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: Hogar San Jose Sasaima

1.2 Localidad: No aplica

2. Linea: Identidad, afectividad y sexualidad

2.1. Fecha de Ejecución:

1	2	2026	al	28	2	2026

2.2. Nombre del encuentro: 1.Ser y vivir , 2. Conexiones que enrriquecen, 3. Conectando con mi arte, 4. Tu sexualidad, tu derecho

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Maria Fernanda Villamizar - Psicóloga

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Fomentar el reconocimiento de la identidad cultural, afectiva y sexual de las personas mayores, promoviendo su bienestar integral mediante actividades que favorezcan la reflexión sobre su historia personal, el fortalecimiento de sus vínculos afectivos y el respeto a su derecho a la sexualidad, con un enfoque inclusivo y respetuoso de la diversidad, que garantice un entorno seguro, empático y libre de estigmas.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Ser y vivir Fomentar actividades en las personas mayores para que reflexionen sobre su identidad cultural y personal, promoviendo un entorno inclusivo y respetuoso, mediante enfoques lúdicos y creativos que faciliten su expresión emocional y cognitiva.

Actividad 2: Conexiones que enrriquecen Promover la expresión emocional, la reflexión y la comunicación de sentimientos, utilizando enfoques lúdicos y psicoeducativos para fortalecer las relaciones interpersonales y vinculos afectivos.

Actividad 3: Conectando con mi arte Estimular la expresión de la identidad cultural, afectiva y sexual de las personas mayores a través de actividades artísticas mensuales adaptadas a sus capacidades, fomentando la reflexión sobre su historia personal y emociones, y fortaleciendo sus vínculos afectivos.

Actividad 4: Tu sexualidad, tu derecho Sensibilizar a las personas mayores sobre sus derechos sexuales, promoviendo la autonomía, el respeto y el consentimiento, mediante dinámicas interactivas que fomenten la reflexión y comprensión de su sexualidad.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1: Se llevará a cabo un encuentro el día 04 de febrero de 2026, en la actividad de reconocimiento de la identidad personal a partir del espacio de recordando experiencias significativas.

El dia 04 de febrero de 2026 se dio inicio a la actividad con un saludo cálido y cercano a las personas mayores, seguido de un ejercicio breve de orientación en tiempo, lugar y fecha, favoreciendo la ubicación en la actividad. Posteriormente, se realizó una contextualización del objetivo del encuentro, explicando que a través de imágenes representativas de la vida cotidiana y la cultura colombiana se buscaría recordar experiencias significativas, reconocer la historia personal y fortalecer la identidad.

Actividad 2: Se llevará cabo actividad el día 12 de febrero de 2026, enfocada al reconocimiento del estado de animo para aportar a su bienestar emocional.

El día 12 de febrero de 2026 se dio apertura al encuentro con saludo y ambientación tranquila, se realizó ejercicio breve de orientación en tiempo, lugar y fecha, luego se explicó que la actividad permitiría reflexionar sobre cómo los estados de ánimo pueden compararse con los cambios del clima. Se realizó una breve introducción mencionando que, así como existen días soleados, nublados o lluviosos, nuestras emociones también pueden variar. Se motivó la participación mediante una pregunta general sobre cómo se sentían ese día, facilitando la conexión con la temática.

Actividad 3: Se planea desarrollar una actividad el día 18 de febrero de 2026 por medio de un espacio de relajación y bienestar emocional a través de la decoración libre de un corazón, en el marco de la celebración de San Valentín, favoreciendo la concentración y la expresión creativa sencilla.

El dia 18 de febrero se realizó el saludo, se organizo el espacio en un ambiente tranquilo. Se les comenta brevemente que, con motivo de San Valentín, se realizará una actividad artística sencilla para relajar la mente y disfrutar del momento.
Se explica que cada persona decorará un corazón utilizando únicamente puntitos o rayitas con pintura, sin necesidad de realizar dibujos complejos. Se enfatiza que no importa cómo quede, sino disfrutar el proceso.

