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/Estrategia: Comunidad de Cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Centro Comunidad de Cuidado Tierra del Sol

1.2 Localidad: Usaquén

2. Linea: Identidad Afectividad y Sexualidad

2.1. Fecha de Ejecución:

2	5	2026	al	29	5	2026

2.2.1 Nombre del encuentro: **DIVERSIFÍCATE**

2.2.2 Nombre del encuentro: **_CONSCIENTE**

2.2.3 Nombre del encuentro: **_LIBERATE**

2.2.4 Nombre del encuentro: **PURPURA**

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: LUISA FERNANDA LEON - OSCAR GUILLEN - RINA MILENA CASTILLO PARDO

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

3.1.1 Realizar ejercicios reflexivos en torno a las percepciones sobre la identidad, afectividad y sexualidad en los distintos momentos del transcurrir vital.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

3.2.1. DIVERSIFÍCATE
Fomentar la sensibilización y el respeto por la diversidad a través de un taller participativo y lúdico, que permita a los y los participantes comprender la importancia de la Garantía Plena de los Derechos de las personas LGBTI, así como el reconocimiento y la valoración de las Identidades de Género y Orientaciones Sexuales

3.2.2. CONSCIENTE
Fortalecer la autoestima, el sentido de pertenencia y la empatía a través de ejercicios de relajación y Mindfulness, promoviendo el bienestar emocional y la conexión consigo mismo/a en un espacio de reflexión y armonía

3.2.3.LIBERATE
Fortalecer los conocimientos y reflexiones de las personas mayores sobre el envejecimiento y la sexualidad, mediante espacios de diálogo participativo que promuevan el reconocimiento de los derechos afectivos, la construcción de relaciones humanas basadas en el respeto, la dignidad y la autonomía, así como el rompimiento de mitos y estereotipos asociados a la vejez, favoreciendo su bienestar integral y la convivencia positiva.

3.2.4. PURPURA
Hacer una reflexion en torno a la politica de mujer y genero contemplando el objetivo de la participacion como forma de aportar a la transformacion de sociedad.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

3.3.1. DIVERSIFÍCATE
02 de mayo de 2026: se inicia la actividad en el salón de videobeam con acompañamiento de los estudiantes del colegio Clemon explicando que la actividad se desarrolla en el marco del reconocimiento de la diversidad y la inclusión, se realizó una breve contextualización sobre la importancia de generar espacios de diálogo frente a la diversidad sexual y de género, promoviendo el respeto por las diferentes identidades y trayectorias de vida. Posteriormente, se presentó a Brigitte Baptiste como una figura reconocida por su trayectoria académica, ambiental y social.

3.3.2 CONSCIENTE
02 de mayo de 2026: Se dio la bienvenida a las personas mayores y a los estudiantes del Colegio Clermont, promoviendo un ambiente de respeto, escucha y confianza. Se explicó el propósito de la actividad, orientado a fortalecer el bienestar emocional y la conexión con el momento presente mediante ejercicios de atención plena. Para iniciar, se realizó una breve sensibilización sobre la importancia de la respiración y la calma en la vida cotidiana, invitando a todos los participantes a disponerse para la experiencia.

3.3.3.LIBERATE
26 de mayo de 2026: Se desarrolló una jornada pedagógica orientada a la reflexión sobre los mitos y creencias existentes en torno al envejecimiento y la sexualidad de las personas mayores. La actividad tuvo como propósito promover el reconocimiento de la sexualidad como una dimensión inherente al ser humano durante todo el ciclo vital, favoreciendo espacios de diálogo, respeto y comprensión frente a los cambios propios del proceso de envejecimiento.
La sesión inició con una actividad de sensibilización en la que se invitó a los participantes a compartir ideas, opiniones y conocimientos previos sobre el envejecimiento, las relaciones humanas y la sexualidad. A través de preguntas orientadoras se exploraron percepciones relacionadas con temas como el afecto, la compañía, el amor, la amistad, la expresión emocional y la importancia de mantener vínculos sociales significativos durante la vejez.
Este espacio permitió identificar algunos imaginarios y creencias culturales que suelen asociarse erróneamente a las personas mayores, generando un ambiente de confianza y respeto para el abordaje de la temática.

