

 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

16	4	2025
----	---	------

 al

16	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.	
El taller cumplió el propósito principal al estimular la memoria y la creatividad a través de los sentidos, promoviendo al mismo tiempo la expresión personal y la socialización entre personas mayores de 60 años, a través de ejercicios artísticos y de oralidad diseñados con un enfoque participativo y afectivo.	
La jornada inició con un ejercicio de oralidad propuesto por la gestora cultural Xiomara Ganoza, quien como rompehielos invitó a los asistentes a compartir dichos populares y refranes que recordaran de sus experiencias de vida. Esta actividad no solo facilitó la conexión entre los participantes, sino que también activó la memoria colectiva, evocando saberes tradicionales y generando un ambiente cálido y cercano. Posteriormente, se propuso un ejercicio de pintura colectiva. A cada grupo se le entregaron plantillas con formas de elementos de la naturaleza (hojas, flores, árboles, etc.) y se les invitó a intervenirlas usando colores no convencionales, alejándose de la representación realista. Esta consigna estimuló la creatividad, la libertad expresiva y la imaginación simbólica. Durante la socialización de los trabajos, los participantes explicaron sus elecciones cromáticas con argumentos personales y emotivos lo que evidenció una conexión significativa con la actividad.	
La tercera parte del taller consistió en un espacio de creación poética, con dos ejercicios: "Si yo fuera..." y "Palabras a mi yo del pasado". A diferencia de otras experiencias previas, en esta ocasión los participantes escribieron sus reflexiones, las cuales fueron posteriormente leídas en voz alta. Este momento del taller fue especialmente emotivo, pues las palabras compartidas despertaron recuerdos, y generaron una profunda sensación de reconocimiento mutuo.	
El taller contó con la asistencia de más de diez personas mayores, la mayoría de ellas mujeres. Los asistentes manifestaron sentirse muy a gusto, destacando el valor del espacio como un entorno amigable, seguro y de confianza. Al finalizar, muchas personas se acercaron a preguntar cuándo regrese el programa Centro Día al barrio, expresando su deseo de que estas actividades se conviertan en una presencia regular y sostenida en su comunidad.	
Llamó especialmente la atención la participación activa de mujeres en condiciones de alta vulnerabilidad: algunas solas, enfermas o con escaso apoyo familiar. Fueron precisamente ellas quienes, al final del taller, se acercaron con mayor insistencia a expresar su gratitud y a pedir continuidad del proceso, resaltando que estos espacios les devuelven la posibilidad de sentirse acompañadas, escuchadas y valoradas.	
Las reflexiones que surgieron al cierre del taller giraron en torno al paso del tiempo, las oportunidades de estar vivos y la posibilidad de cumplir sueños aún en la vejez. Los participantes coincidieron en que este tipo de encuentros no solo promueven el bienestar emocional, sino que también les permiten tejer redes de apoyo, salir de la rutina del cuidado doméstico y reconectarse consigo mismos y con los demás a través de la palabra, el arte y la imaginación.	
El taller logró con creces los objetivos planteados, movilizando memorias, afectos y creatividad, y dejando en evidencia la necesidad urgente de mantener y fortalecer estos espacios.	
Fecha de evaluación del encuentro: 16/04/2025	
Nombre del profesional que evalúa: Helly Johana Hernández Ospina	

