

**FORMATO DE RELATORÍA – TALLER DE CO- CREACIÓN CON PARTICIPANTES DE
CENTROS DÍA – CASAS DE SABIDURÍA
FASE DIAGNÓSTICA**

POLITICA PARA EL ENVEJECIMIENTO Y LA VEJEZ EN BOGOTÁ PPSEV 2026–2036

Fecha: _12, 13,15 de diciembre Centro Día: Mi Refugio Número de participantes:
Moderador/a: _Laura Rodríguez Relator/a: Cristina Prada
Localidad: LOS MARTIRES

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 de la actividad, las personas mayores expresaron ideas, emociones y reflexiones profundas relacionadas con su trayectoria de vida, resaltando la importancia de sus experiencias y aprendizajes acumulados a lo largo del tiempo. La maleta de la vida fue comprendida como un recorrido personal, permitiendo reconocer lo vivido, lo que permanece y aquello que desean seguir llevando consigo.

Entre los objetos materiales más representados se destacaron fotografías familiares, biblias, cartas, prendas significativas y objetos heredados, los cuales simbolizan vínculos afectivos, fe, identidad y sentido de pertenencia. En cuanto a los recuerdos, emergieron experiencias relacionadas con la crianza de los hijos, el trabajo, la vida en el campo, celebraciones familiares y momentos de superación frente a dificultades. Frases como *“esto es lo que me hizo quien soy hoy”*, *“mi familia es mi mayor tesoro”* y *“todo lo vivido me enseñó algo”* reflejaron la valoración positiva de su historia personal.

En el bolsillo de los valores, se repitieron con frecuencia el respeto, la responsabilidad, el amor, la honestidad, la solidaridad y la perseverancia, evidenciando principios que han guiado su vida y que desean seguir transmitiendo a las nuevas generaciones. Algunos participantes manifestaron: *“estos valores son lo único que uno se lleva”* y *“esto es lo que quiero dejar como legado”*.

La actividad permitió identificar cambios significativos vividos por los participantes, como la transformación de los roles familiares, el paso de la vida laboral a la jubilación, la adaptación a nuevas dinámicas sociales y el fortalecimiento de la autonomía emocional. Asimismo, se evidenció un proceso de aceptación de la vejez como una etapa de reflexión, gratitud y resignificación del pasado.

MURAL VISIÓN DE FUTURO

Durante la realización de este ejercicio sobre la ciudad en 10 años para las personas mayores, los participantes manifestaron una visión colectiva centrada en el bienestar, la inclusión, el respeto y la dignidad en el proceso de envejecimiento. La actividad facilitó la proyección de deseos, sueños y expectativas tanto personales como comunitarias, promoviendo el diálogo intergeneracional y la reflexión sobre el futuro compartido.

Entre las ideas que dijeron las personas mayores, se destacaron ciudades más accesibles, con espacios públicos seguros, parques adecuados, transporte amigable, servicios de salud oportunos y cercanos, y centros de encuentro para personas mayores. Las imágenes seleccionadas reflejaron calles sin barreras arquitectónicas, zonas verdes, espacios culturales, viviendas dignas y escenarios donde las personas mayores participan activamente en la vida social y comunitaria. Solicitaron que la asistencia al centro día sea más de un día a la semana

En las reflexiones grupales surgieron frases significativas como *“queremos una ciudad donde podamos seguir siendo útiles”, “envejecer no debe ser sinónimo de aislamiento”* y *“soñamos con una ciudad que piense en todas las edades”*. Estas expresiones evidenciaron la necesidad de reconocimiento social y de políticas que promuevan la autonomía, la participación y el buen trato hacia las personas mayores.

Entre los cambios más importantes señalados, se reconoció la transición de una ciudad menos adaptada a una visión de futuro más consciente de las necesidades del envejecimiento, donde se valore la experiencia de las personas mayores y se fomente el intercambio entre generaciones. Asimismo, se expresó el deseo de que las futuras generaciones envejezcan en una ciudad más humana, solidaria y preparada para el cuidado y la participación activa.

El mural colaborativo se consolidó como una herramienta simbólica y participativa que permitió visibilizar las voces de las personas mayores, fortalecer el sentido de pertenencia y dejar un registro colectivo de sus aspiraciones, contribuyendo a la construcción de una visión de ciudad incluyente y amigable para todas las edades.

OBSERVACIONES GENERALES DE LA JORNADA

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

El ejercicio favoreció la expresión emocional, el reconocimiento del valor de la experiencia acumulada y el fortalecimiento de la autoestima, promoviendo una mirada positiva del envejecimiento y del camino recorrido, así como el sentido de continuidad y trascendencia de sus historias de vida.

Las personas mayores participaron activamente, recibieron el ejercicio con asertividad, manifestaron que les gustaría que sus voces si fueran escuchadas y que desearían participar en las mesas de trabajo principales de creación de la política pública

CONCLUSIONES RELATORIA (MENSAJES CLAVE O RECURRENTE EN LA SESIÓN)

Las personas mayores expresaron de manera reiterada el deseo de una ciudad más humana, inclusiva y accesible, que reconozca sus necesidades físicas, emocionales y sociales, garantizando condiciones dignas para el envejecimiento.

Se destacó como mensaje clave la importancia de seguir siendo visibles, escuchados y valorados, reafirmando que la vejez no implica pasividad, sino experiencia, participación y aporte a la comunidad.

La participación activa de las personas mayores en la planeación de la ciudad fue un tema recurrente, resaltando que sus vivencias y conocimientos son fundamentales para construir entornos más justos para todas las generaciones.

Emergió de forma constante la necesidad de espacios de encuentro, integración y cuidado, que fortalezcan el tejido social, prevengan el aislamiento y promuevan el buen trato y la solidaridad intergeneracional.

Los participantes coincidieron en que el futuro debe contemplar servicios de salud oportuna, transporte adecuado y espacios públicos seguros, como elementos esenciales para una vejez autónoma y activa.



SECRETARÍA DE
INTEGRACIÓN SOCIAL



Se evidenció un mensaje transversal de responsabilidad compartida, donde tanto el Estado como la comunidad y las familias deben comprometerse con el bienestar de las personas mayores y el respeto por el curso de vida.