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: __Hogar Francisco y Clara

1.2 Localidad: No aplica.

2.1. Fecha de Ejecución:

2.Linea: Espiritualidad 1 | 11 | 2025 al 30 | 11 | 2025

2.2. Nombre del encuentro: 1. Diversidad religiosa 2. Viviendo nuestra espiritualidad 3. Cuidando mi salud mental y cognitiva 4. Buscando mi yo

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación:1. Hna Omaira Ospina Aristizábal (Psicóloga), 2.Hna Omaira Ospina Aristizábal (Psicóloga) 3. Zulma jhoana Medina 4. Yessmi Alexandra Montoya Bueno

3.1. OBJETIVO GENERAL

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

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Viviendo nuestra espiritualidad: Fomentar la reflexión espiritual sobre el valor de la vida y la aceptación de la muerte como parte natural del ciclo vital, con la celebración del día de los fieles difuntos, fortaleciendo la resiliencia emocional, el sentido trascendente y la conexión entre los participantes.

Actividad 2: Diversidad religiosa: Promover la reflexión espiritual en torno al profeta Jeremías como símbolo de esperanza y fe en medio de la diversidad de pensamientos, creencias y circunstancias de la vida, fortaleciendo la identidad espiritual, la tolerancia y la confianza en Dios entre las personas mayores.

Actividad 3: Buscando mi yo: Favorecer el reconocimiento de las características personales, valores y fortalezas que definen la identidad propia, promoviendo la autoaceptación y la expresión emocional.

Actividad 4: Cuidando mi salud mental y/ o cognitiva: Promover el fortalecimiento cognitivo y el trabajo en equipo en las personas mayores mediante la resolución cooperativa de un rompecabezas de 100 piezas, favoreciendo habilidades como la atención, la memoria, la percepción visual y la comunicación.

3.3. METODOLOGÍA

Actividad 1: Viviendo nuestra espiritualidad: Para el desarrolló de la actividad, con el tema **"Celebrar la vida, abrazar la partida"**, se utilizó una metodología de celebración participativa en dos momentos. se realizó una convocatoria dirigida a las personas mayores mediante la estrategia comunicativa del "voz a voz" en espacios como el comedor, áreas comunes y altoparlante a vincularsen en la celebración de los fieles difuntos, en la capilla Institucional , utilizando técnicas de diálogo abierto, música significativa y ejercicios simbólicos para promover la expresión de emociones, recuerdos y mensajes de gratitud hacia la vida y hacia quienes ya partieron.

Actividad 2: Diversidad religiosa: La actividad se desarrolló mediante el tema: **"Jeremías : voz de esperanza entre voces diversas"** con la proyección de una película alusiva al mensaje de esperanza, fe y resiliencia, inspirada en la historia del profeta Jeremías.
A través del cine-foro, se buscó generar un espacio de reflexión personal y grupal, utilizando estrategias de ambientación del espacio con sala de Tv del segundo piso, sonido.

Actividad 3: Buscando mi yo: Se llevó a cabo la actividad titulada **"Yo autentico"**, se basa en la educación vivencial y participativa, donde cada persona es protagonista de su proceso de autoconocimiento. Se promueven espacios de reflexión, expresión y reconocimiento personal y grupal, fortaleciendo la identidad y la autoestima desde la experiencia y la interacción. se convocó a las personas mayores mediante la estrategia comunicativa del "voz a voz" en espacios como el comedor, áreas comunes y altoparlante, invitandolos al balcon del tercer piso.