	Actividad 4: Se llevara a cabo encuentro el día 26 de febrero de 2026 este dirigido a identificar los derechos sexuales y reproductivos. El día 26 de febrero de 2026 se inició la sesión dando la bienvenida al grupo y explicando el propósito de la actividad, resaltando que los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos que se mantienen en todas las etapas del ciclo vital, incluida la vejez. Se establecen acuerdos básicos de participación: respeto por la palabra del otro, escucha activa y libertad de opinión. Posteriormente, se realiza una breve pregunta detonante para activar conocimientos previos, por ejemplo: ¿Creen que las personas mayores tienen derechos relacionados con el afecto y la sexualidad? Se escucharon aportes de las personas mayores y se dio paso al momento central de la actividad.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1:** La actividad central se desarrolló mediante la proyección de imágenes por video beam relacionadas con espacios del hogar, oficios, costumbres, relaciones familiares, amistad y símbolos de gratitud. Cada imagen fue observada por el grupo y acompañada de preguntas orientadoras que facilitaron la evocación de recuerdos y la expresión verbal. Se invitó inicialmente a una persona mayor a compartir lo que la imagen le recordaba, y posteriormente se abrió el espacio para que otras personas que se sintieran identificadas pudieran participar. Esta dinámica permitió el intercambio de experiencias, la activación de la memoria autobiográfica y el fortalecimiento de la interacción grupal en un ambiente participativo.
	Actividad 2: Se presentaron imágenes impresas de diferentes climas, cada una acompañada de una frase reflexiva. De manera secuencial se mostraron al grupo, permitiendo la observación y lectura en voz alta. Posteriormente, se realizaron preguntas orientadoras para que los participantes asociaran el clima con su estado de ánimo o experiencias personales. Se promovió la participación voluntaria, la escucha activa y la validación emocional, favoreciendo la expresión simbólica de emociones en un ambiente seguro.
	Actividad 3: Se entregó a cada participante la figura del corazón impresa. Se dispone pintura en tonos vivos con rojo, verde, amarillo, naranja y fucsia y palitos de pincho para realizar la técnica de puntillismo o trazos simples. Durante la actividad se acompañó con indicaciones claras y apoyo individual cuando fue necesario. Se reforzó la importancia de realizar movimientos pausados, favoreciendo la concentración y la regulación emocional. Cada persona mayor eligió los colores que le quiso poner a su corazón y se esta manera cada uno fue decorando su corazón a su gusto generando expresión emocional significativa ya que también este espacio fue acompañado de música suave de amor.
	Actividad 4: Se desarrollo la dinámica "Adivina el Derecho" de la siguiente manera: - A cada participante se le entrego una tarjeta con una adivinanza que describe un derecho sexual o reproductivo. - El participante lee en voz alta la adivinanza. - El grupo intenta identificar cuál es el derecho al que hace referencia. - Una vez adivinado, se ubica el derecho correspondiente en el tablero, donde previamente están escritos todos los derechos con su definición. El facilitador lee la definición en voz alta y realiza una breve explicación contextualizada a la vida cotidiana del grupo. Durante la actividad se promueve la reflexión mediante preguntas como: ¿Cómo podemos ejercer este derecho en nuestra vida diaria? ¿Cómo podemos respetarlo en los demás? Se refuerza positivamente la participación y el diálogo.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1:** Para el cierre de la actividad se realizó una reflexión grupal resaltando la importancia de reconocer la historia de vida, los aprendizajes adquiridos y el valor de las experiencias compartidas. Se invitó a las personas mayores a expresar, de manera breve, cómo se sintieron durante la actividad o qué recuerdo les resultó más significativo. La jornada finalizó con un ambiente de tranquilidad y escucha, acompañado de música suave, favoreciendo una sensación de bienestar y conexión emocional.
	Actividad 2: Se realizó cierre mediante retroalimentación grupal breve, resaltando que todas las emociones son válidas y hacen parte de la experiencia humana. Se reforzó la idea de que, así como el clima cambia, el estado de animo también puede cambiar. Se agradeció la participación del grupo y se promovió un mensaje de bienestar emocional y acompañamiento.
	Actividad 3: Se realizó un cierre grupal resaltando que todas las emociones son válidas y hacen parte de la experiencia humana, así como los diferentes climas forman parte de la naturaleza. Se reforzó la idea de que los estados de ánimo pueden cambiar y que compartir lo que sentimos fortalece la conexión con los demás. Se agradeció la participación y disposición del grupo.
	Actividad 4: Para el cierre, se realiza una reflexión grupal guiada donde cada participante menciona: - Un derecho que considera más importante. Se finaliza agradeciendo la participación y reforzando la idea de que la sexualidad y el afecto son dimensiones naturales y dignas en todas las etapas de la vida.