	3.3.4. PURPURA **29 DE MAYO DE 2026:** Se realiza jornada de reflexion en el marco del Dia Internacional de la salud de las mujeres, fecha que busca visibilizar y exigir el derecho universal a una salud integral, gratuita y de calidad a lo largo de todo el ciclo vital femenino, con especial enfoque en la salud sexual y reproductiva. Para ello se invita a un grupo de personas mayores mujeres con quienes se realizó un conversatorio con relacion al cuidado de si mismas tanto fisica como mental. La actividad se realizó en el salon de audiovisuales.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**3.3.1. DIVERSIFÍCATE** Durante este momento se realizó la proyección y escucha del podcast/cineforo “Geniales y Mayores que Yo” sobre Brigitte Baptiste. A partir del contenido, se promovió un espacio de reflexión y conversación donde las personas mayores compartieron opiniones, aprendizajes y percepciones sobre la diversidad, la identidad y la importancia del respeto hacia todas las personas.
	3.3.2 CONSCIENTE Durante este momento se realizaron lecturas reflexivas enfocadas en la tranquilidad, el autocuidado y la empatía, promoviendo la escucha activa y la reflexión compartida entre generaciones. Posteriormente, se desarrolló una práctica guiada de meditación y respiración consciente, invitando a las personas participantes a centrar su atención en la respiración, las sensaciones corporales y el momento presente.
	3.3.3. LIBERATE **26 de mayo de 2026:** Durante el desarrollo de la actividad se llevó a cabo un ejercicio participativo de identificación y análisis de mitos y realidades relacionados con la sexualidad en la vejez. Mediante dinámicas de diálogo e intercambio de experiencias, se abordaron afirmaciones frecuentes como: “las personas mayores ya no sienten afecto o deseo”, “la sexualidad solo está relacionada con las relaciones sexuales” o “las personas mayores no necesitan compañía ni relaciones afectivas”. A partir de estas reflexiones se brindó información orientada a desmontar prejuicios y estereotipos, resaltando que la sexualidad comprende múltiples dimensiones relacionadas con la identidad, el afecto, la comunicación, el contacto humano, la autoestima, el respeto, la intimidad y las relaciones interpersonales. Asimismo, se promovió la reflexión sobre la importancia de las relaciones humanas y sociales como elementos fundamentales para el bienestar emocional, la salud mental y la calidad de vida de las personas mayores. Los participantes compartieron experiencias relacionadas con la amistad, la convivencia, el apoyo mutuo y las diferentes formas de expresar afecto y cercanía dentro de sus entornos familiares, comunitarios e institucionales.
	3.3.4. PURPURA **29 DE MAYO DE 2026:** Teniendo en cuenta la conmemoracion de este dia, se hace enfasis en uno de los objetivos de la Politica publica de mujer y genero para el distrito capital que tiene como objetivo principal reconocer, garantizar y restablecer los derechos de las mujeres en toda su diversidad, siendo el objetivo principal en salud garantizar el derecho a la salud plena y mantiene unas lineas de trabajo relacionadas con este objetivo la salud sexual, el enfoque diferencial, la atencion integral en las violencias y la salud mental y el bienestar. Posterior a esta reflexion, se realizan ejericion basicos relacionados con el cuidado personal como la higiene y la importancia de realizar el auto examen de ceno. Se dan las instrucciones correspondientes para fortalecer estrategias de autocuidado.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**3.3.1. DIVERSIFÍCATE** Para el cierre, se realizó una reflexión colectiva sobre la importancia de construir entornos inclusivos y libres de discriminación, donde todas las personas puedan expresarse y vivir con dignidad. Se reforzó el valor de la empatía, la escucha y el buen trato dentro de la comunidad.
	3.3.2. CONSCIENTE Para el cierre, se abrió un espacio de conversación donde compartieron cómo se sintieron durante la experiencia y qué aprendizajes les dejó la actividad. Se resaltó la importancia de generar espacios intergeneracionales que promuevan el bienestar emocional, la empatía y la convivencia.
	3.3.3. LIBERATE **26 de mayo de 2026:** Como cierre de la jornada se desarrolló un espacio de retroalimentación colectiva en el que los participantes compartieron los aprendizajes obtenidos y las reflexiones generadas durante la actividad. Las personas mayores manifestaron la importancia de hablar abiertamente sobre temas relacionados con el envejecimiento, los afectos y las relaciones humanas, reconociendo que estos aspectos forman parte de su bienestar integral.
	3.3.4. PURPURA **29 DE MAYO DE 2026:** La actividad se cierra con una serie de ejercicios de fortalecimiento personal y la importancia del empoderamiento femenino y se agradece por la participacion amena.

