1. Servicio Social/Modalidad/Estrat: Comunidad de Cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/ San Jose

1.2 Localidad:N/A

2. Línea: **Espiritualidad**

2.1. Fecha de Ejecución: 2 | 10 | 2024 al 16 | 10 | 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1.Cultivo de conexiones sociales, 2. Conectate con otros en Tu Camino 3.Paz Interior y Conexion Espiritual 44.Viaje Personal al Bienestar 5. Vivir con Proposito

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: **Pilar Prieto (Gerontologa)-**

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover la dimensión espiritual de las personas mayores, a través de actividades contemplativas y de reflexión personal y colectiva, con el fin de dar sentido y trascendencia a su experiencia de vida.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Actividad 1: Fortalecer el componente cognitivo en sus funciones mentales superiores e inferiores por medio de actividades de lector escritura, favoreciendo el buen uso del ocio y tiempo libre

Actividad 2: Fortalecer el componente cognitivo en sus funciones mentales superiores e inferiores por medio de actividades de lector escritura, favoreciendo el buen uso del ocio y tiempo libre

Actividad 3: Promover la vinculación de las personas mayores en actividades de ocio no tradicionales a través de estrategias de integración social y cultural.

Actividad 4: Mantener la capacidad física y habilidades motoras de las personas mayores, fortaleciendo el equilibrio, el balance y la coordinación.

Actividad 5: Mantener la capacidad física y habilidades motoras de las personas mayores, fortaleciendo el equilibrio, el balance y la coordinación.
a, como la meditación, la oración y rituales espirituales para la motivación y trascendencia de las personas mayores por medio de actividades de relajación, lectura de pasajes de fe y grupos de oración.

3.3. METODOLOGÍA

Con metodologia participativa dividiéndola en seis momentos así: Presentación de la actividad, Actividad lúdica, Desarrollo de la temática, Actividad Central, Actividad complementaria, Evaluación c

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1: Esta actividad denominada "Cultivo de Conexiones Sociales" se realizo el dia 10 de octubre 2024, en esta sesion se desplazo a las personas mayores al salon social ,luego se ubican en semicirculo y dando como inicio una oracion de agradecimiento por poder reuniirnos y compartir un rato de dialogo y esparcimiento, se da la explicacion de la dinamica que se va a utilizar. para la actividad.

Actividad 2: Esta actividad denominada "Conectate con otros en Tu camino " se realizo el dia 2 de octubre 2024, en esta sesion se desplazo a las personas mayores al salon social ,luego se ubican en semicirculo y dando como inicio una oracion de agradecimiento por poder reuniirnos y compartir un rato de dialogo y esparcimiento, se da la explicacion de la dinamica que se va a utilizar. para la actividad.

Actividad 3: Esta actividad denominada "Paz Interior y Conexion espiritual" " se realizo el dia 3 de octubre 2024,en esta sesion se desplazo a las personas mayores al salon social ,luego se ubican en semicirculo y dando como inicio una oracion de agradecimiento por poder reuniirnos y compartir un rato de dialogo y esparcimiento, se da la explicacion de la dinamica que se va a utilizar. para la actividad.

Actividad 4: Esta actividad denominada " Viaje personal al Bienestar " " se realizo el dia 8 de octubre 2024, en esta sesion se desplazo a las personas mayores al salon social ,luego se ubican en semicirculo y dando como inicio una oracion de agradecimiento por poder reuniirnos y compartir un rato de dialogo y esparcimiento, se da la explicacion de la dinamica que se va a utilizar. para la actividad.

Actividad 5: Esta actividad denominada " Vivir con Proposito se realizo el dia 16 de octubre 2024, ,en esta sesion se desplazo a las personas mayores al salon social ,luego se ubican en semicirculo y dando como inicio una oracion de agradecimiento por poder reuniirnos y compartir un rato de dialogo y esparcimiento, se da la explicacion de la dinamica que se va a utilizar. para la actividad.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Actividad 1: Esta actividad denominada "Cultivo de Conexiones Sociales" denominada **"La Frase Estrella"**se realiza invitación de manera espontánea algún para el voluntario que lo manifieste de al decir palabras semejantes a ,amistad,compañerismo fraternidad apego, convivialidad con estas palabras entre todo el grupo se forma "la frase estrella" socializarla a todo el grupo, se pide a los voluntarios, hacer un pararlelo entre la frase que se construyo en plenaria con las situaciones que se presentan en lo cotidiano en la comunidad de cuidado , dando paso a las expresiones , logrando ideas generales que la profesional plasma en el tablero, siendo algunas de ellas las siguientes: "La fraternidad significa vivir en paz juntos , ayudarse y tolerarce unos a otros". " tener sentido de hermandad en el grupo ", "relación cordial y justa que ayude a la sana convivencia". Seguido se expone el audio, en bafle personal, "Promoviendo el compañerismo", de la aplicacion Youtube, con el proposito de reforzar el tema manejado en la actividad.

