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 – 12/05/2022 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de Cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Corazón Inmaculado de María

1.2 Localidad: N/A

2. Linea: PARTICIPACIÓN

2.1. Fecha de Ejecución:

5	2	2026	al	23	2	2026

2.2. Nombre del encuentro: Nuestras voces, Creciendo en comunidad, Dialogando ando, Mi sello mi identidad, Los derechos con hechos.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Diego Mamián Martínez, Alba Myriam Romero Muñoz, Jhon Alejandro Sanchez

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Fomentar la expresión de las personas mayores en espacios de socialización y sensibilización para la garantía de derechos y deberes entre los participantes, sus familias y los colaboradores de la Comunidad de Cuidado Corazón Inmaculado de María a través de espacios de diálogo oral o corporal, favoreciendo la construcción de un entorno de apoyo mutuo.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Nuestras voces: Facilitar la apropiación del concepto de familia en las personas mayores, a partir del reconocimiento de sus experiencias y de las acciones cotidianas que representan cuidado, protección y acompañamiento.

2. Creciendo en comunidad: Promover la reflexión crítica en las personas mayores sobre las percepciones sociales frente a la vejez, fortaleciendo el reconocimiento del envejecimiento como un derecho y reafirmando su valor, dignidad y participación en la sociedad.

3. Dialogando ando: Fortalecer la participación de las personas mayores en la construcción del Plan de Atención Integral (PAI) de la Comunidad de Cuidado, recogiendo sus propuestas, experiencias y opiniones para mejorar los procesos institucionales y la atención integral, considerando sus intereses, gustos y necesidades.

4. Mi sello mi identidad: Socializar con las personas mayores los canales de comunicación y participación ciudadana (SIAC) de la Secretaría Distrital de Integración Social, promoviendo el acceso a herramientas digitales como los códigos QR para la radicación de PQRSDF y y otras solicitudes institucionales.

5. Los derechos con hechos: Promover el reconocimiento y la apropiación de los derechos de las personas mayores, fortaleciendo su comprensión sobre el trato digno, la salud, la participación y el buen vivir en esta etapa de la vida.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**1. 05/02/2026 Nuestras voces: 14:35 - 15:30** Se realiza una actividad lúdica y vivencial en el que a través del diálogo guiado, preguntas orientadoras y utilizando elementos cotidianos (cobija, cuchara, vaso y llave) como herramientas pedagógicas para facilitar la reflexión en torno al significado de la familia en la vida diaria, donde se promueve la evocación de recuerdos y vivencias relacionadas con los vínculos familiares, el cuidado, la protección y el respeto. **2. 09/02/2026 Creciendo en comunidad: 09:45 - 10:35** Se realiza un conversatorio a partir de la presentación de un video short de la red social Youtube, el cual fue pausado en momentos clave para propiciar el análisis o reflexiones, permitiendo la la construcción de significado desde las experiencias propias de las personas mayores, permitiendo relacionar el contenido audiovisual con sus vivencias, emociones e historias de vida. **3. 12/02/2026 Dialogando ando: 09:25 - 10:30** Se realizan mesas de trabajo por líneas del PAI (Familias, Participación, Redes y Convivencia), con un tablero para registrar propuestas, ideas y lo que les gusta o lo que se podía mejorar. Un facilitador orientó el diálogo, promoviendo la reflexión a partir de las experiencias y vivencias de las personas mayores, asegurando que sus aportes se sistematizaran para la reformulación del PAI. **4. 17/02/2026 Mi sello mi identidad: 09:30 - 10:20** Se realizó como un taller demostrativo-práctico, combinando explicación teórica con la práctica del escaneo de códigos QR oficiales de la Secretaría Distrital de Integración Social, permitiendo a las personas mayores acceder a directorio por localidades, citas presenciales y radicación de PQRSDF. **5. 23/02/2026 Los derechos con hechos: 09:35 - 10:30** Se realiza una conversatorio guiado, partiendo de preguntas sencillas y ejemplos cotidianos y desde sus experiencias de vida sobre los derechos que tienen y reconocen.
	1. 05/02/2026: La actividad se inicia a partir de preguntas en las que se van mostrando los elementos que se van a utilizar y se busca que los identifiquen, seguido a esto, se presenta cada elemento cotidiano con su carga simbólica asociada al significado de la familia, entonces la simbología que utilicé fue la siguiente; El vaso, representando la hidratación y el cuidado básico, por otro lado, la cuchara, como símbolo de la alimentación y la provisión, también la cobija evocando el abrigo y la contención afectiva y para finalizar una llave, asociada a la protección del hogar y la seguridad. A partir de estos elementos, se promovió la reflexión sobre cómo la familia se manifiesta en acciones concretas de cuidado, protección y acompañamiento en la vida cotidiana, estos elementos fueron entregados a personas mayores quienes deseaban participar o quienes solicitaron alguno de los elementos por su color o su forma. Luego, se invita a las personas mayores a reflexionar sobre lo que cada uno representa dentro de la familia. Al mostrar la cobija, se preguntó; ¿Qué significa para usted el abrigo dentro de la familia? Algunas personas respondieron que "es cuando la mamá lo arropaba a

