ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Colorear		
ACTIVIDAD	Coloreando la navidad		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
02/12/2025	10:00 a.m.	10:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fomentar la estimulación cognitiva, la motricidad fina y la expresión emocional en los adultos mayores, mediante una actividad lúdico–artística alusiva a la época navideña, promoviendo el bienestar emocional y la socialización.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada “Coloreando en navidad”.

La jornada inicio con una breve charla introductoria sobre la importancia de colorear figuras, la cual favorece la relajación, mejora la coordinación mano-ojo y fortalece la memoria visual. Además, contribuye a disminuir el estrés, aumentar la autoestima y fortalecer los lazos sociales entre los adultos mayores. Estas actividades son fundamentales para mantener la mente activa y brindar espacios de esparcimiento y bienestar emocional, mejorando la calidad de vida en esta etapa.

Se entregaron diferentes figuras para colorear (árboles navideños, estrellas, campanas, pesebre, papa Noel, entre otras), Cada participante escogió la figura de su preferencia y utilizó diversos materiales como lápices de colores, marcadores y crayones para desarrollar su creatividad. El objetivo central fue promover espacios de esparcimiento y fortalecimiento de habilidades cognitivas y motrices, contribuyendo al bienestar físico, mental y emocional de los adultos mayores. Asimismo, la intervención navideña contribuyó a disminuir sentimientos de tristeza, soledad y aislamiento, promoviendo estados emocionales positivos y reforzando valores como la solidaridad, el respeto y la convivencia.

Durante la actividad se fomentó la libre expresión, el intercambio de ideas y la interacción social entre los participantes, generando un ambiente de armonía, calma y disfrute colectivo. Se observó entusiasmo, concentración y una actitud positiva por parte de los adultos mayores al realizar la actividad.

Se brindo acompañamiento en el proceso, brindando apoyo y motivando a los participantes a disfrutar del momento sin presiones, resaltando que lo importante era expresar sentimientos y estimular la mente a través del arte. Al finalizar, se realizó una pequeña exposición con los trabajos terminados, donde cada adulto mayor compartió su experiencia y expresó sentimientos de satisfacción y orgullo por su creación. Siendo las 10:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad fue desarrollada exitosamente, con gran participación y motivación por parte de los adultos mayores. Se evidenció un ambiente de calma, creatividad y alegría.
- Este tipo de actividades contribuye de manera directa al mantenimiento de las funciones mentales superiores, favorece la autoexpresión y la creatividad, y promueve el bienestar integral de los participantes.
- Se recomienda seguir promoviendo este tipo de actividades artísticas, ya que aportan significativamente al equilibrio emocional, la relajación y la salud mental de los adultos mayores.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Santo Rosario		
ACTIVIDAD	Un paso hacia la fe		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
3/12/2025	9:00 a.m.	09:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fomentar la espiritualidad, el fortalecimiento de la fe y el bienestar emocional de los adultos mayores mediante la realización del Santo Rosario, generando un espacio de reflexión, oración y unión comunitaria.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada “un paso hacia la fe”, dirigida a los adultos internos del centro; la jornada dio inicio con una breve bienvenida a los adultos mayores, resaltando la importancia de mantener viva la fe y la devoción. Posteriormente, se inició el rezo del Santo Rosario, guiado por Carmelita Galindo perteneciente al grupo de oración “La legión de María” de la iglesia Santa Ana del municipio de Yaguará.

Durante la oración, se realizó la lectura de los Misterios Gloriosos donde se relatan la Resurrección y los episodios posteriores que celebran la victoria sobre el pecado y la muerte, así como la exaltación de Jesús y de María; acompañados de cantos religiosos y momentos de silencio para la meditación personal. Los adultos mayores demostraron gran compromiso y recogimiento espiritual, compartiendo intenciones personales por la salud, la familia y la comunidad. Rezar el rosario en la edad adulta puede tener varios objetivos y beneficios espirituales. Algunas razones comunes incluyen:

- Oración y reflexión: El rosario es una forma de oración meditativa que permite a los adultos reflexionar sobre la vida de Jesucristo y la Virgen María, cada misterio proporciona un tema para la meditación y contemplación.
- Fortalecimiento de la fe: La repetición de las oraciones del rosario y la contemplación de los misterios pueden ayudar a fortalecer la fe de los adultos, proporcionando un tiempo dedicado a la conexión espiritual.

