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 Operativa/Lote/Zona: San Jose

1.2 Localidad: N/A

2. Línea: Participacion

2.1. Fecha de Ejecución:

11	8	2025	al	27	8	2025

2.2. Nombre del encuentro: 1. Cultivando valores, 2.La grandeza de vivir 3. Envejeciendo con alegria, 4. Viviendo con dignidad 5.Festejando mi vejez

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Johanna Mesa(Psicologa)-Zulay Rojas (Trabajadora Social)- Darlene Alzate (Gerontologa)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover el reconocimiento, respeto y ejercicio pleno de los derechos y deberes de las personas mayores, fomentando su inclusión, participación activa en la sociedad, en un entorno que valore su experiencia y contribuya a su bienestar integral.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Sensibilizar a las personas mayores sobre la importancia de los valores en su vida cotidiana, promoviendo el fortalecimiento de principios como el respeto, la solidaridad y la empatía en sus relaciones familiares y comunitarias. Esto con el fin de reforzar su autoestima, fomentar su participación activa en la sociedad y contribuir a una convivencia armoniosa basada en el reconocimiento de su experiencia y sabiduría.

Actividad 2: Generar un espacio grupal de participación e integración y dinamico entre pares, que activen procesos cognitivos teniendo en cuenta los gustos e intereses de las personas mayores participantes.

Actividad 3: Motivar a las personas mayores participantes a generar proceso de reminiscencias e interacción y opinión sobre un tema de interés general, un hecho histórico de contribución a la humanidad.

Actividad 4: Promover el conocimiento, respeto y ejercicio de los derechos fundamentales, garantizando que cada persona, especialmente los grupos vulnerables como las personas mayores, pueda vivir con dignidad, igualdad y justicia.

