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: 2 | 12 | 2024 al 24 | 12 | 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Sentido de vida: Sanación 2 conenctandome con mi espiritualidad : Meditación 3: Reflexiones exitenciales 4. Semillas de amor etapas, del dueo Aceptación 5. Viaje espiritual: relación de los valores 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 4. Estimular en las personas mayores el sentido de vida a travez de actividades espirituales dependiendo sus creencias contribuyendo a la salud fisica y mental de las personas mayores.

2. y 5. 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.

3 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. METODOLOGIA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1: Sentido de vida: Sanación
Sesión 1: 2/12/2024: se ubican las personas mayores en el sector del salón principal, en semicírculo, para desarrollar un conversatorio, la actividad se inica a las 11:00 a.

Actividad 2: conectando con mi espiritualidad: Meditación
Sesión 1: 3/12/2024: 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: novenas navideñas: 16 al 24/12/2024: Actividad que se ejecuta para dar inicio a las novenas navideñas, se llevó a cabo en el salón principal, se da inico a las 10:00 am.

Actividad 3: Reflexiones existenciales:
Sesión 1: 5/12/2024: Se realiza actividad por medio de lectura de texto, la actividad se desarrollo en espacio del salón principal, se inicia a las 9:45 a.m.

Actividad 4: Semillas de amor etapas del duelo La aceptación
Sesión 1: 9/12/2024: 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 11:00 a.m.

Actividad 5: Viaje Espiritual:
Sesión 1: 12/12/2024 relación 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 se inicio a las 9:30 a.m.

Actividad 6: Respetando mis creencias:
Sesión 1: 5,12/12/2024: 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 y la celebración de la inmaculada concepción, sesiones se iniciaron a las 02:00 p.m.Durante este mes de igual manera se realizadra la novena navideña. iniciando el 16 de diciembre.

SESIÓN 2: 20/12/2024: SANTA MISA: Actividad programada desde el mes anterior, se ubican las personas mayores en el espacio del salón principal, de forma que puedan estar atentos a la santa misa. la actividad se inicia a las 10:00 a.m.

3.3.2 MOMENTO CENTRAL

Actividad 1: Sentido de vida: Sanación: Después que las peronas mayores se encontraban ubicadas en el espacio, se explica el objetivo de la actividad y la dinámica que se desarrollara, se inicia preguntando a los participantes que es sanación espiritual, algunos opina que que es estar sano, la señora Dora quien es cristiana, refiere que es estar tranquilo, sano, libre de un mal pensamiento, James opina que la sanación es de manera individual consite en no tener envidia del otro y vivir tranquilo, posteriormente se explica que por medio de la sanación se realiza una búsqueda de paz interior, por medio de esta podemos encontrar alivio frente a las angustias y las preocupaciones y a encontrar consuelo durante la vida que se esta pasando en el medio institucional, por tanto se colocan algunos ejemplos de participantes que se preocupan por sus seres queridos que se encunetran en otros lugares. Por último se realiza una reflexión sobre la sanación espiritual la cual nos lleva a mantener la mente y el cuerpo sano.
Las personas mayores que participan en la sesión se muestran interesadas expresando opiniones e ideas del tema, donde participaron personas mayores con credos diferentes.

Actividad 2: Conenctandome con mi espiritualidad: Meditación
Sesión 1: Durante la sesión se ubicaron las personas mayores en sillas de manera qe se encuentren cómodos, se ambientó con musica relajante muy suave; se solicita a los participantes estar tranquilos, posteriormente se realiza masajes sencillos a cada participante, hablandoles en tono suave, algunos muestran agrado y satisfacción, otros por su condición de salud realizan algun tipo de respuesta frente al estímulo, a continucación con el apoyo del área de enfermería se realiza suave masaje en el área de la espalda de los participantes, buscando sensación de alivio y tranquilidad. Para el desarrollo de esta sesión se hace necesario el uso de parlante, sintonía de meditación, aceite de fragancia, por medio de la sesión se busca que los participanten entren en estado de relax para alcanzar bienestar.

