Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N°7

Apoyar la realización de la estrategia psicosocial denominada: "Encuentros Intergeneracionales", con la participación de estudiantes del sector educativo del municipio y/o las familias de los Adultos Mayores, en virtud de la Ley 1276/2009 – Art 11 – Numeral 7. Debiendo estructurar la ficha del taller y documento del tema desarrollado.

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

EVIDENCIAS OBLIGACIONES

INFORME N°1

PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

EVIDENCIAS

OBLIGACION N°1

Coordinar el Área de Psicosocial del programa Centro Vida del municipio de Pereira Risaralda, según lo establecido en el documento denominado: Procedimiento Área Psicosocial. En atención al del 5to Eje Temático "Envejecimiento saludable para una vida independiente autónoma y productiva en la vejez", de la Política Pública Nacional de Envejecimiento y Vejez 2022-2031. La Ley 1276/2009 – Art 11 – Numerales 1 al 11 y la Resolución Minsalud 055/2018 – Estándar Talento Humano. Durante la vigencia 2023 – 2024.

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

EVIDENCIAS

OBLIGACION N°2

monitoreo y seguimiento a los procesos misionales; estructurar los planes de trabajo cualitativo y cuantitativo del área de atención, al igual que mantener registros detallados de las actividades realizadas, la asistencia, los avances y seguimiento, así como evaluar la efectividad de los programas y realizar ajustes según sea necesario y presentar informes mensuales en medio físico y magnético sobre las actividades realizadas y los resultados obtenidos, según lo establecido en el documento denominado "Manual de Gestión Administrativa".

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

EVIDENCIAS

OBLIGACION N°3

Como estrategia para promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludables desde el área Psicosocial y según la clasificación de la OMS, deberá elaborar e implementar un programa de Habilidades Sociales y para la Vida para la población Adulta Mayor atendida en el programa Centro Vida, que contemplen talleres entre otras, de las siguientes habilidades: Autoconocimiento – Empatía - Comunicación asertiva - Relaciones interpersonales - Toma de decisiones - Manejo de problemas y conflictos - Pensamiento creativo - Pensamiento crítico - Manejo de emociones y sentimientos - Manejo de tensiones y estrés, entre otras.

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N°8

Realizar al 100% de la población usuaria del programa, la Evaluación Socioeconómica mediante visita domiciliaria. En atención a la Ley 1276/2009 – Art 6. Resolución Minsalud 055/2018 – Estándar Atención Integral, Criterio # 1 y 3. Resolución Minsalud 3280/2018 – Ruta integral de Atención para la Promoción y Mantenimiento de la Salud – Actividades para la Vejez. Resolución Minsalud 2626/2019 – Modelo de Atención Integral Territorial "Maite" – Estrategia A.P.S.

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N°9

En articulación con el talento humano adscrito al programa, construir e implementar los Planes de Atención Integral de los usuarios del Centro Vida. De acuerdo con lo establecido en: Resolución Minsalud 055/2018 – Estándares de Gestión – Criterio # 8 y Atención Integral - Criterio # 2.

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

EVIDENCIAS

OBLIGACION N°12

En articulación con la Dirección Técnica del Centro Vida, realizar el apoyo y acompañamiento solicitado por los integrantes del equipo de trabajo del Centro Vida en las actividades que sean transversales y masivas del programa.

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P

Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda

E-mail: multisercta@gmail.com

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N°14

Realizar la apertura del buzón de sugerencias mensualmente, consolidar la información recopilada e implementar un plan de mejora basado en dicho análisis.

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

EVIDENCIAS

OBLIGACION N°16

Apoyar la ejecución de las demás actividades administrativas, operativas y de apoyo inherentes al presente contrato, así no estén acá contempladas, que tengan relación directa e inmediata con el objeto de este, con el fin de garantizar la calidad de la atención integral al adulto mayor y el cumplimiento de los objetivos de la Cooperativa, así como acatar estrictamente las políticas, reglamentos, directrices y circulares internas de la empresa, al igual que mantener un compromiso constante con la mejora continua de los proceso y calidad del servicio.