Actividad 5: Promover la participación de las personas mayores en actividades de integración e interacción enfocadas hacia las celebración y conmemoración de fechas especiales, a través de un enfoque diferencial y de inclusión.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Actividad 1:** La actividad "Cultivando Valores" se proyecta desarrollar el 19 de agosto del 2025 en el area social de Terapia Ocupacional, en donde se convocara a las personas mayores a participar de un espacio de sensibilizacion a traves de la proyeccion de un cortometraje frente al valor de ayudar y servir a los demas, se les explicara que este valor es de gran importancia es una disposición genuina de brindar apoyo a otros sin esperar nada a cambio. Es un principio fundamental en la vida en comunidad, pues fortalece los lazos sociales, genera confianza y promueve la solidaridad, ayudar es un valor que transforma tanto a quien da como a quien recibe, y fortalece la idea de que todos formamos parte de una red donde cada gesto cuenta.
	Actividad 2: La grandeza de vivir, actividad denominada "Cante, aunque no cante". La cual se convocó el día 26 de agosto del 2025, desde el área de psicología, se convocó a las personas mayores de la comunidad de cuidado San José a participar en el salón de terapia ocupacional de la comunidad de cuidado, con el fin de compartir y disfrutar de un espacio grupal de participación e integración entre pares, el cual mediante la herramienta de la musicoterapia, a través de la elección, escucha y canto de temas musicales las personas mayores participantes, generen procesos de reminiscencias y que del mismo modo se ejerciten procesos cognitivos, teniendo en cuenta los gustos e intereses de las personas mayores.
	Actividad 3: Desde el área de psicología, se convocó para el día 14 de agosto del 2025, a las personas mayores de la comunidad de cuidado San José, a participar en actividad, Envejeciendo con alegría, denominada "Antes y después de la electricidad" en la cual de manera grupal y por medio de herramienta pedagógica de audio sobre historia y línea del tiempo de la electricidad y como ha sido contribución a la humanidad, propiciando un espacio evocativo y educativo para las personas mayores participantes de la comunidad, en el cual se generen procesos de reminiscencias e interacción entre pares y opinión al tratarse de un tema de interés general que ha tenido relación con todas las personas en diferentes etapas de la vida.
	Actividad 4: La presente actividad "Viviendo con dignidad" se proyecta realizar el 11 de agosto del 2025 en la zona verde cerca al comedor, donde se convocara a las personas mayores a participar de una pequeña sensibilizacion frente al tema "Una Vejez sin violencia" la cual busca fortalecer su conocimiento y confianza para reconocer, prevenir y actuar frente a cualquier forma de maltrato, promoviendo una vida digna y segura en esta etapa. se brindara un espacio de introspeccion con el fin conocer las opiniones de cada una de las personas mayores frente al tema tratado.
	Actividad 5: Actividad "Festejando mi vejez" se proyecta para el día 27 de agosto de 2025 con el objetivo de realizar el cierre del Mes de la persona mayor, en el marco del lema de la SDIS #vivamosel mesmayor, en esta ocasión se denominará "Olimpiadas Granjeras". Se realiza la convocatoria a las personas mayores para el desarrollo de la actividad, se realiza traslado de las personas mayores a la cancha múltiple donde también se encuentran como invitados personas mayores de las Comunidades de cuidado Nazareth y Caminos de Vida, como también del Hogar Geriátrico Nueva Esperanza.
	Actividad 1: La actividad "Cultivando Valores" se desarrollo el 19 de agosto del 2025 en el area social de Terapia Ocupacional, en donde se convoco a las personas mayores a participar de un espacio de sensibilizacion a traves de la proyeccion de un cortometraje frente al valor de ayudar. Primeramente se dio inicio con el saludo y bienvenida, posteriormente se dio a conocer el objetivo de la actividad el cual fue promover la reflexión y la práctica del valor de ayudar, reconociendo la importancia de la solidaridad, la empatía y el apoyo mutuo, como medios para fortalecer las relaciones interpersonales, fomentar la convivencia armónica y generar bienestar tanto individual como colectivo. allí se les proyecto un cortometraje en donde Un joven que siempre va de prisa ignora constantemente a quienes necesitan ayuda en su camino. Sin embargo, un día él mismo pasa por una situación difícil y recibe ayuda inesperada. Ese acto cambia su manera de ver la vida, llevándolo a iniciar una cadena de solidaridad donde cada gesto, por pequeño que parezca, transforma vidas. se les pregunto ¿Porque creen que es importante ayudar a otros? en donde manifestaron que ayudar es un gesto de solidaridad en donde implica tambien el hecho de que en cualquier momento nosotros tambien necesitamos la ayuda de otros. se les explico que Ayudar a otros es un valor fundamental que fortalece la convivencia y la solidaridad entre las personas. Cuando brindamos apoyo, ya sea con un gesto sencillo o con acciones más significativas, no solo mejoramos la vida de quien lo recibe, sino que también experimentamos satisfacción personal, empatía y sentido de propósito. La ayuda mutua fomenta la unión, la confianza y la cooperación dentro de la familia, la comunidad y la sociedad en general. En definitiva, ayudar a otros es sembrar esperanza, cultivar relaciones humanas más sanas y construir un mundo más justo y solidario.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 2:** Se inicio actividad, La grandeza de vivir, denominada "Cante, aunque no cante" el día 26 de agosto del 2025, en un espacio del salón de terapia ocupacional, iniciando con saludo y agradecimiento por la participación, posteriormente se realizó ejercicio temporo espacial, con el fin de obtener una mayor atención y concentración, del mismo modo se continuo con la explicación sobre la metodología de la dinámica, la cual consistía en proponer un tema musical para escuchar y compartir con sus pares, el cual era de elección libre sin importar el género musical, resaltando siempre la importancia del respeto y gusto musical de sus pares, durante el ejercicio las personas mayores realizaron proceso de reminiscencias eligiendo sus canciones y durante la canción se motivó escuchar, sentir y tararear o cantar, ya que la música estimula la amígdala y accede a las emociones influyendo en el estado de ánimo hacerlos sentirse felices, energéticos y motivados.
	Actividad 3: Se realizo actividad por parte del área de psicología el día 14 de agosto del 2025, Envejeciendo con alegría, la cual para este se denominó "Antes y después de la electricidad" Iniciando con la ubicación de las personas mayores en un área del salón de terapia ocupacional, se agradeció a las personas mayores por su participación, posteriormente se continuo con ejercicio temporo espacial a fin de obtener una mayor concentración y se continuo invitando a escuchar audio sobre la historia del descubrimiento de la electricidad y su evolución en donde hablaba de sus creadores evolución en diferentes culturas, línea del tiempo de sus inicio perfeccionamiento en la manipulación y conducción de la electricidad en favor de la humanidad , y sobre la evolución social que ocasiono este invento, y a través de la escucha los participantes compartieron momentos de su vida relacionados con épocas y lugares en los que no había servicio de energía y como la humanidad ha evolucionado.
	Actividad 4: La actividad "Viviendo con dignidad" se desarrollo el 11 de agosto del 2025 en la zona verde cerca al comedor, donde se convocara a las personas mayores a participar de una pequeña sensibilizacion frente al tema "Una Vejez sin violencia" la cual busca a traves de esta charla fortalecer el conocimiento y confianza para reconocer, prevenir y actuar frente a cualquier forma de maltrato, promoviendo una vida digna y segura en esta etapa. Alli se dio inicio primeramente con la pregunta ¿que entienden por violencia? en donde manifestaron que es una agresion fisica hacia otra persona, se les explico que la violencia es toda acción, omisión o conducta ya sea física, verbal, psicológica, sexual, económica o simbólica que se ejerce con la intención, el resultado o el riesgo de causar daño, sufrimiento, miedo o vulneración de derechos a una persona o grupo. Se *caracteriza por: Afectar la integridad física, emocional o social de la persona, Imponer poder o control de manera injusta sobre otros, Romper el* respeto y la dignidad de quien la sufre. Posteriormente se socializo algunos tipos de violencia los cuales son: Violencia física. Es la forma más evidente de violencia o abuso, que puede ocasionar daños físicos y riesgo de vida, aunque no siempre deja huellas visibles (por ejemplo, si te tiran del pelo o te arrojan la comida en la cara, eso es un acto de violencia física). Se manifiesta de varios modos como castigos corporales, permanencia forzada en lugares encerrados, inmovilización, etc. Violencia psicológica: Es una de las formas de violencia más difíciles de detectar, que puede ocasionar daños a nivel psicológico o emocional. Se manifiesta cuando una o más personas agreden de manera verbal e intencional a otra persona. A veces la agresión no es directa y evidente, sino que comienza como algo sutil y se prolonga a lo largo del tiempo hasta que resulta una fuerte agresión psicológica. Violencia sexual: Es una de las formas de violencia donde la mayoría de las víctimas son mujeres y los agresores son hombres. Abarca desde comentarios e insinuaciones no deseados hasta las acciones del acto sexual. Se manifiesta con actos agresivos mediante el uso de la fuerza física, psíquica o moral que reducen a la víctima a condiciones de inferioridad para llevar a cabo una conducta sexual contra su voluntad. Violencia económica y patrimonial: Es una de las formas de violencia que afecta los bienes de la propia víctima y, sostenida en el tiempo, deriva en otros tipos de violencia como la física o la sexual. Se manifiesta con la transformación, sustracción, destrucción o restricción de los objetos, documentos, bienes y valores de la víctima, impidiendo que trabaje o realice actividades de manera independiente a fin de controlar y amenazar su integridad. Violencia simbólica: Es una de las formas de violencia más disimulada que afecta a una gran cantidad de personas en simultáneo. Se manifiesta de manera indirecta en la sociedad, a través de estrategias que imponen estereotipos y estructuras mentales, que son reforzados por la repetición y terminan siendo naturalizarlos. Por ejemplo, el parámetro adoptado socialmente de delgadez y cuerpo perfecto casi irreal conlleva a severos trastornos psicológicos y físicos entre la mayoría de la población que no puede alcanzar esa apariencia.
	Actividad 5: Actividad "Festejando mi vejez" se desarrolla el 27 de agosto de 2025, se realiza la bienvenida al grupo de personas mayores de la comunidad de cuidado e invitados especiales de otras comunidades, Hogar Geriátrico privado y personal de apoyo a la supervisión de la SDIS a las "Olimpiadas Granjeras" las cuales se realizan lideradas por las áreas de Fisioterapia y Trabajo social con el apoyo de todo el equipo interdisciplinario. Durante esta jornada se realizan presentaciones, participación en olimpiadas con juegos de mesa (parques y domino), bolirana y tejo, así mismo, visita e interacción con animales de la granja San José. Se da lectura a la programación del día: 1. Oración en acción de gracias por el área de Gerontología 2. Himno Nacional 3. Himno de la persona mayor "Canción de mi vida" (todos los asistentes) 4. Presentación Persona mayor Guillermo Turriago con la canción "Madrid, Madrid, Madrid" 5. Refrigerio 6. Distribución de participantes en los diferentes juegos (competencia) 7. Show de Caballos 8. Visita e interacción animales de la granja San José 9. Show musical Se realiza la oración por parte del área de Gerontología dando gracias por la presencia de cada persona mayor y acompañantes en la actividad. Durante la jornada se realiza torneo de Domino, torneo de bolirana y torneo de tejo con participantes de las 3 comunidades y el Hogar privado. Se realiza la interacción de las personas mayores con los animales de la granja: caballos, ponis, oveja, cabra, patos, pollos, conejos, loro, terneros.
	Actividad 1: Atraves de la actividad "Cultivando Valores" se logro transmitir la informacion frente a los valores y la importancia de ayudar a otros, posteriomente se realizo una pequeña dinamica frente a preguntas de primaria proyectadas en el televisor en donde consistió en un ejercicio de memoria y estimulación cognitiva, en el cual se realizaron preguntas básicas de nivel primaria (matemáticas simples, conocimientos generales, ciencias naturales y sociales). A través de dinámicas lúdicas, los participantes recordaron aprendizajes escolares, reforzaron su memoria a corto y largo plazo y compartieron experiencias relacionadas con su época de estudio.