- Paz y consuelo: Rezar el rosario puede ofrecer paz interior y consuelo en momentos de dificultad. La práctica constante puede ayudar a enfrentar desafíos con una perspectiva espiritual.
- Intercesión y petición: Muchas personas rezan el rosario para interceder por ellos mismos, sus seres queridos o por el mundo en general. También es común realizar peticiones especificas durante la oración del rosario.
- Crecimiento espiritual: La práctica regular del rosario puede contribuir al crecimiento espiritual al proporcionar una estructura para la oración y la reflexión, ayudando a los adultos a profundizar en su relación con Dios.

Finalizado el rezo, se generó un espacio de diálogo y reflexión, en el cual los participantes expresaron sentimientos de paz, gratitud y alegría por haber compartido este momento de fe colectiva. Es importante realizar estas actividades para fortalecer la salud mental, emocional y espiritual, promoviendo además la convivencia y el sentido de pertenencia. Siendo las 9:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad permitió fortalecer la espiritualidad de los adultos mayores, promoviendo la unión, la esperanza y el bienestar emocional. Se evidenció una excelente participación y disposición por parte de los asistentes, quienes manifestaron su deseo de continuar realizando este tipo de encuentros religiosos con mayor frecuencia.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Colorear		
ACTIVIDAD	Recordando nuestra navidad		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
08/12/2025	10:00 a.m.	10:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fomentar la estimulación cognitiva, la motricidad fina y la expresión emocional en los adultos mayores, mediante una actividad lúdico–artística alusiva a la época navideña, promoviendo el bienestar emocional y la socialización.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada “recordando nuestra navidad”.

La jornada inicio con una breve charla introductoria sobre la importancia de colorear figuras, la cual favorece la relajación, mejora la coordinación mano-ojo y fortalece la memoria visual. Además, contribuye a disminuir el estrés, aumentar la autoestima y fortalecer los lazos sociales entre los adultos mayores. Estas actividades son fundamentales para mantener la mente activa y brindar espacios de esparcimiento y bienestar emocional, mejorando la calidad de vida en esta etapa.

Se entregaron diferentes figuras para colorear (árboles navideños, estrellas, campanas, pesebre, papa Noel, entre otras), Cada participante escogió la figura de su preferencia y utilizó pinturas de diferentes colores y papel seda en diferentes tonalidades para desarrollar su creatividad. El objetivo central fue promover espacios de esparcimiento y fortalecimiento de habilidades cognitivas y motrices, contribuyendo al bienestar físico, mental y emocional de los adultos mayores. Asimismo, la intervención navideña contribuyó a disminuir sentimientos de tristeza, soledad y aislamiento, promoviendo estados emocionales positivos y reforzando valores como la solidaridad, el respeto y la convivencia.

Durante la actividad se fomentó la libre expresión, el intercambio de ideas y la interacción social entre los participantes, generando un ambiente de armonía, calma y disfrute colectivo. Se observó entusiasmo, concentración y una actitud positiva por parte de los adultos mayores al realizar la actividad.

Se brindo acompañamiento en el proceso, brindando apoyo y motivando a los participantes a disfrutar del momento sin presiones, resaltando que lo importante era expresar sentimientos y estimular la mente a través del arte. Al finalizar, se realizó una pequeña exposición con los trabajos terminados, donde cada adulto mayor compartió su experiencia y expresó sentimientos de satisfacción y orgullo por su creación. Siendo las 10:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad fue desarrollada exitosamente, con gran participación y motivación por parte de los adultos mayores. Se evidenció un ambiente de calma, creatividad y alegría.
- Este tipo de actividades contribuye de manera directa al mantenimiento de las funciones mentales superiores, favorece la autoexpresión y la creatividad, y promueve el bienestar integral de los participantes.
- Se recomienda seguir promoviendo este tipo de actividades artísticas, ya que aportan significativamente al equilibrio emocional, la relajación y la salud mental de los adultos mayores.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Santo Rosario		
ACTIVIDAD	Orando con fe a nuestra santa madres		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
10/12/2025	9:00 a.m.	09:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fomentar la espiritualidad, el fortalecimiento de la fe y el bienestar emocional de los adultos mayores mediante la realización del Santo Rosario, generando un espacio de reflexión, oración y unión comunitaria.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada "orando con fe a nuestra santa madre", dirigida a los adultos internos del centro; la jornada dio inicio con una breve bienvenida a los adultos mayores, resaltando la importancia de mantener viva la fe y la devoción. Posteriormente, se inició el rezo del Santo Rosario, guiado por Carmelita Galindo perteneciente al grupo de oración "La legión de María" de la iglesia Santa Ana del municipio de Yaguará.