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS
OBLIGACION N°15

Realizar el registro de: Actividades Individuales y Masivas, según aplicativo desarrollado para tal efecto

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
PORTADA EVIDENCIAS		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 03-2025**

EVIDENCIAS

OBLIGACION N°11

Asistir a las reuniones técnicas de equipo de trabajo y capacitaciones de los procesos de Inducción y Reinducción del Talento Humano adscrito a los programas de CENTRO VIDA, orientados al conocimiento de: La normatividad existente para atención integral de las personas Adultas Mayores, al fortalecimiento basado en un enfoque de Derechos según el modelo de atención integral centrada en la persona y la humanización del servicio, y la articulación a los planes de trabajo de: Los formatos, los manuales de procedimiento y los instrumentos aprobados en la evaluación de la Secretaria de Salud Municipal.

INFORME N°1 PERIODO

MARZO 09 A MARZO 31 DE 2026

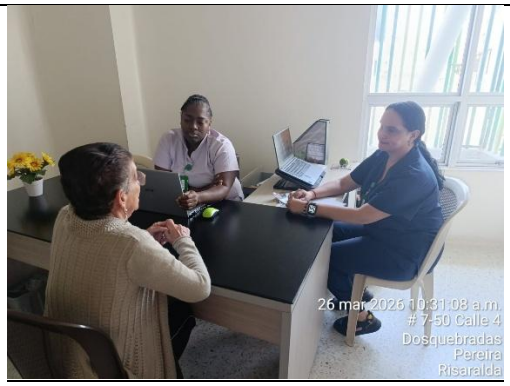
POR

DAYANA LERMA HINESTROZA

TRABAJADORA SOCIAL

CENTRO VIDA – ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multisercta@gmail.com

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES – INFORME N° _1_ **PERIODO COMPRENDIDO (9 de marzo al 31 de abril)**		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

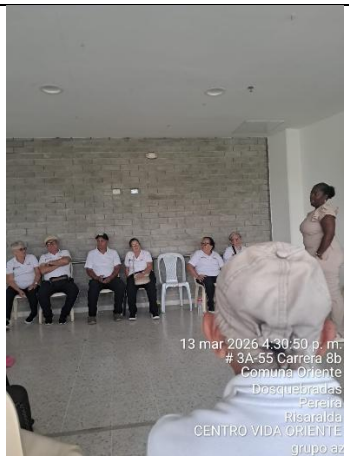
	
Alcance _1_ Anexo ___ 1 _ **Fecha:** 25/03/2026 **- Lugar: OFICINA PSICOSOCIAL** **Actividad:** Aplicación actividad socioecomico	**Alcance _1_ Anexo __ 2 __** **Fecha:** 25/03/2026 **- Lugar: OFICINA PSICOSOCIAL** **Actividad:** Aplicación actividad socioecomico
	
Alcance 1__ Anexo _1___ **Fecha:** 26/03/2026 **- Lugar: OFICINA PSICOSOCIAL** **Actividad: ESTUDIO DE CASO EMMA GUIRAL**	**Alcance _1_ Anexo __1__** **Fecha:** 27/03/2026 **- Lugar: OFICINA FISIOTERAPEUTA** **Actividad: ESTUDIO DE CASO CILA PEREA Y MARIA DUFAY**

ELABORADO POR:

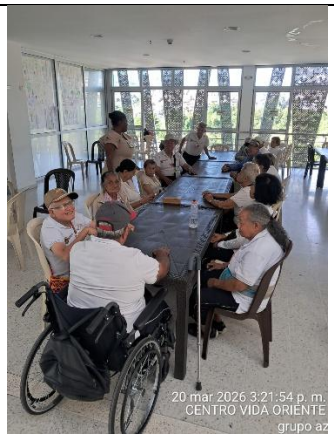
Dayana Lerma H.