Sesión 2: Despues de organizar las personas mayores particpantes se brinda un breve saludo, se ubican en tiempo y espacio, se recuerda que en este día se inician las novenas al Niño Dios y por lo tanto nos disponemos para rezarla, se colocan los villancicos , se rezan todas las oraciones que componen la novena, y los canticos, desde el área de alimentos se brindan onces especiales para cada día, para el rezo de cada día se delega un grupo de personas del talento humano , que se encargaran de la organización y el rezo de la novena, durante la novena del día 19/12/2024 se contará con el acompañamiento de ente externo Policia Nacional de la mesa, para el día 20 se realizara la novena con el apoyo del sacerdote.

Actividad 3: 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 texto denominado la "Tienda, donde los participantes escucharon algunas mensajes con temas enfocados a la vida y al mundo en el cual nos encontramos, relacionados con la forma de vivir, dentro del texto encontramos una tienda del cielo donde cada participante se sumerge y compra amor, paciencia, comprensión, dos cajas de sabiduría, y dos bolsas de fé, un paquete de perdón, compraron fuerza y coraje, los cuales son imortates para ayudar en la carrera de la vida, de igual manera escogío la omprensión, por último se escogieron la paz y ka felicidad, durante la sesión algunos participantes que poseen habilidades lectoras leyeron parte del texto en voz alta, para compartir con sus pares, por último se realiza una reflexión sobre la lectura y se realizaron preguntas, en conclusión los participantes relatan que todo lo que se compro en la tienda no tenía valor económico pero, a veces al ser humano se le olvida que es gratis y no lo comparten, permitiendo a los participantes mantener su libertad de expresión, durante la ejecución de la actividad los participantes mantuvieron tranquilidad, expresaron gusto e interes de manera verbal, la actividad fue agradable y permitió reflexionar sobre cuanto nos entregaos a los demás y en que forma lo hacemos.

Actividad 4: Semillas de amor etapas del duelo: Aceptación
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 etapa más del duelo cómo lo es la aceptación y la forma de como superar esta; por tanto en primera instancia se realiza un breve repaso sobre el tema, ya que en meses anteriores trataron otras etapas, se indaga sobre las etapas ya vistas,donde la mayoria de los participantes han olvidado, por tanto se hace un recuento de la temáticas, se proyectan dos cortometrajes que hacen referencia a las etapas de duelo, y algunos posibles pasos que ayudan a superar cada una de las etapas haciendo mayor énfasis en la etapa de la aceptación, la cual no significa que se olvide la situación, si no que se aprende a vivir sin la presncia en cuerpo y alma de la persona fallecida, se dieron a conocer algunas actividades que se deben de realizar para hacer más fácil y llevadero el duelo, como son la meditación, la relajación, hablar del tema entre otras, además la posiblidad de buscar ayuda en casos necesarios.

Actividad 5: Viaje Espiritual:
Sesión 1 : Relación 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, se hace entrega de las fichas donde se encuentran escritos algunos valores y denben de realcionar unos con otros, ejemplo si la persona es humilde de igalmanera puede ser generosa, si la persona es responsable es puntual y asi sucesivamente, algunos participantes lograron leer el valor que le coresponde y su par le da respuesta para realizar la relación, durante la sesión se logra que algunos participantes sigan patrón de instrucciones para encontra la ficha que se relaciona, otros requerían de apoyo o reforzadores verbales.

Actividad 6: Respetando mis creencias:
Sesión 1: Después de organizar las personas mayores que deseen realizar el rezo del santo rosario, se realiza una pequeña introducción sobre el día de la inmaculada concepción, posteriormente se forma un rosario representativo en el suelo, con circunferencias elaboradas en cartulina de diferentes colores, a continuación se procede al 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: Sentido de vida: Sanación: Para culminar la sesión se realiza un breve repaso del tema, donde los participantes opinan que todos los seres humanos debemos mantener paz y tranquilidad para vivir sanos, pero hay ocasiones ue algunas personas se preoupan más del vivir y actuar de los otros abandonando su propio ser, buscando vivir la vida de la otra persona, Jorge refiere que si no se preocupara tanto por lo que hace o deja de hacer la otra persona, la mente estaría sana y tranquila, refiere que hay que orar y pedir a un Dios por que los últimos años de vida sean tranquilos y armoniosos. La actividad se dió por terminada a las 11:30, participaron 28 personas mayores.

Actividad 2. Sesión 1: Conenctandome con mi espiritualidad: Meditación.
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 para alcanzar altos grados de bienestar institucional. la sesión contó con la participación de 8 personas mayores, se dió por terminada a las 11:30 a.m.

