

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</p>	<p>PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL</p> <p>FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ</p>	<p>Código: FOR-PSS-570</p> <p>Versión: 1</p> <p>Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022</p> <p>Página: 1 de 2</p>						
<p>1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Servicio Integral de Bienestar y Cuidado para Personas Mayores.</p> <p>1.2 Localidad: Suba</p> <p>2. Línea: Espacios para la realización</p> <p>2.2. Nombre del encuentro: Mis miedos ante el futuro</p> <p>2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Myriam Cantor Cortes</p>	<p>1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado Hogar Casa Santa María</p> <p>2.1. Fecha de Ejecución:</p> <table border="1" data-bbox="922 450 1422 501"> <tr> <td>2</td> <td>5</td> <td>2023</td> <td>al</td> <td>31</td> <td>5</td> <td>2023</td> </tr> </table>	2	5	2023	al	31	5	2023
2	5	2023	al	31	5	2023		
<p>3. DESARROLLO</p>								
<p>3.1. OBJETIVO GENERAL</p>								
<p>Promover el desarrollo de espacios para la evaluación, reformulación y activación de estrategias que le permitan a la persona mayor identificar y reconocer los recursos y herramientas que aporten al fortalecimiento del proyecto de vida en el entorno institucional de la comunidad de cuidado.</p>								
<p>3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS</p>								
<p>Estimular la reflexión y visualización de los participantes para que programen su guion de vida en distintas alternativas.</p> <p>Facilitar a los participantes los espacios de análisis e interiorización relacionados con deseos, aspiraciones así como las acciones a desarrollar para su logro.</p> <p>Promover el reconocimiento de los valores personales como insumo para estimular la superación personal y el sentido de vida de las personas mayores.</p>								
<p>3.3. METODOLOGIA</p>								
<p>3.3.1 MOMENTO INICIAL</p>	<p>A lo largo de la vigencia y en desarrollo de las sesiones, se planteará una temática central sobre la cual se implementarán las actividades relacionadas con el sentido y proyecto de vida. De esta manera las temáticas sugeridas comprenden en lo específico del mes de mayo: Oportunidades, debilidades y amenazas en relación con mi proyecto de vida.</p> <p>Cada actividad comprenderá el desarrollo de un taller participativo con orientación gerogógica en el que las personas mayores den cuenta de los logros alcanzados a partir de la comprensión y reconocimiento de la importancia del abordaje de las temáticas para la consolidación de los procesos de activación del proyecto de vida en el entorno institucional de la comunidad de cuidado Casa Santa María.</p> <p>De esta manera, y dando cuenta de la temática planeada para el mes de MAYO de 2023 " Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas en relación con mi proyecto." se abordarán las actividades y sesiones correspondientes en las fechas que se especifican a continuación: 2, 4,8,15,31 de MAYO de 2023.</p>							
<p>3.3.2. MOMENTO CENTRAL</p>	<p>2 de Mayo de 2023 11:45 a.m. -12:30 p.m.</p> <p>Con esta actividad se da respuesta al objetivo: Facilitar a los participantes los espacios de análisis e interiorización relacionados con deseos, aspiraciones así como las acciones a desarrollar para su logro. Por medio del corto metraje se lleva a la experiencia de lo que sería hablar con tu yo del pasado y del futuro y la importancia que tiene la toma de desiciones futuras como conciliarse con el pasado y las deciciones que se tomaron sin tener en cuenta sus concecuencias, solo que ya no se puede cambiar el pasado pero si el futuro. Se convoca a los participantes del grupo 2, invitándolos a ver el corto metraje "Te lo digo a mí" se da inicio a la actividad presentando una introducción del corto indicando que es un dialogo tipo monologo donde una mujer hace una reflexión consigo misma, encontrándose con ella en su pasado y en su futuro. Allí se hace un análisis de las decisiones que se toman en la vida y sus resultados para la vida.</p> <p>04 de mayo 2023 14:45 A 15:30</p> <p>ACTIVIDAD: La canción de mi vida</p> <p>Se hace el llamado a los participantes del grupo 1. Ubicándolos en mesa redonda en el patio de la casa Santa María, allí se les solicita que escojan una canción con la cual se sientan identificados e indiquen en que etapa de la vida los ubica y cual es su conexión vital o emocional con ella. A partir de este momento los participantes van haciendo una reconstrucción de algunas etapas vitales, el facilitador (gerontóloga) va centrando las intervenciones en el proyecto de vida que vivenciaba la persona en esa etapa remarcando las estrategias que utilizaban las personas para superar obstáculos y alcanzar metas, como por ejemplo ubicarse laboralmente y tener un ingreso así fuera mínimo para la supervivencia. Con esta actividad se da respuesta al objetivo; Estimular la reflexión y visualización de los participantes para que programen su guion de vida en distintas alternativas. Se realiza partiendo de la dificultad que manifiestan algunas personas mayores para visualizar un plan de vida en el medio institucional que les brinde satisfacción y calidad de vida.como logros se identifican; Se consigue un momento de bienestar y compartir con pares. Se refuerza la memoria retrograda al evocar y relacionar la música con etapas vitales. Se reflexiona en torno a la importancia de una vida con propósitos en el medio institucional de la comunidad de cuidado. La música como medio capta la atención de los participantes. Se consigue la participación sostenida de participantes como Elicenia Tafur que poco participa a nivel grupal en actividades similares. La señora Florinda Rodríguez se vincula a la activad ya que como estrategia se ubican a los demás participantes cerca de ella.</p> <p>Participantes: 10 personas</p>							