Durante la oración, se realizó la lectura de los Misterios Gloriosos donde se relatan la Resurrección y los episodios posteriores que celebran la victoria sobre el pecado y la muerte, así como la exaltación de Jesús y de María; acompañados de cantos religiosos y momentos de silencio para la meditación personal. Los adultos mayores demostraron gran compromiso y recogimiento espiritual, compartiendo intenciones personales por la salud, la familia y la comunidad. Rezar el rosario en la edad adulta puede tener varios objetivos y beneficios espirituales. Algunas razones comunes incluyen:

- Oración y reflexión: El rosario es una forma de oración meditativa que permite a los adultos reflexionar sobre la vida de Jesucristo y la Virgen María, cada misterio proporciona un tema para la meditación y contemplación.
- Fortalecimiento de la fe: La repetición de las oraciones del rosario y la contemplación de los misterios pueden ayudar a fortalecer la fe de los adultos, proporcionando un tiempo dedicado a la conexión espiritual.

- Paz y consuelo: Rezar el rosario puede ofrecer paz interior y consuelo en momentos de dificultad. La práctica constante puede ayudar a enfrentar desafíos con una perspectiva espiritual.
- Intercesión y petición: Muchas personas rezan el rosario para interceder por ellos mismos, sus seres queridos o por el mundo en general. También es común realizar peticiones especificas durante la oración del rosario.
- Crecimiento espiritual: La práctica regular del rosario puede contribuir al crecimiento espiritual al proporcionar una estructura para la oración y la reflexión, ayudando a los adultos a profundizar en su relación con Dios.

Finalizado el rezo, se generó un espacio de diálogo y reflexión, en el cual los participantes expresaron sentimientos de paz, gratitud y alegría por haber compartido este momento de fe colectiva. Es importante realizar estas actividades para fortalecer la salud mental, emocional y espiritual, promoviendo además la convivencia y el sentido de pertenencia. Siendo las 9:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad permitió fortalecer la espiritualidad de los adultos mayores, promoviendo la unión, la esperanza y el bienestar emocional. Se evidenció una excelente participación y disposición por parte de los asistentes, quienes manifestaron su deseo de continuar realizando este tipo de encuentros religiosos con mayor frecuencia.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Ejercicio		
ACTIVIDAD	Estirando las partes del cuerpo		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
09/12/2025	10:00 a.m.	11:00 a.m.	1 hora

OBJETIVO: Fomentar la actividad física adaptada en los adultos mayores a través de ejercicios suaves con pelota, orientados al fortalecimiento muscular, la estimulación motora y la promoción del bienestar físico y emocional.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 10:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada “estirando las partes del cuerpo”, dirigida a los adultos internos del centro.

La jornada inició con una breve introducción sobre la importancia de ejercitar el cuerpo y la mente a través del ejercicio. En el marco de las actividades de estimulación física y motricidad dirigidas a los adultos mayores, se llevó a cabo una jornada de ejercicios suaves con pelota, con el propósito de promover la movilidad, la coordinación y el fortalecimiento muscular de forma segura y agradable.

Durante la sesión, los participantes realizaron una serie de movimientos lentos y controlados utilizando pelotas, que incluían ejercicios de estiramiento, coordinación mano-ojo, movilidad articular y equilibrio. La dinámica fue guiada por las profesionales en psicología y fisioterapeuta del Centro de vida, quien acompañaron cada ejercicio con música suave y motivación constante, generando un ambiente de bienestar y energía positiva.

Los adultos mayores participaron con entusiasmo y compromiso, evidenciando mejoras en la postura, la movilidad de brazos y piernas, así como un fortalecimiento del trabajo grupal y la interacción social.

