	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 Operativa/Lote/Zona: _ **Comunidad de Cuidado Casa Nostra**							
1.2	Localidad: Tunjuelito	2.1. Fecha de Ejecución:							
2	Linea: IDENTIDAD, AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD	1	12	2025	al	31	12	2025	

2.2 Nombre del encuentro:
Actividad 1 - Circulo de autodescubrimiento
Actividad 2 - Tertulia de confianza
Actividad 3 - Vibrando juntos
Actividad 4 - Uniendo voces
Actividad 5 - Conexiones Calidas

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación:
Actividad 1 y 2 - Ledi Anyeli castrillón Martinez- Psicóloga
Actividad 3 y 4 - Yennifer Liseth Velasquez Carrillo - Gerontóloga
Actividad 5 - Ledi Anyeli castrillón Martinez- Psicóloga y Yennifer Liseth Velasquez Carrillo - Gerontóloga

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Crear espacios que faciliten la libre expresión personal promoviendo el reconocimiento y respeto de las diversas identidades, orientaciones sexuales y afectivas de las personas mayores.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Encuentros de bienestar emocional: promover la reflexión y el entendimiento sobre los cambios fisiológicos, hormonales, emocionales y sociales asociados con el envejecimiento y la vejez, así como sobre la afectividad y la diversidad sexual, brindando la oportunidad de ampliar su conocimiento sobre las transformaciones naturales del envejecimiento, al mismo tiempo que sensibilizan sobre la importancia de la afectividad y la sexualidad en la vejez, en un ambiente inclusivo y respetuoso.
Actividad 2: Circulo de amor e identidad - Suscitar la comprensión del proceso de envejecimiento y la idea de la sexualidad, representándola simbólicamente a través del arte, permitirá a los participantes reflexionar sobre su identidad y fortalecer su autoestima. Estas expresiones artísticas resaltarán la importancia de la diversidad y el respeto, mientras proporcionan información veraz de manera didáctica. Las actividades facilitarán un espacio para explorar estas temáticas de forma significativa y accesible, promoviendo el entendimiento y la reflexión.
Actividad 3: Vibrando juntos: Brindar un entorno en el que las personas mayores se sientan cómodas y empoderadas para expresar su opinión hacia el reconocimiento de la riqueza que aporta la diversidad a la sociedad.
Actividad 4: Uniendo voces: Promover el libre desarrollo de la personalidad y generar espacios para el reconocimiento y respeto de las diferentes identidades. reconocimiento del cuerpo, fortalecimiento de autocuidado y autoestima.
Actividad 5: Conexiones Calidas - Fomentar la comprensión personal y colectiva de las personas mayores en cuanto a la diversidad sexual, afectiva y cultural.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Actividad 1 - Circulo de autodescubrimiento: 10/12/2025 -** Se organizó a las personas mayores en el patio para llevar a cabo la actividad titulada "Esencias con Amor", desarrollada en articulación con la Subred. La jornada inició con una explicación introductoria sobre las esencias y los aromas, a cargo del químico farmacéutico William Hernando Cortés, quien brindó una contextualización detallada sobre su origen, propiedades y aplicaciones en el cuidado personal, relacionándolos con la temática central de la actividad. Posteriormente, se presentaron los materiales necesarios para la elaboración de un gel antibacterial neutro, formulado para preservar el pH natural de la piel. Durante esta fase, se orientó a los participantes paso a paso en el proceso de preparación, promoviendo su participación activa, el aprendizaje práctico y el desarrollo de habilidades relacionadas con la elaboración de productos de autocuidado.
	Actividad 2 - Tertulia de confianza: 09/12/2025 Se llevó a cabo una actividad didáctica titulada "Cómo nos entendemos", dirigida a personas mayores y orientadas a abordar la sexualidad en la vejez desde una perspectiva reflexiva, participativa y respetuosa de la diversidad. La propuesta tuvo como propósito generar un espacio de encuentro y diálogo que facilitara la expresión de experiencias, la resignificación de vivencias y la construcción colectiva de conocimientos en torno al deseo, el placer y las relaciones afectivas durante esta etapa de la vida. Por medio de la lectura guiada, se promovió la reflexión sobre mitos, creencias y estereotipos asociados a la sexualidad en la adultez , permitiendo cuestionarlos y abrir paso a una comprensión más amplia, natural y saludable del tema. Esta dinámica fomentó la participación activa, el intercambio de ideas y el fortalecimiento de la confianza entre los asistentes.
	Actividad 3 - Vibrando juntos: El día **01 de diciembre** de 2025 se llevó a cabo una actividad en la comunidad de cuidado Hogar Casa Nostra, con la participación activa de 18 personas mayores. La jornada estuvo orientada al bienestar físico y emocional de los participantes e incluyó actividades de estimulación sensorial, ejercicios dirigidos, maderoterapia y musicoterapia. Para el desarrollo de la actividad se utilizaron ayudas tecnológicas para la reproducción musical, así como aceites, esencias y objetos de madera destinados a la realización de masajes. Estas estrategias favorecieron la relajación, la estimulación sensorial y la participación activa de las personas mayores.
	Actividad 4 - Uniendo voces: El **11 de diciembre de 2025**, la comunidad de cuidado hogar Casa Nostra vivió una jornada llena de alegría y emoción con la visita de los estudiantes del Gimnasio La Montaña. Este significativo encuentro marcó el inicio de la temporada navideña, un tiempo especial que invita a fortalecer los lazos de familia, fraternidad y esperanza. En un ambiente de calidez y unión, las personas mayores del hogar recibieron con entusiasmo a los jóvenes, quienes compartieron el espíritu de la Navidad y recordaron, a través de gestos de amor y solidaridad, el significado del nacimiento del Niño Jesús. En la actividad participaron 85 personas mayores.

