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: Comunidad de Cuidado La Mesa

1.2 Localidad: No Aplica

2. Línea: Espiritualidad

2.1. Fecha de Ejecución:

11	12	2023	al	19	12	2023

2.2. Nombre del encuentro: 1. Circulo de la Palabra. 2. Memorias de Paz. 3. Historias de Vida.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Christian Alfonso Bucheli Sandoval.

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Adelantar estrategias de intervención grupal, que permitan rescatar valores de comportamiento y actitudes positivas como el amor, el respeto, la solidaridad, la honestidad, la confraternidad, al igual que de la escucha activa, el acogimiento, la tolerancia y la responsabilidad, a fin de mejorar las relaciones interpersonales que redunden en una sana convivencia.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Orientar a la persona mayor para establecer metas y sueños que le permitan tener una buena salud mental, además de mejorar la capacidad para manejar el estrés, a través de mantener una actitud positiva frente al futuro.

2. Explicar las principales causas de la depresión a través de diferentes actividades que permitan promover hábitos protectores para la salud mental y prevenir las conductas depresivas en las personas mayores; de manera trasversal identificar aquellas personas mayores que presenten síntomas depresivos y remitir según sea el caso.

3. Reconocer y exaltar las fortalezas que tiene la persona mayor, las cuales sirven como estrategia de afrontamiento ante la adversidad, y enseñar la debilidad como una oportunidad de mejora continua y no de limitación.

3.3. METODOLOGÍA

Se adelantan procesos de identificación de gustos, preferencias y creencias espirituales.
Proyección de cronogramas, fecha y hora de realización del encuentro poblacional, los cuales contarán con fecha de realización los días / Programación Especial - Navidad.

1. Circulo de la Palabra. 11/12/2023 (Grupo General - 9:30 a.m. a 10:45 a.m.
2. Memorias de Paz. 14/12/2023 (Grupo General - 9:30 a.m. a 10:45 a.m.
3. Historia de Vida. 19/12/2023 (Grupo General - 9:30 a.m. a 10:45 a.m.

Adecuación, ambientación y distribución de espacios de ejecución de la actividad.
Elaboración de material visual, piezas ilustrativas y demás apoyos gráficos, utilizados para el abordaje temático.
Procesos de información y motivación a la población persona mayor, previo al encuentro - sesión grupal proyectada.
Verificación de estados integrales de salud.

Modelo: Psicométrico.
Metodología: Constructivista.
Disciplina Educativa: Geragogia.

DURANTE LA ACTIVIDAD

* Momento 1. Introducción y bienvenida: Establecer un ambiente acogedor y seguro para todos los participantes.
Meditación o reflexión inicial: Ayudar a los participantes - Personas Mayores a relajarse y centrarse en el momento presente (El olvido que seremos) fragmento literario - Lectura reflexiva.
Presentación del tema: Introducción del tema central de la actividad de espiritualidad y explicar su relevancia para el grupo
Tema propuesto para la sesión : Conflictos Internos.

* Momento 2. Discusión en grupo: Fomentar un dialogo abierto y respetuoso en torno al tema propuesto - La Mesa de la Paz, animando a los participantes a compartir sus pensamientos y experiencias personales, frente a la espiritualidad, las creencias y la fe.
Actividades prácticas: Ofrecer ejercicios o actividades que promuevan la reflexión personal y el crecimiento espiritual, como la escritura reflexiva, la meditación guiada, la creación artística o la práctica de la gratitud.
Contemplación: Permitir un tiempo de silencio o pausa en el sonido, a fin de que los participantes puedan generar estados de reflexión individual, frente a la temática ejecutada y experimentada durante el tiempo de la actividad.

* Momento 3. Retroalimentación: Animar a las personas mayores a compartir sus percepciones y conclusiones derivadas de la actividad - Fomentar un ambiente de apoyo y comprensión mutua.
Reflexión final y Cierre: Resaltar los aspectos más significativos de la actividad y proporcionar una conclusión que resuma los puntos claves tratados durante la sesión - Reconocimiento y acercamiento Espiritual. Tema propuesto: La Navidad.

Para la ejecución de cada una de las sesiones - actividades grupales, se implementó la misma metodología, en los espacios destinados en la comunidad de cuidado.

Actividad 1. Circulo de la Palabra .

