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/Estrat Comunidad de cuidado 1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: _____ Comunidad de Cuidado La Mesa

1.2 Localidad: _____N/A_____

2. Linea: Espiritualidad_____

2.1. Fecha de Ejecución:

12	11	2024	al	28	11	2024

2.2. Nombre del encuentro: _1. Conenctandome con mi espiritualidad : Aromaterapia 2: Semillas de amor etapas del dueo La ira 3. Viaje espiritual: loteria de los valores 4, Reflexiones exitenciales 5. Sentido de vida: autoperdon 6 Respetando mis creencias:

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: _Nancy Janeth Ramírez Gutiérrez

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Sensibilizar a la población de la comunidad de Cuidado La Mesa para que afronte los cambios que trae su vida, favoreciendo su crecimiento espirirtual

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1 y 3. Evocar creencias y las prácticas espirituales de las personas mayores que se encuentran en la institución, por medio de la relajación, actividades lúdicas, para mantener estados de

relajacion y paz interior favoreciendo su integracion con el entorno

2. y 5. Estimular en las personas mayores el sentido de vida a traves de actividades espirituales dependiendo sus creencias contribuyendo a la salud fisica y mental de las personas mayores

4 y 6. Vincular a las personas mayores en actividades religiosas teniendo en cuenta sus creencias y rituales, mediante diferentes ritos, con el fin de mantener su libertad de culto

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1: Conenctandome con mi espiritualidad: Aromaterapia
Sesión 1: 12/11/2024: La sesion se realizó en en sector de asistidos, organizando las personas mayores participantes al rededor del salón, inicio a las 10:45 a.m .
Sesión 2: 26/11/2024 Actividad que se lleva a cabo en el salón de asistidos, se inicia a las 10:45 a.m.

Actividad 2: Semillas de amor etapas del duelo La ira
Sesión 1: 13/11/2024: Se realiza actividad espiritual con temática del duelo, de manera grupal, la actividad se desarrolló en espacio de comedor principal, esta se inicia a las 9:30 a.m.
Sesión 2: 25/11/2024: Actividad que se ejecuta en el sector del comedor principal se inica a las 10:00 a.m.

Actividad 3: Viaje Espiritual:
Sesión 1 y 2 19,21/11/2024 loteria de los valores: Para dar inicio a la sesión se ubican las personas mayores en el sector del salón principal, se brinda breve saludo, se ubican en tiempo y espacio, la sesión 1 se inicio a las 9:30 a.m y la sesión 2 se inica a las 3:00 pm.

Actividad 4 Reflexiones existenciales:
Sesión 1: 19/11/2024: Se realiza acrtividad con metodologia sesorial, teniendo en cuenta que los participantes mantienen comprometidas sus habilidades cognitivas y sensoriales. la actividad se desarrollo en espacio de asistidos, esta se inicia a las 10:45 a.m.
Sesión 2: 21/11/2024 actividad que se ejecuta en el salón principal, se realiza por medio de charla, y lectura reflexiva, la sesión se inició a las 9:30 a.m.

Actividad 5: Sentido de vida: autoperdón 28/11/2024: ser ubican las personas mayores en el sector del salón principal, la actividad se inica a las 2:00 p.m

Actividad 6: Respetando mis creencias:
Sesión 1,2: 14,21/11/2024: Se organizan las personas mayores participantes en el salón principal, donde se brinda saludo de bienvenida, se ubican en tiempo y espacio, se recuerda que es día del santo rosario las sesiones se iniciaron a las 02:00 p.m.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Actividad 1: Conenctandome con mi espiritualidad: aromaterapia
Sesión 1: Durante la sesión se ubicaron las personas mayores en sillas de manera qe se encuentren cómodos, se ambientó con musica relajante; se solicita a los participantes estar tranquilos, se organizó una mesa donde se colocaron las diferentes fragancias naturales, de romero, citronela, limoncillo, ruda y yerba buena, posteriormente se pasa uno a uno de los participamtes caon cada aroma., se pregunta si reconocen alguno de los olores, sin lograr que los participantes expresaran verbalmente la respuesta, debido a que sus habiidades comunicatvas y cognirtivas se encuentran comprometidas, más sin emabrgo se evidencia que si alcanzan a percibir los olores mas fuertes, ya que en respuesta al estímulo se observa un gesto en el rostro.
Sesión 2: se ubican las personas en el salón de asistidos, se brinda un breve saludo, se ubican en tiempo y espacio explicándoles a la vez la dinámica que se realizara para ejecutar la actividad, se ubican en la mesa algunas fragancias de lociones, unas dulces, otras con olores fuertes y otras más suaves, las personas mayores participantes deben oler las fragancias y escoger cual aroma le parece mejor, según su gusto, a la vez que describen que aroma tiene cada una, por último se rosea la fragancia a los participantes quienes refieren sentirse muy bien, debido a que sienten un aroma agradable a su olfato.

