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/Estrategia: Comunidad de cuidado

1.1 Unidad Operati a/lote/zona: Hogar Francisco y Clara

1.2 Localidad: No aplica

2. Linea: Espiritualidad

2.1. Fecha de Ejecución:

11	8	2023	al	28	8	2023

2.2. Nombre del encuentro: 1. Renovación del Águila. 2. Cuidando mi Salud Física, Mental y Cognitiva.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Omaira Ospina Aristizábal y Blanca Nuñez

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Brindar herramientas a las personas mayores para afrontar de manera asertiva los cambios que implica este proceso vital; ofreciéndole bienestar, salud física, mental y espiritual, con el fin de garantizar una calidad de vida digna en la vejez.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Reflexionar acerca de la espiritualidad Franciscana con las personas mayores, con la proyección del video reflexivo "Quién fue Santa Clara de Asís.
Actividad 2: . Propiciar un espacio orientado a la adquisición de herramientas que faciliten el bienestar personal mediante la relajación con el fin de mejorar la salud física y mental de las personas mayores.

3.3. METODOLOGÍA

Actividad 1: Se incentivó la participación por alto parlante y voz a voz en el comedor, se utilizó una metodología reflexiva y participativa con las personas mayores participantes y se tuvo encuenta, las medidas de autocuidado y bioseguridad en el marco de la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por la COVID-19.

Actividad 2: La metodología es orientada a implementar técnicas de relajación dirigida, esto mediado por el acompañamiento del profesional a cargo, con voz propia, la reproducción y escucha de audios especiales para propiciar la laxitud corporal y mental, acompañado de ambientación espacial con luces y aromas frutales, presta para el desarrollo de la actividad, tomando las medidas de autocuidado y bioseguridad en el marco de la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por la COVID-19".

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1: El día 11 de agosto de 2023, para iniciar las actividad renovación del águila con el tema video reflexivo ¿quién fue Santa Clara de Asís? se realizó la convocatoria a las personas mayores a través de alto parlante y "del "voz a voz" en espacios como el comedor y áreas comunes de la institución, el cual se encuentra organizado con flores y altar con la imagen de Santa Clara de Asís. Actividad 2: El día 28 de agosto de 2023, dando cumplimiento con lo estipulado en el cronograma. A partir de lo anterior se invita a las personas mayores a participar en la actividad con el tema "Aliviando mi cuerpo y mi mente", acercándose al aula sensorial ubicada en el tercer piso de la institución, el cual se encuentra ambientado con luces neón y esencias frutales.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 1: Estando reunidas las personas mayores en la capilla de la institución, se prosigue a saludo de bienvenida y una breve introducción a cargo del profesional de psicología, seguidamente se proyectó en video beam, el video reflexivo, ¿Quién fue Santa Clara de Asís?el cual cuenta la historia de la vida de Santa Clara, desde su niñez en donde fue cuidada por sus padres y formada en la vida Cristiana, en su adolescencia sintió el primer llamado a la vida de servicio y entrega al Señor y ya en su juventud y escuchando un sermón de San Francisco, deseó abrazar la vida consagrada al Señor, las Hermanas Franciscanas de Santa Clara la tomaron como la patrona del Instituto y también de este Hogar, luego se dio un espacio de reflexión y de aclaración de dudas y opiniones referentes al tema. Para finalizar, la profesional del área aclara dudas e inquietudes. Actividad en la que participaron 95 personas mayores. Actividad 2: Una vez congregadas las personas mayores en el lugar de convocatoria, se les solicita ubicarse en los diferentes espacios del salón sensorial, descalzando sus pies y ubicándose de manera cómoda, la trabajadora social procede ha realizar una introducción verbal y breve reflexión sobre la importancia de mejorar siempre la salud mental y física de cada uno de los asistentes, seguido a ello se les invita a ubicarse de la manera más cómoda posible , reproduciendo un audio orientado a la relajación, permitiendo en ellos tener una respiración consciente, sentir el aroma del ambiente, soltar su cuerpo, extender su brazos y piernas, experimentando una sensación de alivio físico y tranquilidad mental, algunos de ellos conciliando el sueño y absoluto reposo. Actividad en la que participaron 13 personas mayores.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1: Para finalizar la actividad, la profesional de psicología invita a todos los participantes para que en un momento de silencio reflexionen acerca del video ¿quién fue Santa Clara de Asís? y se agradece la participación de los participantes. Actividad 2: Para finalizar, se invita a los asistentes a que lentamente se puedan sentar, propiciando un espacio de conversación y escucha donde expresan la experiencia vivida, relatando experimentar relajación, tranquilidad y paz interior, así mismo, desde el área de trabajo social se imparten unos tips a tener en cuenta y ser implementados por cada uno de los participantes, en los momentos de alto estrés, mal humor o tensiones, de manera autónoma, esto orientado a buscar su bienestar físico y mental.

3.4.RECURSOS

Humanos: Profesionales del área de psicología, trabajo social.
Recursos materiales: computadores, mesas, cuadernos, colores, lapices y sillas. Materiales: Capilla institucional de la Comunidad de Cuidado, adornos florales, altar de Santa Clara de Asís, luces, telones, computador, videos de YouTube, sonido video beam y mesas. Bafle, celular, acceso a internet, esencias frutales, luces, salón amoblado.

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Para realizar la evaluación del encuentro grupal, con las 95 personas mayores que participaron en la actividad, se dio un espacio grupal en el cual las personas reflexionaron acerca de la espiritualidad Franciscana, como parte de la familia Hogar Francisco y Clara, la persona mayor Juan José Rayo quién se tomó como referente para la firma, refirió que la espiritualidad de Santa Clara era vivir el evangelio de Jesús, algunos manifestaron que habían aprendido algo nuevo, que Santa Clara fue también la patrona de la Televisión y de los medios de comunicaciones, otros mostraron agradecimiento, con la actividad se dió un cumplimiento al objetivo especifico.

Actividad 2: Durante el desarrollo de las actividades se logró dar cumplimiento al objetivo planteado, propiciando espacios personales y de reflexión, contando con la participación total de 13 asistentes, quienes manifiestan sus comentarios de agradecimiento y satisfacción con el desarrollo de todas las actividades al grupo de cuidadores. Igualmente fueron receptivos a las invitaciones y recomendaciones.

En constancia firman:

Actividad 1: Juan José Rayo: Juan José R
C.C. 423. 421
Persona mayor

Actividad 2: Elkin Camargo
C.C8695296
Persona mayor

Fecha de evaluación del encuentro: 23/08/2023

Nombre del profesional que evalúa:

Hna Maria Flor Elba Zuluaga Duque

Hna Maria Flor Elba Zuluaga Duque
Coordinadora

INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA
COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR FRANCISCO Y CLARA
CONVENIO 7459 – 2021
AGOSTO 2023

Actividad:
“Renovación del águila”
Tema: ¿Quién fue santa clara de asís?



Actividad:
“cuidando mi salud física, mental y cognitiva”
Tema: Aliviando mi cuerpo y mi mente”