Saludo inicial.
Ejercicios de ubicación temporoespacial.
Contextualización temática.
Para el presente mes de diciembre, el día 11/12/2023 y contando con el espacio del comedor institucional, en el horario de realización diurna 9:30 am a 10:30 a.m., se realiza la aplicación de conducta de entrada acordes a la temática a ejecutar - Conflictos Internos.

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Se da inicio a la sesión, conformando un círculo de presentación, en el cual se pide a las personas mayores participantes que se presenten y compartan un pequeño gesto que hayan hecho para promover la paz en su entorno institucional, permitiendo manifestar de manera verbal, hechos y vivencias valiosas, para el constructo de la paz, la tranquilidad y armonía: al igual que se implementa la dinámica tres preguntas, dos mentitas y una verdad, ésta por elección y solicitud de los participantes, al facilitar en la población, la organización de preconceptos, ideas y saberes relacionados a la temática; esta dinámica consiste en la formulación por parte de uno de los participantes de tres preguntas, dos de ellas mentiras y una verdad , dando paso a el abordaje conceptual y aplicación de conceptos y criterios. La persistencia y disciplina, para luego, el resto de las personas mayores participantes, adivinar cuál es la verdadera y cual falsa, generando con ello la duda y acercamiento temático; Al momento se contó con piezas graficas y recursos audiovisuales, los cuales se implementaron como recursos didácticos para el desarrollo de la sesión. Se hace necesario adelantar, acciones encaminadas a la motivación focalizada en aras de lograr estados de atención e interés frente a las dinámicas presentadas. Se cuenta con la asistencia y participación de 42 personas mayores. Actividad 2. Memorias de Paz. Verificación de estados integrales de salud. Saludo inicial. Ejercicios de ubicación temporoespacial. Contextualización temática. Para el desarrollo de la sesión, se ubica a los participantes de manera aleatoria en el espacio del comedor. Para el presente mes, el día 14/12/2023 y contando con el espacio del comedor institucional, en el horario de realización diurna; se realiza la aplicación de conducta de entrada acordes a la temática a ejecutar - La Mesa de la Paz adelantado la dinámica de juego de roles , en la cual se organiza a la población para adelantar situaciones conflictivas y de exclusión, acciones que llevaron a los participantes a encontrar soluciones pacíficas y negociadas frente a las anteriores. Se procede con la convocatoria, motivación y acercamiento con la población asistente, en aras de una apropiada y masiva participación en la sesión. Se da paso a la socialización de tiempos, dinámicas y logística general de ejecución, entre las cuales se abarcan los objetivos, metas y recursos a utilizar para tal fin, se emplearon elementos gráficos y audiovisuales, elaborados con antelación por la población en atención. Aplicación de conducta de entrada Se cuenta con la asistencia y participación de 43 Personas Mayores. Actividad 3. Historias de Vida. Contextualización temática. Para la presente actividad, se ubica a los participantes en espacio del comedor general, de manera aleatoria y en forma de semi circulo a fin de lograr la visualización e interacción, con la totalidad de los participantes; al momento contando con un aforo total de 40 personas mayores. Para el presente mes de diciembre, el día 19/12/2023 y contando con el espacio del comedor institucional, en el horario de realización diurna; se realiza la aplicación de conducta de entrada acordes a la temática a ejecutar - Logros y aciertos. Posterior proceso aplicación de cuestionario de ubicación temporoespacial, se socializa con la población, aspectos relacionados a los objetivos, tiempos y dinámicas de ejecución de la intervención sesión grupal. Se hace necesario y de manera permanente adelantar procesos de focalización, motivación y contextualización temática, en aras de lograr adecuados estados de concentración y actitudes de disposición y colaboración, se procede con el abordaje temático; dando paso a los procesos de estimulación cognitiva mediante ejercicios de memoria básicos preguntas y respuestas. En la ejecución de la actividad, se diligencian los formatos y toma de registros fotográficos correspondientes a la sesión. Se realiza llamado y diligenciamiento de listados de asistencia.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	<u>Actividad 1. Circulo de la Palabra.</u> Llamado a lista, diligenciamiento de registro y formatos de asistencia. El juego de las posibilidades Dinámica inicial de acercamiento grupal, en el que quedará patente la innovación y creatividad de cada una de las personas mayores participantes El juego consiste en que una persona debe explicar para qué sirve un objeto determinado. Se procede con la explicación de los conceptos básicos, como son: la tolerancia, el respeto y la compasión. El resto del equipo deberá adivinar de qué objeto se trata. La complicación reside en que el jugador principal no puede hablar. Pausas activas – Actividad física dirigida asistida. <u>Actividad 2. Memorias de Paz.</u> Llamado a lista, diligenciamiento de registro y formatos de asistencia. Se realiza, procesos de ubicación temporoespacial, preguntando fecha lugar y hora de ubicación. Se realizan ejercicios verbales básicos, de memoria, lógica y concentración, a fin de lograr en las asistentes sensaciones de comodidad y confort. Se hace necesario y de manera permanente adelantar procesos de focalización, motivación y contextualización temática, en aras de lograr adecuados estados de concentración y actitudes de disposición y colaboración. Se procede con la explicación de los conceptos básicos, como son el conflicto, la opinión y el criterio personal. Se da paso a los procesos de estimulación cognitiva mediante ejercicios de memoria básicos, los cuales buscan mediante dinámicas de pregunta y respuesta (mayéutica) que la persona mayor Para el presente encuentro, se contará, con la asistencia y acompañamiento por parte del profesional en gerontología, fomentando con esto, acciones positivas direccionadas a un adecuado proceso de envejecimiento activo y dinámico. Pausas activas – Actividad física dirigida asistida. En los tiempos de realización de la actividad se enfatizan aspectos relacionados con la conservación de habilidades y capacidades, priorizando la importancia de la implementación de hábitos saludables y de bienestar de las personas mayores. Se hace entrega de memo fichas e infografía concerniente con la temática. En la ejecución de la actividad, se diligencian los formatos y toma de registros fotográficos correspondientes. <u>Actividad 3. Historias de Vida.</u> Contextualización temática: La Navidad. Conducta de entrada - Análisis de la frase "El placer de dar, mas que el gusto de recibir " Se adelantan acciones focalizadas; logrando generar en las personas mayores participantes, adecuados estados motivacionales, que les permite vincularse y desarrollar las actividades lúdicas relacionadas a la temática. Evidenciándose al momento, mayor gusto y agrado por aquellas relacionadas a la tradición cultural y folclórica de cada uno de los asistentes en festividades decembrinas. Posterior proceso aplicación de cuestionario de ubicación temporoespacial, se socializa con la población, aspectos relacionados a los objetivos, tiempos y dinámicas de ejecución de la décima sesión de intervención grupal. Se procede con la explicación de los conceptos básicos, como son el perdón, la reconciliación y la empatía. Se hace necesario y de manera permanente adelantar procesos de focalización, motivación y contextualización temática, en aras de lograr adecuados estados de concentración y actitudes de disposición y colaboración, se procede con el abordaje temático; dando paso a los procesos de estimulación cognitiva mediante ejercicios de memoria básicos, preguntas y respuestas. En la ejecución de la actividad, se diligencian los formatos y toma de registros fotográficos correspondientes a la sesión. Se realiza llamado y diligenciamiento de listados de asistencia.

