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 – 02/02/2023 Pagina: 1 de 2

Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de Cuidado.

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Golondrina.

1.2 Localidad: No Aplica

2. Línea: Identidad, Afectividad y Sexualidad

2.1. Fecha de Ejecución:

15	1	2026	al	29	1	2026

2.2. Nombre del encuentro:
Actividad 1:Fomentando la autonomía y el respeto mutuo.
Actividad 2: Recuerdos que me definen.
Actividad 3: Promoviendo la aceptación y la autoestima
Actividad 4: Expresión y diversidad en la vejez.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Nancy Rocio Rojas Molina.

3. DESARROLLO:

3.1. OBJETIVO GENERAL

Fortalecer en las personas mayores el reconocimiento de la vivencia de la identidad, afectividad y la sexualidad en la vejez, desde el respeto por la diversidad de identidades y de género.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Favorecer el reconocimiento de la autonomía, las capacidades y los avances en las actividades de la vida diaria, promoviendo la autoestima y la conciencia sobre el autocuidado.
2. Potenciar la autonomía y las habilidades de convivencia en personas mayores a través de actividades organizadas en tres momentos, que promuevan la reflexión personal, la toma consciente de decisiones, la gestión de situaciones cotidianas y el fortalecimiento de vínculos basados en la escucha, el respeto y el bienestar colectivo.
3. Fortalecer la identidad y la valoración personal de las personas mayores mediante experiencias creativas que faciliten la rememoración y el compartir de vivencias significativas, estimulando la expresión emocional, el diálogo respetuoso y la creación de lazos afectivos dentro del grupo.
4. Fortalecer el respeto, el buen trato y la convivencia armónica dentro de la comunidad de cuidado, a través de la expresión simbólica, la creatividad y el intercambio de mensajes positivos.

3.3 METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1: Fomentando la autonomía y el respeto mutuo: Mi rutina, mi autonomía: 15/1/2026
La actividad comenzó con un espacio de diálogo orientado a reflexionar sobre la importancia de la autonomía y el autocuidado en la vida cotidiana dentro de la comunidad de cuidado. Se invitó a reconocer que cada persona realiza sus actividades diarias de acuerdo con sus capacidades, resaltando el valor de los logros alcanzados y la importancia de aceptar apoyo cuando es necesario.
Actividad 2: Recuerdos que me definen: Circulo de relatos: Colores de Cariño: 19/1/2026
Se generó un espacio de diálogo orientado a reflexionar sobre la importancia de la afectividad y el buen trato en la convivencia dentro de la comunidad de cuidado. Se explicó de manera sencilla que el cariño puede expresarse de diferentes formas y que todas son válidas cuando se basan en el respeto. Asimismo, se socializó el significado de los colores que serían utilizados durante la actividad.
Actividad 3: Promoviendo la aceptación y la autoestima: Encuentro de música y danza: 28/1/2026: Se propició un espacio de ambientación musical que permitió generar un clima de confianza, tranquilidad y disposición para la actividad. Se brindó una breve orientación sobre la importancia de la música y el movimiento como herramientas para el bienestar integral en la vejez, destacando que cada persona podía participar de acuerdo con sus capacidades y ritmo personal. Se incentivó una actitud abierta hacia la expresión corporal y emocional, respetando las diferencias individuales.
Actividad 4:Expresión y diversidad en la vejez:Aquí nos respetamos: 29/1/2026: Se realizó una reflexión grupal orientada a reconocer la importancia del respeto y el buen trato como valores fundamentales para la convivencia dentro de la comunidad de cuidado. Mediante un diálogo inicial, se abordó el significado del respeto hacia sí mismos y hacia los demás, resaltando cómo las palabras y acciones positivas contribuyen a un ambiente más armónico. Asimismo, se explicó de manera clara la dinámica de la actividad, generando disposición para la participación.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Actividad 1: Fomentando la autonomía y el respeto mutuo: Mi rutina, mi autonomía: 15/1/2026
Durante el desarrollo de la actividad, se promovió la reflexión sobre las actividades que se realizan de manera independiente y aquellas en las que se requiere apoyo. Posteriormente, se entregaron figuras de personas con diferentes prendas de vestir, las cuales fueron armadas de forma progresiva. A medida que se organizaban las figuras, se fue describiendo la rutina diaria de cuidado personal, identificando acciones como el aseo, el vestido y otros hábitos cotidianos. Esta dinámica permitió fortalecer la motricidad fina, la atención y la expresión verbal, así como el reconocimiento de capacidades individuales.
Actividad 2: Recuerdos que me definen: Circulo de relatos: Colores de Cariño: 19/1/2026 Durante el desarrollo de la actividad, se promovió la expresión de la afectividad mediante el uso de colores, donde cada uno representó una forma de cariño: el rojo simbolizó el amor y el afecto profundo; el amarillo, la alegría y la amistad; el azul, la tranquilidad y la confianza; y el verde, el cuidado y el apoyo. A través de una actividad manual, se eligieron y utilizaron los colores que mejor representaban las formas de cariño identificadas en la vida cotidiana, favoreciendo la reflexión personal y la expresión emocional.
Actividad 3: Promoviendo la aceptación y la autoestima: Encuentro de música y danza: 28/1/2026: La actividad se desarrolló con el acompañamiento del área de fisioterapia, integrando movimientos corporales suaves, ejercicios rítmicos y desplazamientos adaptados, con el fin de favorecer la movilidad, la coordinación y la conciencia corporal. A través de la escucha de diversas piezas musicales, se promovió la participación activa mediante el baile libre y movimientos expresivos. Durante este espacio, se compartieron canciones significativas asociadas a la historia de vida, lo que facilitó la evocación de recuerdos, experiencias personales y emociones, fortaleciendo la creatividad, la expresión emocional y la conexión con los demás.
Actividad 4:Expresión y diversidad en la vejez:Aquí nos respetamos: 29/1/2026: La actividad se llevó a cabo mediante la entrega de figuras de madera que contenían mensajes escritos relacionados con el respeto, la empatía y la convivencia. Cada figura fue decorada de manera libre utilizando piedritas, escarcha y otros elementos, favoreciendo la creatividad, la concentración y la motricidad fina. Durante este proceso, se promovió la reflexión individual sobre el significado del mensaje asignado y su relación con la convivencia diaria. Posteriormente, se realizó el intercambio de las figuras decoradas, permitiendo compartir el mensaje con otra persona, fortaleciendo el reconocimiento del otro, la empatía y el buen trato.