	Actividad 5 - Conexiones cálidas: La actividad dio inicio el **05/12/2025** centrada en la persona y el reconocimiento de los derechos sexuales y afectivos de las personas mayores, se convoca a todos para participar en la socialización del protocolo de uso de la "Habitación de Relaciones Afectivas e Íntimas". Esta iniciativa tuvo lugar en un espacio abierto y accesible, el patio de la institución, lo que facilitó una participación respetuosa, espontánea y plural. La actividad estuvo dirigida a brindar información clara y accesible, promoviendo el conocimiento colectivo del marco normativo que regula el uso de este recurso, con especial énfasis en la inclusión de personas con diferentes capacidades sensoriales y cognitivas
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1 - Circulo de autodescubrimiento:** A continuación, se llevó a cabo un ejercicio de reconocimiento de cada uno de los productos e instrumentos suministrados por la Subred para la actividad. A medida que se mezclaban los ingredientes, se integró una explicación sobre los aromas naturales, su relación con las características individuales, incluido el pH de la piel y su importancia en el autocuidado y la higiene personal. Asimismo, se abordó cómo los aromas pueden influir en la percepción social y en las preferencias personales, favoreciendo un diálogo abierto sobre gustos, afinidades y experiencias. Este espacio permitió que las personas mayores no solo interactuaran activamente con los materiales y su proceso de elaboración, sino que también expresaran libremente sus ideas, reflexiones y comentarios en torno a la temática.mentando su autoestima, sentido de pertenencia y calidad de vida.
	Actividad 2 - Tertulia de confianza: La dinámica central consistió en la lectura del texto "El eco del silencio", de la psicóloga Atienza Boada, seguida de un diálogo orientado a reflexionar sobre la lectura entorno a los cambios que experimenta la persona en el ámbito sexual a lo largo de los años. La discusión abordó aspectos relacionados con la salud, la identidad de género, la diversidad sexual y la afectividad, promoviendo la comprensión de la sexualidad en la adultez mayor desde una perspectiva integral. Este enfoque favoreció la libre expresión, el intercambio respetuoso y el análisis crítico de creencias tradicionales, incorporando principios de derechos humanos y fomentando la participación activa de los asistentes, así como la reflexión colectiva sobre sus experiencias, expectativas y percepciones en torno a la sexualidad y las relaciones afectivas.
	Actividad 3 - Vibrando juntos: Se dio inicio a la actividad organizando y acomodando todos los elementos necesarios para su adecuado desarrollo. Posteriormente, se invitó a las personas mayores a participar y se las ubicó en forma de mesa redonda, con el propósito de favorecer la interacción y garantizar una participación activa y significativa. La sesión estuvo orientada a la estimulación sensorial y emocional, con el objetivo de fortalecer la identidad personal y la afectividad que las personas mayores pueden brindarse a sí mismas y a sus pares. La actividad se desarrolló en dos momentos. En el primero, se realizaron masajes, acompañados de una explicación sobre la importancia del autocuidado y el autoafecto, promoviendo el reconocimiento de que aún pueden brindarse a sí mismos gestos de cariño y bienestar. Posteriormente, se llevó a cabo una respiración consciente acompañada de música relajante, con el fin de favorecer la conexión entre el cuerpo, el espíritu y la emoción. Para finalizar, se realizaron ejercicios dirigidos de estiramiento, permitiendo la relajación general del cuerpo y el cierre armónico de la actividad.
	Actividad 4 - Uniendo voces: La actividad comenzó con un cálido intercambio de regalos, donde los estudiantes y las personas mayores compartieron sonrisas y gestos de cariño. A continuación, se realizaron varias charlas, en las que se reflexionó sobre el verdadero significado de la Navidad y la importancia de la solidaridad en nuestras vidas. Uno de los momentos más divertidos fue la realización de un bingo, que generó un ambiente de diversión y emoción entre todos los presentes. Este juego, además de ser una fuente de entretenimiento, permitió fortalecer los lazos entre las generaciones y brindar una oportunidad para que las personas mayores y los jóvenes compartieran risas y buenos momentos, quienes disfrutaron de cada uno de los momentos propuestos. El evento no solo marcó el inicio de las celebraciones navideñas, sino que también reforzó el compromiso de la comunidad con el bienestar y la integración social de la sociedad. Este evento fue un recordatorio del poder de la convivencia y la importancia de ofrecer momentos de alegría y compañía a quienes más lo necesitan, especialmente durante la Navidad.
	Actividad 5 - Conexiones cálidas: La metodología empleada se basó en una dinámica participativa e inclusiva, orientada a garantizar la comprensión del contenido normativo a través de un lenguaje claro, accesible y contextualizado. Se explicó que la habitación ha sido diseñada bajo criterios de privacidad, confort y seguridad, respetando estándares mínimos de dignidad humana. Se detallaron los tres requisitos esenciales para el acceso a este espacio: (1) consentimiento mutuo entre las personas involucradas, (2) existencia de una relación efectiva dentro de la comunidad de cuidado y (3) valoración médica favorable, según protocolo vigente. Durante el encuentro, se promovió un espacio de diálogo abierto en el que emergieron percepciones diversas: inquietudes, dudas, valoraciones críticas y manifestaciones de interés. Este intercambio permitió visibilizar barreras culturales, prejuicios persistentes y necesidades de mayor información y sensibilización sobre el ejercicio de la intimidad y la sexualidad en la vejez.
	Actividad 1 - Circulo de autodescubrimiento: Finalmente, la actividad brindó a las personas mayores la oportunidad de expresar sus emociones y compartir sus experiencias de manera creativa, e interactiva con la elaboración del producto, promoviendo no solo la introspección personal, sino también la articulación y gestión de sentimientos de forma constructiva. Este proceso favoreció el desarrollo de habilidades de comunicación emocional y estimuló la interacción social entre los asistentes, fortaleciendo los vínculos interpersonales y generando un ambiente de apoyo mutuo. Asimismo, el encuentro consolidó un espacio seguro y enriquecedor de reflexión y bienestar, contribuyendo de manera significativa al mantenimiento y mejora de la salud emocional, la importancia del autocuidado la higiene personal, cognitiva y social de las personas mayores, fomentando su autoestima, sentido de pertenencia y calidad de vida.

