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: Atención Sociosanitaria Transitoria
1.' Unidad Operativa/Lote/Zona: Salud y Vida
1.2 Localidad: Kenedy
2. Línea: Bienestar individual y colectivo
2.1. Fecha de Ejecución: 01 6 2026 al 30 6 2026
2.2. Nombre del encuentro:
1. Colores en Acción
2.Conectados en Equipo
3. El Nudo de las Soluciones

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Lina Maria Salamanca Lopez - Profesional en psicologia

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Ejecutar las acciones que se hayan estipulado por el equipo de salud, para las personas mayores del centro de atención.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Encuentro 1: Fortalecer los procesos de atención, concentración, velocidad de respuesta, seguimiento de instrucciones y trabajo en equipo en las personas mayores, mediante una actividad lúdica que promueva la estimulación cognitiva, la comunicación y la interacción grupal como estrategias de autocuidado de la salud mental.

Encuentro 2: Fortalecer las habilidades de comunicación asertiva, trabajo en equipo, cooperación y resolución de problemas en las personas mayores, mediante una actividad grupal que promueva la interacción social, la confianza y el manejo adecuado de las relaciones interpersonales como estrategia de cuidado de la salud mental.

Encuentro 3 : Fortalecer las habilidades de resolución de conflictos, comunicación asertiva, escucha activa, empatía y trabajo en equipo en las personas mayores, mediante una dinámica grupal que promueva la construcción conjunta de soluciones y el manejo adecuado de situaciones de desacuerdo como estrategia de autocuidado de la salud mental.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Encuentro1. Colores en acción : 06/06/2026
Se dio la bienvenida a las personas mayores y se realizó una breve conversación sobre la importancia de mantener activa la mente mediante ejercicios que favorezcan la atención y la concentración. Posteriormente, se explicaron las reglas de la actividad, se conformaron los grupos y se asignaron los colores correspondientes a cada participante, verificando que todos comprendieran las instrucciones antes de iniciar.

Encuentro 2 Conectados en Equipo: 07/06/2026
Se realizó la ambientación y organización del espacio destinado para el desarrollo del encuentro , Se inicia con una bienvenida y una reflexión breve sobre la importancia de la comunicación y el apoyo mutuo en la vida cotidiana. Posteriormente, se realiza una actividad rompehielos para promover la integración del grupo y se explican las reglas del ejercicio, enfatizando la necesidad de trabajar en equipo y mantener una comunicación respetuosa durante todo el encuentro.

Encuentro 3 El Nudo de las Soluciones: 22/06/2026
Se realizó la ambientación y organización del espacio donde se desarrolló la actividad, disponiendo las sillas de manera que favorecieran la interacción y participación grupal. Se inicia con una bienvenida y una breve reflexión sobre qué es un conflicto y cómo este hace parte de la vida diaria. Posteriormente, se explica la dinámica del "nudo de las soluciones", las reglas del ejercicio y la importancia de la comunicación respetuosa. Se motiva a los participantes a trabajar en equipo, escucharse mutuamente y buscar soluciones conjuntas.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Encuentro 1. Colores en acción :
Siendo las 2:00 pm se da inicio a la actividad, Las personas mayores desarrollaron la dinámica siguiendo las indicaciones de la profesional, quien mencionaba diferentes colores de manera aleatoria. Cada persona debía identificar rápidamente si el color nombrado correspondía al suyo y, de ser así, depositar el balón en la caja asignada. Gradualmente se aumentó la velocidad de las instrucciones, promoviendo una mayor exigencia cognitiva en términos de atención sostenida, rapidez de procesamiento y control de impulsos. Durante el ejercicio también se fortaleció la comunicación y el apoyo entre los integrantes de cada grupo.

Encuentro 2.Conectados en Equipo:
Siendo las 10:00 am se da inicio al encuentro cada uno de las personas mayores se organizan en dos grupos formando una fila o círculo. El aro debe pasar de una persona a otra sin ser sujetado con las manos, utilizando movimientos corporales y estrategias grupales para cumplir el objetivo. Durante el desarrollo de la actividad, los integrantes deben dialogar, coordinar acciones, dar indicaciones y apoyarse mutuamente para superar los desafíos que surgen. La dinámica puede aumentar gradualmente su nivel de dificultad incorporando tiempos o retos adicionales para estimular la participación y el trabajo colaborativo.