La práctica de ejercicios suaves con pelota contribuye al mantenimiento de la salud física y mental en los adultos mayores, ofreciendo beneficios como:

- Mejorar la flexibilidad, coordinación y equilibrio corporal.
- Prevenir la rigidez muscular y articular.
- Favorecer la circulación sanguínea y la movilidad general.
- Estimular la concentración y la atención.
- Promover la socialización y el trabajo en equipo.

Estas actividades son esenciales para conservar la autonomía funcional, prevenir el sedentarismo y fortalecer el bienestar integral, generando además un espacio de recreación y motivación que mejora la calidad de vida de los participantes. Siendo las 11:00 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad se desarrolló satisfactoriamente, con una participación activa y positiva por parte de los adultos mayores. Se observó alegría, motivación y colaboración grupal. Se recomienda continuar implementando este tipo de ejercicios, adaptados a las capacidades de cada persona, como parte de las rutinas de mantenimiento físico y salud preventiva.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Colorear		
ACTIVIDAD	Un toque de color		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
15/12/2025	10:00 a.m.	10:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Promover la estimulación cognitiva, la motricidad fina, la creatividad y el bienestar emocional de los adultos mayores, a través del arte y la expresión mediante el color.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, realizó una dinámica denominada “un toque de color”.

La jornada inicio con una breve charla introductoria sobre la importancia de colorear figuras, la cual favorece la relajación, mejora la coordinación mano-ojo y fortalece la memoria visual. Además, contribuye a disminuir el estrés, aumentar la autoestima y fortalecer los lazos sociales entre los adultos mayores. Estas actividades son fundamentales para mantener la mente activa y brindar espacios de esparcimiento y bienestar emocional, mejorando la calidad de vida en esta etapa.

Se entregaron diferentes figuras para colorear (paisajes, animales, Magdala, entre otras), Cada participante escogió la figura de su preferencia y utilizó diversos materiales como lápices de colores, marcadores y crayones para desarrollar su creatividad. El objetivo central fue promover espacios de esparcimiento y fortalecimiento de habilidades cognitivas y motrices, contribuyendo al bienestar físico, mental y emocional de los adultos mayores.

Durante la actividad se fomentó la libre expresión, el intercambio de ideas y la interacción social entre los participantes, generando un ambiente de armonía, calma y disfrute colectivo. Se observó entusiasmo, concentración y una actitud positiva por parte de los adultos mayores al realizar la

actividad.

Se brindo acompañamiento en el proceso, brindando apoyo y motivando a los participantes a disfrutar del momento sin presiones, resaltando que lo importante era expresar sentimientos y estimular la mente a través del arte. Al finalizar, se realizó una pequeña exposición con los trabajos terminados, donde cada adulto mayor compartió su experiencia y expresó sentimientos de satisfacción y orgullo por su creación. Siendo las 10:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- La actividad fue desarrollada exitosamente, con gran participación y motivación por parte de los adultos mayores. Se evidenció un ambiente de calma, creatividad y alegría.
- Este tipo de actividades contribuye de manera directa al mantenimiento de las funciones mentales superiores, favorece la autoexpresión y la creatividad, y promueve el bienestar integral de los participantes.
- Se recomienda seguir promoviendo este tipo de actividades artísticas, ya que aportan significativamente al equilibrio emocional, la relajación y la salud mental de los adultos mayores.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Novena de aguinaldos		
ACTIVIDAD	Día 1		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
16/12/2025	9:00 a.m.	09:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fortalecer el bienestar emocional, espiritual y social de los adultos mayores mediante la vivencia de la época navideña, promoviendo espacios de integración, fe, reflexión y sentido de pertenencia a través del rezo de la Novena de Aguinaldos.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, procedió a dar inicio a la celebración de la Novena de Aguinaldos que se celebra en las épocas navideñas.

Durante la jornada se realizó una actividad enmarcada en la celebración de la Navidad, en la cual los adultos mayores participaron activamente del rezo de la Novena de Aguinaldos. El espacio fue ambientado con decoración navideña, creando un entorno cálido y significativo que favoreció la participación y el disfrute de la actividad.