3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 2:** Finalizando actividad del día 26 de agosto del 2025, La grandeza de vivir, se observó que la música es una herramienta importante para activar procesos de memoria evocativa en persona las mayores participantes, ya que la mayoría de los participantes presentan fallas amnésicas por patologías como él alzhéimer y mediante la escucha musical, el cerebro al procesarla causa efectos en el sistema motor. Por ello la musicoterapia es una herramienta muy útil incluso para ayudar a las personas que han tenido deterioro a nivel cerebral a recuperar la movilidad, igualmente con esta actividad ejercitaron su memoria episódica, adicionalmente fue un espacio de participación que disfrutaron cantando y evocando recuerdos entre pares.
	Actividad 3: Concluyendo la actividad. Envejeciendo con alegría, del día 14 de agosto del 2025, denominada "Antes y después de la electricidad" en la cual las personas mayores participantes lograron interactuar de manera positiva entre pares, opinando sobre un tema de interés general y del mismo modo se generaron procesos de reminiscencia en los cuales evocaron momentos específicos relacionados con la necesidad de la electricidad en el campo, ya que la haber electricidad para todos el impacto fue significativo en la economía mundial por que la humanidad se volvió más productiva.
	Actividad 4: A traves de la actividad "Viviendo con dignidad" se permitió reconocer que la violencia en la vejez es una realidad que muchas veces permanece oculta por miedo, vergüenza o desconocimiento de los derechos. A través del diálogo y la participación activa, se evidenció que no solo la agresión física constituye violencia, sino también el maltrato psicológico, el abandono, el control de bienes y la indiferencia. Los participantes pudieron identificar señales de alerta y comprender que la denuncia y la búsqueda de apoyo son pasos fundamentales para proteger la dignidad y el bienestar. Se fortaleció la conciencia de que la vejez es una etapa valiosa, que merece respeto, cuidado y oportunidades para seguir aportando a la sociedad.
	Actividad 5: Se finaliza la actividad "Festejando mi vejez" realizada el 27 de agosto la cual se denominó "Olimpiadas Granjeras" con un show musical "Orquesta La tropa" y premiación de las diferentes categorías de juego, donde se contó con el apoyo de la supervisión por parte de la SDIS. Para esta premiación se entregaron reconocimientos y medallas a las personas mayores participantes, como también trofeo y un juego de domino y parques para los ganadores. Se finaliza agradeciendo la presencia y participación de cada una de las personas asistentes.