3.3.3. MOMENTO FINAL

Actividad 1. Circulo de la Palabra

Para el momento final de la actividad se propone a los asistentes, manifestar de forma verbal, aspectos relacionados al gusto y aceptación de las actividades implementadas por el área, frente a tiempos, dinámicas y recursos utilizados para tal fin.
Los participantes maniatan de manera enérgica, el agrado, la utilidad y pertinencia de los conocimientos adquiridos, en las actividades realizadas.

Actividad 2. Memorias de Paz.

A modo de ejercicio de cierre y conclusión temática; se implementará la técnica Cierre por Amarre, la cual es una de las técnicas de cierre efectiva. Consiste en lograr el mayor número de "sí" por parte de las personas mayores asistentes. Al final de cada pregunta debes incluir las frases: "¿verdad?", "¿sí o no?", "¿no crees?". La clave es formular preguntas difíciles de contestar simplemente con un "no" Este ejercicio será descrito cómo una propiedad de la memoria, la lógica la concentración y creatividad; en la que el cerebro crea más fácilmente impresiones de los eventos que ocurren al inicio y al final de un periodo de aprendizaje. Para maximizar el efecto de Amarre, se incluirán diversos elementos Multi-sensoriales (sabores, sonidos, olores perfumes y fragancias) y del entorno, facilitando con ello los procesos de:
Consolidar y asimilar información pertinente, de manera clara y concreta.
Conectar sus ideas con aprendizajes previos o con un marco conceptual.
Transferir ideas y pensamientos a nuevas situaciones o contextos.