Actividad 4: Cuidando mi salud mental y/ o cognitiva: La actividad se desarrolló mediante el tema: **"reto pieza a pieza",** se desarrolló bajo una metodología participativa y vivencial, basada en el aprendizaje activo y la estimulación cognitiva. Permitiendo que las personas mayores se involucraran de manera directa en cada fase del proceso, integrando aspectos cognitivos, sociales y emocionales.	
3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Actividad 1: Viviendo nuestra espiritualidad.:** El día 1 de noviembre 2025, con el tema: " celebrar la vida, abrazar la partida" y una vez organizada la capilla, se dio la bienvenida a los participantes con una breve oración y frase inspiradora sobre la vida y la esperanza. en la que participaron 69 personas mayores.
	Actividad 2: Diversidad religiosa: El día 4 de noviembre 2025, en la sala de tv del segundo piso, con el tema **": Jeremías: voz de esperanza entre voces diversas",** se dio saludo de bienvenida y se realizó una breve explicación sobre Jeremías y su papel como voz de esperanza. Con la participación de 64 personas mayores.
	Actividad 3: Buscando mi yo: El día 10 de noviembre de 2025 se llevó a cabo la actividad denominada **"Yo auténtico",** orientada al fortalecimiento del autoconocimiento y la valoración personal. Se dio la bienvenida a los participantes y se inició con una dinámica de reflexión frente al espejo, donde cada persona mayor respondió a la pregunta: "¿Quién soy yo más allá de lo que los demás dicen?", expresando en voz alta una palabra que los definiera.Durante este espacio se promovió la conexión emocional y el reconocimiento del valor personal, en un ambiente cálido y de confianza, acompañado de música suave y orientación verbal positiva. Posteriormente, los participantes se trasladaron a las mesas dispuestas en el balcón del tercer piso, donde se les entregó una hoja y un lápiz para continuar con la segunda parte de la actividad, centrada en la construcción del Yo auténtico.En total participaron 18 personas mayores, quienes mostraron disposición, interés y apertura durante el desarrollo de la jornada.
	Actividad 4:Cuidando mi salud mental y/o cognitiva: El día 24 de noviembre se llevó a cabo la actividad **"reto pieza a pieza".** Se inició ofreciendo la bienvenida a las personas mayores participantes, posteriormente se dará una breve explicación del tema, indicando la importancia de mantener la mente activa y cómo actividades como los rompecabezas favorecen la memoria, la atención y la capacidad de resolución de problemas. Luego se hizo una presentación del reto, que consiste en armar un rompecabezas de 100 piezas por grupos, después se organizaron a las personas mayores en grupos de 2 y se entregó el material. Participaron 12 personas mayores.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1: Viviendo nuestra espiritualidad:** Se llevó a cabo el espacio de reflexión con el tema **"Celebrar la vida, abrazar la partida"**. Una vez las personas mayores estuvieron ubicadas en sus puestos, se dio inicio compartiendo una lectura reflexiva relacionada con el sentido de la vida y la partida. Posteriormente, se invitó a los participantes a realizar una reflexión personal y colectiva, propiciando un espacio de diálogo abierto donde pudieron expresar pensamientos, emociones y recuerdos significativos. Como parte del ejercicio simbólico, las personas mayores registraron los nombres de sus seres queridos fallecidos, para luego ofrecer una oración grupal en su memoria. Esta dinámica favoreció la participación activa, la conexión espiritual y el fortalecimiento del acompañamiento mutuo entre los asistentes.
	Actividad 2: diversidad religiosa: Una vez reunidos en la sala de TV del segundo piso y teniendo como propósito promover la reflexión espiritual en torno a la figura del profeta Jeremías como símbolo de esperanza y fe en medio de la diversidad de pensamientos, creencias y circunstancias presentes en la vida de las personas mayores. Se buscó fortalecer la identidad espiritual, la tolerancia y la confianza en Dios, reconociendo la pluralidad religiosa existente dentro del grupo. Se proyectó la película alusiva al tema **"Jeremías: voz de esperanza entre voces diversas"**, seleccionada de acuerdo con el contexto y las características de los participantes. La proyección permitió acercarse al mensaje central del profeta, centrado en la resiliencia, la fe y la fuerza espiritual frente a los desafíos de la vida. Posteriormente, se llevó a cabo un espacio de reflexión personal y grupal. A través de preguntas orientadoras, los participantes dialogaron sobre las lecciones aprendidas, la interpretación del mensaje de Jeremías y la manera en que estos elementos pueden aplicarse en su vida cotidiana.
	Actividad 3: Buscando mi yo: Para la construcción del **"Yo auténtico",** las personas mayores participantes desarrollaron un ejercicio reflexivo e introspectivo, dando respuesta a las siguientes preguntas orientadoras:Tres cualidades personales, tres cosas que les gusta hacer, tres valores que los representan, Algo que los hace únicos o diferentes.Durante este proceso, se promovió la expresión libre y creativa, permitiendo que cada participante plasmara sus respuestas mediante el uso de colores, dibujos o palabras significativas. El ejercicio fue acompañado con preguntas orientadoras que favorecieron la autoexploración, *la reflexión personal y el reconocimiento positivo de las propias cualidades.La actividad generó un ambiente* de participación activa, entusiasmo y motivación, evidenciándose el fortalecimiento del autoconcepto y la autoestima en cada uno de los asistentes.