3.4.RECURSOS	
Televisor	Gerontóloga
Computador	Terapeuta Ocupacional
internet	Tallerista
sonido - parlantes	Trabajo Social
microfono	Psicologa
sillas	Fisoterapeuta
mesas	
Juegos de mesa (domino y parques)	
Boliranas	
Minitejo	
Animales de granja	
Fomy	
Silicona	
Lana	
Tijeras	
video sobre "Antes y después de la electricidad"	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO
Actividad 1: La actividad "Cultivando Valores" permitió reflexionar sobre la importancia de los valores como guía en la vida cotidiana y, en especial, sobre el valor de ayudar a los demás. A través de dinámicas y diálogos, los participantes reconocieron que la ayuda no solo beneficia a quien la recibe, sino que también fortalece lazos de solidaridad, empatía y respeto en la comunidad.
Actividad 2: Se concluyo actividad, La grandeza de vivir, denominada "Cante, aunque no cante" del día 26 de agosto del 2025, realizando preguntas de satisfacción sobre el encuentro y observando que al utilizar la música como herramienta en actividades con las personas mayores se logran involucrar varios procesos cognitivos, motivando a espacios de alegría, de evocación de recuerdos y a estimular a cambios positivos en el estado de ánimo y el bienestar mental general.
Actividad 3: Envejeciendo con alegría, se realizaron preguntas de satisfacción sobre el encuentro denominado "Antes y después de la electricidad" del día 14 agosto del 2025, concluyendo que un tema de interés general histórico de contribución a la humanidad, es una herramienta positiva para los participantes ya que genera una mayor atención y participación por el tema, adicionalmente se activan varias áreas del cerebro motivando a procesos de reminiscencias fortaleciendo la interacción entre pares.
Actividad 4: En conclusión, esta actividad "Viviendo con dignidad" no solo visibilizó el problema, sino que también sembró un compromiso colectivo para promover una cultura del buen trato y la no violencia, fomentando entornos seguros, afectivos y libres de discriminación para todas las personas mayores.

