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/Estra Comunidad de Cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Hogar Clarita Santos

1.2 Localidad: No aplica	2	01	2024	al	27	01	2024

2. Línea: Espiritualidad

2.2. Nombre del encuentro: 1. Eucaristía católica, 2.Rosario,3.Expresion libre de mi espiritualidad, 4. Pinceladas para el alma 5. Pacha mama

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Edna Yolima Beltrán Parra (gerontóloga)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Brindar espacios de expresión y conocimiento a través de celebraciones, rituales y actividades magistrales para que las personas mayores practiquen su espiritualidad aprendida lo largo de su curso de vida, así como las diferentes formas en las que el ser humano puede trascender

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Actividad 1: Favorecer espacios para la celebración de eucaristías con las personas mayores que profesan su espiritualidad mediante la práctica del catolicismo

Actividad 2: Favorecer espacios para la celebración rosario con las personas mayores que profesan su espiritualidad mediante la práctica del catolicismo

Actividad 3:Brindar alternativas para el fortalecimiento de la espiritualidad en las personas mayores con expresiones no religiosas.

Actividad 4:Brindar alternativas para la expresión de la espiritualidad para las personas que profesan otro tipo de religión

Actividad 5: Proporcionar alternativas para el fortalecimiento de la espiritualidad en las personas mayores donde contaran con un espacio para ellas de introspección por medio meditación

3.3. METODOLOGIA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1:Eucaristia- .Las personas mayores que deseen participar en la celebración eucarística se ubicarán en el espacio destinado teniendo en cuenta las recomendaciones de distanciamiento social y manejo de grupos en espacios cerrados de forma presencial con acompañamiento de las religiosas de la congregación siervas de Cristo Sacerdote actividad a realizar los días 13,21 y 27 de enero 2024
	Actividad 2:Rosario:Durante la actividad se contó con un área que facilito el distanciamiento social, aplicando las recomendaciones para prevenir la trasmisión de enfermedades. El rosario se realizara con el acompañamiento y direccionamiento de una de las Sor del a Congregación Sierva de Cristo Sacerdote. Las personas mayores que deseen se ubicaran con en los espacios que indiquen las religiosas con sus rosarios los días 2 y 14 de Enero
	Actividad 3:Expresion libre de mi espiritualidad Para el desarrollo de esta actividad se contará con un área que facilite el distanciamiento social, aplicando las recomendaciones para prevenir la trasmisión de enfermedades se realiza en los días indicados por ella para la realización de su práctica espiritual por los diferentes medios, que para este mes se emplearan sonidos ambientales de la naturaleza y las practicas individuales para los dias 11, 19 y 26 de enero.
	Actividad 4 Pacha mama Se ubicarán a las personas mayores en el espacio en el que se encuentre alejado del ruido y distracciones, teniendo en cuenta que para este mes trabaja las ondas Deltha que se estimula durante el sueño, o la meditacion profunda, se programa realizar en el cambio de postura de las horas de la tarde el dia 16 de enero.
	Actividad 5- Pinceladas para el alma Esta actividad se realizará en un espacio amplio, aislado del ruido, con condiciones que brinden comodidad, además se harán intervenciones grupales con los establecidos previamente. Para este mes se realiza ejercicios de respiracion, por medio de un patron visual. Eta actividad se programa realizar el dia 23 de enero.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 1: Se realizó celebración eucarística con las personas mayores que profesan la religión católica, en el comedor principal. La celebraciones eucarísticas fueron realizadas por el Sacerdote Antonio con acompañamientos de las religiosas de la comunidad Siervas de Cristo Sacerdote, quienes a su vez dan la comunión a las personas mayores que desean recibir este sacramento.
	Actividad 2: Se realiza la invitación para el Rosario y teniendo en cuenta los gusto e intereses, sobre todo las costumbres de las personas mayores, se realiza en compañía de una de las Sor el rosario, que para este mes se realiza durante los fines de semana. Esta actividad si bien es dirigida por alguna de las religiosas, son las personas mayores quienes desarrollan el ritual, partiendo de sus costumbres y conocimiento.
	Actividad 3: para las personas mayores que no profesan de forma clara ninguna religión como forma para expresar su espiritualidad; durante este espacio, se propende por que cuente con un espacio traquilo,alejadas de los ruidos cotidianos de la institución, ambientado con sonidos de la naturaleza facilitando su deambular o evocando relajación o me momentos que les han generado felicidad con ejercicios de respiracion sencillos. Adicional se brinda espacio para la persona mayor que profesa como religión el catolicismo adventista pueda escuchar y ver de forma virtual los programas en vivo, facilitando los recursos, adicional se dan los espacios para lectura bíblica diaria, asi mismo para las personas que realizan sus actvidades catolicas individuales se brindan y se respetan los epacios que ellas destinan para rezar el rosarios de forma privada.
	Actividad 4: Actividad que requiere de un espacio amplio, aislado del ruido, con condiciones que brinden comodidad y confort, que para este caso son las habitaciones donde algunas de las personas realizan cambios de postura después del almuerzo para provechar este espacio. Una vez organizadas las personas mayores en el lugar elegido para el desarrollo de la actividad, se ambientó con música que contenía ondas delta. En un primer momento se ubican en sillas de ruedas o camas, en un segundo momento se da la instrucción para realizar ejercicios de respiración profundo que permitan evocar estados de relajación, una vez las personas están comodas y en estado meditativo se incentiva a tener un momento de encuentro con ellas por 15 minutos, manteniendo siempre los tiempos de respiración explicados con anterioridad, una vez se cumple el tiempo se inicia el despertar en cada una de las partes del cuerpo, cambiando las ondas Deltha por sonidos y ruidos para culminar y realizar cierre de la actividad.
	Actividad 5: Una vez organizadas las personas mayores en el lugar elegido para el desarrollo de la actividad se explica a las personas mayores la dinámica y cómo se realizará el ejercicio de respiración donde deberán seguir el ritmo marcado por una circunferencia para respirar de forma conciente. Se inicia con un ejercicio sencillo, se da un minuto de descanso y se retoma. En un tercer momento se permite un momento de relajación y silencio, se retoma nuevamente con respiración controlada y se finaliza la actividad.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1: Para finalizar, se solicita a las personas participantes cooperar con el procesos de organización del espacio y lavado de manos.
	Actividad 2: Una vez realizada la actividad, se solicita a las personas participantes cooperar con el procesos de organización del espacio y lavado de manos para continuar con las labores del día
	Actividad 3: Al finalizar la actividad realiza refuerzos verbales positivos y retroalimentación a necesidad, se realizó la recolección de materiales, procesos de limpieza de elementos utilizados, espacio y lavado de manos.
	Actividad 4: La actividad permite momento de relajación, y las personas mayores realizan respiración consiente con manejo de tiempos de inhalación y exhalación. Con la colaboracion de las enfermeras las personas mayores se incorporan dando por finalizada la sesion.
	Actividad 5;Para finalizar la actividad se felicita a las personas mayores por el logro de seguimiento de instrucciones y el avance que han tenido en controlar su respiracion.