	Activida 4: Cuidando mi salud mental y/ o cognitiva: Posteriormente y con el tema: **"reto pieza a pieza"**. se comenzó con el armado del rompecabezas por grupos. Todo el tiempo se hizo estimulación cognitiva dirigida, que incluye incentivar la clasificación de piezas por color, bordes y formas, fomentar la resolución de problemas y la toma de decisiones conjunta, promover la comunicación efectiva entre los integrantes del equipo, realizar acompañamiento para orientar sin intervenir directamente en la toma de decisiones y observar las dinámicas grupales, la participación activa y el manejo emocional ante la frustración o el desafío.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1: Viviendo nuestra espiritualidad:** Una vez realizado el cierre simbólico en la capilla, los participantes expresaron intenciones, mensajes de despedida y agradecimiento, compartiendo de manera espontánea sus sentimientos y reflexiones finales. La actividad concluyó con una pieza musical reflexiva, la cual promovió un ambiente de calma, serenidad y unidad grupal, permitiendo a los asistentes finalizar la experiencia con una sensación de conexión y tranquilidad.
	Actividad 2: Diversidad religiosa: Se realizó un cierre simbólico en la capilla, en el cual los participantes manifestaron intenciones, mensajes de despedida y agradecimiento. Se finalizó con una pieza musical reflexiva, promoviendo sentimientos de calma, serenidad y unidad grupal.
	Activida 3: Buscando mi yo: Para finalizar la actividad, se invitó a las personas mayores a compartir voluntariamente sus reflexiones y creaciones, expresando las cualidades, valores y aspectos que los hacen únicos. Este espacio permitió el reconocimiento mutuo entre los participantes, generando un ambiente de respeto, empatía y valoración personal y colectiva. Durante la socialización, se evidenció una actitud positiva, expresiones de alegría y orgullo al hablar de sí mismos, así como manifestaciones de afecto y admiración hacia sus compañeros. El cierre incluyó una reflexión grupal sobre la importancia de aceptarse, valorarse y mostrarse tal como se es, fortaleciendo la autoestima y el sentido de identidad.
	Activida 4: Cuidando mi salud mental y/ o cognitiva: Por último, se hizo cierre del reto, independientemente de si se alcanzó o no a completar el rompecabezas. Luego cada grupo compartió cómo trabajó, qué estrategias usaron y cómo se sintieron. Además, se dieron unas conclusiones sobre la importancia del trabajo en equipo y el cuidado de la salud mental y cognitiva esto a fin de mantener una vida activa, social y mentalmente estimulante.

3.4.RECURSOS	
Recursos humanos:	**Recursos materiales:**
Personas mayores	
Área de gerontología	Balcon del tercer piso, espejo, mesas, sillas, hojas, musica, colores lapices.
Área de psicología	Sonido,Capilla Institucional, patio del segundo piso, documental, tv, sillas, pancarta alusiva al tema, flores artesanales, luces, instrumentos musicales.

