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: Centro dia. 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: lote 6.

1.2 Localidad: Tunjuelito

2. Línea: Estilos de vida saludable

2.1. Fecha de Ejecución: del 17 mm 02 aaaa 2023 al 17 dd 02 mm 2023 aaaa.

2.2. Nombre del encuentro: Prevención en salud mental

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Acompañante actividades cognitivas

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL
Fortalecer el autoestima a través de ejercicios prácticos, para prevenir cuadros de depresión y ansiedad.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Eliminar factores negativos de su autoconcepto
Potenciar el autoestima de las personas mayores para generar mayor capacidad de toma de decisiones y afrontar momentos de soledad

3.3. METODOLOGÍA	
3.3.1 MOMENTO INICIAL	El profesional cognitivo explicará la sesión del día, enfocándose en alguna de las siguientes temáticas: Autoestima Motivación Manejo de estrés Inteligencia emociona
3.3.2 MOMENTO CENTRAL	El profesional desarrolla una charla introductoria del tema del día, generando algunos conceptos básicos y su aplicabilidad en la cotidianidad. Posterior a esto, se abre un espacio de debate entre las personas mayores, en donde a partir de sus experiencias, generarán relatos de identificación y compartir de saberes. La profesional cognitiva realizará una dinámica o ejercicio práctico, en donde se busca reflexionar sobre estas experiencias anteriormente descritas, sus impactos actuales y la forma en como se pudieron abordar con los conocimientos adquiridos en la sesión. Se comparte esto y se construye colectivamente aprendizajes y consejos, así como se puede establecer nuevas prácticas que permitan generar buenos hábitos saludables de salud mental

Powered by CamScanner

3.3.3. MOMENTO FINAL	En la socialización, se da la palabra a las personas mayores que quieran expresar el cambio que pudo generar estas charlas y conocimientos en sus vidas, así como las acciones que realizará en sus hogares para mejorar su salud mental. Se agradece a las personas mayores por su participación y confianza al compartir las experiencias.

3.4.RECURSOS
Música Material didáctico Material explicativo

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Fecha de evaluación del encuentro: 8/2/23
Nombre del profesional que evalúa: Predad Anto

Powered by CamScanner