Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	Nemocón - Cundinamarca
Lugar	IED Alfonso Lopez Pumarejo
Fecha	20/02/2026
Tema	Vínculos familiares en vacaciones: lo importante no siempre cuesta
Entorno	Educativo
Objetivo	Realizar un taller vivencial con padres, madres y cuidadores pertenecientes a los entornos educativos del municipio, orientado al fortalecimiento de habilidades del siglo XXI mediante el aprovechamiento del tiempo libre, el fortalecimiento de redes de apoyo y la promoción de espacios recreativos significativos.
RESPONSABLE ACTIVIDAD	Rudy Yaneth Rodríguez González
Número Documento de identidad	39624417
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

Desarrollo de la Actividad

1. **Descripción de la población asistente**

Participaron **10 personas**, 5 mujeres y 5 hombres, residentes del municipio de **Nemocón – Cundinamarca**.

La sesión se desarrolló mediante una metodología reflexiva y psicoeducativa, orientada a sensibilizar sobre la importancia del tiempo de calidad en la construcción de vínculos familiares, especialmente durante los periodos vacacionales.

La participación fue activa, evidenciándose interés en replantear la manera en que se conciben las vacaciones y el tiempo libre en familia.

2. Metodología de la actividad realizada

Inicialmente se realizó un ejercicio de sensibilización a través de carteleras con mensajes reflexivos relacionados con la idea de que compartir en familia no depende exclusivamente de recursos económicos. Se promovió la reflexión en torno a frases orientadas a cuestionar la creencia de que las vacaciones significativas requieren grandes gastos, resaltando que los momentos compartidos, la escucha y la presencia emocional son los factores que realmente impactan en la memoria afectiva de niños, niñas y adolescentes.

Posteriormente se desarrolló una charla formativa en la que se explicó qué aspectos influyen en el desarrollo emocional durante la infancia y adolescencia, destacando que lo que marca positivamente esta etapa no son los objetos materiales sino las experiencias compartidas, la atención genuina y el acompañamiento constante.

Durante el espacio se brindaron ejemplos de actividades de bajo costo que pueden realizarse en vacaciones, tales como caminatas familiares, tardes de juegos tradicionales, espacios de conversación sin dispositivos electrónicos, preparación conjunta de alimentos, lectura compartida o actividades recreativas en entornos comunitarios.

2.1 Actividad lúdica de inicio

Para dar apertura a la sesión, se desarrolló una dinámica reflexiva denominada “Recuerdos que no cuestan dinero”.

En esta actividad, se invitó a los participantes a mencionar un recuerdo significativo vivido en familia durante vacaciones o tiempo libre. Posteriormente, se les pidió identificar si ese recuerdo estuvo asociado a un gasto económico alto o si se relacionaba principalmente con el tiempo compartido, la conversación o la experiencia vivida.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado

Se utilizaron cartulinas impresas con mensajes reflexivos relacionados con:

- El valor del tiempo compartido sobre el gasto económico.
- La importancia de la presencia emocional en la familia.

- La construcción de recuerdos significativos.
- Propuestas de actividades recreativas de bajo costo.

El material visual facilitó la sensibilización inicial y permitió orientar el desarrollo del conversatorio**.**

2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.

Durante la actividad surgieron reflexiones y preguntas tales como:

- ¿Qué hacer cuando los padres trabajan y no hay mucho tiempo para compartir?
- ¿Cómo disfrutar vacaciones sin dinero?
- ¿Cómo fortalecer la relación cuando existen conflictos familiares?
- ¿Cómo lograr que el tiempo en familia no esté centrado en el uso del celular?

Las inquietudes permitieron ampliar la reflexión hacia alternativas prácticas y accesibles.

3. Conclusiones

- La actividad permitió resignificar el concepto de vacaciones, priorizando el tiempo de calidad sobre el gasto económico.
- Se evidenció comprensión frente al impacto positivo que generan los momentos compartidos en la construcción de recuerdos y seguridad emocional.
- Los participantes identificaron alternativas viables de bajo costo para fortalecer la convivencia familiar.
- El espacio favoreció la reflexión sobre la familia como entorno protector fundamental en la adolescencia.
- Se promovió el aprovechamiento del tiempo libre como oportunidad para fortalecer habilidades sociales y emocionales.
- El taller aportó herramientas prácticas para el manejo de límites, expresión emocional y prevención de conflictos en el hogar.

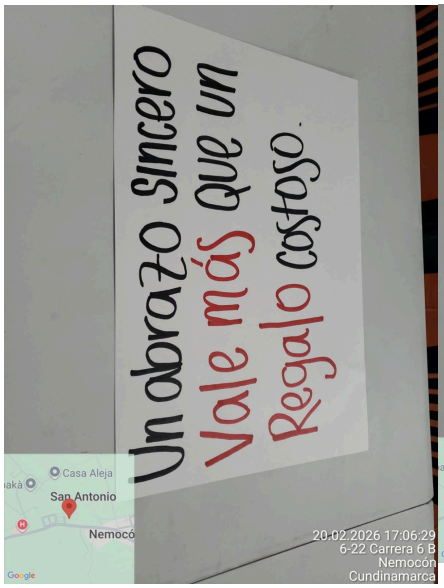
Recomendaciones

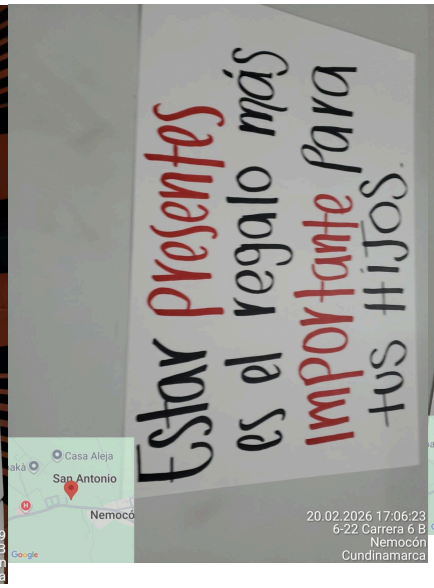
- Continuar implementando talleres orientados al fortalecimiento de vínculos familiares en diferentes etapas del ciclo vital.
- Promover estrategias comunitarias gratuitas que favorezcan la integración familiar.
- Incentivar acuerdos familiares para la disminución del uso excesivo de dispositivos

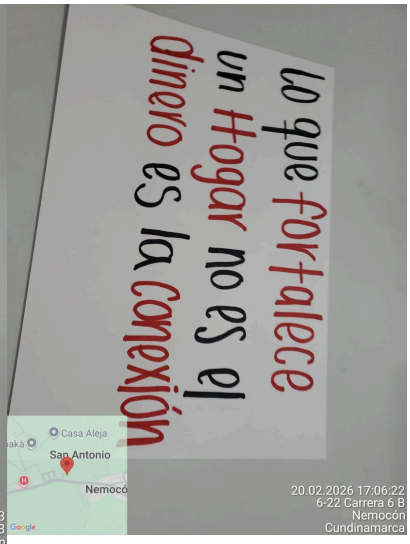
electrónicos durante el tiempo compartido.

- Realizar encuentros complementarios sobre comunicación asertiva y resolución de conflictos familiares.
- Articular estas acciones con programas institucionales de recreación y cultura del municipio.

4. Registro fotográfico









Gobernación de Cundinamarca	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 02
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.