DAYANA SHYENNA LERMA HINESTROZA
1088251475
TRABAJO SOCIAL C.T.A MULTISER
Dalerhi192613@hotmail.com
3208818009

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES – INFORME N° _1_ **PERIODO COMPRENDIDO (9 de marzo al 31 de marzo)**		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

	
Alcance _3_ Anexo ___ 1 _ **Fecha:** 13/03/2026 **- Lugar: AUDITORIO** **Actividad:** TALLER GRUPO AZUL	**Alcance _3_ Anexo __ 1 __** **Fecha:** 13/03/2026 **Lugar: AUDITORIO** **Actividad:** TALLER GRUPO AMARILLO
	
Alcance 3__ Anexo _1___ **Fecha:** 20/03/2026 **- Lugar: COMEDOR** **Actividad:** TALLER GRUPO AZUL	**Alcance _3_ Anexo __1__** **Fecha:** 20/03/2026 **- Lugar: COMEDOR** **Actividad:** TALLER GRUPO AMARILLO

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES – INFORME N° _1_ **PERIODO COMPRENDIDO (9 de marzo al 31 de marzo)**		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

	
Alcance _20_ Anexo __1__ **Fecha:** 20/03/03 – **Lugar: COMEDOR** **Actividad:** TALLER EQUIPO ROJO	**Alcance _3_ Anexo __1__** **Fecha:** 27/03/2026 – **Lugar: GIMNASIO** **Actividad:** TALLER EQUIPO AZUL Y ROJO

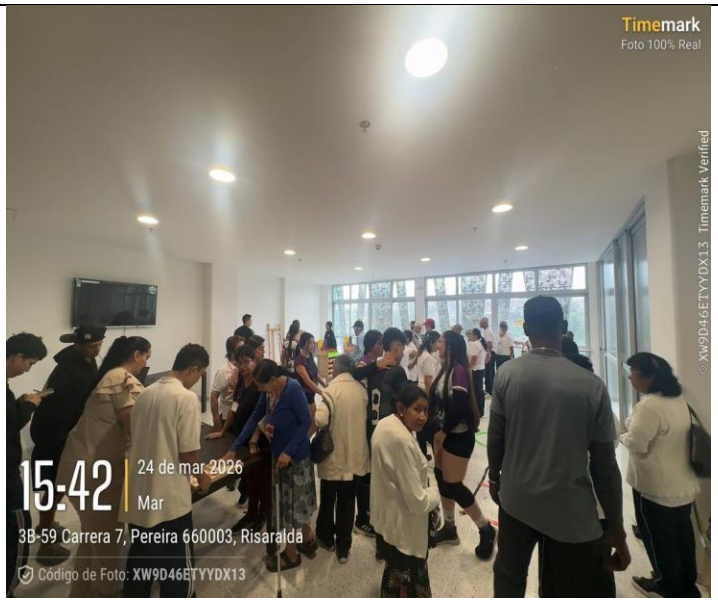
ELABORADO POR:

Dayana Lerma H.

_____

DAYANA LERMA HINESTROZA
1088251475
TRABAJADORA SOCIAL C.T.A MULTISER
dalerhi192613
3208818009

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES – INFORME N° _1_ **PERIODO COMPRENDIDO (9 AL 31 DE MARZO 2026)**		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

	
Alcance 7 Anexo ____ **Fecha:** l4/0E/l0l6 **- Lugaí: CVOP** **Actividad:** Píimeí ene»ent'í! Int'eígeneícei!ncl	**Alcance 7 Anexo ____** **Fecha:** l4/0E/l0l6 **- Lugaí: CVOP** **Actividad:** Píimeí ene»ent'í! Int'eígeneícei!ncl

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES – INFORME N° _1_ **PERIODO COMPRENDIDO (9 AL 31 DE MARZO 2026)**		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**



