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 1

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de cuidado

1.1. **Unidad Operativa/Lote/Zona:** Comunidad de cuidado Hogar Francisco y Clara

1.2 Localidad: No aplica

2. Linea: Espiritualidad

2.1. Fecha de Ejecución:

18	3	2024	al	18	3	2024

2.2. Nombre del encuentro: Actividad 1: Renovación del aguila Actividad 2: Buscando mi yo

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Jenny Farías Gómez, Jaime Bernal

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. Renovación del aguila: Generar un espacio fraternal para las personas mayores participantes con el fin de reflexionar e interiorizar un encuentro consigo mismo y con su medio institucional a través de la actividad auditiva y reflexiva.

3.3. METODOLOGÍA

Actividad 1: Renovación del águila: Para la ejecución de la actividad se realizó a través de la metodología gerontológica, resaltando las capacidades expresivas y el respeto de las opiniones de los participantes. Esta actividad se realiza teniendo en cuenta una previa higienización de manos y desinfección con gel antibacterial, garantizando la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por la COVID-19
Actividad 2: Buscando mi yo: Antes de iniciar las actividades durante el mes se realizará la convocatoria a las personas mayores a través de la estrategia de comunicación "del "voz a voz" en espacios como el comedor y áreas comunes de la institución. Se continuan manteniendo 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.

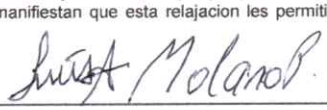
3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1: Renovación del águila: Para convocar a las personas mayores se realizó el día 18 de marzo a través auditivo y en la hora del desayuno de manera personalizada y motivacional invitando a las personas mayores a participar de la actividad, respetando los gustos e intereses. Actividad 2: Actividad 2: Buscando mi yo: El día 18 de marzo de 2024, se da inicio a la actividad, saludando a las personas mayores, explicandoles que esta actividad de buscando mi yo, se realiza en el marco de la linea de espiritualidad,con el fin de fotrtalecer el ser de cada persona mayor a traves de la reflexion personal y su trayectoria de vida.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 1: Renovación del águila: La actividad fue ejecutada el día 18 de marzo del 2024 en la zona del polideportivo organizando y ubicando al grupo en circulo, iniciando con un saludo fraternal por parte del equipo psicosocial y gerontológico explicando el objetivo con el tema "La importancia de mi existir en la institución" explicando que cada persona presente es importante para si mismo, para la familia y para las demás personas que los rodea. Esta reflexión está enfocada también a inicios de la semana mayor (semana santa) donde se respeta las creencias y cultos de los asistentes, el cual libremente expresan su sentir y función tanto positivo como negativo. Seguidamente se proyecta un audio resaltando que el ser humano es un ser de paso y que se debe vivir el ahora y no vivir en el pasado y angustiarse de un futuro; también resalta que las cosas materiales son materiales y que lo importante son las buenas relaciones entre sus pares y cultivarlas. Con este audio las personas mayores expresan que al convivir en una institución es una familia grande con diferentes mundos que se deben respetar, resaltando que el grupo está en la misma etapa evolutiva de la vejez. Seguidamente de los diferentes comentarios se termina con un audio de diez tips de cómo cuidar la salud en la etapa de la vejez resaltando autoestima, quererse uno mismo, cuidar la presentación diaria tanto externa como interna, el vivir activo integrándose en actividades lúdicas, cognitivas. Actividad 2: Buscando mi yo: Se inicia la actividad con el tema introspeccion por medio de la meditacion, en donde participaron 28 personas mayores, Se les solicita a los participantes que se acuesten en las colchonetas para los que se pueden acostar y otros que se sienten en las sillas, y se dispongan para iniciar la actividad. Se coloca el video meditacion encontrar mi yo interior | dormir y relajarse | alivio del estres | ❤ easy zen https://youtu.be/-ILPSq5Zbak durante 46 minutos donde las personas mayores debian seguir las indicaciones del audio,relajarse y trasladarse a la edad de 5 años e ir imaginando que se encontraban viajando en una barca,con fin de que las personas mayores participanteshicieranuna introspeccion de su yo por medio de la meditacion. Las personas mayores entran en un espacio de reflexion y descanso,algunos se duermen profundamente siguiendo las indicaciones del video.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1: Renovación del águila: Para finalizar la actividad las personas mayores agradecen espacios de reflexión donde se concluye que la vida es un ratico, que hay que vivir el hoy y dejar el pasado y que el futuro será mejor. Se les invita a las personas mayores a seguir participando y replicarlo con sus pares, en pro de un bienestar colectivo. Actividad 2: Buscando mi yo: Una vez se termina el video, las personas mayores empiezan a despertar lentamente, abren sus ojos y empiezan a mover sus extremidades, y se van sentando en la cochoneta y los otros permancen en sus sillas mosntrandose muy contentos y agradecidos.

3.4.RECURSOS

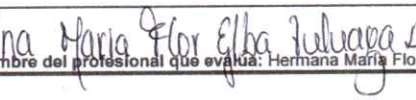
MATERIALES:	**HUMANOS:**
Para la ejecución de la actividad se tuvo encuenta los materiales de computador, silla, esfero, celular, hoja.	Para la ejecución de la actividad se tuvo encuenta el recurso humano de las personas mayores y trabajadora social

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Renovación del águila: Se logro cumplir el objetivo propuesto con la participación de 16 personas mayores, evaluando la actividad a través de mensajes de compromiso como "voy a ser más amable", "seré mas servicial con los demás", "dejare mi mal genio".
Actividad 2: Buscando mi yo: Las personas mayores manifiestan que estas actividades se deben hacer con mayor frecuencia ya que permiten encontrarse consigo mismo, sanar el corazon y buscar respuestas de las cosas que les han sucedido en la vida, tambien manifiestan que esta relajacion les permitio mejorar algunas dolencias que tenian en sus cuerpo.

Actividad 1: Renovación del águila:  Actividad 2: Luis Antonio Molano Prieto 
FIRMA DE PERSONA MAYOR: Guillermo Escobar

Fecha de evaluación del encuentro: Marzo 18 de 2024



Nombre del profesional que evalúa: Hermana María Flor Elba Zuluaga Duque Coordinadora

INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA
COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR FRANCISCO Y CLARA
CONVENIO 7459-2021
EVIDENCIA FOTOGRAFICA LINEA ESPIRITUALIDAD
MES DE MARZO 2024

ACTIVIDAD: RENOVACION EL AGUILA






Bienvenidos
Mar,18,2024 11:43:21 a.m.
Fusagasugá


18 mar 2024 11:10:59 a. m.
Fusagasugá

ACTIVIDAD 2. BUSCANDO MI YO