Actividad 2: "Conectate con otros en Tu camino " Esta actividad se denomino **"Armemos Normas de convivencia"** Se da inicio a la actividad explicando la dinámica, los asistentes ,se da inico dividiendo a los asistentes en dos grupos ,cada grupo debe armar una reseta de tolerancia para crear nuetras normas de convivencia con la receta del dia, cada grupo guiado por la profesional verbalizo muchas ideas ,asi mismo situaciones graciosas ,que hicieron mas ameno el desarrollo de la actividad, , en el siguiente espacio se creo la receta cuyo producto final se sintetiso asi:
NORMAS DE CONVIVENCIA 1.Saluda al llegar con buenas palabras 2.Si necesito algo, pido el favor 3.Si te hacen un favor, agradécelo 4.Si no es tuyo, no lo cojas, respétalo 5. No utilices malas palabras con tus compañeros y cuidadores, en el espacio seguido se plantean lluvia de ideas con las cuales se contruye una idea general "Un ambiente armonico y positivo se crea con relaciones de convivencia pacífica y previene situaciones negativas dentro de la comunidad..Continuando se suguiere a los asistentes, repetir la cancion "Un millon de amigos " de Roberto Carlos, los que lo recordaron lo cantaron y poco a po o los que se acordaron y se unieron al canto.

Actividad 3: "Paz Interior y Conexión espiritual" " Denominada **"No Hables, percibe"** luego de la ubicación en el salón de tv se exhibe el video clip, "Cuencos Tibetanos", se inicia pidiendo momento de silencio y cerrando los ojos, solo escuchar y relajar el cuerpo según sus capacidades, apreciando gestos y movimientos, ritmo de respiración, entre otros, la profesional terminado el espacio continua realizando unos comentarios entorno a la paz que solo la encontramos en nosotros mismos ya que muchas veces nos perdemos en nuestras opiniones y verdades, no tomando atención de los demás. Es importante que hagas un ejercicio, entonces, cada vez que alguien esté contándote algo: no hables; observa, analiza, aprecia gestos y movimientos, ritmo de respiración, entre otros. Todo tiene un significado y con práctica puedes comenzar a percibirlos y no tomarlo de manera personal y que afecte su estado de ánimo.Continuando se expone la cancion de Carla Morrison - "Encontrarme" al finalizar la cancion se reciben lluvia de ideas del mensaje que les deja escucharla y la relacion que tiene con el tema "No hables percibe", buscando bienestar subjetivo en los momentos complejos dentro de lo cotidiano de la vida institucional de las personas mayores.

"Actividad 4: "" Viaje personal al Bienestar " Esta actividad denominada **"Pregunta con Interés"**seda inicio realizando la lectura de un cuento corto "Me encantan Tus Orejas " con relato sencillo sobre una oveja, Lucas y sus viscisitudes encuanto a sus orejas grandes, continuando serie de preguntas por parte de la profesional a alguno de los asistente, termina y pide a un voluntario realizar las mismas u otras preguntas a alguien de sus compañeros, ,sugiriendo haz preguntas y muestra genuino interés, además trata de escuchar bien lo que la persona mayor (par) dice y, expresa, que le gustaria dejar de lado y muestra, entonces, una respuesta acorde a esto ,trtar de no cambiar de tema, solo prestar atención y comienza a imaginarte en la situación de la otra persona, en eso que debo tratar de mejorar para aumentar mi bienestar como persona mayor institucionalizada. luego de que varias parejas realizan el mismo ejercicio, se socializan entre todos en el grupo y como modulador la profesional aportes positivos que nos deja el ejercicio de escuchar y ser escuchado , en el camino de buscar un bienestar personal en la etapa de vejez y en especial su condicion actual de institucionalizados, ya que el diq a dia es lo que contamos y la idea es vivirlo con tranquilidad.,En el momento siguiente, se proyecta el video clip de la aplicacion youtube "Bienestar emocional y mente en forma en las personas mayores" , como refuerzo a la actividad realizada.

