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: ESPACIOS PARA LA REALIZACIÓN

2.1. Fecha de Ejecución: 1 3 2026 al 17 3 2026

2.2. Nombre del encuentro: 1.Club de la alegría 2.Ocio creativo 3.Plasmando mis saberes 4.Derechos en accion 5. Juntos somos hogar 6.Mi historia mi derecho

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Vilma Rios Diaz - Gerontóloga

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL
Promover en las personas mayores la habituación a la comunidad de cuidado mediante actividades de ocio y proyecto de vida que promuevan el disfrute del tiempo libre, con un enfoque de derechos.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Actividad 1. Promover el disfrute del tiempo libre estimulando habilidades sociales en las personas mayores mediante actividades lúdicas y culturales.
Actividad 2. Promover la integración social y el disfrute del tiempo libre en las personas mayores mediante la realización de actividades recreativas y de ocio.
Actividad 3. Facilitar el proceso de adaptación y habituación de las personas mayores a la comunidad de cuidado, brindando un entorno acogedor y apoyando el desarrollo de sus proyectos de vida.
Actividad 4. Promover el conocimiento de los Derechos Humanos de las Personas Mayores contemplados en la Convención Interamericana, de una manera lúdica.
Actividad 5. Facilitar el proceso de adaptación y habituación de las personas mayores a la comunidad de cuidado, brindando un entorno acogedor y apoyando el desarrollo de sus proyectos de vida.
Actividad 6. promover el conocimiento de los Derechos Humanos de las Personas Mayores contemplados en la Convención Interamericana, de una manera lúdica.

