ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Página: 1 de 1

Fecha de ejecución:	27	04	2024		
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Samper Mendoza				
Componente de Atención:	Derechos y ejercicio a la ciudadanía				
Línea de Atención:	Espiritualidad			Profesional a cargo:	Aux Laura Hernández
Nombre de la actividad:	Relajación				

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover el reconocimiento y el ejercicio pleno de los derechos en las personas mayores del CCT Samper Mendoza, siendo ellos y ellas los protagonistas de su proceso, para que logren identificar y fortalecer recursos personales, grupales y del entorno, promoviendo así su bienestar integral.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Potenciar el reconocimiento y la búsqueda de sentido de vida, propendiendo por el bienestar y el libre desarrollo de la personalidad en las personas mayores a través del desarrollo de encuentros enmarcados en la dimensión espiritual

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se dará inicio saludando a las personas mayores, invitándoles a participar en el encuentro, agradeciendo el estar presentes y explicándoles el objetivo principal de la actividad y sus beneficios.
MOMENTO CENTRAL	Se dará continuidad realiza una actividad de relajación para un tener un mejor control con el estrés, estas técnicas pueden aliviar los síntomas del estrés y ayuda a disfrutar de una mejor calidad de vida, ya que es muy importante para las personas mayores el mantener una autoestima alto. Se logrará una enseñanza a las personas mayores para saber aliviar el estrés con las técnicas de relajación.
MOMENTO FINAL	Para finalizar el encuentro se agradecerá la participación de las personas mayores, se resaltará la importancia de los encuentros y el gran beneficio en la salud. Por último, se realizará la invitación a futuros encuentros.

RECURSOS

Talento humano	Sillas
Personas mayores	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Por medio de la actividad se logra que un 44% de las personas mayores participantes del centro asistan a la actividad proyectada, motivando a los participantes con el gran beneficio que tiene mantener una habilidad para evitar y saber llevar el estrés en cada momento de sus vidas, estas técnicas pueden aliviar los síntomas del estrés y ayuda a disfrutar de una mejor calidad de vida para su vejez. Se finaliza realizando retroalimentación y agradeciendo por el participar en las actividades programadas.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Laura Hernández Fecha: 27/04/2024	Relajación
	
	