3.4.RECURSOS	
Se ponen los recursos utilizados para todas las actividades (general)	
Torre de sonido	Rosarios
micrófono	Televisión
internet	fotocopias
colores	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Durante el curso de vida de la vejez; el ser humano requiere mayor cercanía con un ser supremo por medio de las diferentes costumbres aprendidas a lo largo de la vida; por tanto, la eucaristía es una celebración que realizan con mayor fervor durante le curso de vida vejez y que pasa de ser una costumbre que se realiza por gusto a ser una necesidad espiritual como forma de expresión de las creencias, requiriendo espacios y tiempos exclusivos para ellos y que se presenten con mayor frecuencia.

Persona mayor Cecilia Pulido c.c:52.286.656 No firma

Actividad 2: La costumbre de realizar el rosario es la forma tangible en la que las personas mayores tienen para expresar su espiritualidad y la forma para tener esa cercanía, auto trascendencia y meditación consigo mismos dentro de una institución, que si bien es direccionado por las religiosas para el tiempo y lugar. Son las personas mayores quienes desarrollan esta actividad como un ritual aprendido durante el curso de vida.

Persona Mayor Ana Rosa Rojas c.c:1.072.188.624 No firma

Actividad 3: Durante esta actividad se evidencia la sensación de plenitud y de conexión con algo superior que todos los seres humanos requieren en el curso de vida vejez, así mismo es una forma de sensibilizar a las personas mayores sobre la diversidad cultural y las diferentes formas de acercarse a su creencias, respetado las costumbres.

Persona Mayor Rosa Barbosa c..c:53.905.721

Actividad 4: Las ondas delta son la frecuencia más baja y deben ser usadas al momento de reposo o previo al sueño, facilitando el sueño reparador, aportando a la empatía y a la concentración.

Persona mayor: Antonia Castiblanco c.c:53.905.809 No firma

Actividad 5: Las personas mayores acogen con entusiasmo la nueva forma de expresión de espiritualidad para ellas, por los momentos de tranquilidad y reflexión al final que resulta beneficioso para desarrollar su espiritualidad

Persona mayor: Dolores Castro c.c:53.906.060 No firma

Fecha de evaluación del encuentro: 31/01/2024

Nombre del profesional que evalúa: Edna Yolima Beltrán- Gerontóloga

Coordinadora: Sor Ana Inés Rincón Barbosa.



REGISTRO FOTOGRAFICO ESPIRITUALIDAD

Actividad 1: Eucaristía







Actividad 2: Rosario



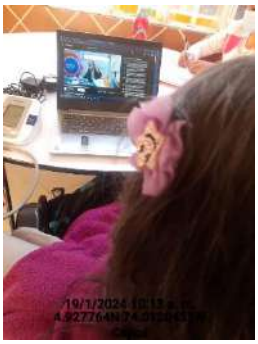


Actividad 3: expresión libre de mi espiritualidad











Actividad 4: Pacha mama





Actividad 5: Pinceladas para el alma