Actividad 2: Semillas de amor etapas del dueo La ira
Sesión 1: Para desarrollar la actividad se brinda breve saludo a los participantes, se ubican en tiempo y espacio, se explica de manera muy sencilla el objetivo de la sesión el cual está enfocado conocer una de las etapas del duelo ccómo lo es la ira y la forma de como superar esta; por tanto en primera instancia se realiza un breve conversatorio sobre el tema, sensibilizando a los participantes sobre temas que son poco tratados y donde existen muchos mitos, se pregunta que es el duelo, en que momentos sucede el duelo?, cuales son las etapas del duelo, posteriormente algunos participantes cuenta su historia sobre momentos en que han tenido que vivir el duelo, refiriendo lo doloroso que ha sido para cada uno pasar por estos momentos de tristeza, posteriormente se proyecta un video que hace referencia a las etapas de duelo, y algunos posibles pasos que ayudan a superar cada una de las etapas en los tiempos indicados, además la posiblidad de buscar ayuda en casos necesarios. despues que los participantes escucharon la temática se abrieron a contar muchas más historias vividas, manifestando que si se logra superar pero no se logra olvidar, que hay momentos en que los recuerdos salen a flote y se sienten tristes por el recuerdo.
Sesión 2: La sesión se inicia saludando y ubicando en tiempo y espacio a las personas mayores que se encuentran en el sector, se explica el objetivo de la actividad , esta se ejecuto de manera grupal d donde los participantes expresaron el dolor que se soinete con la partida de un ser querido, haciendo énfasis en la fase de la ira, ya que no es fácil aceptar este dolor que se siente, recordando algunos aspectos tratados en la sesión 1, se evidencia que los participantes estan atentos a los temas tratados, que aunque son un poco dolorosos, ya que les permite recordar momentos tristes de sus vidas, les permite expresar vivencias y permitirles un crecimiento interno , permitiendoles asumir y aceptar la pérdida de un ser querido

Actividad 3: Viaje Espiritual:
Viaje Espiritual: Sesión 1 y 2: loteria de los valores: Después de que las personas mayores se encuentran ubicadas en el espacio, se brinda el saludo de buenos días, se ubican en tiempo y espacio, se informa sobre la metodologia y la temática a tratar, también se explica el objetivo de la sesión, el tema es sobre los valores, se pregunta a los participantes que significan los valores, posteriormente se explica el significado de la palabra valor, los valores se definen como las normas de conducta y actitudes que toda persona debe tener para vivir en sociedad, posteriormente se entregan las tablas de la loteria con las fchas que le corresponden, se va cantando sacando una ficha al azar, donde los participantes deben de cubrir la ficha corresponndiente a su cartón, a la vez que se va explicando cada valor. esfuerzo, amor, honestidad, sinceridad, lealtad, diálogo, libertad, entre otros.. algunos

participantes lograron seguir patrón de instrucciones para encontra la ficha asignada, otros requerían de apoyo o reforzadores verbales, buscando llenar el cartón de manera individual, de esta manera se ejecutaron dos rondas de lotería.

Actividad 4: reflexiones existenciales:
Sesión 1: Para desarrollar la actividad se brinda breve saludo a los participantes se explica de manera muy sencilla el objetivo de la sesión el cual está enfocado a escuchar y visualizar diferentes textos de la vida a nivel espiritual, se utilizó medio tecnológico celular, donde los participantes escucharon algunas mensajes con temas enfocados a la vida y al mundo en el cual nos encontramos, permitiendo a los participantes mantener su libertad de expresión, durante la ejecución de la actividad los participantes mantuvieron tranquilidad y mostraron por medio de expresiones faciales agrado por los mensajes escuchados, otros participantes expresaron gusto e interes de manera verbal, la actividad fue agradable y permitió a los participantes reflexionar sobre el ciclo vital en el cual se encuentran.
Sesión 2: La sesión se inicia saludando y ubicando en tiempo y espacio a las personas mayores que se encuentran en el sector, se explica el objetivo de la actividad , esta se ejecutó de manera grupal, se realizó de manera verbal una charla sobre la etapa de la vida en la cual se encuentra, se estableció la difernecia entre lo religioso y lo espiritual, teniendo en cuenta que en el grupo se encontraban personas mayores de diferentes credos religiosos, posteriormente se habla del transcurrir vital de cada uno de los participantes, posteriormente se realizó la lectura de una reflexión denominada "Un Consejo" donde se invita a los participanrtes a reir, jugar, llorar, a amarse a si mismo , no se nace para ser perfectos, se nace para ser felices, la vida siempre te da la oportunidad de volver a empezar, los participantes realizan sus debidos aportes frente a la reflexión.