3.3.3 MOMENTO FINAL

Actividad 1: Fomentando la autonomía y el respeto mutuo: Mi rutina, mi autonomía: 15/1/2026
Al finalizar la actividad, se realizó una socialización general donde se destacaron los avances, habilidades y esfuerzos evidenciados. Se reforzó la importancia del autocuidado, el respeto por los ritmos individuales y la valoración de la autonomía como parte fundamental del bienestar en la vejez.
Actividad 2: Recuerdos que me definen: Circulo de relatos: Colores de Cariño: 19/1/2026 Al finalizar la actividad, se realizó un espacio de socialización donde se compartieron de manera voluntaria los significados atribuidos a los colores utilizados. Se reforzó la importancia del respeto, la empatía y el reconocimiento de las distintas formas de expresar afecto dentro de la comunidad de cuidado.
Actividad 3: Promoviendo la aceptación y la autoestima: Encuentro de música y danza: 28/1/2026: Al finalizar el encuentro, se realizó un momento de calma que permitió disminuir la activación corporal de manera progresiva. Se generó un espacio de intercambio verbal donde se expresaron sensaciones, emociones y recuerdos evocados durante la actividad. Se reforzó la importancia de la música y el movimiento como medios para el disfrute, la expresión y el fortalecimiento de los vínculos dentro de la comunidad de cuidado.
Actividad 4:Expresión y diversidad en la vejez:Aquí nos respetamos: 29/1/2026: Al finalizar la actividad, se realizó una socialización en la que se compartieron las sensaciones, emociones y reflexiones generadas a partir del mensaje recibido. Se reforzó la importancia de mantener actitudes de respeto, escucha y consideración en las interacciones cotidianas dentro de la comunidad de cuidado.

Scanned with CamScanner

3.4.RECURSOS

MATERIALES:	HUMANOS:
Sillas, mesas, carteles, hojas, marcadores, cinta, tijeras, pegante, impresiones, computador.	-Personas Mayores -Profesional de Psicología

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Fomentando la autonomía y el respeto mutuo: Mi rutina, mi autonomía: 15/1/2026
La actividad se desarrolló de manera adecuada, evidenciándose interés, disposición y apropiación de la temática. Se observó reconocimiento de capacidades y avances en la autonomía, contribuyendo positivamente al bienestar emocional y funcional, sin presentarse dificultades durante su ejecución.
Actividad 2: Recuerdos que me definen: Círculo de relatos: Colores de Cariño: 19/1/2026 La actividad se desarrolló de manera adecuada, evidenciándose disposición, interés y expresión emocional positiva. Se fortaleció el reconocimiento de la afectividad y el respeto por sí mismos y por los demás, contribuyendo al bienestar emocional y a la convivencia armónica, sin presentarse dificultades durante su realización.
Actividad 3: Promoviendo la aceptación y la autoestima: Encuentro de música y danza: 28/1/2026: La actividad se desarrolló de manera satisfactoria, evidenciándose disfrute, disposición y respuesta positiva frente a los estímulos musicales y corporales. Se observaron expresiones de bienestar emocional, participación activa y adecuada adaptación a los movimientos propuestos. La experiencia contribuyó al fortalecimiento del bienestar integral y la convivencia armónica, sin presentarse dificultades durante su desarrollo.
Actividad 4:Expresión y diversidad en la vejez:Aquí nos respetamos: 29/1/2026: La actividad se desarrolló de manera satisfactoria, evidenciándose interés, disposición y apropiación de la temática. Se observaron expresiones de respeto, empatía y reconocimiento mutuo, así como fortalecimiento de los vínculos y del clima de convivencia armónica, sin presentarse dificultades durante su desarrollo.