El desarrollo de la novena incluyó oraciones, lecturas alusivas al nacimiento del Niño Jesús, cantos tradicionales y momentos de reflexión, permitiendo a los adultos mayores expresar su fe, recuerdos y emociones propias de esta época del año. Se evidenció un ambiente de respeto, recogimiento espiritual y alegría compartida, favoreciendo la interacción entre los participantes y el fortalecimiento de los lazos sociales; esta resulta significativa en la etapa de la vejez, ya que contribuye al fortalecimiento espiritual, la estabilidad emocional y el sentido de trascendencia. Estas actividades permiten disminuir sentimientos de soledad, fomentar la esperanza, promover la convivencia y reforzar las tradiciones culturales y religiosas que forman parte de la historia de vida de los adultos mayores.

Finalizado la novena, se generó un espacio de diálogo y reflexión, en el cual los participantes expresaron sentimientos de paz, gratitud y alegría por haber compartido este momento de fe colectiva. Es importante realizar estas actividades para fortalecer la salud mental, emocional y espiritual,

promoviendo además la convivencia y el sentido de pertenencia. Siendo las 9:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- Participación activa y disposición positiva de los adultos mayores.
- Manifestaciones de alegría, tranquilidad y recogimiento espiritual.
- Fortalecimiento de la integración grupal y del sentido de comunidad.
- Apreciación y disfrute de la época navideña como espacio de bienestar emocional.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Novena de aguinaldos		
ACTIVIDAD	Día 2		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
17/12/2025	9:00 a.m.	09:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fortalecer el bienestar emocional, espiritual y social de los adultos mayores mediante la vivencia de la época navideña, promoviendo espacios de integración, fe, reflexión y sentido de pertenencia a través del rezo de la Novena de Aguinaldos.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, procedió a dar inicio a la celebración de la Novena de Aguinaldos que se celebra en las épocas navideñas.

Durante la jornada se realizó una actividad enmarcada en la celebración de la Navidad, en la cual los adultos mayores participaron activamente del rezo de la Novena de Aguinaldos. El espacio fue ambientado con decoración navideña, creando un entorno cálido y significativo que favoreció la participación y el disfrute de la actividad.

El desarrollo de la novena incluyó oraciones, lecturas alusivas al nacimiento del Niño Jesús, cantos tradicionales y momentos de reflexión, permitiendo a los adultos mayores expresar su fe, recuerdos y emociones propias de esta época del año. Se evidenció un ambiente de respeto, recogimiento espiritual y alegría compartida, favoreciendo la interacción entre los participantes y el fortalecimiento de los lazos sociales; esta resulta significativa en la etapa de la vejez, ya que contribuye al fortalecimiento espiritual, la estabilidad emocional y el sentido de trascendencia. Estas actividades permiten disminuir sentimientos de soledad, fomentar la esperanza, promover la convivencia y reforzar las tradiciones culturales y religiosas que forman parte de la historia de vida de los adultos mayores.

Finalizado la novena, se generó un espacio de diálogo y reflexión, en el cual los participantes expresaron sentimientos de paz, gratitud y alegría por haber compartido este momento de fe colectiva. Es importante realizar estas actividades para fortalecer la salud mental, emocional y espiritual,

promoviendo además la convivencia y el sentido de pertenencia. Siendo las 9:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- Participación activa y disposición positiva de los adultos mayores.
- Manifestaciones de alegría, tranquilidad y recogimiento espiritual.
- Fortalecimiento de la integración grupal y del sentido de comunidad.
- Apreciación y disfrute de la época navideña como espacio de bienestar emocional.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Novena de aguinaldos		
ACTIVIDAD	Día 3		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
18/12/2025	9:00 a.m.	09:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fortalecer el bienestar emocional, espiritual y social de los adultos mayores mediante la vivencia de la época navideña, promoviendo espacios de integración, fe, reflexión y sentido de pertenencia a través del rezo de la Novena de Aguinaldos.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, procedió a dar inicio a la celebración de la Novena de Aguinaldos que se celebra en las épocas navideñas.

Durante la jornada se realizó una actividad enmarcada en la celebración de la Navidad, en la cual los adultos mayores participaron activamente del rezo de la Novena de Aguinaldos. El espacio fue ambientado con decoración navideña, creando un entorno cálido y significativo que favoreció la participación y el disfrute de la actividad.