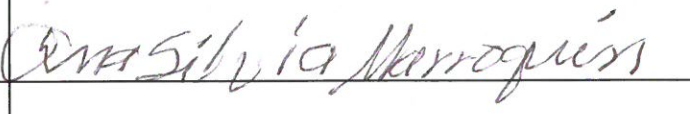
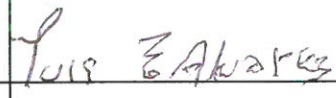
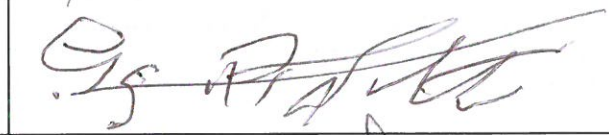
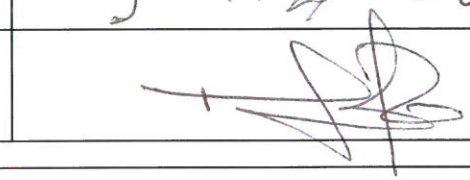
3.3.2 MOMENTO CENTTRAL	uno." "es sentirse protegido." En este momento se aprovecha para resaltar cómo el abrigo no solo es físico, sino también emocional, asociado a la sensación de cuidado y compañía. Posteriormente, al presentar la cuchara, se realizó la siguiente pregunta; ¿Qué le recuerda la alimentación en familia? Las personas mayores que quisieron participar dijeron que es "Cuando todos comíamos en la misma mesa." O que "la comida era sagrada, nadie se levantaba sin comer." Esto permitió reflexionar sobre la alimentación como un acto cotidiano que fortalece el vínculo familiar. Después con el vaso, se preguntó: ¿Por qué un vaso con alguna bebida puede ser una forma de cuidado? Y otras de las personas mayores que estaban presentes manifestaron que, "uno no le niega un vaso de agua a nadie." O "eso es estar pendiente del otro, de una necesidad básica porque los seres humanos necesitamos agua para vivir" Las intervenciones evidenciaron cómo acciones simples representan atención y consideración dentro del entorno familiar. Finalmente, al presentar la llave, se preguntó; ¿Qué puede representar la llave en la familia? Allí algunas personas mayores mencionan que, "es donde uno se siente seguro." "La llave cierra las puertas al mal" En este momento, un participante compartió su experiencia sobre la casa familiar que tenían en Barrancabermeja, relatando que, aunque tuvo la posibilidad de quedarse con ella, decidió dejarla a sus hermanas porque consideró que ellas la necesitaban más, se agradece por su apertura ya que es una persona mayor que suele requerir de bastante motivación para que realice la expresión de ideas y se manifiesta que este aporte permitió reflexionar sobre los vínculos familiares, la solidaridad, el sentido de pertenencia y el compromiso entre las familias lo cual se construye a través de acciones cotidianas sencillas como por ejemplo alimentar, hidratar, abrigar y brindar seguridad o protección en el hogar.
	2. 09/02/2026: Durante el desarrollo del conversatorio se proyectó el video "La sociedad es muy cruel con la vejez" de Nelly Minyersky, realizando pausas estratégicas para propiciar análisis o reflexión grupal, por ejemplo, al escuchar la frase "A veces yo me siento culpable de haber llegado a esta edad como llegué", se detuvo el video y se preguntó al grupo qué pensaban frente a esa expresión, y luego de unos segundos de silencio, una persona mayor manifestó que "a veces uno siente que estorba", mientras otra persona mayor manifestó que, "como que ya no se sirve para lo mismo", lo que permitió dialogar sobre cómo la sociedad, en ocasiones, transmite la idea de que la vejez es una carga o algo "malo" o que n es bueno "llegar a viejo". Más adelante, cuando en el video se menciona que "la mayor edad es un derecho", se volvió a pausar y se preguntó qué significaba para ellos esa afirmación; una persona mayor respondió "es que no todos llegan" y otra añadió "si uno está viejo es porque luchó la vida", reconociendo que alcanzar esta etapa representa resistencia y experiencia, esto se los transmití en palabras sencillas. Posteriormente, al escuchar la referencia al "abuelito en un rincón", se abrió la pregunta sobre si alguna vez se habían sentido así, una de las personas mayores comentó que en reuniones familiares "lo dejaban a uno sentado y ya", evidenciando experiencias de invisibilización pero se hace énfasis en que por esta razón es importante que cada uno tenga la disposición para participar y para expresar sus opinones e ideas, aunque también se manifiesta que estas deben realizarse con respeto porque para que lo respeten se debe respetar. El momento de mayor impacto se produjo cuando se escuchó la frase "y yo nunca he sido una abuela de estar en un rincón"; al pausar el video, una persona mayor expresó "¡yo tampoco!", otra persona mayor dijo "uno todavía puede hacer cosas", generándose una conversación más dinámica en la que compartieron sus sentires y se reafirmó estos sentimientos manifestando que todas las subjetividades, ideas, expresiones son válidas siempre y cuando se realicen desde el respeto.
