ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATOREGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADESSERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Pagina: 1 de 1

Fecha de ejecución:	02	02	2026		
Unidad Operativa:	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca				
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable				
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento			Profesional a cargo:	Julian Ricardo Molano Bolaños
Nombre de la actividad:	Identifico mis emociones				

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Favorecer el reconocimiento, la identificación y la expresión de emociones en las personas mayores, promoviendo la conciencia emocional, la comunicación asertiva y el fortalecimiento del bienestar.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Brindar herramientas básicas para identificar y nombrar emociones como alegría, tristeza, enojo, miedo y calma.
- Fomentar el reconocimiento de las emociones propias y de los demás en situaciones cotidianas.
- Promover espacios seguros de diálogo y expresión emocional, respetando las experiencias y vivencias individuales.

METODOLOGÍA

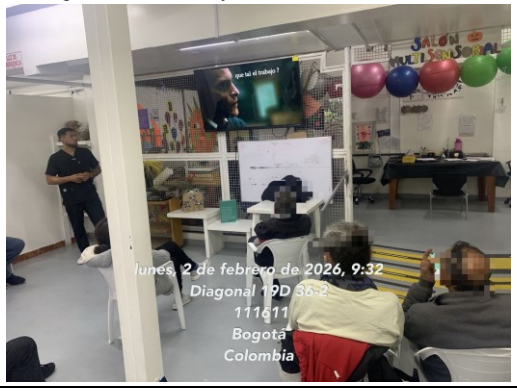
MOMENTO INICIAL	La actividad inicia con una bienvenida y un espacio de conversación abierta, en el que se presenta el objetivo de la jornada y se contextualiza la importancia de reconocer y expresar las emociones en la etapa de la vejez. Se realiza una exploración general sobre qué son las emociones y cómo se manifiestan en la vida diaria, estableciendo acuerdos de respeto, escucha activa y confidencialidad.
MOMENTO CENTRAL	Se desarrolla una actividad participativa de reconocimiento emocional mediante explicaciones sencillas, ejemplos cotidianos y material visual de apoyo (imágenes, tarjetas o expresiones faciales). Se trabajan emociones básicas, promoviendo que las personas mayores identifiquen situaciones en las que han experimentado cada emoción. A través de preguntas orientadoras, ejercicios de asociación, dinámicas grupales y análisis de situaciones, se estimula la identificación, verbalización y validación de las emociones.
MOMENTO FINAL	Para el cierre, se realiza una reflexión grupal en la que las personas mayores comparten cómo se sintieron durante la actividad, qué emociones lograron reconocer y qué aprendizajes se llevan. Se refuerza la importancia de expresar las emociones de forma saludable, buscar apoyo cuando sea necesario y practicar el autocuidado emocional en la vida diaria.

RECURSOS

- crucigrama
- Computador
- Televisor
- sillas
- Espacio amplio
- Mesas

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Durante la actividad se evidenció una participación y respetuosa por parte de las personas mayores, así como mayor capacidad para identificar y nombrar emociones. Se observó apertura al diálogo, fortalecimiento de la expresión emocional y mayor conciencia sobre la importancia del bienestar emocional como parte fundamental del autocuidado y la calidad de vida. Se anexa FOR-PSS-525 Formato listado de ingreso al servicio y asistencia a las actividades.





PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YESSY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso: Sandra Bonilla

Fecha: 02 - 02 - 2026

Jornada: Día [X] Noche [ ]