El desarrollo de la novena incluyó oraciones, lecturas alusivas al nacimiento del Niño Jesús, cantos tradicionales y momentos de reflexión, permitiendo a los adultos mayores expresar su fe, recuerdos y emociones propias de esta época del año. Se evidenció un ambiente de respeto, recogimiento espiritual y alegría compartida, favoreciendo la interacción entre los participantes y el fortalecimiento de los lazos sociales; esta resulta significativa en la etapa de la vejez, ya que contribuye al fortalecimiento espiritual, la estabilidad emocional y el sentido de trascendencia. Estas actividades permiten disminuir sentimientos de soledad, fomentar la esperanza, promover la convivencia y reforzar las tradiciones culturales y religiosas que forman parte de la historia de vida de los adultos mayores.

Finalizado la novena, se generó un espacio de diálogo y reflexión, en el cual los participantes expresaron sentimientos de paz, gratitud y alegría por haber compartido este momento de fe colectiva. Es importante realizar estas actividades para fortalecer la salud mental, emocional y espiritual,

promoviendo además la convivencia y el sentido de pertenencia. Siendo las 9:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- Participación activa y disposición positiva de los adultos mayores.
- Manifestaciones de alegría, tranquilidad y recogimiento espiritual.
- Fortalecimiento de la integración grupal y del sentido de comunidad.
- Apreciación y disfrute de la época navideña como espacio de bienestar emocional.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Novena de aguinaldos		
ACTIVIDAD	Día 4		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
19/12/2025	9:00 a.m.	09:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fortalecer el bienestar emocional, espiritual y social de los adultos mayores mediante la vivencia de la época navideña, promoviendo espacios de integración, fe, reflexión y sentido de pertenencia a través del rezo de la Novena de Aguinaldos.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: Siendo las 9:00 a.m. en las instalaciones del Centro Integral de vida la María, la profesional en psicología Stefani Ramirez Torres, procedió a dar inicio a la celebración de la Novena de Aguinaldos que se celebra en las épocas navideñas.

Durante la jornada se realizó una actividad enmarcada en la celebración de la Navidad, en la cual los adultos mayores participaron activamente del rezo de la Novena de Aguinaldos. El espacio fue ambientado con decoración navideña, creando un entorno cálido y significativo que favoreció la participación y el disfrute de la actividad.

El desarrollo de la novena incluyó oraciones, lecturas alusivas al nacimiento del Niño Jesús, cantos tradicionales y momentos de reflexión, permitiendo a los adultos mayores expresar su fe, recuerdos y emociones propias de esta época del año. Se evidenció un ambiente de respeto, recogimiento espiritual y alegría compartida, favoreciendo la interacción entre los participantes y el fortalecimiento de los lazos sociales; esta resulta significativa en la etapa de la vejez, ya que contribuye al fortalecimiento espiritual, la estabilidad emocional y el sentido de trascendencia. Estas actividades permiten disminuir sentimientos de soledad, fomentar la esperanza, promover la convivencia y reforzar las tradiciones culturales y religiosas que forman parte de la historia de vida de los adultos mayores.

Finalizado la novena, se generó un espacio de diálogo y reflexión, en el cual los participantes expresaron sentimientos de paz, gratitud y alegría por haber compartido este momento de fe colectiva. Es importante realizar estas actividades para fortalecer la salud mental, emocional y espiritual,

promoviendo además la convivencia y el sentido de pertenencia. Siendo las 9:45 a.m. se da por finalizada la actividad, se agradece la participación e incentiva a los demás adultos mayores a involucrase en las demás actividades.

CONCLUSIÓN:

- Participación activa y disposición positiva de los adultos mayores.
- Manifestaciones de alegría, tranquilidad y recogimiento espiritual.
- Fortalecimiento de la integración grupal y del sentido de comunidad.
- Apreciación y disfrute de la época navideña como espacio de bienestar emocional.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DE LA PSICÓLOGA	Stefani Ramirez Torres	**FIRMA:** 	
TEMA	Navidad		
ACTIVIDAD	Celebrando la navidad		
NOMBRE DEL LUGAR	Centro Integral De Vida La María		
FECHA	**HORA DE INICIO**	**HORA FINALIZA**	**DURACIÓN**
22/12/2025	9:00 a.m.	09:45 a.m.	45 minutos

OBJETIVO: Fortalecer el bienestar emocional, espiritual y social de los adultos mayores mediante la vivencia de la época navideña, promoviendo espacios de integración, fe, reflexión y sentido de pertenencia a través del rezo de la Novena de Aguinaldos.