3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 2 - Tertulia de confianza:** Para cerrar la actividad, se llevó a cabo una reflexión de la lectura en la que los participantes expresaron sus sentimientos y emociones en torno a lo que comprendieron de la misma. Además, aportaron desde su propia experiencia, contexto y trayectoria, relacionando el contenido con situaciones de la vida real o eventos que han ocurrido a lo largo de su vivencia y en el momento actual. De manera conjunta, se consolidó como una estrategia pedagógica efectiva para fortalecer la autoestima, los vínculos interpersonales y el bienestar emocional y afectivo en la vejez.
	Actividad 3 - Vibrando juntos: Al concluir la actividad, se invitó a las personas mayores a reflexionar brevemente sobre sus sensaciones y experiencias durante la jornada, reconociendo los beneficios que cada una de las dinámicas les aportó a nivel sensorial, emocional y físico. Se agradeció su participación, compromiso y entusiasmo, destacando la importancia del autocuidado, la expresión emocional y el fortalecimiento de los lazos comunitarios. Se procedió a recoger y guardar los materiales utilizados, asegurando el orden del espacio y dejando el lugar en condiciones adecuadas. Finalmente, se brindaron palabras de cierre motivando a las personas mayores a continuar con prácticas que favorezcan su bienestar integral, reiterando la importancia de fortalecer el amor propio, la afectividad y los lasos sociales.
	Actividad 4 - Uniendo voces: Para finalizar la actividad, se agradeció de manera especial la participación y disposición de los estudiantes del Gimnasio La Montaña, así como el acompañamiento del equipo de la comunidad de cuidado Hogar Casa Nostra. La jornada culminó en un ambiente de alegría, respeto y fraternidad, dejando en los participantes un sentimiento de satisfacción y bienestar. Las personas mayores expresaron su gratitud por los momentos compartidos, los detalles recibidos y el acompañamiento brindado, resaltando la importancia de este tipo de encuentros que fortalecen los lazos sociales y promueven el amor, la solidaridad y la unión, valores propios de la época navideña. Con esta actividad se dio apertura oficial a las celebraciones de Navidad, reafirmando el compromiso de continuar generando espacios de integración, recreación y encuentro intergeneracional que contribuyan al bienestar emocional y social de la comunidad.
	Actividad 5 - Conexiones cálidas: La actividad no solo permitió la transmisión efectiva del protocolo institucional, sino que también funcionó como un espacio de reflexión colectiva sobre la importancia de garantizar los derechos afectivos, sexuales y reproductivos de las personas mayores. Se reafirmó el principio de que la sexualidad y la intimidad son dimensiones inherentes a la condición humana, y por tanto, deben ser reconocidas, respetadas y promovidas en todas las etapas de la vida. Finalmente, se renovó el compromiso institucional con la construcción de entornos seguros, inclusivos y libres de estigmas, donde cada persona mayor pueda ejercer su autonomía y dignidad en un marco de respeto, acompañamiento profesional y plena garantía de derechos.