Alcance 7 Anexo ____

Fecha: l4/0E/l0l6 **- Lugaí: CVOP**

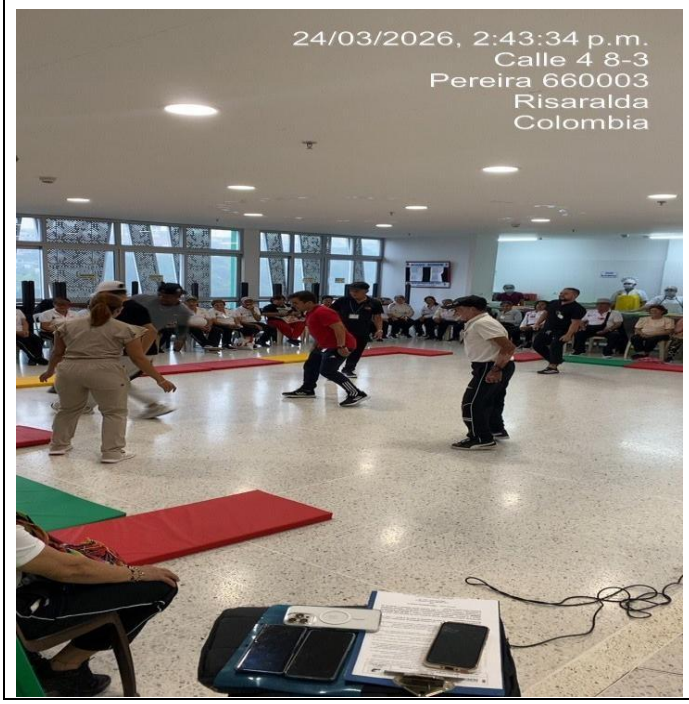
Actividad: Píimeí ene»ent'í! Int'eígeneícei!ncl



Alcance 7 Anexo ____

Fecha: l4/0E/l0l6 **- Lugaí: CVOP**

Actividad: Píimeí ene»ent'í! Int'eígeneícei!ncl





Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES – INFORME N° _1_ **PERIODO COMPRENDIDO (9 AL 31 DE MARZO 2026)**		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

Alcance 7 Anexo ____ **Fecha:** l4/0E/l0l6 **- Lugaí: CVOP** **Actividad:** Píimeí ene»ent'í! Int'eígeneícei!ncl	Alcance 7 Anexo ____ **Fecha:** l4/0E/l0l6 **- Lugaí: CVOP** **Actividad:** Píimeí ene»ent'í! Int'eígeneícei!ncl

ELABORADO POR:

Dayana Lerma H.

DAYAN SHYENNA LERMA HINESTROZA
1088251475
TRABAJO SOCIAL
C.T.A MULTISER
Dalerhi192613
3208818009

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES – INFORME N° _1_ **PERIODO COMPRENDIDO (9 de marzo al 31 de marzo)**		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

	
Alcance _12_ Anexo ___ **Fecha:** 11/03/2026 **- Lugar: uditorio** **Actividad:** apoyo en actividades equipos CEVI	**Alcance _12_ Anexo __** **Fecha:** 28/03/2026 **- Lugar: comedor** **Actividad:** apoyo en actividades equipos CEVI

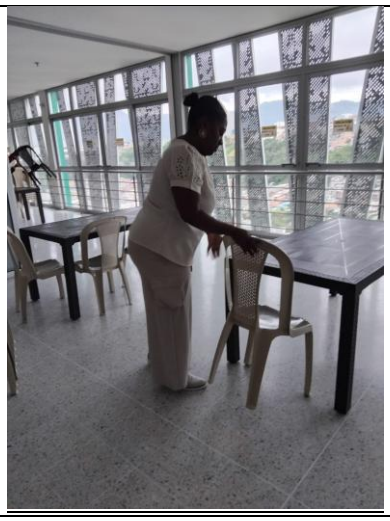
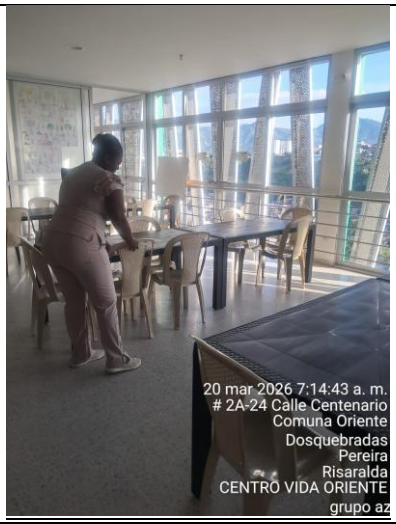
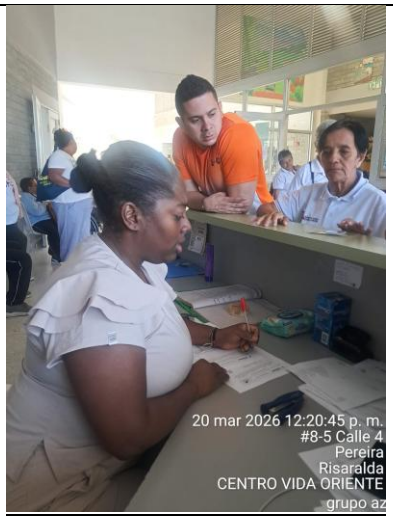
ELABORADO POR:

Dayana Lerma H.