DESCRIBIR QUIENES PARTICIPAN DE LA ACTIVIDAD: La actividad se realiza con los adultos mayores internos beneficiarios del Centro Integral de vida la María.

DESARROLLO: En el marco de la celebración del Día de la Navidad, se llevó a cabo una jornada especial dirigida a los adultos mayores, organizada de manera conjunta entre el equipo del Talento Humano, la Alcaldía Municipal y el grupo apostólico. La actividad tuvo como propósito principal generar un ambiente de alegría, unión y reconocimiento, resaltando la importancia del adulto mayor dentro de la comunidad.

Durante la jornada se realizó la santa misa, la novena al niño Jesús, entrega de regalos, como un gesto simbólico de afecto y agradecimiento, promoviendo sentimientos de valoración y bienestar emocional. Posteriormente, se ofreció un almuerzo especial y la tradicional Nochebuena, garantizando una atención integral y digna, fortaleciendo espacios de convivencia y compartir colectivo.

Asimismo, se desarrolló una actividad recreativa y de baile, la cual permitió la participación activa de los adultos mayores, favoreciendo la expresión corporal, la socialización, la estimulación física y emocional, y el disfrute de la música propia de la época navideña. Estas actividades contribuyeron al fortalecimiento del estado de ánimo, la reducción del aislamiento social y la promoción de una vejez activa y saludable.

La jornada transcurrió en un ambiente de respeto, alegría y armonía, contando con el acompañamiento permanente del equipo profesional y del personal de apoyo, quienes garantizaron el adecuado desarrollo de la actividad y el bienestar de los participantes.

CONCLUSIÓN:

- Participación activa y disposición positiva de los adultos mayores.
- Manifestaciones de alegría, tranquilidad y recogimiento espiritual.
- Fortalecimiento de la integración grupal y del sentido de comunidad.
- Apreciación y disfrute de la época navideña como espacio de bienestar emocional.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



FIRMA DEL COORDINADOR

Municipio de YAGUARÁ

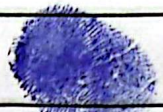
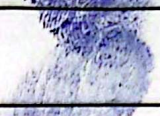
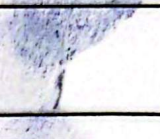
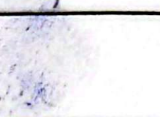
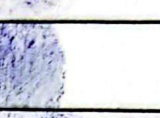
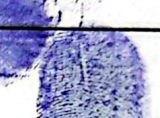
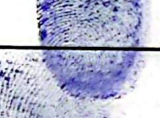
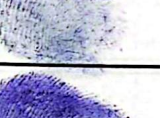
Certificación de recepción de los servicios: Recreación y aprovechamiento del tiempo libre de los beneficiarios del Centro Integral De Vida "La María" del municipio de Yaguará (H).

STEFANI RAMIREZ TORRES - PSICÓLOGA

DESDE: 1 DIC 2025
HASTA 31 DIC 2025

No.	NOMBRES	APELLIDOS	No. CEDULA	FIRMA O HUELLA DEL BENEFICIARIO
1	ALEJANDRO	ROJAS SAENZ	4913520	
2	ADULTO M. N.N	SIN NINGUN	REGISTRO	
3	AMINTA	CEBALLES BUYUCUE	26.515.298	
4	ANTONIO	SANCHEZ DAMIAN	1.081.416.870	
5	CAMPO ELIAS	MARTINEZ MARTINEZ	19.101.258	
6	CARMEN	TRUJILLO	1.082.214.933	
7	CIRO	PEREZ LOSADA	4.951.160	
8	DARIO	RAMIREZ CAMACHO	12.094.233	
9	DORILA	ARAUJO DE PERDOMO	26.606.055	
10	ELADIO	RAMOS CORDOBA	4.951.174	
11	GABRIEL ANGEL	PERDOMO LOSADA	1.668.406	
12	GABRIEL	CUENCA GALINDO	4951165	
13	JAIRO	CUENCA LIZCANO	4.951.270	
14	JOSE MARIA	ROJAS COLLAZOS	4.951.221	
15	LUCILA	CAMACHO MARTINEZ	26.409.422	