	3. 12/02/2026: Se realiza la presentación de la actividad, se permite el diálogo donde las personas mayores pueden expresar sus ideas, experiencias y opiniones frente al PAI. Se utilizaron mesas de trabajo, un tablero con letreros visibles por cada línea de atención. Para organizar las aportaciones según las cuatro líneas de atención se permite que las personas mayores realicen sus aportes primero y luego si se relacionan con elementos de cada línea de atención que les sea conocidos para poder realizar la sistematización de sus percepciones: En la línea de Familias: Se abordó a través de la reflexión sobre el acompañamiento y las visitas en el medio institucional, así como sobre las reuniones de familias, elementos que las personas mayores logran identificar fácilmente, promoviendo la comprensión de cómo estos espacios fortalecen los vínculos y el bienestar. En la línea de Participación: Se trabajó mediante la discusión sobre la expresión de opiniones, el reconocimiento de derechos y deberes, y la relación con políticas públicas que impactan su inclusión y acceso a servicios y espacios comunitarios. En cuanto a Redes: Se relacionó con la interacción mediante encuentros intergeneracionales, participación de invitados externos y el intercambio de saberes entre pares y generaciones. En el caso de la línea de Convivencia se abordó mediante la reflexión sobre la interacción en espacios privados y compartidos, hábitos de higiene y cambios de habitaciones, identificando normas, rutinas y acuerdos que promuevan un ambiente respetuoso, seguro y armonioso. Durante la actividad, se registraron todas las ideas en el tablero, se generaron espacios de diálogo y reflexión, y se promovió que cada persona mayor pudiera aportar desde su experiencia personal, a fin de que los resultados se integren a la formulación del PAI.
	4. 17/02/2026: Se inicia la actividad bajo la modalidad de taller demostrativo-práctico, combinando explicación teórica con experiencia directa. Inicialmente, se brindó una explicación sencilla sobre qué es un código QR, señalando que se trata de un tipo de código de barras que permite acceder rápidamente a información, formularios y servicios desde el celular, enfatizando que solo se necesita apuntar la cámara del dispositivo y que no requiere conocimientos técnicos avanzados, no obstante, se menciona que sí es necesario contar con conexión a internet. Se ejemplificó cómo se puede usar en la vida cotidiana, comparándolo con abrir un directorio o recibir información impresa de manera instantánea, lo que permitió a las personas mayores comprender su funcionalidad y utilidad de manera práctica. Posteriormente, se realizó una demostración en tiempo real proyectando la pantalla del celular en el televisor, mostrando cómo se escaneaban los códigos QR oficiales de la Secretaría Distrital de Integración Social los cuales llevé impresos en una hoja, y explicando cada paso, como son; abrir la cámara, enfocar el código, esperar la notificación y acceder al contenido correspondiente. Luego, algunas personas mayores realizaron el ejercicio de escaneo con apoyo, explorando los diferentes canales de participación ciudadana, incluyendo el directorio por localidades, la solicitud de citas presenciales y la radicación de PQRSDF. Durante la práctica, se resolvieron dudas, se reforzó la importancia de la seguridad digital y se alentó a relacionar cada función con acciones concretas en su vida diaria. Las personas mayores reconocieron y utilizaron de manera práctica los códigos QR como herramienta de

