chaparro	Psicólogo	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca
Compromisos	Actividad	Responsable	Centro Transitorio Cundinamarca
	No se dejan compromisos	N.A	N.A
Próxima reunión	*N/A*		
Elaboró	Rodrigo Chaparro Bonilla. Psicólogo Centro de cuidado Transitorio Cundinamarca		