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/Estra comunidad de cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote San Jose

1.2 Localidad:N/A

2. Línea: Convivencia 2.1. Fecha de Ejecución: 22 | 10 | 2024 al 29 | 10 | 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1.Tertulias, 2. Mutuo Acuerdo, 3.Sin limites, 4.Envejecer juntos y juntas

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

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover en las personas mayores el buen trato, la prevención de violencia sexual y mecanismos de resolución de conflictos desde un enfoque de derechos y deberes a través de actividades que permitan una sana convivencia en la comunidad de cuidado.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Generar Espacios De Charlas Y Conversatorios Para El Fortalecimiento De Los Derechos Y Deberes De Las Personas Mayores

Actividad 2: Brindar herramientas a las personas mayores para el manejo del conflicto y la promoción de una sana convivencia a través de actividades como cine foros, charlas y mesas de dialogo

Actividad 3: Realizar actividades grupales en las que participen las personas mayores a fin de fortalecer el valor del respeto, la solidaridad y la empatía en las personas mayores.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1:Tertulia, Se convocó a las personas mayores a participar en actividad grupal denominada "El tingo de los derechos" el día 29 de octubre del 2024, y empleando herramienta auditiva de audio cuento "una golondrina llamada la libertad" se buscó sensibilizar a los participantes a escuchar y analizar la historia a fin de abrir conversación sobre el concepto de libertad y derechos que tiene cada uno.
	Actividad 2: Mutuo Acuerdo, el día 22 de octubre del 2024, se convocó a las personas mayores a participar en actividad denominada "Lo que me gusta", la cual busca fortalecer la comunicación asertiva entre las personas mayores a través de un espacio de opinión.
	Actividad 3:Sin límites, se invitó a las personas mayores a participar en actividad grupal denominada "La empatía" el día 28 de octubre del 2024, en un área común de la comunidad de cuidado, y mediante herramienta lúdica de adivinanzas, y que durante el desarrollo de la actividad se genere interacción entre los participantes para fortalecer el buen trato entre pares mejorando la convivencia.
	Actividad 4: La actividad "Reconozco, acepto y me adapto" se desarrollara el 28 de octubre del 2024 con las personas mayores quienes seran convocadas a participar de espacios de introspeccion frente a temas relacionados con el perdon, en donde a traves de una charla de sensibilzacion se les preguntara que entienden por el perdon, caracteristicas de una persona que no ha perdonado, a quien se debe perdonar, entre otros. esto con el fin de sensibilizarlos que es un proceso emocional y mental mediante el cual una persona decide liberarse de sentimientos negativos, como el resentimiento, la ira o el dolor, que pueden surgir a raíz de una ofensa, daño o traición. No se trata de justificar o ignorar lo que sucedió, sino de reconocerlo y, a pesar de ello, elegir no aferrarse a emociones que pueden ser perjudiciales a largo plazo.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 1:La actividad grupal "El tingo de los derechos" que se desarrolló el día 29 de octubre del 2024, en un área social de la comunidad de cuidado, se inició con saludo y ejercicio de ubicación temporo espacial, logrando una para mayor atención en la actividad, posteriormente se invita a escuchar audio cuento "una golondrina llamada la libertad" al finalizar la historia con una pelota se juega tinto tango y el quede debe contestar una preguntas relacionadas con la historia y lo que para él o la participante es libertad, adicionalmente se enfoca la conversación frente a que la libertad como una facultad que cada uno tiene, pero siempre respetando la ley y el derecho de los demás.
	Actividad 2: Se realizó actividad El día 22 de octubre del 2024con ejercicio de movilidad articular y respiración profunda a fin de adquirir una atención plena, posteriormente se apertura con una charla grupal con la pregunta, Que es lo que más le gusta de esta comunidad, ejercicio que permito interacción entre las personas mayores las cuales por su deterioro cognitivo ya no logran establecen charlas largas con pares, y por medio de este ejercicio se generó el espacio de opinión que permitió contar experiencias reír y contar anécdotas.
	Actividad 3:La actividad grupal del día 28 de octubre del 2024denominada "La empatía" se inició con saludo y agradecimiento por participar en el espacio, y posteriormente se invitó a que de manera colaborativa van a jugar a las adivinanzas es decir se debe hacer con ayuda de un compañero, en este ejercicio se observa que logran activar el pensamiento crítico, ya que aumentan la capacidad para pensar, y se obligan a analizar la información, pensando de manera lógica y finalmente encontrando soluciones.
	Actividad 4:La actividad "Reconozco, acepto y me adapto" se llevo acabo el 28 de octubre del 2024 con las personas mayores, dando inicio primeramente con el saludo, agradeciendoles por la participacion e interes en el tema ha desarrollar, alli se da inicio con el tema el perdon, en donde se les preguntan que entienden por el perdon, manifestando algunas de las personas mayores que se trata de perdonar a las personas que nos han ofendido, aquellas que nos han lastimado, tambien manifestaron que las caracteristicas de una persona que no ha perdonado es cuando recuerda las cosas con odio, resentimiento, desagrado y tristeza, se les pregunto frente a que opinaban con la frase, yo perdono pero no olvido, en donde refirieron que es verdad, uno perdona pero no olvida, a lo cual se le confirmo que efectivamente es asi, ya que para olvidar tendriamos que morir, pues nadie en la capacidad de perdonar olvida, mas sin ambargo cuando decidimos perdonar, es aceptar que cuando recordemos lo sucedido no haya dolor, resentimiento, furia, tristeza o decepcion, es saber que podemos contar la historia sin dolor. Frente a la pregunta a quien se deb perdonar?, mencionaron que se perdona a aquella persona que nos ofendio o lastimo, pero no solamente se puede tratar de otra persona sino tambien se puede tratar de nosotros mismos, ya que sin querer por mucho tiempo de nuestras vidas o aun en este proceso de envejecimiento nos latigamos por aquellas cosas que pudimos hacer y no hicimos, se les sensibilizo frente a la importancia de soltar, de perdonarnos para poder tener una paz mental y asi poder tener una mejor convivencia con otros.