Actividad 5: Sentido de vida: autoperdón: Después que las peronas mayores se encontraban ubicadas en el espacio, se explica el objetivo de la actividad y la inámica que se desarrollara, se inicia preguntando a los participantes que es el perdón, algunos opina que es olvidarse del daño que otros nos hacen, otros opinan que aceptar a los demás como son; posteriormente se pregunta que es el autoperdón, los participantes en general opinan que es perdonarse uno mismo, aunque algunos se plantean de que debe perdonarse a uno mismo, por tanto se invita a interiorizar un poco sobre sus vidas, cuando han hablado del otro, cuando insultan, cuando ponen piedras en el camino de sus pares, se abre espaco donde las personas mayores expresen sus sentimintos y recuerdos, algunos opinan que la envidia es uno de los pecados mas fuertes, otros opinan que en la biblia "Dios dice amaos los unos a os otros como yo os he amado", a continuación se solicita a los participantes que cierren sus ojos para escuchar un audio que habla sobre el autoperdón.

Actividad 6: Respetando mis creencias:
Sesión 1,2: Rezo del Santo Rosario: Después de organizar las personas mayores que deseen realizar el rezo del santo rosario, se explican los misterios correspondientes al día indicado, se hace lectura de la reflexión y se da continuidad a la actividad espiritual.

3.3.3. MOMENTO FINAL

Actividad 1: Sesión 1: Conenctandome con mi espiritualidad: Aromaterapia
para finalizar la actividad se agradece a los participantes por aceptar este tipo de sesiones ya que son de suma importancia desde a esfera espiritual y pos su bienestar institucional. la sesión contó con la participación de 5 personas mayores, se dió por terminada a las 11:30 a.m.
Sesión 2: Para finalizar la actividad se pregunta a los participantes como les parece la actividad, algunos responden que es muy buena debido que algunas de las fragancias les permite recordar algún episodio de sis vidas, por otra parte refieren sentirsen mu bien, ya que esto les relaja y les mantienen tranquilos, se agradece a los participantes por su vinculación a la sesión, la actividad contó con la participación de 8 personas mayores, se dió por terminada a las 11:30 a.m.

Actividad 2: Semillas de amor etapas del dueo La ira Sesión 1: Para terminar la actividad se agradece a los participantes por permitir el acercamiento y acompañamiento espiritual, escuchado temas de interes para esta etapa de la vida. en la sesión participaron 43 personas mayores, se dió por terminada a las 10: 30 a.m.
Sesión 2: para culminar la actividad se agradece a los participantes por su atención y por expresar tantos sentimientos represados, permitiendoles aceptar esta realidad tan dificil de vivir, invitándoles ser concientes que que estas etapas son normales al moemnto de sufrir una partida de un ser querido. la actividad se dio pro terminada a las 10:35 a.m. contó con la participación de 28 personas mayores,

Actividad 3: Viaje Espiritual:
Viaje Espiritual: Sesión 1 y 2: loteria de los valores: Para finalizar la actividad se realizan algunas preguntas relacionadas ccon la temática, como cuales de los valores nombrados,que opinan de estos valores, se agradece a los participantes por su compromiso y su atención, la actividad contó con la participación de 25 personas mayores. dandose por terminada a las 10:30 a.m. la sesión 2 se dio por terminada a las 3:40 p.m.

Actividad 4: Reflexiones existenciales:
Sesión 1: Para terminar la actividad se agradece a los participantes por permitir el acercamiento y acompañamiento espiritual, escuchado temas de interes para esta etapa de la vida.
en la sesión participaron 9 personas mayores, se dió por terminada a las 11: 30 a.m.
Sesión 2: Para dar por culminada la actividad se agradece a los participantes por su tiempo y escucha activa, se propende contnuar realizando actividades desde la línea espiritual, dandole la importancia que se merece para mantener bienestar en las personas mayores participantes., reconociendo el entorno en el cual se ewncuentrarn para continuar su ciclo vital. en la sesión participaron 29 personas mayores, se dió por terminada a las 11:30 a.m.

Actividad 5:Sentido de vida: autoperdón: El señor Angel refiere que muchas personas dicen perdonar pero guardan rencor, el perdón empieza por perdonarse a uno mismo y olvidar los rencores, se finaliza dando las gracias a los participantes por su participación activa, y sus opiniones frente al tema tratado. la actividad se da por terminada a las 3:00 p.m. participaron 30 personas mayores.

