

**FORMATO DE RELATORÍA – TALLER DE CO- CREACIÓN CON PARTICIPANTES DE COMUNIDAD DE
CUIDADO
FASE DIAGNÓSTICA
POLITICA PARA EL ENVEJECIMIENTO Y LA VEJEZ EN BOGOTÁ PPSEV 2026–2036**

Fecha: 06 de enero del 2026 - 14 de enero del 2026

Centro Día: Comunidad de Cuidado Hogar San José de Chipaque

Número de participantes: 46 personas mayores

Moderador/a: Sonia Roció Bogotá

Relator/a: Leidy Chingate

Localidad: Chipaque- Cundinamarca.

DINÁMICA LA MALETA DE LA VIDA

Aportes y percepciones expresadas: (Registrar aquí las ideas clave, frases literales relevantes, experiencias y recuerdos significativos, cambios más importantes que han vivido los participantes)

Durante el desarrollo del taller “La maleta de la vida”, dirigido a las personas mayores de la comunidad de cuidado, se propuso una actividad reflexiva, como resultado de la actividad, en los objetos materiales las personas mayores destacaron principalmente elementos asociados a la vida cotidiana y afectiva, como fotografías, prendas de vestir, biblias, cartas, objetos heredados y artículos personales. Estos fueron elegidos por representar seguridad, compañía, identidad y vínculos familiares, así como por el valor emocional que conservan a lo largo del tiempo.

En relación con los recuerdos de vida, se evidenció una carga emocional, sobresaliendo experiencias vinculadas a la infancia (recuerdos con los padres, hermanos, cumpleaños, juegos, estudio, las vacaciones), la crianza de los hijos, la conformación del núcleo familiar, amigos, el trabajo, los logros personales viajes, y momentos significativos de superación.

Las personas mayores manifestaron que estos recuerdos representan etapas importantes de su historia, aprendizajes adquiridos y momentos que han marcado su forma de ser y de afrontar la vida.

Respecto a los valores, los más mencionados fueron el respeto, la responsabilidad, el amor, la honestidad, la comunicación, la solidaridad y la tolerancia. Los participantes expresaron que estos valores han guiado su comportamiento a lo largo de los años y consideran que son fundamentales para una sana convivencia, tanto en la familia como en la comunidad de cuidado.

En el resumen de las elecciones realizadas, las personas mayores manifestaron que los objetos recuerdos y valores seleccionados representan aquello que consideran esencial y que “llevarían en su maleta de vida”, resaltando la importancia de su historia personal, sus vínculos afectivos y los principios que han orientado sus decisiones.

A continuación, se relacionan algunas de los aportes realizados de manera puntual por las personas mayores:

- La persona mayor manifiesta que lo plasmado en la actividad lo hace feliz, al permitirle recordar estas experiencias.
- Yo fui un guerrero, soy positivo, Dios ilumino mi corazón.
- Estos recuerdos me remiten a mi infancia donde vivía contento, es bueno tener valores

Para que me tengan aquí donde no me falta nada.

-
- Un recuerdo que marco mi vida fue el día de la inauguración del Hogar San José de Chipaque hace más de 10 años. Recordar es vivir.
 - Yo viví muchas cosas, sin embargo, no pensé el tropezón de llegar a donde estoy.
 - Recuerdo mis mejores pasajes de mi vida mi infancia, mis padres, hermanos y mi primer hijo
 - La actividad de la maleta de la vida es el viaje en el pasado, pasos por la vida hasta el Descanso, siendo una introspección.
-

MURAL VISIÓN DE FUTURO

Ideas y principales aportes del grupo:

La dinámica participativa “Mural de Visión de Futuro” se desarrolló con 46 personas mayores de la comunidad, con el objetivo de recoger percepciones, expectativas y necesidades reales que sirvan como insumo para la construcción de una política pública acorde a la realidad de esta población. A través de la expresión gráfica y escrita, los participantes plasmaron cómo imaginan su futuro ideal y qué aspectos consideran prioritarios para garantizar una vejez digna.

Como resultado del ejercicio, se identificaron de manera recurrente temas relacionados con el acceso a una atención integral en salud, enfatizando la importancia de servicios oportunos, humanizados y continuos. Así mismo, las personas mayores manifestaron la necesidad de contar con espacios seguros de vivienda, adecuados a sus condiciones físicas y funcionales, que promuevan la autonomía y el bienestar.