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	<p>08 de mayo 2023 11:00 A 11:45 a.m.</p> <p>ACTIVIDAD: RESPETANDONOS Y QUERIENDONOS /Activación del Proyecto de vida</p> <p>Se hace el llamado a los participantes del grupo 4. Ubicándolos en la sala de la casa Santa María, Se realiza inicialmente la lectura del numeral 2.3.3 de la Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez: Vivir sin humillaciones en la Vejez (respetándonos y queriéndonos). Posterior a ello se pasan unas diapositivas sobre prevención del mal trato a las personas mayores y se realiza una lluvia de ideas sobre la temática. Con esta actividad se da respuesta al objetivo; Promover el reconocimiento de los valores personales como insumo para estimular la superación personal y el sentido de vida de las personas mayores. Esta actividad se articula con la Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez: Vivir sin humillaciones en la Vejez. Con este tema se resalta la importancia del buen trato entre pares en la comunidad de cuidado, ya que un ambiente agradable permite a las personas mayores proyectarse y dar continuidad a su plan de vida, a su vez se maximizan los recursos tanto físicos como humanos incluyendo los pares. Se consigue un momento de bienestar y compartir con pares. Se analiza sobre el significado de la Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez en su eje respetándonos y queriéndonos como aporte para fomentar el respeto y buen trato no solo hacia las personas mayores, si no entre pares. Se refuerza la idea del respeto sin distingo de edad, origen o condición de salud. Participantes 8 personas.</p>
	<p>15 DE MAYO DE 2023 11:45 a.m. A 12:30 p.m.</p> <p>ACTIVIDAD: DECALOGO PARA LA VIDA</p> <p>Se invitan a los participantes del grupo 4 para ubicarse en la sala de estimulación con el fin de aprovechar este espacio para la relajación y concentración ya ubicados allí se da lectura al decálogo para la vida tomado del libro vitaminas para el espíritu volumen uno después de leer cada párrafo se solicita los participantes lo aplique a la cotidianidad de su vida en la comunidad de cuidado cada participante va asumiendo un decálogo como tarea para ponerlo en práctica durante la semana. Con esta actividad se da respuesta al objetivo; Promover el reconocimiento de los valores personales como insumo para estimular la superación personal y el sentido de vida de las personas mayores. El permitir un espacio de autoconocimiento facilita para las personas mayores el analizar sus comportamientos y cómo estos ayudan o afectan la realización de sus objetivos vitales. Como logros se identifican; los participantes reconocen la honestidad, la sinceridad como valores que ayudan al crecimiento personal y grupal. El reflexionar sobre los antivalores cuestiona a los participantes sobre sus conductas. El considerar ciertas actitudes negativas que a diario se presentan como aspectos que frenan el proyecto de vida. Durante la actividad se hace constante reforzamientos positivos a la señora Rosalba Escobar asociado al pico depresivo por el cual atraviesa debido a su patología de base, permitiendo un respiro emocional a la persona mayor quien responden de forma efectiva a la intervención. Participantes 10 personas.</p>
	<p>15 de mayo de 2.023 14:45 A 15:30</p> <p>Actividad: Proyecto de vida – caer y levantarse</p> <p>Con esta actividad se da respuesta al objetivo; Promover el reconocimiento de los valores personales como insumo para estimular la superación personal y el sentido de vida de las personas mayores. Se toma esta lectura para abordar temáticas del pasado de las personas mayores quienes han llegado a la etapa de la vejez y continúan ancladas a pasado dolorosos que les genera temor para emprender nuevos proyectos que aporten ala consecución de los objetivos de su proyecto de vida.</p> <p>Se realiza la convocatoria a las personas mayores del grupo 3 durante el almuerzo. Se ubican en el patio de la Casa Santa Maria. Se da inicio con la lectura ESFUERZATE, del libro "vitaminas diarias para el espíritu" (Página 98). Con la que se aborda el tema de la necesidad de aprender de los errores del pasado para afrontar nuevas experiencias as metas que se deben adoptar para alcanzar los objetivos propuestos en el proyecto de vida en el contexto institucional. Se va leyendo cada párrafo y a su vez se hace un análisis grupal desde las experiencias vitales de cada participante.