

**CONSENTIMIENTO:** Quien registra sus datos, conforme a la Ley 1581 de 2012 y demás normas reglamentarias aplicables, declara que conoce y acepta la Política de Tratamiento y Protección de Datos Personales de la Secretaría Distrital de Gobierno, y que la información proporcionada es veraz, completa, exacta, actualizada y verificable. Reconoce y acepta que cualquier consulta o reclamación relacionada con el tratamiento de sus datos personales podrá ser elevada verbalmente o por escrito ante la Secretaría Distrital de Gobierno – Oficina de Atención al Ciudadano, como responsable del tratamiento; cuya página web es [www.gobiernobogota.gov.co](http://www.gobiernobogota.gov.co) y su teléfono de atención es 33870000. Manifiesta que con los datos proporcionados tiene el derecho de conocer, actualizar y rectificar los datos personales, a solicitar prueba de este consentimiento, a solicitar información sobre el uso que se le ha dado a los datos personales, a presentar quejas ante la Superintendencia de Industria y Comercio por el uso indebido de los datos personales, a revocar esta autorización o solicitar la supresión de los datos personales suministrados y a acceder de forma gratuita a los mismos. De igual manera entiende que los datos aquí consignados serán usados para temas estadísticos, de caracterización poblacional y en determinados casos para el acceso a la oferta institucional de la Secretaría Distrital de Gobierno.

**DESARROLLO Y CONCLUSIONES DE LA REUNIÓN:****1. DESARROLLO****1. SALUDO**

Se da inicio al taller con un saludo amable, cálido y respetuoso dirigido a las personas mayores, exaltando su participación en el espacio. Este momento permitió generar un ambiente de confianza, generando cohesión grupal e inclusión, motivándoles a tener un sentido de pertenencia hacia la actividad.

**2. APERTURA DEL ENCUENTRO**

Los profesionales sociales realizaron la apertura formal del taller, presentándose ante el grupo e indicando su rol dentro del proceso, de igual forma, se hace la presentación del equipo de profesionales ya que se contó con la participación de personas mayores nuevas en el espacio. Asimismo, se contextualizó el propósito del taller, enmarcándolo dentro de las acciones orientadas al bienestar de las personas mayores y la implementación de la Política Pública. Se brindó una breve introducción sobre la importancia de generar espacios de participación que promuevan la autonomía y el reconocimiento de derechos.

**3. ORACIÓN**

Se permite un espacio con el fin de que las personas mayores de manera individual y en silencio agradezcan por el día y el espacio que se está compartiendo, esto con el fin de respetar los diferentes credos religiosos que cada uno de los participantes tengan.

**4. PRESENTACIÓN DE LA TEMÁTICA “VIVIR COMO SE QUIERE EN LA VEJEZ – RECONOCIENDO A LAS MADRES, ABUELAS Y CUIDADORAS MAYORES”**

Se da inicio al taller, presentando a las personas mayores la agenda del día y el objetivo de la temática que corresponde a “Vivir bien en la vejez, dentro del componente salud mental, bienestar psicosocial, reconocimiento y promoción de entornos protectores en la vejez”, se realiza la actividad rompe hielos que lleva por nombre “La maleta de la vida” donde las personas mayores interactuaron entre si respondiendo los siguientes cuestionamientos ¿Qué recuerdo llevo siempre en mi corazón? Y ¿Qué enseñanza quisiera dejar a otros? Lo que permitió en las personas mayores asistentes reflexionar sobre la importancia de sostener emociones positivas en el corazón y memoria para así mismo dejar un legado para su familia, amigos y comunidad. Posteriormente, se inicia el tema central “Vivir como se quiere en la vejez” realizando un círculo de la confianza en el que los profesionales sociales abordaron la temática apoyados de los siguientes interrogantes:

1. ¿Qué significa vivir bien en la vejez?
2. ¿Qué me hace sentir valorado?
3. ¿Cómo me gustaría ser cuidado?
4. ¿Qué sueños y metas tengo?
5. ¿Qué puedo hacer para cuidarme mejor?

A partir de la socialización de las respuestas, se logró definir aspectos importantes para entender la importancia de vivir bien en la vejez, considerando esta etapa de la vida como la oportunidad para generar nuevas conductas que promuevan el autocuidado, el amor propio y la capacidad para seguirse desarrollando como seres humanos importantes, valiosos y participativos en los diferentes entornos en los que se mueven.