Actividad 5: Festejando mi vejez, a través de esta actividad se logró brindar al grupo de personas mayores un espacio de socialización e integración fortaleciendo sus habilidades comunicativas y sociales. Igualmente, se brindo un espacio lúdico - recreativo donde las personas mayores participantes tuvieron un buen manejo de su tiempo libre y de ocio, siendo esta una actividad que al permitir la interacción con pares y algunos animales también permitio el fortalecimiento de habilidades cognitivas y de emociones en las personas mayores.

* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

NOMBRE:GUSTAVO CUARTAS CUCALON
CC:17193251
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

No Firma.

NOMBRE:ANA LUCIA MANTILLA PEÑALOZA
CC:41530116
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

NOMBRE:HENRY CASTAÑEDA SERNA
CC:4324256
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

NOMBRE:FELIX EDMUNDO OTALORA BETANCOURTH
CC:2877044
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

NOMBRE: GUILLERMO TURRIAGO GUZMAN
CC: 17081880
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 27 de agosto de 2025

Nombre del profesional que evalúa: Darlene Geovanna Alzate Pardo (Gerontóloga)

COMUNIDAD DE CUIDADO SAN JOSÉ
CONVENIO 9576-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA PARTICIPACIÓN

1. Cultivando valores "El don de ayudar" 19/08/2025



2. La grandeza de vivir "Cante, aunque no cante" 26/08/2025



3. Envejeciendo con alegría “La historia de la electricidad” 14-08-2025



4. Viviendo con dignidad: “Vejez sin violencia” 11/08/2025



5. Festejando mi vejez “Olimpiadas Granjeras” 27/08/2025




San Jose
Chinauta, Cundinamarca
ago 27,2025 11:17:45 a. m.


GANADOR
San Jose
Chinauta, La Serena, Cundinamarca
ago 27,2025 12:10:22 p. m.


27/08/2025, 11:27:45
Autopista Bogota Girardot - Boquerón -
Fusagasugá
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia


27/08/2025, 11:23:59
Autopista Bogota Girardot - Boquerón -
Fusagasugá
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia


27/08/2025, 11:01:59
Autopista Bogota Girardot - Boquerón -
Fusagasugá
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia


27/08/2025, 11:21:02
Autopista Bogota Girardot - Boquerón -
Fusagasugá
Fusagasugá
Cundinamarca
Colombia