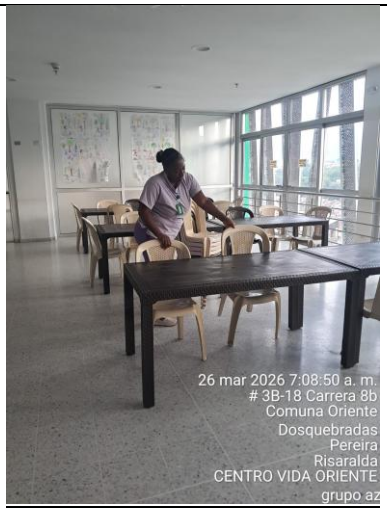
_____

DAYAN SHYENNA LERMA HINESTROZA
1088251475
TRABAJO SOCIAL
C.T.A MULTISER
Dalerhi192613
3208818009

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES – INFORME N° _1_ **PERIODO COMPRENDIDO (9 de marzo al 31 de marzo)**		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

	
Alcance _16_ Anexo ___ **Fecha:** 11/03/2026 **- Lugar: comedor** **Actividad:** apoyo en la organización de sillas y mesas	**Alcance _16_ Anexo __** **Fecha:** 12/03/2026 **- Lugar: comedor** **Actividad:** apoyo en la organización de sillas y mesas
	
Alcance _16_ Anexo ____ **Fecha:** 20/03/2026 **- Lugar: comedor** **Actividad:** apoyo en la organización de sillas y mesas	**Alcance _16_ Anexo ____** **Fecha:** 20/03/2026 **- Lugar: recepción cevi** **Actividad:** apoyo en recepción en hora del almuerzo.

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ACTIVIDADES – INFORME N° _1_ **PERIODO COMPRENDIDO (9 de marzo al 31 de marzo)**		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

	
Alcance _16_ Anexo ____ **Fecha:** 25/03/2026 **- Lugar: recepción cevi** **Actividad:** apoyo en recepción en hora del almuerzo	**Alcance _16_ Anexo ____** **Fecha:** 26/03/2026**- Lugar: comedor** **Actividad:** apoyo en la organización de sillas y mesas

ELABORADO POR:

Dayana Lerma H.

_____

DAYAN SHYENNA LERMA HINESTROZA
1088251475
TRABAJO SOCIAL
C.T.A MULTISER
Dalerhi192613
3208818009

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
FICHA TALLER		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

CENTRO VIDA - ORIENTE – MUNICIPIO DE PEREIRA RISARALDA		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**D: 27 MES: MARZO AÑO: 2026**	**JORNADA: MAÑANA ____ TARDE __X___**
NOMBRE DEL TALLER	"Recordar es Vivir: Fortaleciendo la Memoria y los Vínculos"	

OBJETIVO:

Fortalecer la autoestima y los vínculos afectivos en adultos mayores mediante la estimulación de la memoria autobiográfica, promoviendo el reconocimiento de su red de apoyo y el intercambio de experiencias como recurso de contención psicosocial.

TEMAS PARA DESARROLLAR

Memoria e identidad

Valor de los recuerdos en la construcción de la historia personal. Psi coeducación breve sobre olvidos cotidianos.

Vínculos y redes de apoyo

Identificación de personas significativas. El grupo de pares como espacio de contención mutua.

Envejecimiento activo

Rol social de los adultos mayores como transmisores de memoria. Prevención del aislamiento.

Gestión emocional

Validación de la nostalgia. Fortalecimiento de la autoestima desde el reconocimiento grupal.

METODOLOGIA:

Se dispone el espacio en círculo para favorecer la horizontalidad. El profesional da la bienvenida y presenta los objetivos del taller. "Un recuerdo que me hace sonreír es...". Esta actividad permite romper el hielo, generar un clima de confianza y activar la disposición al recuerdo.