Actividad 3. Historias de Vida.

Se adelanta aplicación de la técnica de Cierre Imaginario, esta última direccionado a que el participante logre visualizarse en tiempo presente inmediato y futuro, con la aplicación de conocimiento y recursos conceptuales, suministrados en la sesión.
Se finaliza cada una de la sesiones, realizando retroalimentación y respectiva sensibilización frente a las temáticas abordadas.
Se retiran materiales y demás elementos suministrados para el desarrollo de las actividades.
Se apagan dispositivos eléctricos y equipos de computo que se hayan requerido al momento (Televisor y/o PC).
Posteriormente se dirigen a las personas mayores en la higienización de manos y se orienta para su organización para la siguiente actividad de intervención.

3.4.RECURSOS	
* Cabina de Sonido	* Fragmentos - Textos.
* Sillas Plástica	* Material Didáctico
* Micrófono	* Fragmentos literarios.
* Memoria USB	* Cartulina.
* Libro Formando en Valores y Virtudes - Naranjo Capacitaciones Ltda.	* Tijeras.
* Vinilos Colores surtidos.	* Silicona - Barra.
* Aromatizante	* Pistola de Silicona.

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1. Circulo de la Palabra.

Se evidencia en la población adecuados niveles motivacionales que facilitan la adherencia a las actividades de intervención grupal.
Se logra generar en los participantes estados integrales de bienestar, gusto y participación.
Se mantienen estados armónicos de correlación estancia en los espacios determinados para las conmemoraciones y celebraciones institucionales.
Las personas mayores, identifican y desarrollan adecuadamente, proceso de lavado de manos, y distanciamiento social.
situaciones conflictivas y anime a los participantes a encontrar soluciones pacíficas y negociadas.
Se generan escenarios hipotéticos de conflicto y permite a los participantes trabajar en grupos, encontrando soluciones pacíficas y constructivas.
Los participantes comparten experiencias personales que les llevaron a comprender la importancia de la empatía y el entendimiento mutuo.

Actividad 2. Memorias de Paz.

Se evidencia en la población adecuados niveles motivacionales que facilitan la adherencia a las actividades de intervención grupal.
Se logra generar en los participantes estados integrales de bienestar, gusto y participación.
Se mantienen estados armónicos de correlación estancia en los espacios determinados para las conmemoraciones y celebraciones institucionales.
Las personas mayores, identifican y desarrollan adecuadamente, proceso de lavado de manos, y distanciamiento social.

Actividad 3. Historias de Vida.

Se evidencia en los participantes gusto y agrado en los tiempos de aplicación de la actividades de lectura y narración de textos y fragmentos literarios de baja complejidad - Novena de Aguinaldos.
Se evidencia en los participantes, adecuados procesos de recepción y asimilación de la información emitida por el profesional en Gerontología.
Receptividad por parte de las personas mayores frente a las indicaciones realizadas por el profesional en pro de la comunicación asertiva y la sana convivencia.
Se logran generar espacios de socialización e interacción con pares.

Flor Gutiérrez Casas: _____
CC. 52525992

Anunciación Quintana Moreno: _____
CC. 23358269

Gerardo Gómez Trujillo: _____
cc: 19415432

Fecha de Evaluación del Encuentro: 19/12/2023

Nombre del profesional que evalúa: Christian Bucheli Sandoval / Gerontólogo.

Nombre de la Coordinadora: María del Pilar García Galvis Firma de la Coordinación: _____

Powered by CamScanner

Comunidad de Cuidado - La Mesa

Registro Fotográfico
Eje: Cuerpo y Mente
Linea: Espiritualidad
Periodo de Ejecución: Diciembre - 2023

1. Actividad: Circulo de la Palabr.
   Fecha de Ejecución: 11/12/2023



2. Actividad: Memorias de Paz.
   Fecha de Ejecución: 14/12/2023



3. Actividad: Historias de Vida .
   Fecha de Ejecución: 19/12/2023