3.4.RECURSOS	
3.4.1. DIVERSIFÍCATE	videobeam, computador, personas mayores, gerontóloga
3.4.2. CONSCIENTE	parlante, música relajante, libros, personas mayores y estudiantes
3.4.3. LIBERATE	Espacio del salón de proyecciones, hojas de papel, colores, talento humano.
3.4.4. PURPURA	Talento humano, sillas, salon de audiovisuales

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

4.1. DIVERSIFÍCATE

La actividad permitió generar un espacio de reflexión y aprendizaje en torno a la diversidad y el reconocimiento de las diferentes identidades y trayectorias de vida. A través del cineforo y podcast favoreció la empatía, el diálogo y la comprensión de la diversidad como parte fundamental de una convivencia basada en el buen trato y la dignidad humana.

En constancia firman:

Personas mayores participantes

JAIRO RINCON MENDEZ, CC 17177809, NO FIRMA

4.2. CONSCIENTE

La actividad de atención plena realizada con los estudiantes del Colegio Clermont permitió generar un espacio de calma, reflexión y conexión intergeneracional. A través de las lecturas, la meditación y la respiración consciente, las personas mayores y los estudiantes fortalecieron la escucha, la empatía y el bienestar emocional. Este encuentro favoreció la interacción respetuosa entre generaciones, promoviendo la tranquilidad, el autocuidado y la importancia de crear espacios compartidos orientados al cuidado de la salud emocional y la convivencia.

En constancia firman:

Personas mayores participantes

LOPE ANTONIO ARDILA GARCIA, CC 4169376, NO FIRMA

4.3. LIBERATE

Se favorecieron procesos de inclusión, respeto por la diversidad de experiencias de vida y fortalecimiento de las relaciones interpersonales dentro de la comunidad de cuidado. La jornada concluyó en un ambiente de participación, escucha y reflexión, reafirmando la importancia de generar espacios educativos que promuevan el bienestar emocional, la convivencia y el ejercicio pleno de los derechos de las personas mayores.

En constancia firman:
Personas mayores participantes
MARIA INES BOLIVAR PIÑEROS CC 41517711 NO FIRMA

4.4. PURPURA

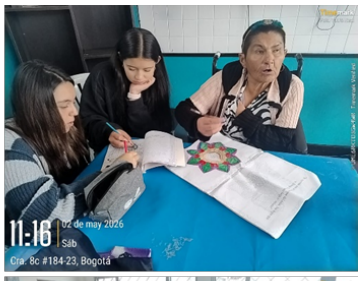
Se realiza actividad de reflexion en el marco del Dia Internacional de la salud de las mujeres, haciendo enfasis en la dimencion de la salud plena de las mujeres como parte de uno de los principales objetivos de la politica de mujer y genero, se realizaron actividades de autocuidado en el fortalecimiento fisico y mental de las participantes, la participacion fue activa y se logro la participacion de 15 personas mayores de genero femenino.

En constancia firman:
Personas mayores participantes

TRANSITO ELENA NEMOCON C,C, 20992479 NO FIRMA

Fecha de evaluación del encuentro: _____2/05/2026 A 29/05/026_____

Nombre del profesional que evalúa:_____RAQUEL PINTO SANCHEZ_____

ACTIVIDAD	FECHA	REGISTRO FOTOGRAFICO
DIVERSIFÍCATE	02/05/2026	 
CONSCIENTE	02/05/2026	  

LIBERATE	26/05/2026	
PURPURA	29/05/2026	 