</p> <p>LOGROS: Se logra la participación activa de la persona mayor Ana Corona Sastoque quien ingreso hace poco tiempo a la comunidad de cuidado, encontrando un espacio para socializar una parte de su vida que le genera miedos en su etapa de la vejez como es el miedo al abandono y la soledad. El señor Luis Molina comparte recuerdos gratos de su infancia y esto sirve como ejemplo para relacionar la lectura y comparar que la vida trae aspectos positivos y negativos y que al llegar a la vejez es un indicativo que todo se puede superar recurriendo a recursos internos. Se logra la participación sostenida y activa de la señora Martha Murcia que al recibir apoyo personalizado responde a asertivamente. Participantes: 5 personas</p>
	<p>31 DE MAYO DE 2023 11:45 A 12:30</p> <p>ACTIVIDAD: Venciendo miedos.</p> <p>Se organizan a los participantes del grupo 1, en la zona del patio, se da inicio con un juego mental de listar palabras entrelazadas y hacer cálculos mentales de baja complejidad. Posterior a ello se da inicio con un conversatorio donde se parte de la pregunta, ¿Cuáles considera sus logros mas significativos en la vida?, se escucha a los participantes quienes comparten sus experiencias de vida. Como segunda pregunta clave se solicita responder ¿Cuáles consideran los obstáculos mas grandes que deben vencer para avanzar en su proyecto de vida?, los participantes exteriorizan sus sentires y pensamientos al respecto. Con esta actividad se da respuesta al objetivo: Estimular la reflexión y visualización de los participantes para que programen su guion de vida en distintas alternativas. Facilitar espacios de conocimiento entre pares y fortalecer la buena convivencia. LOGROS: Participan activamente y de forma sostenida el señor Luis Molina quien comparte como logro significativo el estar estudiando en estos momentos de su vida ya que en su juventud por diversas razones no lo hizo, refiere y demuestra de forma no verbal el orgullo que esto le trae a su vida dándole un sentido y una razón de ser. Se resalta la vinculación de la señora Georgina Ordoñez que pese a no compartir mucho de su experiencia de vida refiere que en la comunidad de cuidado a encontrado tranquilidad y seguridad para su vida. La señora Clara Berrios indica que su proyecto de vida es el de regresar a su núcleo familiar y para ello se esta ejercitando todos los dias y así mejorar su condición de salud fisica ya que es un limitante para cumplir su objetivo.</p> <p>Participantes: 6</p>
3.3.3. MOMENTO FINAL	<p>En consideración a los aspectos a tener en cuenta en el momento final, se realizan actividades de sensibilización que dan cuenta de la identificación del objetivo correspondiente en cuanto a la ocupación humana.</p> <p>Se le recuerda a las personas que integran el grupo, la secuencia temática sobre la cual se viene trabajando en relación con los aspectos que comprenden el sentido de vida en el entorno del Centro Comunidad de Cuidado Hogar Casa Santa María.</p>
3.4.RECURSOS	
Aula multisensorial	
Espacios externos de la comunidad de cuidado	
Reproductor de Música	
Instrumentos musicales	
Literatura y bibliografía apropiada para personas mayores	
4. EVALUACION DEL ENCUENTRO	

Las personas mayores corresponden con identificar los elementos que dan cuenta del sentido de vida y la importancia de autogestionar los recursos para la superación personal en el contexto del Centro Comunidad de Cuidado. En Constancia de que se realizan las actividades referidas firman:

Martha Rosa Cano Castañeda C.C 21266665

Luis Molina C.C 5961365

Rosalba Escobar Escobar C.C 51668206

Fecha de evaluación del encuentro: 31 de mayo de 2023

Nombre del profesional que evalúa: MYRIAM CANTOR CORTES

Coordinador:

JUAN CARLOS RODRÍGUEZ BAUTISTA

REGISTRO FOTOGRÁFICO ESPACIOS PARA LA REALIZACIÓN

2 DE MAYO DE 2023



04 DE MAYO 2023



8 DE MAYO DE 2023



15 DE MAYO DE 2.023



15 DE MAYO DE 2023



31 DE MAYO DE 2023

