

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	Código: FOR-PSS-570
	FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Versión: 1
		Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022
		Página: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Centro Día al Barrio

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: 1007

1.2 Localidad: Kennedy

2.1. Fecha de Ejecución:

2. Línea: Artes Plásticas y literatura

10	4	2025
----	---	------

 al

10	4	2025
----	---	------

2.2. Nombre del encuentro: Pintura Emocional - Colores de mi vida

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Helly Johana Hernández Ospina

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Generar un espacio de expresión creativa, reconocimiento individual y fortalecimiento de redes afectivas, a través de ejercicios artísticos y

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Facilitar un espacio de encuentro y conexión a través de dinámicas participativas.

2. Estimular la creatividad mediante ejercicios de escritura introspectivos.

3. Promover la reflexión sobre el propio recorrido de vida y la valoración de la experiencia.

4. Potenciar la expresión artística a través de la pintura en separalibros personalizados.

5. Brindar un cierre significativo que refuerce la importancia de la memoria y el crecimiento personal.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1. MOMENTO INICIAL

Actividad Rompehielos:

"La línea del tiempo": Se dibuja una línea en el piso o en una pizarra.

Se invita a los participantes a ubicarse simbólicamente en algún punto de la línea según cómo se sienten hoy en relación con su vida (inicio, mitad o plenitud). Se les pide que compartan brevemente una palabra o emoción que defina su presente.

Presentación breve del artista y del encuentro.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Escritura Creativa y Separalibros:

Se presentan diferentes objetos y elementos sensoriales: Objetos con diferentes texturas (tela suave, hoja seca, piedra lisa, etc.). Elementos con aromas (canela, café, lavanda, etc.). Sonidos relajantes (olas del mar, canto de pájaros, música instrumental). Pequeñas degustaciones

Se anima a las personas mayores a cerrar los ojos y recordar un momento de su vida relacionado con cada sentido. Se les guía con las siguientes preguntas para inspirar su escritura: Vista: ¿Qué colores o imágenes vienen a tu mente?. Oído: ¿Qué sonido te trae un recuerdo especial? Olfato: ¿Qué aroma te transporta a otro momento? Gusto: ¿A qué sabe la felicidad para ti? Tacto: ¿Cómo se siente la nostalgia en tus manos?

Con estas respuestas, cada participante creará un breve poema de 4 a 6 versos.

Ejemplo de poema sensorial: "El aroma del café me abraza, como la mañana en la casa de mi madre. La brisa tibia me susurra su voz, y en en mis manos, el tiempo es una caricia."

Quien desee puede leer su poema en voz alta.

Se comentan las emociones y recuerdos despertados por la actividad.

Ejercicio 2: "Si yo fuera..." Se invita a los participantes a escribir una metáfora sobre sí mismos usando la estructura

"Si yo fuera un árbol, sería..."

"Si yo fuera un río, fluiría..."

"Si yo fuera un libro, contaría..."

Se abre un espacio para compartir algunos escritos.

Creación del Separalibros

Cada participante pinta un separalibros con acuarelas o acrílicos.

Sobre el diseño, escriben una frase dirigida a su "yo del pasado", con un consejo o reflexión.

Ejemplos: "No tengas miedo, todo saldrá bien." "Disfruta cada momento, el tiempo pasa rápido."

3.3.3. MOMENTO FINAL	Se invita a cada persona a leer su frase y compartir brevemente qué le dirían a su "yo del futuro".
	Se reflexiona sobre cómo las experiencias vividas han forjado su presente.
	Preguntas de reflexión:
	¿Cómo se sintieron al plasmar su historia en palabras y colores?
	¿Qué aprendizajes se llevan de esta experiencia?
	¿Qué mensaje les gustaría dejar a las generaciones futuras?
3.4. RECURSOS	
Mencionar artistas que utilizaron el color como medio emocional:	Papel grueso
Mark Rothko: Con sus bloques de color que evocan emociones profundas.	Pinceles de diferentes tamaños, esponjas, y elementos alternativos (paletas, espátulas, incluso los dedos).
Wassily Kandinsky: Pionero en el arte abstracto, quien relacionaba colores y formas con la música y las emociones.	Pinturas: acuarelas, témperas o acrílicos.
Frida Kahlo: Aunque figurativa, sus obras representan emociones intensas a través de colores vibrantes.	Trapos húmedos o servilletas para limpiar.
Leer Haikus y poesía contemporánea	
4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO	
Debido a la alta participación, el grupo fue dividido en dos subgrupos para facilitar la experiencia, mantener un ambiente cuidado y permitir un acompañamiento cercano y personalizado.	
1. Actividad rompehielos: Oralidad y Saberes Populares: Como apertura, la gestora cultural Xiomara Ganoza propuso un ejercicio de oralidad basado en dichos populares. Esta actividad permitió activar la memoria colectiva, abrir el diálogo intergeneracional y generar un ambiente cálido y participativo desde el inicio. Se escucharon frases cargadas de sabiduría cotidiana, risas y recuerdos, lo que fortaleció la confianza entre las y los asistentes.	
2. Actividad artística: Pintura colectiva "Colores Imaginarios" Al primer grupo se le propuso una actividad de pintura colectiva. Se entregaron plantillas con formas inspiradas en la naturaleza (hojas, flores, ramas), y se invitó a usar los colores desde la imaginación, evitando representaciones realistas. Esta libertad creativa fue acogida con entusiasmo: surgieron árboles azules y flores púrpuras. La actividad estimuló la coordinación grupal, la conversación espontánea y la exploración estética. Algunas participantes expresaron que "hacía mucho no pintaban" y que fue "liberador salirse de lo común".	
3. Actividad literaria: Poesía personal y emocional El segundo grupo participó en un ejercicio poético doble. Primero, se trabajó el poema "Si yo fuera", que permitía explorar el deseo, la metáfora y la autorrepresentación; luego, escribieron el texto "Palabras a mi yo del pasado", con reflexiones cargadas de memoria, gratitud o consuelo. Cada una de las creaciones fue consignada en un separalibros artesanal, que sirvió como recuerdo emocional del taller. La mayoría compartió fragmentos en voz alta, generando un momento íntimo y colectivo de profunda conexión.	
4. Rotación de grupos y continuidad de las actividades: Una vez cada grupo finalizó su actividad, la artista y la gestora organizaron los materiales para el ejercicio, de modo que todos los participantes pudieran experimentar tanto la pintura como la escritura.	
Percepciones de los participantes: La gran mayoría de asistentes fueron mujeres, quienes manifestaron sentirse a gusto, respetadas y felices en un espacio que calificaron como "amigable" y "de confianza".	
Al finalizar el taller, varias personas expresaron su deseo de que Centro Día al barrio regresara pronto, e incluso propusieron establecer un día fijo para la continuidad del proceso.	
La líder del grupo, junto con otras participantes, resaltó que este tipo de espacios son esenciales para tejer redes de apoyo, brindarles a las mujeres para tejer redes de apoyo, brindarles a las mujeres mayores un respiro de sus responsabilidades como cuidadoras en sus hogares y permitirles reconectarse con su propia voz y expresión.	
También se identificó un fuerte deseo de pertenencia y participación comunitaria, lo que refuerza la importancia de este tipo de intervenciones desde una perspectiva integral del cuidado.	
Fecha de evaluación del encuentro: 10/04/2025	
Nombre del profesional que evalúa: Helly Johana Hernández Ospina	