Powered by CamScanner

3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1:Para finalizar actividad grupal "El tingo de los derechos" se logró el objetivo de contextualizar a las personas mayores sobre el concepto de libertad como una facultad que cada ser tiene, sin embargo se hace necesario siempre respetar la ley y el derecho de los demás.
	Actividad 2: Para finalizar el espacio de opinión las personas mayores participantes manifestaron sentirse a gusto especialmente con los espacios de la comunidad y con el servicio de alimentación indicando que es totalmente de su agrado. De igual forma se reiteró la importancia de generar una comunicación asertiva con pares y cuidadores a fin de contribuir a una sana convivencia.
	Actividad 3:Para finalizar actividad se concluye que durante el ejercicio no solo se fortalecen procesos de memoria si no que también se fortalecen los procesos sociales de interacción entre pares, los cuales van disminuyendo por el deterioro cognitivo propio del último ciclo vital en el que se encuentran.
	Actividad 4:Finalmente, se les exlplico que el perdón es una decisión consciente y un acto de fortaleza. Al perdonar, no sólo liberamos a la otra persona de la culpa o responsabilidad, sino que nos damos la libertad de sanar y avanzar sin la carga de resentimientos. El perdonar mejora significativamente nuestra convivencia porque facilita relaciones más saludables y armoniosas, tanto en lo personal como en lo social. Cuando elegimos perdonar, creamos un ambiente de respeto y comprensión, reduciendo tensiones y promoviendo interacciones más positivas.

3.4.RECURSOS	
Televisor	Trabajadora Social
Computador	Psicologa
Papel de colores	
Tijeras	
Sillas	
Fichas	
Cinta	
Parlante	
Microfono	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Se finalizó con una participación activa de las personas mayores, los cuales ejercitaron varios procesos cognitivos de percepción, atención, pensamiento, memoria, y lenguaje. Ya que conversan y opinan sobre la libertad y derechos que tiene cada uno.

Actividad 2: Se realizan preguntas de satisfacción sobre el encuentro, a lo que refieren la actividad fue de su agrado y se concluye que implementar actividades de movilidad articular, permite enfocar su atención durante la actividad.

Actividad 3:Se realizan preguntas de satisfacción sobre el encuentro, a lo que las personas mayores indican que fue una actividad de su agrado y se concluye que las actividades colaborativas fortalecen la convivencia entre las personas mayores.

Actividad 4:A traves de esta actividad se logro transmitir la informacion frente al tema del perdonar el cual disminuye las probabilidades de que se generen conflictos o se intensifiquen los problemas, fomentando una comunicación más pacífica y abierta.

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

NO FIRMA

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

NOMBRE:JOSELIN VELASQUEZ ALMECIGA
CC:294324
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

NOMBRE:ELVIA ROJAS MACHADO
CC:28812657
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

NOMBRE: CLIMERCINDO TRASLAVIÑA BLANCO
CC:17013597
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 29 octubrte del 2024

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

Powered by CamScanner

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

1.Tertulia “El tingo de los derechos” 29/10/2024

2.Mutuo Acuerdo “Lo que me gusta” 22/10/2024

3.Sin límites 28/10/2024 “La empatía”

4. Envejecer juntos y juntas; “Reconozco, acepto y me adapto” 29/10/2024