1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: comunidad de cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: San José

1.2 Localidad/A

2. Línea: Participación 2.1. Fecha de Ejecución: 8 10 2024 al 28 10 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Sembrando con amor, 2. Mi vida, Mis derechos 3. Café y conversación, 4. Club de la sabiduría 5.Participo y me cuido.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Johanna Mesa Camelo (Psicóloga)-Zulay Rojas (Trabajadora Social)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover la participación de las personas mayores en espacios de socialización y organización en garantía de los derechos y deberes dentro del entorno institucional.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Fomentar la creación y participación activa de las personas mayores en grupos de interés dentro del entorno institucional, con el fin de garantizar la promoción y defensa de sus derechos y la importancia de reconocer sus valores.

Actividad 2: Fomentar la creación y participación activa de las personas mayores en grupos de interés dentro del entorno institucional, con el fin de garantizar la promoción y defensa de sus derechos y la importancia de reconocer sus valores.

Actividad 3: Generar espacios en los que se realicen encuentros grupales para el desarrollo de actividades de interés de las personas mayores teniendo en cuenta el enfoque diferencial.

Actividad 4: Generar espacios en los que se realicen encuentros grupales para el desarrollo de actividades de interés de las personas mayores teniendo en cuenta el enfoque diferencial.

Actividad 5: Promover la participación de las personas mayores en actividades de integración e interacción enfocadas hacia las celebración y conmemoración de fechas especiales, a través de un enfoque diferencial y de inclusión.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1: La actividad "El valor de la vida" se llevara acabo el 08 de octubre del 2024, en donde se invitara a las personas mayores a participar de un espacio de introspección frente a temas de sensibilización, socializándoles que dentro de los valores humanos, se conoce a la Vida como el principal valor del ser humano, siendo entendido también como la capacidad que tiene la persona de nutrir y velar por cada uno de los aspectos de su vida, así como el respeto que tiene por la conservación de su vida y la de los demás.

Actividad 2:La actividad "Identifica tus derechos" se proyecta para el 25 de octubre del 2024, en donde se convocara a las personas mayores a participar de un espacio de sensibilización frente a la importancia e identificar los derechos ya que es fundamental conocer nuestros derechos porque nos permite tener pleno conocimiento de nuestras garantías y libertades como ciudadanos. Conocer nuestros derechos nos empodera, ya que nos brinda las herramientas necesarias para hacer valer nuestra dignidad y defender nuestras necesidades e intereses.

Actividad 3:Se convocó a las personas mayores a participar en actividad grupal el día 08 de octubre 2024, con el fin de generar un espacio de discusión a través herramienta de lectura de un aparte del libro la culpa es de la vaca "fortunas del campo" con el fin de que las personas mayores activen diferentes procesos cognitivos; escuchando, analizando e interactuando entre pares y compartiendo su punto de vista.

Actividad 4: Se invitó a las personas mayores participar en actividad denominada "Solo con el tiempo" el día 17 de octubre del 2024, de manera grupal y por medio de herramienta pedagógica de lectura de poema denominado "Solo con el tiempo". Se buscó generar un proceso reflexivo personal sobre qué hacer con el tiempo que se tiene, proceso que permite identificar gustos e intereses de la persona mayores y fortalecer proceso de interacción con pares.

Actividad 5: La presente actividad se proyecta realizar el 28 de octubre del 2024 en donde se convocara a las personas mayores a participar de la actividad "Dedicándome tiempo de calidad", en donde a través de una charla de sensibilización se les explicara que el tiempo de calidad es un acto de amor propio que fortalece tu autoestima, mejora tu salud emocional, y te prepara mejor para enfrentar la vida cotidiana.

Actividad 1: La presente actividad se llevo acabo el 08 de octubre del 2024, en donde se convoco a las personas mayores a participar de la actividad denominada "El valor de la vida" allí se dio inicio primeramente con el saludo, luego de socializo el objetivo de la actividad, preguntándoles que para ellos cual es el valor de la vida, allí manifestaron que la vida es una sola, y que hay que saberla vivir, expresaron que es un regalo divino del cual muchas veces no se aprovecha como debe ser, mencionaron que la vida solo la da Dios, y que todo es posible siempre y cuando tengamos vida. Por otra parte, se les explico que la vida entendido en la sociedad además de como un valor, es el principal Derecho Humano, la Vida es el aspecto de más relevancia. Sin embargo, disciplinas como la Psicología apuntan que un ser humano que tienda al éxito no se conformará sólo con el hecho orgánico de estar vivo, sino que tratará de sacar el mejor provecho de cada uno de sus aspectos, desde el punto de vista físico, psíquico, emotivo y social. La vida humana ha de ser tenida como sagrada, porque desde su inicio es fruto de la acción creadora de Dios y permanece siempre en una especial relación con el Creador, su único fin. Sólo Dios es Señor de la vida desde su comienzo hasta su término; nadie, en ninguna circunstancia, puede atribuirse el derecho de matar de modo directo a un ser humano inocente, aunque esto es tema un poco

