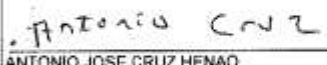
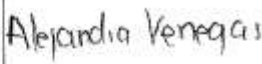


 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <small>REPUBLICA DE COLOMBIA</small>	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES	Código: FOR-PSS-570
	FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES	Versión: 2
	SERVICIO CENTRO DÍA CASA DE LA SABIDURÍA	Fecha: Memo 12026013611 - 30/04/2026
		Página: 1 de 1

Clasificación: Información pública reservada

1. Servicio Social: Comunidad de cuidado		1.1. Unidad Operativa: Comunidad de cuidado Las Brisas	
1.2 Localidad: N/A		1.3 Fecha Ejecución: 1/08/2026 al 31/08/2026	
2. Línea: Identidad, afectividad y sexualidad		2.1. Componente: Atención integral	
2.2. Nombre encuentro:	Actividad 1: Sin etiquetas Actividad 2: Vínculos con bienestar		
2.3. Nombre persona equipo Interdisciplinario encargado:	Andrea Carolina Mengual Guzmán/ Psicóloga		
3. DESARROLLO			
3.1. OBJETIVO GENERAL			
Promover el bienestar integral de las personas mayores en la comunidad de cuidado, mediante actividades y programas que fomenten la reflexión y el respeto por su identidad, el fortalecimiento de los vínculos afectivos y la apertura a una sexualidad saludable y libre de estigmas, contribuyendo así a la mejora de su calidad de vida, autoestima y sentido de pertenencia.			
3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS			
<p>1. Fortalecer el reconocimiento de los estigmas y prejuicios asociados a la vejez mediante una actividad lúdica y participativa, que permitió a las personas mayores identificar y diferenciar etiquetas positivas y negativas, promoviendo la reflexión sobre el valor de la experiencia, las capacidades, la autonomía y el papel activo que desempeñan en la familia y la comunidad, favoreciendo el fortalecimiento de la autoestima, el respeto por la diversidad del proceso de envejecimiento y la resignificación de las creencias erróneas relacionadas con esta etapa del ciclo vital.</p> <p>2. Fortalecer las habilidades de escucha activa, comprensión y trabajo colaborativo entre las personas mayores mediante una actividad lúdica de coordinación grupal, promoviendo el respeto por los turnos, la comunicación asertiva y el reconocimiento de la importancia del apoyo mutuo para el fortalecimiento de vínculos orientados al bienestar.</p> <p>3. Fortalecer en las personas mayores el reconocimiento de su valor personal, promoviendo la autoestima, el autoconocimiento y la valoración de sus capacidades, experiencias y cualidades, mediante una actividad lúdica y participativa que favoreció la reflexión sobre la importancia de reconocer sus fortalezas y el papel significativo que tienen dentro de su familia y entorno social.</p> <p>4. Se fortaleció la conexión corporal, emocional y social de las personas mayores mediante actividades de movimiento consciente, baile y expresión corporal, promoviendo la escucha activa, la integración grupal, la autoestima y el reconocimiento positivo del cuerpo desde una experiencia lúdica y significativa.</p>			
3.3. METODOLOGÍA			
<p>1. Sin etiquetas Se realizó la actividad "Mi historia", orientada al fortalecimiento de la identidad mediante la recuperación de recuerdos, experiencias y vivencias significativas de las personas mayores. Se utilizaron juegos tradicionales como el tejo y la rana como recursos lúdicos para evocar experiencias de épocas anteriores, promoviendo la conversación sobre el lugar de procedencia de estos juegos, las personas con quienes los practicaban, las costumbres de su época y los recuerdos asociados a ellos. La actividad favoreció la participación activa, la interacción grupal y la expresión de elementos relacionados con su historia de vida.</p> <p>2. Vínculos con bienestar Nombre de actividad: Cuidando mi cuerpo La actividad "Vínculos con bienestar" se desarrolló mediante una metodología participativa, vivencial y centrada en el autocuidado, brindando a las personas mayores un espacio de bienestar y relajación a través de un día de spa. Se realizaron actividades como la aplicación de mascarilla a base de café, corte y pintado de uñas y arreglo de cejas, respetando las preferencias y necesidades individuales. Durante la jornada se promovió el diálogo, la interacción y el disfrute, fortaleciendo el reconocimiento del cuerpo, la autoestima, la imagen personal y el amor propio como elementos importantes para el bienestar integral.</p>			
3.3.1 MOMENTO INICIAL	<p>1. Sin etiquetas (Mi historia) 07/08/2026 09:00 am a 11:00 am Se dio inicio a la actividad mediante un espacio de diálogo en el que se invitó a las personas mayores a recordar los juegos tradicionales que practicaban durante su infancia, juventud o adultez. Se exploró qué juegos conocían, dónde los realizaban, con quiénes compartían estos espacios y qué significado tenían para ellos, generando un ambiente de confianza que facilitó la evocación de recuerdos personales y experiencias significativas.</p> <p>2. Vínculos con bienestar (Cuidando mi cuerpo) 12/08/2026 09:00 am 11:00 am Se dio inicio a la actividad generando un espacio de acogida y motivación en el que se explicó a las personas mayores la importancia del autocuidado, la higiene, la presentación personal y el reconocimiento del propio cuerpo como parte del bienestar integral. Se promovió una actitud positiva frente al cuidado personal, resaltando que dedicar tiempo a sí mismos también fortalecía la autoestima y el amor propio.</p>		
3.3.2 MOMENTO CENTRAL	<p>1. Sin etiquetas (Mi historia) Posteriormente, se desarrollaron juegos tradicionales de tejo y rana, permitiendo que las personas mayores participaran de acuerdo con sus capacidades y posibilidades. Durante la actividad se promovió la conversación espontánea sobre las experiencias relacionadas con estos juegos, recordando lugares, familiares, amigos, celebraciones y momentos importantes de sus épocas. Las personas mayores compartieron anécdotas y recuerdos, reconociendo cómo estas prácticas hacían parte de sus costumbres y de la construcción de su identidad.</p> <p>2. Vínculos con bienestar (Cuidando mi cuerpo) Durante el desarrollo de la actividad se realizó un día de spa, en el cual las personas mayores participaron en diferentes acciones de cuidado personal, como la aplicación de mascarillas a base de café, corte y pintado de uñas y arreglo de cejas. Estas actividades se llevaron a cabo de manera participativa y respetuosa, favoreciendo momentos de relajación, disfrute y expresión de preferencias, mientras se reforzaba la importancia de mantener prácticas de autocuidado y una relación positiva con la propia imagen.</p>		