3.3. METODOLOGÍA	
3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1. Para el desarrollo de la actividad "club de la alegría" el día 3 y 9 de marzo se realizó la actividad lúdica "Rellena la oveja" con el grup 1 y con el grupo 2 la actividad "lanza y ensarta", se inició invitando a las personas mayores a participar, promoviendo un ambiente de motivación, organizándolos en las mesas del comedor principal, se realizó un saludo respetuoso a todas las personas mayores participantes, y se dio una explicación del objetivo de la actividad e indicándoles los beneficios para su adecuado proceso de envejecimiento. Se preparo las hojas blancas con el dibujo de la oveja, papel seda, colores, pegante y el juego lanza y ensarta.
	Actividad 2 Para el desarrollo de la actividad "Ocio creativo" Se realizo el día 3 y 5 de marzo la actividad lúdica "sopa de letras" con el tema los días de la semana con letras grandes para facilitar la visión el ejercicio mental que conlleva para ellos. A la hora de buscar una letra específica, se tuvo en cuenta la orientación de la escritura, podía estar la palabra en forma horizontal o vertical para la mayor visualización de las palabras. El 3 de marzo se realizó la actividad "Olfativa". Se inició invitando y motivando a las personas mayores a participar, organizándolos en el patio principal en las mesas y en la sala sensorial, se realizó un saludo respetuoso a todas las personas mayores participantes, y se dio una explicación del objetivo de la actividad.
	Actividad 3. Para el desarrollo de la actividad "Plasmando mis saberes" se realizo en el espacio del patio principal el dia 17 de marzo, se reunió a las personas mayores para la actividad de arte, se llevó a cabo el alistamiento del material, que incluyó portaretratos, casitas para los huevos, pinturas acrilicas y pinceles. Se realizó el saludo inicial y se explicó el propósito del encuentro, el cual consistia en la pintada de los portaretratos, las casitas para los huevos en madera como una estrategia de integración que promovió la expresión a través del arte y el fortalecimiento de habilidades sociales.
	Actividad 4. Para el desarrollo de la actividad "Derechos en acción" el día 17 de marzo se realizó la dinámica "El Hilo de la Amistad" frente a la capilla, se invitó a las personas mayores a la actividad, se organizaron y se ubicaron en círculo grande. Se realizó un saludo cordial a todos los participantes, y se dio una explicación del objetivo de la dinámica e indicándoles la importancia del respeto y la tolerancia como beneficios para su adecuado proceso de envejecimiento.
	Actividad 5. Para el desarrollo de la actividad "Juntos somos hogar", el día 10 de marzo se realizo la actividad "Conociendonos" en el comedor principal, se invito y se motivo a las personas mayores a participar para dar la bienvenida a las personas que ingresaron en el mes de febrero a la Comunidad de cuidado, para que los identifiquen y crear un clima de grupo de participación y conocimiento de todos.
	Actividad 6.Para el desarrollo de la actividad "Mi historia mi derecho" La actividad se programó para ser realizada el día 11 de marzo, con el tema " "El tesoro del Roble Sabio" en el comedor principal, se motivo y se invito a las personas mayores a la actividad, una vez organizadas, se realizó un saludo respetuoso a todos los participantes, y se dio una explicación del objetivo de la actividad e indicándoles los beneficios para su adecuado proceso de envejecimiento.
	Actividad 1. Ubicadas las personas mayores en las mesas, se motivaron a estar atentos a las indicaciones para rellenar la oveja, se entregó a cada participante: hoja de papel con la silueta de la oveja dibujada, papel seda y pegante. Se explico que van hacerle su lana realizando bolitas con el papel seda, aplicar pegante sobre el dibujo y colocar la bolita, realizar igualmente para cada bolita hasta rellenar el cuerpo de la oveja, se podia decorar la cara, la cola y las patas según la creatividad o pintar con colores. Colaborándole a varios por sus limitaciones físicas propias de su proceso de envejecimiento.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 2. Se entregó a cada persona mayor un lápiz de mina negra o color y la hoja con la sopa de letras los días de la semana. Se explicó cómo se debe desarrollar la sopa de letras: del listado de palabras que tiene cada tema, se debe marcar la secuencia de letras que forman la palabra ya sea en forma horizontal o vertical, encerrándola y señalando la palabra con una rayita, para indicar que ya la busco, y sigue con la siguiente palabra.
	Actividad 3. Durante el desarrollo de la actividad, se le entrego a cada persona mayor un portaretratos o una casitas para los huevos eligiendo y aplicando el color de su gusto y preferencia, dejando secar para continuar aplicando los colores. Cada participante siguió las instrucciones y se brindó acompañamiento a quienes requerían apoyo en la manipulación de los pinceles y la distribución de la pintura, promoviendo la autonomía y el disfrute de la actividad. Durante el proceso, se fomentó la conversación y la interacción entre los participantes, permitiendo el intercambio de experiencias y fortaleciendo vínculos sociales a partir de los intereses comunes. Se proyecta continuar con la actividad durante el próximo mes.
	Actividad 4. Las personas mayores organizadas en círculo, se le dio el extremo de un ovillo de lana para que se quedara con la punta, el participante que sostiene el ovillo dice algo positivo, un cumplido o una cualidad de otro par del círculo. Tras decir el cumplido, lanza el ovillo a esa persona, manteniendo su parte del hilo en la mano. El par que recibe el ovillo repite el proceso: dice un cumplido a otro, mantiene el hilo y lanza el ovillo y así continúa hasta que todos en el círculo hayan recibido el ovillo y estén sosteniendo una parte del hilo, creando una red entrelazada entre todos.
	Actividad 5. Reunidos todos, se realizo un saludo de cordialidad y bienvenida, se hizo la presentación de las dos personas mayores que ingresaron recientemente a la Comunidad de cuidado, generando un ambiente calido de bienvenida; para la actividad cada participante tenia su nombre grande en una hoja pegado en el pecho. Se invito a cada participante a presentarse diciendo su nombre. Como es difícil grabarsen los nombres de todos, se paso por cada persona mayor y se le pregunto el nombre a las dos personas recien llegadas, ellos lo podian leer en la hoja y lo decian en voz alta y sus compañeros tambien podian leer el nombre de los recien llegados para aprenderlos mas facil. Favoreciendo un clima cohesivo y participativo entre los paticipantes. Contribuyendo a su adaptación más significativa a su nuevo entorno de cuidado.
	Actividad 6. Se narro un cuento donde doña Esperanza, una mujer que pensaba que sus días de aventura habían terminado. Un día, al pie del Gran Roble, encontró un mapa antiguo con cuatro paradas que prometían descubrir el "Tesoro de la Vida Digna". 1.El Jardín de la Participación (Derecho a participar). 2.La Fuente de la Salud (Derecho a la salud). 3.El Escudo de la Calma (Derecho a una vida sin violencia). 4.La Casa de la Autonomía (Derecho a la toma de decisiones). Doña Esperanza aprendió que tiene derecho a compartir su sabiduría, aprender cosas nuevas sin discriminación; derecho a recibir servicios de salud de calidad y cuidados médicos que se adapten a sus necesidades; no debe sufrir maltrato, miedo o trato cruel. Esperanza recordó que merecía ser tratada con respeto en su hogar y en la calle, y también comprendió que, a pesar de la edad, es dueña de su vida, sus bienes y sus decisiones.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1.Para finalizar, varios participantes solicitaron que querían terminar la actividad, extendiendo un poco más el tiempo para darles la oportunidad de terminarla, agradeciendo a las personas mayores por su participación, disposición y entusiasmo. Se destacó la importancia de realizar estas actividades como herramientas para la socialización, el esparcimiento y el fortalecimiento de la motricidad fina en ellos.
	Actividad 2. Para el cierre de la actividad las personas mayores manifestaron que les había gustado realizar las sopas de letras porque estaban en letra grande, ya que varios presentaban disminución de su agudeza visual. También se dieron cuenta que debían ejercitar más la memoria y la concentración y les proporciono una sensación de satisfacción y triunfo al completar todas las palabras.
	Actividad 3. En el momento final de la actividad, se resalto la dedicación y creatividad de las personas mayores y se agradeció su participación y socialiación a través del arte. Se recogió y se organizo el material utilizado. Finalmente, las personas mayores fueron trasladadas y acompañadas a sus respectivos sitios.
	Actividad 4. En el cierre de la actividad se realizó una reflexión grupal orientada a reconocer la importancia de promover los derechos humanos en la vida cotidiana y decirle algo positivo a su compañero nos puede ayudar a establecer relaciones más saludables con respeto y tolerancia.
	Actividad 5. Para finalizar, se realizó un cierre grupal en el que se agradeció la participación de todas las personas mayores. Se invitó a los participantes a seguir acompañando a quienes ingresaron recientemente, favoreciendo así su proceso de adaptación a la Comunidad de cuidado.
	Actividad 6. Con el nombre de cada una de las cuatro paradas del mapa, se motivó a las personas mayores a expresar sus ideas y experiencias personales a través del diálogo abierto, generando un ambiente de confianza que finalmente se permitió contextualizar cada valor desde las vivencias individuales y colectivas.