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO
Actividad 1: Viviendo nuestra espiritualidad: Las personas mayores participantes, lograron expresar libremente emociones relacionadas con la pérdida, la gratitud y la memoria afectiva, manifestaron disposición y apertura al diálogo, compartiendo experiencias que enriquecieron el espacio grupal.Se observó mayor conexión emocional entre los participantes, favoreciendo el apoyo mutuo y participando activamente en las dinámicas simbólicas propuestas.
Actividad 2: Diversidad religiosa: el cierre simbólico favoreció la expresión libre de pensamientos, el reconocimiento de la diversidad religiosa y la construcción de un ambiente de respeto, escucha y crecimiento espiritual compartido.

Actividad 3: Buscando mi yo: La actividad **"Yo auténtico"** fue valorada de manera positiva por los participantes, quienes demostraron disposición, interés y apertura durante todo el proceso. Se evidenció una participación activa en las diferentes etapas, desde la reflexión inicial hasta la construcción y socialización de sus producciones personales. Las personas mayores expresaron satisfacción al poder reconocer sus cualidades, valores y gustos, fortaleciendo su autoestima y sentido de identidad. Durante la jornada se observó un ambiente de confianza, respeto y apoyo mutuo, lo que favoreció la expresión emocional y la integración grupal.

Actividad 4: Cuidando mi salud mental y/ o cognitiva: Las personas mayores expresaron su satisfacción con la actividad, destacando que fue una experiencia que como su nombre lo indica, los retó a nivel cognitivo y social ya que tuvieron que concentrarse bastante para lograr armar los rompecabezas y además entablar una conversación con su compañero para ubicar de manera correcta las fichas ya que muchas tenían similitudes.

Actividad 1: Raimundo Castilla Rico
C: C: 8.662.363

Actividad 2: Vidalia Vidal Gil Fajardo
C:C: 37625066

Actividad 3. Carlos Enrique Arrieta
CC 19406188

Actividad 4: Abigail Galicia Cespedes
CC: 20637521

Fecha de evaluación del encuentro: 30 de noviembre 2025

Nombre del profesional que evalúa:

Psicólogos:

Hna. Omaira Ospina A

Diego Matamoro

Mélida López

Gerontología

Zulma Johanna Medina Arévalo

Yessmi Alexandra Montoya Bueno

Coordinador: Javier Alejandro Ríos.

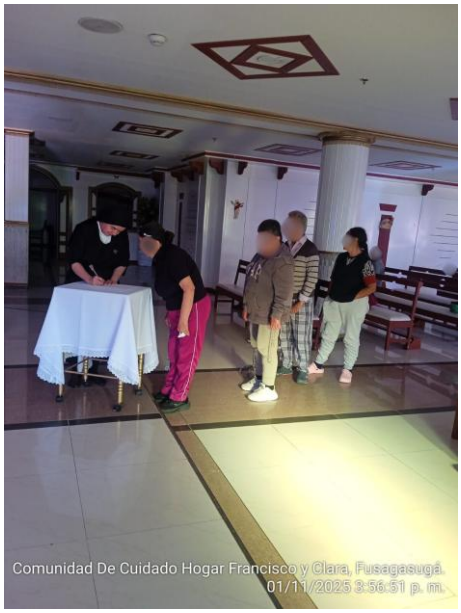
INSTITUTO DE HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR FRANCISCO Y CLARA

NOVIEMBRE 2025

Actividad 1: Viviendo nuestra espiritualidad.
Tema: "Celebrar la vida, abrazar la partida"





Actividad 2 : Diversidad religiosa.
Tema: “Jeremías: voz de esperanza entre voces diversas”





Actividad 3. Buscando mi yo
Tema: “Yo Autentico”





Actividad 4: Cuidando mi salud mental y/ o cognitiva
Tema: "Reto pieza a pieza"