3.4.RECURSOS

* Recursos locativos. * Lápices. * Torre de sonido. * Papel Silueta de colores varios. * Micrófono. * Sillas rimax. * Audios de música, reflexiones. * Videos. * Televisor. * Elementos de aseo. * Música. *Juegos de mesa . * Aceites corporales. * objetos deportivos.	Recurso Humanos : Personas Mayores de la comunidad de cuidado Profesionales Invitados

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1 - Circulo de autodescubrimiento: Se conto con la participacion de 29 personas mayores participantes, fortalecer el bienestar integral, mediante la participación activa en la actividad "Esencias con Amor", la cual promovió el aprendizaje práctico sobre el autocuidado y la higiene personal, así como la comprensión del uso de esencias y aromas en el cuidado de la piel. La interacción con los materiales y la elaboración del gel antibacterial favorecieron el desarrollo de habilidades manuales, cognitivas y sensoriales. Además, la actividad estimuló la expresión emocional, el diálogo abierto y la construcción de vínculos interpersonales, generando un espacio seguro de participación, reflexión y socialización. Como resultado, se evidenció un fortalecimiento de la autoestima, el sentido de pertenencia, la comunicación emocional y la calidad de vida de los participantes, consolidando un entorno de apoyo mutuo y bienestar.
NOTA ACLARATORIA: El registro fotográfico original reposa en DRIVE de la comunidad de cuidado.

Actividad 2 - Tertulia de confianza: Se conto con la participación de 22 personas mayores, logrando generar un espacio pedagógico de diálogo y reflexión que permitió reconocer, cuestionar y resignificar sus creencias sobre la sexualidad en la vejez. A través de la lectura guiada y la participación activa, los asistentes fortalecieron su autoestima, expresaron libremente sus experiencias y emociones, y desarrollaron una comprensión más integral, saludable y respetuosa de la diversidad en torno al deseo, el placer y las relaciones afectivas durante esta etapa de la vida. Esta experiencia consolidó vínculos interpersonales, promovió el bienestar emocional y favoreció la construcción colectiva de saberes.
NOTA ACLARATORIA: El registro fotográfico original reposa en DRIVE de la comunidad de cuidado.