**5. EJERCICIO PRÁCTICO**

El ejercicio práctico, se divide por grupos a las personas mayores se les da por instrucción considerar los siguientes aspectos; cuales son los sueños y proyectos que actualmente tienen como deseo cumplir, escribir un mensaje para ellos mismos, esto con el fin de ser importantes primero por ellos mismos, la enseñanza o ejemplo que quieren dejar a los demás y por último como quieren vivir bien en la vejez, las personas mayores inicialmente reflexionan sus respuestas, la comparten en el grupo asignado, y posteriormente plasman en el árbol del reconocimiento sus experiencias entorno a la actividad.

**6. RECOMENDACIONES**

Se motivó a los participantes a continuar siendo parte del grupo y de los talleres ofrecidos desde la Alcaldía Local de San Cristóbal y el área de Menos Pobreza, resaltando la importancia de invitar a otras personas mayores, con el fin de convertirse en multiplicadores de la información.

**7. CONCLUSIONES**

- ✓ Se cumplió con el objetivo del taller, cuyo fin era las personas mayores reflexionaran sobre la importancia de vivir como quieren en la etapa que actualmente están transitando, con autonomía, autocuidado y proyección para el futuro.
- ✓ Se identificó la participación de las personas mayores en el marco del desarrollo del taller toda vez que, escucharon y participaron entorno a la temática compartida, lo que permite identificar el tema fue comprendido por cada uno de ellos.
- ✓ Se contó con un espacio respetuoso, dinámico y de integración del grupo de personas mayores, quienes han logrado fortalecer sus vínculos.

## 8. Registro fotográfico



**COMPROMISOS DE LA REUNIÓN:**

No.	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FECHA DE ENTREGA
1	Convocatoria próximo taller	Profesionales Sociales Zona 2	1 de junio de 2026
2			
3			

NOTA 1: En caso de ser una reunión virtual se puede anexar el reporte de asistencia generado por las plataformas de reuniones o plataformas que generen formularios.

NOTA 2: Agregue o elimine las filas que sean necesarias para registrar los asistentes y los compromisos de la reunión.







### DESARROLLO Y CONCLUSIONES DE LA REUNIÓN:

El día 25 de mayo -2026, siendo las 09:00 am, se da inicio al Taller Mayor Bienestar - Componente Salud Mental, con las personas mayores de la zona de San Blas, con el desarrollo de la siguiente agenda:

- 1) Saludo
- 2) Oración
- 3) Actividad rompe hielo "La maleta de la vida"
- 4) Circuitos de la confronta
- 5) Dinámica de reflexión "El árbol del reconocimiento"
- 6) Cierre

Se saluda a las personas mayores y se les da la bienvenida al espacio, explicando el objetivo del mismo "Vivir bien en la vejez dentro del componente: Salud Mental, Bienestar Psicosocial, reconocimiento y promoción de entornos protectores en la vejez"

Posteriormente se realiza la actividad rompe hielo "La Maleta de la Vida" espacio que permitió las personas mayores reflexionar en torno a las siguientes preguntas: ¿Qué recuerdo llevo siempre en mi corazón? y ¿Qué enseñanza quisiera dejar a los demás? lo que les permitió analizar sobre la importancia de sostener emociones positivas en la memoria y lo que han dado en ejemplo y amor. Con los suyos dejando así un legado importante a los demás.

Posteriormente, se realiza la dinámica el "Círculo de la Confronta" a través del cual se definieron acciones positivas que permitan construir una vejez digna, se brinda respuesta a las siguientes aspectos: ¿Qué significa vivir bien en la vejez? ¿Qué me hace sentir bien, valorado? ¿Cómo me gusta que me cuiden? ¿Qué sueños o metas aún tengo? ¿Qué puedo hacer para cuidarme mejor?

Finalmente, se organizan por grupos a las personas mayores, con el fin de elaborar el "Árbol del reconocimiento". Las personas mayores trabajan elaborando en cartulinas el árbol, construyendo respuestas a las siguientes preguntas: Reconocer el valor de la vida personal, lo que los hace felices, etc., una vez finalizados los cartulinas exponen sus trabajos, dando cierre al taller.

### COMPROMISOS DE LA REUNIÓN:

No.	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FECHA DE ENTREGA
1.	Conocer a las Personas Mayores, próximo taller	Profesionales Sociales	1 - Junio - 2026

NOTA 1: En caso de ser una reunión virtual se puede anexar el reporte de asistencia generado por las plataformas de reuniones o plataformas que generen asistencia.

NOTA 2: Agregar o diseñar las Hojas que sean necesarias para registrar los acuerdos y los compromisos de la reunión.



\* Es opcional para la persona respondiente este ítem, son categorías de autoconocimiento dirigidas a personas mayores de edad y se garantiza la privacidad de los datos y su uso será exclusivamente para fines estadísticos.

[illegible]