Se realiza la actividad central denominada "Objetos que hablan". El profesional presenta objetos cotidianos de valor simbólico o antigüedad (fotografía antigua, llave, botón, carta, moneda, prenda tradicional). Cada objeto circula entre los participantes y quien lo recibe comparte voluntariamente un recuerdo asociado al mismo. Se respeta el silencio y la posibilidad de pasar el turno sin presión. Posteriormente, a partir de los relatos compartidos, el profesional guía una ronda de identificación de vínculos preguntando: "¿Alguien en el grupo vivió algo parecido?" y "¿A quién recurrirían si necesitaran ayuda con algo así?". Esta fase permite visibilizar afinidades, fortalecer la cohesión grupal e identificar recursos internos.

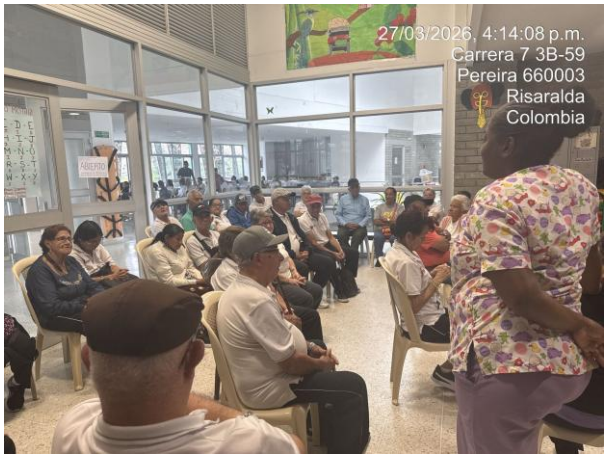
Se realiza la actividad "Mi círculo de vínculos". Se entrega una hoja a cada participante. En el centro deben dibujar un círculo con su nombre y alrededor escribir o dibujar las personas, lugares o instituciones importantes en su vida. Quienes lo deseen comparten brevemente su mapa. Esta técnica permite visualizar la red de apoyo de cada persona y detectar posibles situaciones de aislamiento social.

CONCLUSIONES:

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
FICHA TALLER		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

Se logró el objetivo propuesto. Los participantes demostraron capacidad de evocación y narrativa, compartiendo voluntariamente recuerdos asociados a los objetos presentados. Se evidenció que la memoria autobiográfica se encuentra activa y puede ser estimulada positivamente en espacios grupales de confianza.

La metodología participativa resultó adecuada. La disposición en círculo favoreció la horizontalidad y la escucha activa. La técnica de mediación objetual facilitó la evocación al proporcionar un anclaje concreto que redujo la ansiedad asociada a recordar bajo presión.



N° ASISTENTES: En esta actividad participaron activamente un grupo de: 47 mujeres y 28 hombres **Adultas Mayores**

Dayana Lerma H.

Dayana Lerma Hinestroza
C.C # 1088251475
Trabajo social

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
FICHA TALLER		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

CENTRO VIDA - ORIENTE – MUNICIPIO DE PEREIRA RISARALDA		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**D: 20 MES: MARZO AÑO: 2026**	**JORNADA: MAÑANA _____ TARDE __X___**
NOMBRE DEL TALLER	"Dichos con Sabiduría: La Palabra que Atraviesa Generaciones"	

OBJETIVO:

Valorar y rescatar los dichos populares como expresión de la sabiduría acumulada por los adultos mayores, promoviendo la transmisión de este patrimonio cultural inmaterial, estimulando la memoria y fortaleciendo los vínculos intergeneracionales dentro del grupo.

TEMAS PARA DESARROLLAR

Los dichos populares como portadores de sabiduría colectiva, enseñanzas morales y estrategias de afrontamiento ante las situaciones de la vida. Se aborda su función en la comunicación cotidiana, su valor como legado cultural y su utilidad en la estimulación cognitiva (asociación de significados, evocación de contextos, análisis crítico).

METODOLOGIA:

Completando el dicho": La trabajadora social dice la primera parte de un dicho popular y los participantes compiten amistosamente por completarlo. Ejemplo: "Al mal tiempo…" (buena cara). Se fomenta que quienes lo completen expliquen qué significa para ellos.