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION TIPO	NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ASISTENCIA ACTIVIDADES Nombre del Profesor: Julian H ACTIVIDAD 1 LINEA	Nombre del Profesor: Rodrigo ACTIVIDAD 2 LINEA	Nombre del Profesor: Andres. ACTIVIDAD 3 LINEA	Nombre del Profesor: ACTIVIDAD 4 LINEA
							Buenas practicas	Autonomia	Buenas practicas	
1	CC	1109275	Arturo	Escobar			NO	NO	SI	
2	CC	71970929	Ariel	Castillo			NO	NO	NO	
3	CC	79795948	Roberto	Botero			SI	NO	NO	
4	CC	1918686	Jose	Naya			SI	NO	SI	
5	CC	1030127	Orlando	Sanchez			SI	SI	SI	
6	CC	1077709	Mario	Mora			SI	SI	SI	
7	CC	1916777	Francisco	Rodriguez			SI	SI	NO	
8	CC	1614562	Jorge	Higuera			SI	SI	NO	
9	CC	7711E724	German	Ochoa			NO	NO	NO	
10	CC	51864100	Nancy	Gomez			NO	SI	SI	
11	CC	16855621	Epifanio	Aguirre			NO	NO	SI	
12	CC	30769747	Irene	Bejarano			NO	SI	SI	
13	CC	16351548	Aldemar	Mazuero			SI	SI	NO	
14	PS	0011259726	OMobtola	Adegboyega			NO	NO	NO	
15	CC	23213480	Graciela	Villalobos			SI	SI	NO	
16	CE	267320	Shuanghong	Li			SI	SI	NO	
17	CC	19079362	Jaime	Rodriguez			NO	NO	NO	
18	CC	19042609	Guillermo	Jimenez			SI	SI	NO	
19	CC	8315936	Amado	Ocampo			NO	NO	NO	
20	CC	1002513	Luis	Varela			SI	SI	SI	
21	CC	1091123	William	Gonzalez		SC	SI	SI	SI	
22	CC	1019867	Jorge	Espina			NO	NO	SI	
23	CC	32E1414	Roberto	Ospina			SI	SI	NO	
24	CC	2151176	Bernardo	Restrepo			SI	NO	NO	
25	CC	3045396	Jorge	Trujillo			NO	SI	SI	
26	CC	1144522	Alejandrino	Valencia			NO	NO	SI	
27	CC	1077767	Luis	Castellanos			NO	SI	NO	

PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YESSY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso: Sandra Bonilla

Fecha: 02 - 02 - 2026

Jornada: Día [X] Noche [ ]

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION TIPO	NUMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ASISTENCIA ACTIVIDADES Nombre del Profesor: Julian H ACTIVIDAD 1 LINEA	Nombre del Profesor: Rodrigo ACTIVIDAD 2 LINEA	Nombre del Profesor: Andres ACTIVIDAD 3 LINEA	Nombre del Profesor: ACTIVIDAD 4 LINEA
							Buenas practicas	Autonomia	Buenas practicas	
28	CE	1716E4316	Victor	Segura			SI	NO	SI	
29	CC	1420916S	Jose	Javamillo			SI	SI	SI	
30	CC	1044331S	Jose.	Cavigas			SI	NO	SI	
31	CC	5461SE	Jose	PAZ		BS	SI	NO	SI	
32	CC	3145416	Carlos	Mora			NO	SI	SI	
33	CC	1454E35	Luis	Montero			SI	SI	NO	
34	CC	3E5E3E0	Mario	Manrique			SI	NO	NO	
35	CC	20483321	Bertha	Torres			SI	SI	NO	
36	CC	41463819	Rosalia	PAZ			SI	SI	NO	
37	CC	41394911	Flor	Reyes			SI	SI	SI	
38	CC	2054931S	Zoila	Garzon			NO	SI	SI	
39	CC	41305670	Ana	Tamo			NO	SI	SI	
40	CC	2447385	Lilia	Agudelo			NO	SI	NO	
41	CC	2313698	Jose	Torrijos			SI	SI	NO	
42	CC	3098032	Jaime	Cortes			NO	SI	NO	
43	CC	19758513	Victor	Quinteo		ML. BS	NO	NO	NO	
44	CC	68851518	Carmelo	Amachanico			NO	NO	SI	
45	CC	65445056	Nubia	Lopez			NO	NO	SI	
46	CC	53826555	Javier	Feria			NO	SI	NO	
47										
48										
49										
50										
51										
52										
53										