En el ámbito social, el mural reflejó el deseo de mayor participación, inclusión y reconocimiento dentro de la comunidad, destacando la importancia de ser escuchados y tenidos en cuenta en la toma de decisiones que afectan su vida cotidiana. Se evidenció también la necesidad de fortalecer las redes de apoyo familiar, comunitario e institucional, como un factor clave para prevenir el aislamiento y promover la sana convivencia.

Otro aspecto relevante identificado fue la demanda de actividades recreativas, culturales y formativas, orientadas al envejecimiento activo, al uso significativo del tiempo libre y al fortalecimiento de habilidades físicas, cognitivas y emocionales. De igual manera, se resaltó la importancia de la seguridad económica, el respeto por sus derechos y el trato digno por parte de las instituciones y la sociedad en general.

Dentro de sus aportes y reflexiones, destacan los siguientes aspectos escritos puntualmente en Mural:

- Generar entornos protectores
- Creación de política incluyente
- Envejecimiento con dignidad
- Cumplimiento de derechos, saberes y aportes valiosos.
- Estando con Dios cumplimos los sueños
- Respeto y tolerancia con los demás
- Creación de mesas de dialogo para el progreso del adulto mayor
- Escuchar la voz de quienes envejecen, promover salud, autonomía, participación y

Bienestar durante toda la vida.

- Cuidar no solo es asistir, es respetar, acompañar y promover autonomía y buen trato
 - Acceso a trabajos, más recreación, deporte y mejoras de vías públicas
-

OBSERVACIONES GENERALES DE LA JORNADA

(Clima de la sesión, participación, comentarios espontáneos, aspectos logísticos o emocionales relevantes)

Durante el desarrollo de la dinámica “La maleta de la vida”, se evidenció que las personas mayores otorgan un alto valor a los vínculos afectivos, las experiencias significativas y los valores contruidos a lo largo de su trayectoria vital. Al priorizar recuerdos, objetos y valores, emergieron elementos como la familia, el trabajo, la superación de dificultades, la fe, la honestidad, el respeto y la solidaridad, lo cual refleja la necesidad de que la política pública reconozca y dignifique la historia de vida de esta población. Asimismo, se identificó la importancia del reconocimiento social y del sentido de utilidad, aspectos fundamentales para el bienestar emocional y la autoestima en la vejez.

Por otro lado, en la dinámica “Visión al futuro”, se identifica la necesidad en el acceso a una atención integral en salud, espacios de participación, condiciones de vida dignas y entornos que promuevan el respeto, la inclusión y la autonomía. Se observó un interés común por ser escuchados y tenidos en cuenta en la toma de decisiones que afectan su vida cotidiana, así como por el fortalecimiento de redes de apoyo comunitarias e institucionales.

De manera transversal, ambas dinámicas permitieron identificar que las personas mayores no se conciben únicamente como receptoras de cuidado, sino como sujetos activos de derechos, con saberes, experiencias y aportes significativos para la sociedad. Estas observaciones evidencian la necesidad de que la Política Pública de Vejez se construya desde un enfoque participativo, personas mayores, garantizando su bienestar integral y una vejez digna y activa.

CONCLUSIONES RELATORIA (MENSAJES CLAVE O RECURRENTES EN LA SESIÓN)

El taller permitió fortalecer la autoidentidad, la memoria emocional y el reconocimiento del valor de su trayectoria vital, promoviendo espacios de expresión, escucha y reflexión.

Por otra parte, la dinámica de una visión de futuro permitió visibilizar las verdaderas necesidades, expectativas y aspiraciones de las personas mayores, aportando información valiosa para la formulación de una política pública centrada en el enfoque de derechos, la participación social y el reconocimiento de la experiencia de vida de esta población. El mural se constituyó en una herramienta de expresión colectiva que facilitó la construcción de propuestas

acordes a su realidad y contribuyó al fortalecimiento del ejercicio de ciudadanía activa.

Las dinámicas utilizadas en la formulación de la política pública de envejecimiento y vejez
Fueron herramientas efectivas para la recolección de insumos, facilitando la libre expresión de
las experiencias, necesidades, expectativas y valores de las personas mayores promoviendo su
Participación y el reconocimiento de su trayectoria de vida como un componente

Fundamental en la construcción de acciones públicas pertinentes y contextualizadas.

Las personas mayores se reconocieron como sujetos activos, con capacidad de aportar a la toma
de decisiones, lo cual fortalece el sentido de pertenencia y corresponsabilidad frente a acciones
institucionales.