Actividad 3 - Vibrando juntos: Se logró la participación activa y significativa de las 18 personas mayores asistentes, quienes demostraron interés y compromiso durante cada una de las fases de la actividad. Las dinámicas de estimulación sensorial, maderoterapia, respiración consciente y ejercicios dirigidos promovieron una mejora en la interacción social, el bienestar emocional y la percepción de autocuidado. Adicionalmente, se evidenció una mayor apertura en la expresión de afecto y sensaciones corporales, fortaleciendo la identidad personal y los vínculos comunitarios dentro del grupo.
NOTA ACLARATORIA: El registro fotográfico original reposa en DRIVE de la comunidad de cuidado.

Actividad 4 - Uniendo voces: Se logró fortalecer la integración social y el intercambio intergeneracional entre los estudiantes del Gimnasio La Montaña y las personas mayores de la comunidad de cuidado Hogar Casa Nostra, promoviendo valores como la solidaridad, el respeto y la empatía. A través de las actividades realizadas, entrega de regalos, charlas y bingo. Se generó un ambiente de alegría, participación activa y bienestar emocional de las 85 personas mayores, contribuyendo al inicio de las celebraciones navideñas y al fortalecimiento del sentido de unión y comunidad.
NOTA ACLARATORIA: El registro fotográfico original reposa en DRIVE de la comunidad de cuidado.

Actividad 5 - Conexiones cálidas: Se socializo y promovió en 88 personas mayores el reconocimiento y ejercicio del derecho a la sexualidad y la intimidad en 88 personas mayores de la comunidad de cuidado, mediante una actividad participativa de socialización del protocolo de uso de la Habitación de Relaciones Afectivas e Íntimas, que facilitó el diálogo, la comprensión normativa y la sensibilización colectiva en un ambiente de respeto, inclusión y dignidad.Se logró, evaluar el nivel de comprensión de las personas mayores respecto a la Habitación de Relaciones Afectivas e Íntimas mediante preguntas como: "¿Saben que hay una habitación llamada Relaciones Afectivas e Íntimas?", "¿Saben dónde se encuentra ubicada?" y "¿Saben para qué está destinada?". La mayoría respondió adecuadamente, demostrando conocimiento sobre la existencia y finalidad del espacio, aunque señalaron que aún no ha sido utilizado. Como resultado, se consolidó la comprensión del protocolo asociado a la habitación, su importancia dentro de la comunidad de cuidado y los elementos necesarios para garantizar un entorno seguro, digno y adecuado para el ejercicio de la intimidad.
NOTA ACLARATORIA: El registro fotográfico original reposa en DRIVE de la comunidad de cuidado.

En constancia de la realización de la actividad firman:

Persona 1:
Teresa Bernal Vargas C.C 41543092 _____

Persona 2:
Elsa Lia Bohorquez C.C: 41737821 _____

Persona 3:
Luis Francisco Chaparro C.C: 17117528 _____

Persona 4:
María del Carmen Jamaica Garzón C.C. 41341031 _____

Persona 5:
Hernando Molano C.C: 19402945 _____

Coordinadora:
Adriana del Pilar Amortegui C.C: No 52506519 _____

Fecha de evaluación del encuentro: 31/12/2025

Nombre del profesional que evalúa
Ledi Anyeli Castrillón Martinez C.C. 52198702
Yennifer Liseth Velasquez Carrillo C.C. 1152709940

IDENTIDAD AFECTIVIDAD Y SEXUAL.

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Actividad 1 Círculo de Auto Descubrimiento







Actividad 2: Tertulia de Confianza




9 dic 2025 3:03:39 p. m.
26-97 Diagonal 52a Sur
Tunjuelito
Bogotá, D.C.


9 dic 2025 2:56:46 p. m.
26-92 Diagonal 52a Sur
Tunjuelito
Bogotá, D.C.

Actividad 3: Vibrando Juntos







Actividad 4: Uniendo Voces




11/12/2025, 9:22:18 a.m.
Diagonal 52B Sur 26-72
110611
Bogotá
Colombia


11/12/2025, 10:04:52 a.m.
Diagonal 52B Sur 26-72
110611
Bogotá
Colombia

Actividad 5 - Conexiones cálidas






5/12/2025 15:10:06
26-80 Diagonal 52 B Sur
Tunjuelito
Bogotá