3.4 RECURSOS

Se ponen los recursos utilizados para todas las actividades (general)

Recursos Humanos	Recursos Materiales		
Personas mayores	Impresiones	Palos de pincho	Pinturas
Profesional en Psicologia.	Sonido	Microfono	Video Beam

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1 La actividad contó con la participación de 20 personas mayores, quienes mostraron adecuada disposición e interés durante el desarrollo de la jornada. A través del uso de imágenes proyectadas, se facilitó la evocación de recuerdos, la expresión emocional y la interacción social, evidenciándose momentos de conversación espontánea, reconocimiento de experiencias compartidas y fortalecimiento del vínculo grupal. La actividad permitió promover la identidad personal, la validación de la historia de vida y la participación activa en un espacio seguro y respetuoso, cumpliendo con el objetivo propuesto del programa Ser y Vivir.

Actividad 2 La actividad permitió que las personas mayores identificaran y asociaran su estado de ánimo con diferentes condiciones climáticas, facilitando la expresión emocional de manera simbólica y accesible. Se observó participación activa, disposición al diálogo y momentos de reflexión significativa. La metáfora del clima favoreció la comprensión y verbalización de emociones, incluso en quienes presentan limitaciones cognitivas, promoviendo la validación emocional y el fortalecimiento del vínculo grupal. El espacio contribuyó a generar conexión, escucha y reconocimiento mutuo dentro de la comunidad. Se conto con la participacion de 14 personas mayores.

Actividad 3 La actividad permitió generar un espacio de relajación y concentración, observándose buena disposición y participación por parte del grupo. La técnica de puntillismo y trazos simples facilitó la ejecución de la tarea, promoviendo calma, disminución de la inquietud motora y disfrute del proceso creativo. La ambientación en torno a San Valentín fortaleció el sentido del cariño y celebración del amor, se contó con la participacion de 15 personas mayores.

Actividad 4 En cumplimiento del objetivo a través de la estrategia de adivinanzas, los participantes lograron identificar y asociar correctamente diversos derechos sexuales y reproductivos, demostrando comprensión progresiva de conceptos como consentimiento, autonomía corporal y respeto en las relaciones afectivas. se evidencio avance en la sensibilización y apropiación del tema trabajado. Se conto con la participación de 20 personas mayores.

NOTA ACLARATORIA: Los registros fotograficos reposan en el drive de la comunidad de cuidado.

Luis Alfonso Forero Peña
C.C 17193146
Persona Mayor
Actividad 1

Virgelina Ramirez Chaux
C.C 39636717
Persona Mayor
Actividad 2

Adriana Caro Fracica
C.C 41305853
Persona mayor
Actividad 3

Jorge Enrrique Silva Hernandez
C.C 19102163
Persona Mayor
Actividad 4

Hna. Anabelly Del Carmen Cadena
Coordinadora
C.C. 1086754440

Fecha de evaluación del encuentro: 28 de febrero de 2026

Nombre del profesional que evalúa: María Fernanda Villamizar

Registro fotográfico

ÁREA: Psicología

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD 1: Ser y Vivir

FECHAS DE REALIZACIÓN: 04 de febrero de 2026







ÁREA: Psicología

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD 2: Conexiones que enrriquecen

FECHAS DE REALIZACIÒN: 12 de febrero de 2026







ÁREA: Psicología

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD 3: Conectando con mi arte

FECHAS DE REALIZACIÒN: 18 de febrero de 2026







ÁREA: Psicología

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD 4: Tu sexualidad, tu derecho

FECHAS DE REALIZACIÒN: 26 de febrero de 2026