	acceso a los canales de participación de la SDIS, fortaleciendo su autonomía digital, su confianza para interactuar con servicios digitales y el ejercicio de sus derechos, evidenciando cómo la tecnología puede acercarlas a la información, los servicios y la participación ciudadana de forma directa y segura.
	5. 23/02/2026: Se trabajó la temática a partir de situaciones concretas, que son cotidianas y que ellas y ellos mismos viven. Por ejemplo, se preguntó qué pasaría si una persona mayor dice que se siente mal y nadie la escucha, ante lo cual una persona mayor mencionó: "Eso no está bien, porque uno ya está viejo y necesita más cuidado", desde allí se explicó que ser escuchados cuando expresan dolor o malestar hace parte del derecho a la salud, luego, se habló del buen trato, preguntando si alguna vez se han sentido ignorados cuando hablan, y una persona mayor expresó que en algún momento sus nietos no le prestaban atención a lo que ella decía, esto permitió reflexionar sobre que el buen trato no solo es que no haya golpes, sino que se les hable con respeto, que no les alcen la voz, que no decidan por ellos sin preguntarles. Después, se puso otro ejemplo cotidiano, el de elegir qué ropa ponerse, decidir si quieren participar en una actividad o expresar que algo no les gusta, aclarando que poder opinar y ser tenidos en cuenta también es un derecho. Al hablar del derecho a la familia, algunos mencionaron que se sienten felices cuando los visitan, y que es triste cuando pasan mucho tiempo sin ver a sus seres queridos, lo que permitió explicar que mantener vínculos afectivos también hace parte de sus derechos. A partir de estos ejemplos reales, el equipo profesional fue organizando las ideas para que comprendieran que el respeto, la atención médica, la escucha y la posibilidad de expresar lo que sienten no son "favores", sino condiciones que protegen su dignidad y mejoran su calidad de vida en la etapa de vejez, además se insistió en que la sociedad y el Estado se encuentra en la obligación de garantizarles los derechos aunque ellos conllevan consigo unos deberes tmbién.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**1. 05/02/2026:** Para finalizar la sesión se realiza una reflexión en la que se enfatiza que la familia no se limita únicamente al vínculo biológico, sino que se fortalece en las prácticas cotidianas de apoyo, respeto y reconocimiento. Finalmente, se valoró la participación del grupo y el significado que la actividad tuvo en la resignificación del concepto de familia desde sus propias experiencias de vida.
	2. 09/02/2026: Para finalizar la actividad se reforzó que ningún ser humano está "terminado" o "finalizado" y que siempre es posible aprender, crear y aportar. La vejez se resignificó así como una etapa de crecimiento, participación y valor, construida desde sus propias vivencias, así como desde sus propias perspectivas y subjetividades.
	3. 12/02/2026: Al finalizar la actividad, se leyeron las propuestas registradas y se agradeció a las personas mayores, destacando que sus ideas serán consideradas en la formulación del PAI y en la mejora de los procesos de atención integral.
	4. 17/02/2026: Para finalizar se reforzó la importancia de conocer y utilizar los canales oficiales de comunicación para garantizar el derecho a la información y la participación ciudadana.
	5. 23/02/2026: Para finalizar se menciona que,los derechos se deben garantizar todos los días, así mismo, se manifiesta que su edad no disminuye su valor ni su voz y que en caso de requerir hay personas como la trabajadora social o incluso instituciones que prestan ayuda a los ciudadanos como lo es la personería, en caso de que deseen solicitar algún derecho.