"¿Verdad o mito?": Se presentan dichos y se abre un diálogo grupal sobre si siguen siendo aplicables hoy en día. Ejemplo: "La letra con sangre entra" – se reflexiona sobre los cambios en la educación y la crianza.

3. "Dichos para el hoy": En pequeños grupos, los participantes crean un "dicho moderno" que refleje una enseñanza para las generaciones actuales. Luego lo comparten con el grupo.

Reflexión colectiva: La trabajadora social guía una conversación sobre la importancia de que los dichos no se pierdan y cómo ellos/as son guardianes de esta sabiduría.

Actividad de cierre: Cada participante elige un dicho que le gustaría "dejar como herencia" y lo escribe en una tarjeta que se pegará en un mural colectivo titulado "El Baúl de la Sabiduría".

CONCLUSIONES:

El taller permitió evidenciar que los dichos populares constituyen un recurso invaluable para el trabajo con adultos mayores, ya que activan recuerdos significativos asociados a figuras de autoridad (padres, abuelos, maestros) y a momentos clave de sus historias de vida. La actividad generó un ambiente de alegría, complicidad y reconocimiento mutuo, donde los participantes se sintieron valorados como depositarios de una sabiduría que trasciende su experiencia individual.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron activamente un grupo de: 35 mujeres y 29 hombres **Adultas Mayores**

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
FICHA TALLER		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**



Dayana Lerma H.

Dayana Lerma Hinestroza
C.C # 1088251475
Trabajo social

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
FICHA TALLER		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**

CENTRO VIDA - ORIENTE – MUNICIPIO DE PEREIRA RISARALDA		
FECHA DE LA ACTIVIDAD	**D: 13 MES: MARZO AÑO: 2026**	**JORNADA: MAÑANA _____ TARDE __X___**
NOMBRE DEL TALLER	"Un Día a la Vez: Descubriendo Mis Metas Posibles"	

OBJETIVO:

Fortalecer la motivación y el sentido de propósito en los adultos mayores mediante la identificación y planificación de metas alcanzables a corto plazo, promoviendo la autogestión, la autoeficacia y la capacidad de disfrutar pequeños logros cotidianos.

TEMAS PARA DESARROLLAR

Las metas a corto plazo como herramienta para mantener la motivación, la autonomía y el bienestar emocional en el envejecimiento activo. Se aborda la diferencia entre metas inalcanzables (que pueden generar frustración) y metas realistas y significativas (que fortalecen la autoestima), junto con estrategias sencillas de planificación y seguimiento.

METODOLOGIA:

Reflexión inicial guiada: La trabajadora social facilita una conversación sobre qué son las metas, desmitificando la idea de que "ya es tarde para proponerse cosas". Se comparten ejemplos de metas a corto plazo adaptadas al contexto de los adultos mayores (aprender una receta nueva, ordenar un cajón, retomar un hobby, visitar a un familiar).

2. Ejercicio práctico: "Mi meta de esta semana": Cada participante recibe una hoja de trabajo con preguntas guía: ¿Qué me gustaría lograr esta semana? ¿Por qué es importante para mí? ¿Qué necesito para hacerlo? ¿Cuándo lo voy a hacer? La trabajadora social acompaña individualmente a quienes necesitan apoyo para escribir o clarificar su idea.

3. Compartir en parejas: Los participantes se organizan en parejas para compartir su meta. La consigna es que cada uno escuche activamente y luego su pareja le ayude a pensar en algún recurso o paso adicional que no haya considerado.

CONCLUSIONES:

El taller permitió observar que, si bien al inicio algunos participantes manifestaban resistencia bajo expresiones como "ya no tengo metas" o "a mi edad para qué", el trabajo grupal y el acompañamiento personalizado lograron movilizar deseos y pequeños proyectos que estaban latentes. La clave estuvo en ayudar a las personas a identificar metas realistas, vinculadas a sus intereses genuinos y no a expectativas externas.

N° ASISTENTES: En esta actividad participaron activamente un grupo de: 41 mujeres y 27 hombres **Adultas Mayores**

Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 816004711-7**	
FICHA TALLER		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 08-2024**



Dayana Lerma H.

Dayana Lerma Hinestroza
C.C # 1088251475
trabajo social