Escaneado con CamScanner

	complejo, pues hablamos de que la vida es sagrada, pero existe el aborto.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 2: La actividad se desarrollo el 25 de octubre del 2024, en donde se convoco a las personas mayores, quienes participaron en la sensibilización realizada frente al reconocimiento e identificación de derechos, explicándoles diferentes beneficios que tenemos al conocerlos, como; conocer nuestros derechos nos permite participar de forma activa en la sociedad. Cuando sabemos cuáles son nuestros derechos políticos y civiles, podemos ejercer nuestro derecho al voto y contribuir al proceso democrático. También podemos involucramos en organizaciones sociales y defender causas que consideremos justas. conocer nuestros derechos nos ayuda a resolver conflictos de forma pacífica. Si estamos al tanto de nuestros derechos civiles, sabremos cómo actuar en situaciones desfavorables o de injusticia, evitando caer en acciones que puedan ser perjudiciales o ilegales. conocer nuestros derechos porque nos permite tener pleno conocimiento de nuestras garantías y libertades como ciudadanos. Conocer nuestros derechos nos empodera, ya que nos brinda las herramientas necesarias para hacer valer nuestra dignidad y defender nuestras necesidades e intereses.
	Actividad 3:Se realizó actividad grupal en un espacio abierto de la comunidad de cuidado, iniciando con un ejercicio temporo espacial a fin de obtener mayor concentración por parte de los participantes, posteriormente se realizó lectura "fortunas del campo" la cual como tema principal compara las riquezas de una familia que no son materiales y que resultan más significativas que otra familia con riquezas materiales, valores que las personas mayores lograron identificar dentro de la historia, lo que permitió generar procesos de reminiscencias de su infancia en donde algunos indicaron crecer en diferentes territorios del campo Colombiano los cuales describieron, generando discusión grupal logrando interactuar y respetar diferentes opiniones y culturas.
	Actividad 4:Se inició actividad denominada "Solo con el tiempo" el día 17 de octubre del 2024, y de manera grupal se realizó ejercicio de movilidad articular y respiración profunda con el objetivo de generar mayor atención, posteriormente y por medio de herramienta pedagógica lectura de un poema, motivo a reflexionar sobre la importación de vivir el tiempo presente, invitándolos a hacerlo de manera activa aprovechando las actividades impartidas dentro de la comunidad de cuidado dirigidas contribuir a un envejecimiento activo a las personas mayores.
	Actividad 5: La presente actividad se desarrollo el 28 de octubre del 2024, con las personas mayores que fueron convocadas al área social, allí se da inicio con el saludo y bienvenida, así mismo se da inicio con la bienvenida y socialización del objetivo, sensibilizándolos frente al tema de la importancia d dedicarnos tiempo de calidad, es fundamental porque contribuye a tu bienestar emocional, mental y físico. Este tiempo personal te ayuda a desconectar de las presiones externas y a reconectar contigo mismo, lo que puede tener un impacto positivo en muchas áreas de tu vida. una de las razones importantes es que ayuda a mejorar nuestra salud mental, permite el crecimiento personal, fortalece el autoestima, reduce el agotamiento, entre otros.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1: Dando continuidad al tema, se les menciono que el verdadero sentido de la vida está en apreciar y valorar lo que hemos recibido de Dios: la capacidad de amar a Dios y a los demás, la familia, los buenos amigos, la naturaleza, los animales y nosotros mismos. Debemos reconocer, agradecer y aprovechar tantos dones que Dios nos da cada día, pues nos acercan a Él, que es amor. La verdadera vida es vivir en el amor. En este sentido, vivir es apreciar las ventajas de la vida: poder sonreír, tener una vida virtuosa y divertida, un ambiente sano de amigos, tener muchas ganas de vivir, de hacer cosas por los demás, siguiendo uno de los consejos de Madre Teresa de Calcuta: "el que no vive para servir no sirve para vivir".
	Actividad 2: Finalmente, se les explico el conocimiento de nuestros derechos nos permite acceder a servicios y recursos necesarios para mejorar nuestra calidad de vida. Si conocemos nuestros derechos en materia de educación, salud, vivienda, entre otros, podremos exigir que se nos brinden las oportunidades y servicios que merecemos como ciudadanos. Por último, se les explico que conocer nuestros derechos nos ayuda a promover cambios positivos en la sociedad. Al ser conscientes de nuestras garantías, podemos luchar por la igualdad, la justicia y el respeto a los derechos humanos. Podemos alzar nuestra voz y ayudar a construir una sociedad más justa y equitativa. En conclusión, es fundamental conocer nuestros derechos para protegernos, participar activamente, resolver conflictos de forma pacífica, acceder a servicios y recursos, y promover cambios positivos en la sociedad. El conocimiento de nuestros derechos nos empodera y nos brinda las herramientas necesarias para vivir de manera digna y en plenitud.
	Actividad 3: Se finalizó actividad con reflexión grupal en donde las personas mayores realizaron un análisis de la lectura "fortunas del campo" y durante ese análisis se generaron procesos de reminiscencia en donde algunos participantes evocaron lugares y situaciones de su infancia y dinámicas familiares que involucraron diferencias costumbres culturales y religiosas, con ello se resaltó la importancia de reconocer y respetar las diferencias culturales.
	Actividad 4:Para concluir la actividad se observa que las personas mayores identificaron que tipos actividades se imparten dentro de la comunidad y los nombres de los cuidadores que las realizan, adicionalmente logran proceso reflexivo la importancia de aprovechar el tiempo libre, fortaleciendo su proceso de participación como sujetos activos en la sociedad.
	Actividad 5: Por otra parte, se les explico que el tiempo de calidad es un tiempo personal te permite recargar y volver con más claridad,