	Encuentro 3.El Nudo de las Soluciones: se inicia la actividad a las 2:00 pm donde Se desarrolla junto con las personas mayores forman un círculo y entrelazan las cintas o lanas, creando el "nudo grupal". La profesional presenta situaciones de conflicto cotidiano, invitando al grupo a analizarlas y proponer soluciones. A medida que el grupo logra acuerdos adecuados, se permiten movimientos coordinados para desenredar progresivamente el nudo. Durante esta fase se promueve la participación activa, el diálogo, la negociación, la escucha de diferentes puntos de vista y la construcción colectiva de estrategias de solución.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Encuentro 1. Colores en acción :** Al finalizar el encuentro ,se realizó un espacio de retroalimentación donde las personas mayores compartieron cómo se sintieron durante el ejercicio, las estrategias utilizadas para mantenerse atentos y las dificultades encontradas. Se resaltó la importancia de realizar actividades que estimulen las funciones cognitivas y favorezcan el bienestar emocional a través de la participación grupal y el aprendizaje lúdico.
	Encuentro 2.Conectados en Equipo: Al concluir el encuentro , se realiza una retroalimentación grupal donde las personas mayores comparten las emociones, experiencias y aprendizajes obtenidos. Se reflexiona sobre la importancia de la comunicación asertiva, la confianza y el trabajo en equipo para afrontar situaciones cotidianas y fortalecer la salud mental. Finalmente, se reconocen los esfuerzos y aportes de cada participante dentro del grupo.
	Encuentro 3.El Nudo de las Soluciones: Para terminar se realiza un espacio de reflexión grupal donde las personas mayores comparten cómo se sintieron durante la actividad, qué estrategias utilizaron para resolver los conflictos y qué aprendieron sobre el trabajo en equipo. Se refuerza la importancia del diálogo, la empatía y la cooperación como herramientas fundamentales para la convivencia y el bienestar emocional.

3.4. RECURSOS

Mesas	Cabuya
Sillas	Cuidadores
Pinpones	Personas Mayores
Hojas	Cajas

Encuentro 1 Colores en acción : La actividad se desarrolló dentro de la unidad operativa Salud y Vida , el día 06/06/2026 según lo previsto en el cronograma, se conto con la participación de 10 personas mayore siendo una actividad dinámica, Se observó una adecuada capacidad de atención y seguimiento de instrucciones, así como disposición para adaptarse al aumento progresivo de la velocidad en la dinámica. Además, se fortalecieron aspectos relacionados con la comunicación, la integración grupal y la estimulación cognitiva, generando un espacio de disfrute y aprendizaje compartido.

Encuentro 2.Conectados en Equipo: La actividad se desarrolló dentro de la unidad operativa Salud y Vida , el día 07/06/2026 según lo previsto en el cronograma, se conto con la participación de 10 personas mayores, quienes demostraron disposición para colaborar y comunicarse con sus compañeros. Se observó fortalecimiento de habilidades sociales, capacidad para llegar a acuerdos y estrategias de apoyo mutuo. Asimismo, la dinámica permitió promover la integración grupal, la expresión emocional y el fortalecimiento de la confianza interpersonal, contribuyendo positivamente al bienestar psicológico y social de las personas mayores.

Encuentro 3. El Nudo de las Soluciones: *Esta actividad se desarrolló dentro de la unidad operativa Salud y Vida , el día 22/06/2026 según lo* previsto en el cronograma, se conto con la participación de 9 personas mayores donde permitió una participación y reflexiva por parte de las personas mayores, evidenciando interés en la resolución conjunta de problemas y disposición para el trabajo en equipo. Se observó fortalecimiento de la comunicación asertiva, la escucha activa y la capacidad de negociación. Asimismo, la dinámica favoreció la interacción social, la expresión emocional y la comprensión de estrategias para resolver conflictos de manera pacífica.

En Constancia de lo anterior Firman:

Encuentro 1. Colores en acción ,

Firma de la persona mayor: _____

Cedula de Ciudadanía: 19465249

Nombre: Jose Francisco Forero Urrego

Encuentro 2. Conectados en Equipo

Firma de la persona mayor: X _____

Cedula de Ciudadanía: 79885135

Nombre: Jhon Antonio Abril Martinez

Encuentro 3. El Nudo de las Soluciones.

Firma de la persona mayor: X _____

Cedula de Ciudadanía: 79259424

Nombre: Edgar Elisio Escobar

Fecha de evaluación del encuentro: 30/06 /2026

Nombre del profesional que evalúa: Lina Maria Salamanca Lopez / Profesional en psicologia

Nombre de la Coordinadora: Martha Yurani Diaz Gutierrez cc 39628808

REGISTRO FOTOGRAFICOS LINEA:

Bienestar individual y colectivo

JUNIO 2026

1. **Colores en Acción 06/06/2026**



1. **Conectados en Equipo 07/06/2026**



2. **El Nudo de las Soluciones 22/06/2026**