Sesión 2: Para terminar la sesión se realiza convocatoria e invitación para continuar acompañando las siguientes días de la novena navideña con entusiasmo y alegría. la sesión se da por terminada a las 10:15 a.m. contó con la participación de 45 personas mayores.

Actividad 3: 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 25 personas mayores, se dió por terminada a las 10:30 a.m.

Actividad 4: Semillas de amor etapas del duelo Aceptaciòn:
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 28 personas mayores, se dió por terminada a las 11:30 a.m.

Actividad 5: Viaje Espiritual:
Sesión 1 : relación 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 28 personas mayores. dandose por terminada a las 10:30 a.m.

Actividad 6: Respetando mis creencias:
Sesión 1 : 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 43 personas mayores se termina a las 03:30 p.m.

Sesión 2: Santa Misa: Se agradece a los participates por su atención en la actividad, la actiadad se dió por terinada a las 11:30 a,m contó con la participación de 47 personas mayores.

3.4 RECURSOS

Sillas	Humano
implementos eucaristicos	Nancy Janeth Ramirez: Gerontóloga,
parlante, novena navideña	Personas mayores.
celular, audifonos	
Textos	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Sentido de vida: Sanación : 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 participacion de las personas mayores de la comunidad de cuidado que tienen diferentes creeencias, permitiendo mantener la libertad de expresión..

Actividad 2: Conenctandome con mi espiritualidad: Meditación
Sesion 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: Fue un inicio de celebración navideña muy agradable y esperado por los participantes, se cumplió el objetivo planteado, las personas mayores mantuvieron buena tolerancia al tiempo de ejecución, se comprometieron a dar continuidad con la participación de cada novena.

Actividad 3: Reflexiones existenciales
Sesion 1: Como resultado de lasesion se evidencia que las personas que se vincularon mostraron agrado debido a que la lectura era de facil entendimiento, y comprensión, alcanzando el objetivo planteado, las persona mayores se mantuviendoles tranquilos y atentos, realizando reflexiones cortas sobre el tema, interiorizando sobre cada situación presentada.

Actividad 4: Semillas de amor etapas del duelo: aceptación
Sesion 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, algunas personas mayores se colocan sentimen tales al ver el cortometraje sobre el duelo debido aque tiene episodios de tristeza.

Actividad 5: Viaje Espiritual: Relación de los valores:
Sesion 1 : Durante la sesion 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 6: Respetando mis creencias:
Sesión : 1 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.

Sesión 2. Santa Misa: Durante la ejecución de la actividad se evidencia la importancia de la esfera espiritual en las personas mayores y los beneficios que esta trae con sigo, mejorando su estado anímico, y su bienestar institucional, los participantes se mostraron atentos y muy respetuosos mientras se oficiaba l santa misa, mantuvieron buena tolerancia al tiempo e ejecución y se cumplió el objetivo planteado.

En constancia se firma

María del Pilar García Gálvis	CC. 52348977	Coordinadora
Luz Dary Torrez	CC. 53005979	Persona Mayor
James Díaz Aldana	CC. 3262015	Persona Mayor
Derly María Navas	CC. 20132772	Persona Mayor
María Cecilia Gutierrez	CC. 51904097	Persona Mayor
Jesús Parrado	CC. 17054366	Persona Mayor
Ana Josefa Castro	CC. 23774981	Persona Mayor

Fecha de evaluación del encuentro: 24/12/2024

Nombre del profesional que evalúa: Nancy Janeth Ramírez Gutiérrez

Powered by CamScanner

EJE: CUIDADO INTEGRAL
ESPIRITUALIDAD

Actividad 1: Sentido de vida: sanación

Sesión 1: 2/12/2024



Actividad 2: Conectando con mi Espiritualidad

Sesión 1: 3/12/2024



Sesión 2: 16-24/12/2024









Actividad 3: Reflexiones existenciales

Sesión 1: 5/12 /2024



Actividad 4: Semillas De Amor: Etapas del duelo: Aceptación

SESION 1: 9/12/2024



Viaje Espiritual

12/12/2024



Respetado mis creencias

Sesión 1: 5, 12/12/2024





Sesión 2: 20/12/2024