Actividad 6: Respetando mis creencias:
Sesión 1, 2: Rezo del Santo Rosario: Se finaliza la actividad con el rezo de la salve, se agradece a los participantes el acompañamiento semanal para la ejecución de dicha actividad la actividad contó con el acompañamiento de 45 personas mayores se termina a las 03:30 p.m.

3.4.RECURSOS

Sillas	Humano
Juego didáctico loteria de valores	Nancy Janeth Ramirez: Gerontóloga,
parlante	Personas mayores.
celular, audifonos	
implementos eucaristicos	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Conenctandome con mi espiritualidad Aromaterapia
Sesión 1: Durante la sesion se alcanzó el objetivo planteado , los participantes lograron expresar algún tipo de respuesta frente al estímulo, se mantuvo buena tolerancia al tiempo de ejecución de la sesión.
Sesion 2: Se mantuvo buena tolerancia al tiempo de ejecución de la actividads, se alcanzó el objetivo planteado, por otra parte se logra que los participantes escojan su fragancia de su gusto, permitiendo relajar su mente y manteniendo bienestar,

Actividad 2: Semillas de amor etapas del dueo La ira
Sesión 1: Durante la ejecución de la sesión se evidencia el interés por el tema por parte de los asistentes, donde realizarón sus propias opiniones y aportes de manera asertiva, se alcanzó el objetivo planteado, además se evidencia como algunos participantes se conmueven con este tipo de sesiones, donde han tenido que pasar por situaciones de duelo y la forma en que han superado estas situaciones.
Sesión 2: : Durante la ejecución de la sesión las personas mayores que se vincularon mantuvieron buena tolerancia al tiempo de ejecución, alcanzando el objetivo planteado, se dió un ambiente agradable, donde los participantes expresaron opiniones y sentimientos.

Actividad 3: Viaje Espiritual: lotería de los valores:
Sesión 1 y 2: Durante las sesiiones se visualiza el interes y gusto que muestran los participantes por estos temas, además la forma de aplicarlos a su vida cotidiana, se dio cumplimiento con el objetivo planteado, lográndose buena capacidad de respuesta y aportes reflexivos, se logra que los participantes asimilen la temática a través del juego.

Actividad 4: Reflexiones ecxistenciales
Sesión 1 y 2: Como resultado de las sesiones se evidencia que las personas que se vincularon mostraron agrado debido alcanzando el objetivo planteado, las persona mayores se manteniendoles tranquilos y atentos, realizando reflexiones cortas sobre el tema, interiorizando sobre cada situación presentada.

Actividad 5: Sentido de vida: autoperdón: Durante la ejecución de la actividad se vincularon personas mayores que aceptan el acompañamiento espiritual a través de actividades de reflexión, además se cumplió el obejtivo planteado, por otra parte contó con buena participación de las personas mayores de la comunidad de cuidado.

Actividad 6: Respetando mis creencias:
Sesión 1 y 2: Rezo del Santo Rosario Durante el rezo del santo rosario se evidencia que las personas mayores poseen buena capacidad de respuesta, sin olvidar las oraciones, además ayudan a guiar el paso a paso para la ejecución de la actividad, logrando el objetivo planteado.

En constancia se firma

María del Pilar García Gálvis	CC: 52348977	Coordinadora	
Luz Dary Torrez	CC: 53905979	Persona Mayor	
James Díaz Aldana	CC: 3262015	Persona Mayor	
Derly María Navas	CC: 20132772	Persona Mayor	
María Cecilia Gutierrez	CC: 51604097	Persona Mayor	
Jesús Parrado	CC: 17054366	Persona Mayor	
Ana Josefa Castro	CC: 23774881	Persona Mayor	

Fecha de evaluación del encuentro: 28/11/2024

Nombre del profesional que evalúa: Nancy Janeth Ramírez Gutiérrez

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	REGISTRO FOTOGRAFICO EJE OCUPACION HUMANA COMUNIDAD DE CUIDADO LA MESA CONVENIO 8138 de 2024

EJE: CUIDADO INTEGRAL
ESPIRITUALIDAD
Conectándome con mi espiritualidad: Aromaterapia

Sesión 1: 12/11/2024



Sesión 2: 26/11/2024



Semillas De Amor Etapas Del Duelo La Ira

Sesión 1: 13/11/2024



Sesión 2: 25/11/2024



Viaje Espiritual

Sesión 1: 19/11/2024



Sesión 2: 21/11/2024



Reflexiones existenciales

Sesión 1: 19/11/2024



Sesión 2: 21/11/2024



Sentido de vida

28/11/2024



Respetando mis creencias

14, 21/11/2024