3.3.3. MOMENTO FINAL	1.Sin etiquetas (Mi historia) Para finalizar, se realizó una reflexión grupal en la que las personas mayores expresaron qué recuerdos les generó la actividad y qué significado tenían para ellos los juegos tradicionales de su época. Se resaltó el valor de sus historias, costumbres y experiencias como elementos importantes de su identidad, promoviendo el reconocimiento de su trayectoria de vida y el intercambio de recuerdos entre los participantes.		
	2. Vinculos con bienestar (Cuidando mi cuerpo) Para finalizar, se generó un espacio de conversación en el que las personas mayores expresaron cómo se habían sentido durante la jornada y compartieron sus apreciaciones frente a las actividades realizadas. Se resaltó que el cuidado del cuerpo no solo contribuía a la presentación personal, sino también al bienestar emocional, la autoestima y el fortalecimiento del amor propio.		
3.4. RECURSOS			
Actividad 1: bolirrana, tejo, bolas de rana, sillas Actividad 2: Café, crema, miel, corta uñas, esmalte, tijeras, agua, pañitos y sillas			
4. EVALUACIÓN ENCUESTRO			
1.Sin etiquetas (Mi historia) La actividad permitió evidenciar una participación activa y significativa de las personas mayores, quienes lograron evocar recuerdos asociados a juegos, lugares, familiares y experiencias de diferentes etapas de su vida. Se observó interés, disposición para compartir anécdotas y reconocimiento de prácticas tradicionales como parte de su historia e identidad. El ejercicio favoreció la expresión de recuerdos personales, la interacción grupal y la valoración de las experiencias que han contribuido a la construcción de su identidad a lo largo del curso de vida.			
2. Vinculos con bienestar (Cuidando mi cuerpo) La actividad se desarrolló favorablemente, evidenciándose participación, interés y disfrute por parte de las personas mayores frente a las acciones de cuidado personal. Se observaron expresiones de satisfacción al finalizar el arreglo de uñas, cejas y rostro, así como disposición para compartir y disfrutar del espacio. La jornada permitió fortalecer prácticas de autocuidado, autoestima y valoración personal, promoviendo vínculos positivos consigo mismos y con los demás.			
FIRMAS DE PERSONAS MAYORES			
Actividad 1.Sin etiquetas (Mi historia)  MIGUEL ANTONIO NEIRA cc. 19058845 SIBATE			
Actividad 2.Vinculos con bienestar (Cuidando mi cuerpo)  ANTONIO JOSE CRUZ HENAO cc.18135502 Bogotá			
NOTA ACLARATORIA: EL REGISTRO FOTOGRÁFICO ORIGINAL, REPOSA EN EL DRIVE DE LA COMUNIDAD DE CUIDADO LAS BRISAS			
Fecha evaluación del encuentro:		31/08/2026	
Nombres y apellidos de la persona del equipo interdisciplinario encargado de la persona que evalúa:		Heydy Alejandra Caro Venegas	Firma de la persona del equipo interdisciplinario encargado de la persona que evalúa: 

ANEXO FOTOGRÁFICO

1. **Actividad:** Sin etiquetas
Fecha: 07/08/2026
Hora: 09:00 am a 10:00 am



2. **Actividad:** Vínculos con bienestar

Fecha: 06/07/2026

Hora: 09:00 am a 10:00 am