3.4.RECURSOS

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

Recursos Humanos	Recursos Materiales
Personas mayores	Sillas
Profesional Gerontología	Hojas blancas, papel seda, pegante
	Pinturas acrilicas
	Pinceles
	Colores, lapiz de mina negra, marcador
	Juego lanza y ensarta
	Ovillo de lana

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1. La actividad "club de la alegría" se desarrolló según lo planeado, fue muy favorable para las personas mayores, se observó el disfrute del tiempo libre, su participación activa, se estimuló su concentración, mejorando su coordinación y fortalecimiento de su motricidad fina para su adecuado proceso de envejecimiento. Participaron 20 personas mayores

Actividad 2. La actividad "ocio creativo" se desarrolló según lo planeado. Las personas mayores estuvieron muy motivas participando y se observo que a varios participantes se les facilito realizar las sopas de letras, como a otros se les presento dificultad porque no habían realizado este tipo de actividad, explicando personalizada mente hasta que la persona mayor lograra realizarla, logrando estimular la concentración y el procesamiento visual.
Participaron 20 personas mayores.

Actividad 3. La actividad "Plasmando mis saberes" se observo en las personas mayores el esfuerzo, compromiso, dedicación y disfrute centrado en la pintura de los objetos que le toco a cada persona mayor, dando cumplimiento al objetivo propuesto; brindando un entorno acogedor y apoyando el desarrollo de sus proyectos de vida. Participaron 4 personas mayores.

Actividad 4. la actividad "Derechos en acción" se ejecutó con la participación activa de las personas mayores, quienes a través de la dinámica se dieron cuenta que les resultaba difícil decirle algo positivo a su par, pero entendieron que estaban formando una red que simboliza la unión y el compañerismo fortaleciendo la convivencia, fomenta un entorno de respeto mutuo y ayuda solidaria, esencial para el bienestar, y la cohesión comunitaria.
Participaron 14 personas mayores.

Actividad 5. La actividad "Juntos somos hogar " se desarrollo de acuerdo al objetivo propuesto, fortalecer en las personas mayores los lazos afectivos mediante un espacio de bienvenida que promovió la integración, la socialización y la adaptación de quienes ingresaron recientemente a la comunidad de cuidado. Participaron 25 personas mayores.

Actividad 6. Actividad 6. La actividad "Mi historia mi derecho" se desarrollo de acuerdo al objetivo propuesto donde al final, Esperanza no encontró oro, sino el mapa de sus derechos, entendiendo que la "vejez" es tiempo para disfrutar, protegidos por la ley y valorados por la comunidad.
Participaron 22 personas mayores.

En constancia firman:

Nota aclaratoria: El registro fotográfico original reposa en el drive de la comunidad de cuidado.

Isolina Esparza
Persona mayor
CC41.758.922

Jose Gustavo Londoño
Persona mayor
CC10.245.036

Luz Gutiérrez
Persona mayor
CC39.555.397

Lucrecia Benavides
Persona mayor
CC28.029.399

Hna Anabelly Cadena Usama
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 17 de marzo de 2026

Nombre del profesional que evalúa: Vilma Rios Diaz - Gerontóloga

Registro fotográfico
del 1 al 17 de marzo de 2026

Área: Gerontología
Línea: Espacios para la realización

Actividad 1: Club de la alegría

Fecha: 03 y 09 de marzo de 2026





Actividad 2: Ocio creativo

Fecha: 03 y 05 de marzo de 2026





Actividad 3: Plasmando mis saberes

Fecha: 17 de marzo de 2026



Actividad 4: Derechos en acción

Fecha: 17 de marzo de 2026





Actividad 5: Juntos somos hogar

Fecha: 10 de marzo de 2026





Actividad 6: Mi historia mis derechos

Fecha: 11 de marzo de 2026