Escaneado con CamScanner

energía y enfoque, lo que se traduce en una mayor capacidad para enfrentar desafíos, tomar decisiones y disfrutar de las cosas que realmente importan. Además, cada minuto que inviertes en ti mismo va sumando a tu resiliencia, permitiéndote afrontar los altibajos de la vida con más confianza y menos desgaste emocional. reduce el estrés y la ansiedad, ya que permite que lamente descanse y recargar energía. Esto ayuda a mantener una perspectiva positiva y mejorar tu estado de ánimo.

3.4.RECURSOS

Televisor	
Computador	
Regaderas	
Rastrillo	
Papel de colores	
Tijeras	
Sillas	
Fichas	
Cinta	
Parlante	
Micrófono	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: A través de esta actividad se logro transmitir la información que se buscaba frente al valor de la vida, permitiendo que cada uno de ellos logren reconocer la importancia de vivir una vida con propósito.

Actividad 2:Por medio de esta actividad se logro obtener el interés de las personas mayores, quienes atreves de espacios de introspección lograron intercambiar diferentes opiniones frente al tema socializado, explicándoles que conocer nuestros derechos nos permite garantizar la igualdad y la justicia en nuestra sociedad. Cuando estamos informados sobre nuestros derechos, podemos exigir que se respeten y protejan, lo que promueve una sociedad más justa para todos.

Actividad 3:Se realizaron preguntas de satisfacción sobre el encuentro a las persona mayores participantes, las cuales mostraron agrado por la actividad evidenciando que se logro fortalecer no solo procesos cognitivos sino que también se fortaleció la participación y el respeto por el otro.

Actividad 4:Se cerró actividad agradeciendo a las personas mayores por su participación, concluyendo que es importante incentivar aún más a la participación en las diferentes actividades que se imparten dentro de la comunidad. Ya que por su deterioro cognitivo los procesos de memoria cambian y muchas personas mayores ya no retiene información a largo plazo.

Actividad 5: La actividad, permitió generar un espacio de introspección a través del tema en mención, el cual desparto interés frente a los beneficios que trae el poder dedicarnos tiempo de calidad, invitándolos y motivándolos practicarla ya que regula y fortalece tu satisfacción y resiliencia, ayudándote a enfrentar los retos con una mente más clara y un corazón más ligero.

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



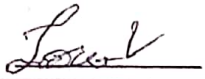
NOMBRE:GLORIA BETTY CORREA
CC:41629662
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1



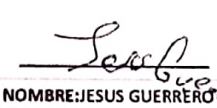
NOMBRE:MARIA DE JESUS PANQUEBA BARRERA
CC: 41576830
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

NO firma

NOMBRE:MARIA LOLA ADARME
CC:63365177
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3



NOMBRE:JOSELIN VELASQUEZ ALMECIGA
CC:294324
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4



NOMBRE:JESUS GUERRERO
CC:79140853
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 28/10/2024

Nombre del profesional que evalúa: Johanna Mesa Camelo (Psicóloga)-Zulay Rojas (Trabajadora Social)

Escaneado con CamScanner

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

1. Sembrando con amor
08/10/2024 “El valor de la vida”





2. Mi vida, Mis derechos





3. Café y conversación 08/10/2024 “fortunas del campo”



4. Club de la sabiduría 17/10/2024 “solo con el tiempo”



5. Participo y me cuido: Dedicándome tiempo de calidad 28/10/2024