Powered by CamScanner

16	LUIS ALBERTO	GALINDO	1.664.569	
17	LUIS ENRRIQUE	SILVA CASTRO	1.664.383	
18	LUZ DARY	TOBAR CEDEÑO	26.515.934	
19	MARIA HERCILIA	PERAFAN	26.489.849	
20	MERCEDES	HERNANDEZ	1.082.216.298	
21	MERCEDES	CORTEZ DE ORTIZ	26465821	
22	ORLANDO	NUÑEZ GARCIA	17.625.521	
23	ROMULO	TRUJILLO RAMIREZ	4.913.716	
24	VICENTE	ORTIZ RAMIREZ	1623883	
25	ZORAIDA YANETH	ROSERO	36.171.451	

FIRMA DE LA PSICÓLOGA Stefani Ramirez T.

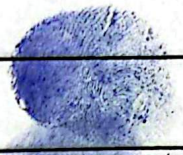
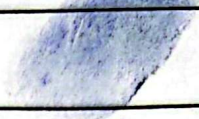
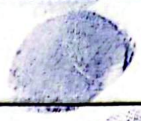
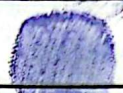
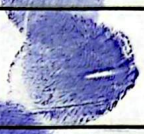
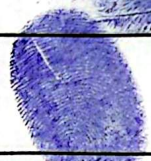
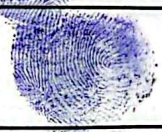
Powered by CamScanner

Municipio de YAGUARÁ	Certificación de recepción de los servicios: orientación psicológica de manera preventiva a toda la población del centro día y centro de bienestar del anciano en el centro integral de vida la maría, mitigando el efecto de patologías del comportamiento que surgen en la tercera edad y los efectos a los que ellas conducen.

STEFANI RAMIREZ TORRES - PSICÓLOGA	DESDE: 1 DIC 2025 HASTA 31 DIC 2025

No.	NOMBRES	APELLIDOS	No. CEDULA	FIRMA O HUELLA DEL BENEFICIARIO
1	ALEJANDRO	ROJAS SAENZ	4913520	
2	ADULTO M. N.N	SIN NINGUN	REGISTRO	
3	AMINTA	CEBALLES BUYUCUE	26.515.298	
4	ANTONIO	SANCHEZ DAMIAN	1.081.416.870	
5	CAMPO ELIAS	MARTINEZ MARTINEZ	19.101.258	
6	CARMEN	TRUJILLO	1.082.214.933	
7	CIRO	PEREZ LOSADA	4.951.160	
8	DARIO	RAMIREZ CAMACHO	12.094.233	
9	DORILA	ARAUJO DE PERDOMO	26.606.055	
10	ELADIO	RAMOS CORDOBA	4.951.174	
11	GABRIEL ANGEL	PERDOMO LOSADA	1.668.406	
12	GABRIEL	CUENCA GALINDO	4951165	
13	JAIRO	CUENCA LIZCANO	4.951.270	
14	JOSE MARIA	ROJAS COLLAZOS	4.951.221	
15	LUCILA	CAMACHO MARTINEZ	26.409.422	

Powered by CamScanner

16	LUIS ALBERTO	GALINDO	1.664.569	
17	LUIS ENRRIQUE	SILVA CASTRO	1.664.383	
18	LUZ DARY	TOBAR CEDEÑO	26.515.934	
19	MARIA HERCILIA	PERAFAN	26.489.849	
20	MERCEDES	HERNANDEZ	1.082.216.298	
21	MERCEDES	CORTEZ DE ORTIZ	26465821	
22	ORLANDO	NUÑEZ GARCIA	17.625.521	
23	ROMULO	TRUJILLO RAMIREZ	4.913.716	
24	VICENTE	ORTIZ RAMIREZ	1623883	
25	ZORAIDA YANETH	ROSERO	36.171.451	

FIRMA DE LA PSICÓLOGA

Powered by CamScanner