3.4.RECURSOS	
RECURSOS FÍSICOS	RECURSOS HUMANOS
Amplificador de sonido	Personas mayores
Micrófono	Profesional en Trabajo Social
Televisor	Profesional en Psicología
Cobija, cuchara, llave	Profesional en Gerontología

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO
1. 05/02/2026: En la actividad participaron 41 personas mayores con quienes se evocan experiencias de cuidado familiar y se manifiestan sensaciones de seguridad, fortaleciendo el vínculo afectivo y el sentido de protección como base del ejercicio de derechos.
2. 09/02/2026: En la actividad participaron 35 personas mayores quienes experimentan sensaciones de bienestar, tranquilidad y reconocimiento, fortaleciendo su vivencia de la vejez desde la dignidad y el cuidado.
3. 12/02/2026: En la actividad participaron 46 personas mayores quienes inciden en la formulación del PAI, aportando desde su experiencia

a la mejora de los procesos institucionales y de atención integral, teniendo en cuenta sus gustos e intereses.
4. 17/02/2026: En la actividad participaron 32 personas mayores a quienesmanifestaron que el ejercicio de escaneo de códigos QR había
sido sencillo aunque admitieron que en caso de requerir pedirían ayuda a trabajo social o a sus familias debido a que les falta experticia
en el tema y preferían que alguien los continúe orientando mientras aprenden a usar del todo la herramienta.
5. 23/02/2026: En la actividad participaron 33 personas mayores quienes identifican, a partir de ejemplos cotidianos, situaciones relaciona-
das con el buen trato, la salud y el respeto, comprendiendo que forman parte de sus derechos y de su dignidad como personas.

Ana Silvia Marroquin CC 41212301	
Luis Eduardo Alvarez CC 19089366	
Martha Lucia Ramirez CC 51628256	
María Elena Guzmán Parada CC 20344481	
Gregorio Fontecha CC 2909087	
Fernando Salcedo Méndez. Coordinador	

Fecha de evaluación del encuentro: 05/02/202, 09/02/2026, 12/02/2026, 17/02/2026, 23/02/2026.
Nombre del profesional que evalúa: Diego Mamián Martínez, Alba Myriam Romero Muñoz, Jhon Alejandro Sánchez

Registro fotográfico Participación:

05/02/2026 Nuestras voces.



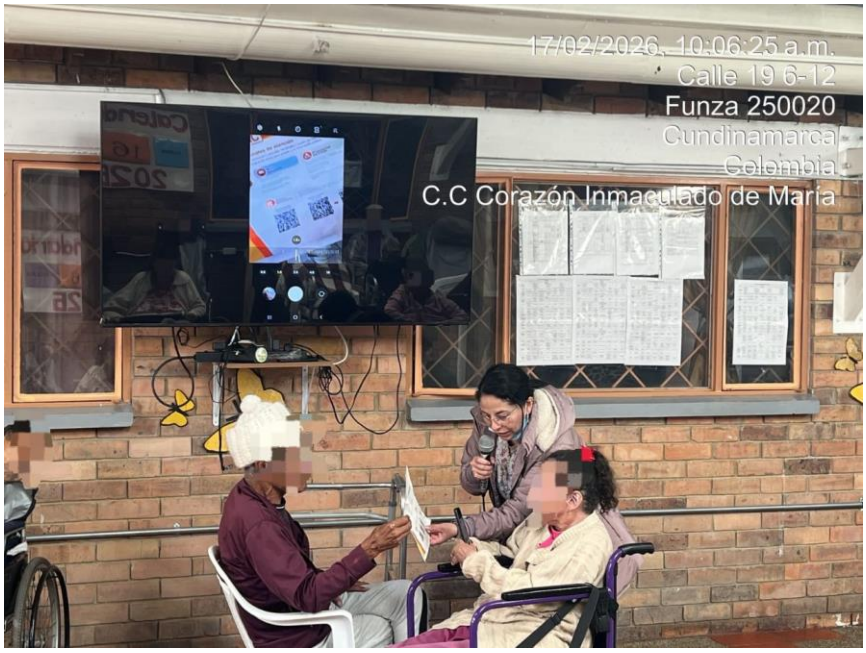
09/02/2026 Creciendo en comunidad.



12/02/2026 Dialogando ando.



17/02/2026 Mi sello mi identidad.



23/02/2026 Los derechos con hechos.