	"Actividad 5: " Vivir con Proposito " Denominada **"La Pasividad"** Se da inicio a la actividad con la escucha de la fábula "El León Tolerante" en el bafle personal, el cual despliega el ejemplo entre la cotidianidad en la selva de un León y un pequeño ratón, como el león siendo el rey, despreciaba y amargaba al ratón, en cierta situación el león quedo atrapado en una red de cazadores y fue el ratón quien, mordiendo, un pedazo de la red logra salvarlo, luego de esta situación el león estaba tan agradecido y terminaron por ser mejores amigos. La tolerancia no porque siempre nos apetezca, sino porque nos proponemos manejarla con nuestros compañeros. Lo mismo ocurre cuando damos, mostramos compañerismo, amabilidad, perdonamos y tantas otras cosas, el gozo, la paz, la paciencia, la amabilidad, la bondad y todos los demás frutos de tener como propósito de vida ser tolerantes, Hacemos estas cosas, no porque siempre tengamos necesariamente ganas, sino porque es lo que estamos llamados a hacer. La tranquilidad y la paz no suceden por accidente; vienen cuando eliges vivir tu vida con propósito. seguido de la plenaria que en esta ocacion a cargo de la profesional. Dando preambulo al cierre se expone la cancion "Al Final" de Juana como refuerzo a la exposicion del tema manejado.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1: En la actividad y su parte final se realizan los agradecimientos a los mayores por su participacion y asi mismo la invitación a la próxima actividad.en esta ocacion se conto con la asistencia de 10 personas mayores y 4 como e3spectadores pasivos.
	Actividad 2: Como ultimo espacio y conclusion de la actividad, dando las gracias por participación y entusiasmo de los asientes , se pide un fuerte aplauso que se escuche alto dando por finalizada la actividad.
	Actividad 3: Al termino de la actividad, dando las gracias por participación y entusiasmo de los asientes , se realiza pequeña oracion de agradecimiento por parte de la persona mayor Marleny Rodriguez,se pide un fuerte aplauso que se escuche alto dando por finalizada la actividad.
	Actividad 4: Finaliza la actividad, dando las gracias por participación y entusiasmo de los asientes , se pide un fuerte aplauso que se escuche alto dando por finalizada la actividad, como aporte a la actividad la señora maria jesus c interpreta coplas alusivas a los amogos de forma gocoza que alegra y hace reirl a los asistentes.
	Actividad 5: Al termino de la actividad, dando las gracias por participación y entusiasmo de los asientes , se realiza pequeña oracion de agradecimiento por parte de la persona mayor Miguel sanchez,se pide un fuerte aplauso que se escuche alto dando por finalizada la actividad.

3.4.RECURSOS

Televisor	Gerontologa
Computador	Aplicacion de Youtube
Regaderas	
Rastrillo	
Papel de colores	
Tijeras	
Sillas	
Fichas	
Cinta	
Pantalla	
Microfono	

4. EVALUACION DEL ENCUENTRO

Actividad 1: El desarrollo de la actividad, dio herramientas para que las personas mayores,, evaluaran siendo conscientes de nuestros errores y aciertos en el tratoc con sus pares y cuidadores en la comunidad de cuidado, asistentes activos en la actividad 13 personas mayores. y como espectadores pasivos 4 .

Actividad 2: Seda por terminada la actividad, dando las gracias por participación y entusiasmo de los asientes , se pide un fuerte aplauso que se escuche alto dando por finalizada la actividad en esta ocacion se conto con la participacion de 10 personas mayores, 5 como espectadores activos.

Actividad 3: Esta l actividad ,permite reconocer aquellos aspectos en los que es necesario trabajar para mejorar (las debilidades); como logro especial la asistencia de 10 personas mayores y 5 asistentes espectadores, generando interes en otras de las personas mayores que se encontraban cerca al salon social..

Actividad 4: Esta l actividad ,permite reconocer aquellos aspectos en los que es necesario trabajar para mejorar (las debilidades); como logro especial la asistencia de 10 personas mayores y 5 asistentes espectadores, generando interes en otras de las personas mayores que se encontraban cerca al salon social..

Actividad 5: El desarrollo de la actividad, dio herramientas para que las personas mayores,, evaluaran siendo conscientes de nuestros errores y aciertos en el tratoc con sus pares y cuidadores en la comunidad de cuidado, asistentes activos en la actividad 13 personas mayores. y como espectadores pasivos 3 .

* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

NOMBRE: BETTY CORREA CC: 41629662 PERSONA MAYOR ACTIVIDAD 1	NOMBRE: MIGUEL FLOREZ CC: 7500613 PERSONA MAYOR ACTIVIDAD 2	NOMBRE: MARIA JESUS PANQUEVA CC: 41576890 PERSONA MAYOR ACTIVIDAD 3	NOMBRE:CARMEN CALDERON CC: 41531154 PERSONA MAYOR ACTIVIDAD 4	NOMBRE: ALICIA BARRETO CC: 41414495 PERSONA MAYOR ACTIVIDAD 5

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:

Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 16 de octubre de 2024

Nombre del profesional que evalúa: PILAR PRIETO BERMUDEZ (Gerontologa)

COMUNIDAD DE CUIDADO SAN JOSÉ
CONVENIO 8136-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA ESPIRITUALIDAD

1. Conéctate con otros en tu camino: 2/10/2024





2 Un Viaje personal hacia el bienestar : 8/10/2024



3.Cultivo de conexiones sociales : 10/1072024





4. Paz Interior y Conexión Espiritual : 3/10/2024





5. Vivir con Propósito: 16/10/2024

