

 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: 1006

1.2 Localidad: Bosa

2.1. Fecha de Ejecución:

2. Línea: Artes Plásticas y literatura

15	4	2025
----	---	------

 al

15	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

Estimular la memoria y la creatividad a través de los sentidos, fomentando la expresión personal y la socialización.

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	
El taller fue conducido por la artista Helly Hernández, con el acompañamiento de la gestora cultural Xiomara Ganoza, quien además realizó labores de gestión y acompañamiento a los asistentes durante todo el taller.	
Como actividad inicial, y con el fin de romper el hielo, se propuso un ejercicio de oralidad basado en la evocación de dichos populares y refranes, con los cuales los participantes se sintieron rápidamente identificados. Esta dinámica no solo permitió generar un ambiente cálido y cercano, sino que también activó la memoria colectiva y dio lugar a divertidas interacciones entre los asistentes.	
Posteriormente, se desarrolló un ejercicio de pintura colectiva, en el que los participantes, divididos en grupos, intervinieron plantillas con motivos de la naturaleza. Se les invitó a alejarse de los colores convencionales, permitiendo así que la imaginación y la creatividad fueran protagonistas. Esta propuesta además de estimular el sentido estético, promovió el trabajo en equipo, el diálogo y la toma de decisiones conjuntas. Los grupos argumentaron de manera detallada el uso de los colores elegidos, lo que evidenció una apropiación activa de la consigna y una interpretación simbólica del entorno.	
En la última parte del taller, se llevó a cabo un ejercicio poético en dos momentos: "Si yo fuera..." y "Palabras a mi yo del pasado". Estas actividades se realizaron de manera oral, considerando que una parte significativa de los asistentes no sabía escribir, lo cual no fue impedimento para que compartieran reflexiones profundas y sensibles sobre sus vidas, sueños y aprendizajes. Esta sección del taller se caracterizó por una fuerte carga emocional y una atmósfera de escucha empática y contención colectiva.	
Al taller asistieron más de veinte personas mayores. Los y las participantes expresaron sentirse a gusto, valorando el espacio como un momento de confianza, esparcimiento y expresión personal. Se generó una atmósfera acogedora, que permitió la interacción entre pares, la recuperación de recuerdos significativos y la posibilidad de expresar emociones que habitualmente no tienen lugar en su cotidianidad.	
Varias personas manifestaron el deseo de continuar participando en actividades similares, insistiendo en la importancia de la regularidad de los talleres y preguntando por el retorno del programa Centro Día al barrio. Según sus palabras, estos encuentros son fundamentales para fortalecer redes de apoyo, romper el aislamiento y brindar un lugar donde pueden ser escuchados y reconocidos.	
El taller cumplió satisfactoriamente con los objetivos planteados. Se observó una participación activa, motivada y emotiva, con un claro impacto en el bienestar emocional de las personas mayores. Todos solicitaron dar continuidad a estos espacios, ampliando su alcance y frecuencia.	
Fecha de evaluación del encuentro: 15/04/2025	
Nombre del profesional que evalúa: Helly Johana Hernández Ospina	