	Nombres y Apellidos	Número de Cédula	Cargo o Profesión	Firma
1	Raul Torres	79323626	Persona mayor	Raul Torres
2	Luis Mendoza	18504134	Persona mayor	
3	Emelina Lopez	35461153	Persona mayor	
4	Deogracias Villamarin	6021136	Persona mayor	Deogracias
	Alvaro Ferney	93401395	Coordinador	

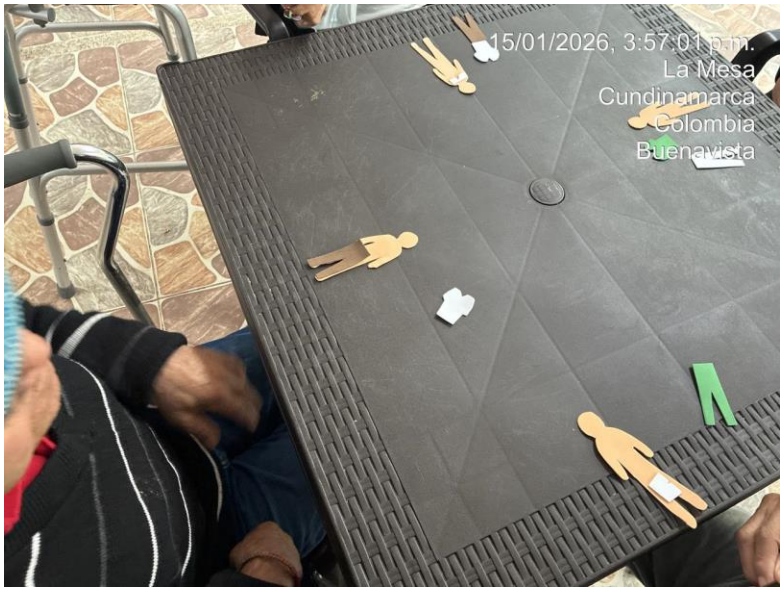
Fecha de evaluación del encuentro: 29 de enero de 2026

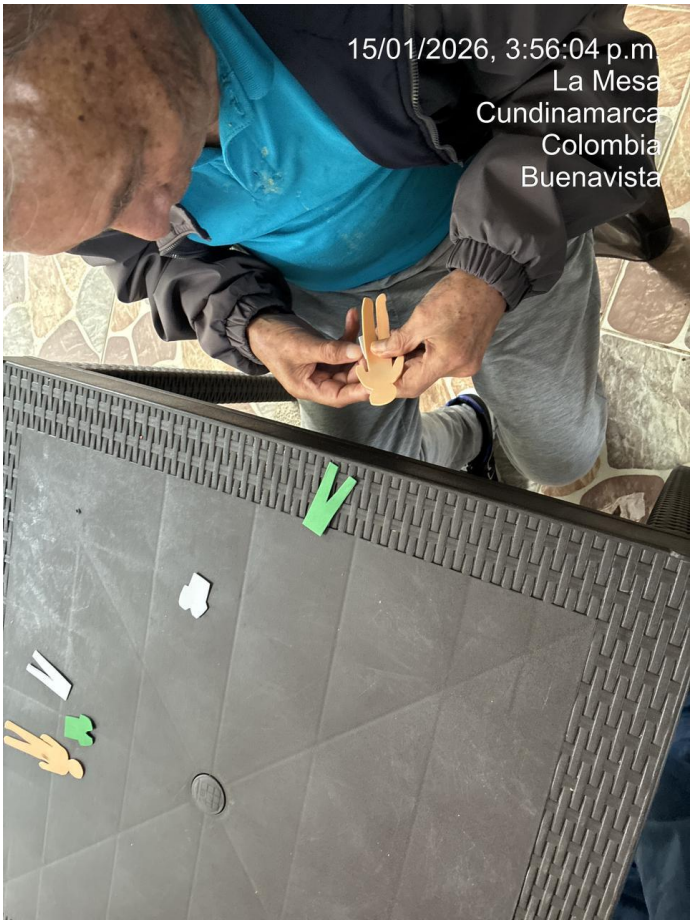
Nombre del profesional que evalúa: Nancy Rocio Rojas Molina (Psicologa)

Scanned with CamScanner

REGISTRO FOTOGRAFICO IDENTIDAD, AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD

FOMENTANDO LA AUTONOMIA Y EL RESPETO MUTUO: MI RUTINA, MI AUTONOMÍA:
15/01/2026







CIRCULO DE RELATOS: POESÍA DE RECUERDOS: COLORES DE CARIÑO: 19/01/2026





Actividad 3: Promoviendo la aceptación y la autoestima: Encuentro de música y danza: 28/1/2026:







Actividad 4: Expresión y diversidad en la vejez: Aquí nos respetamos: 29/1/2026:



