



Momento de partir

Documentando la vida cotidiana



Belén

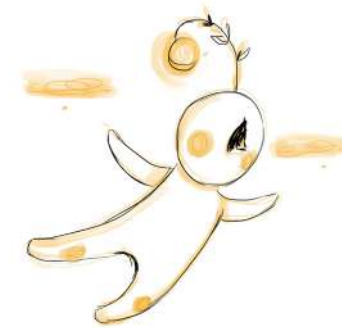
Ma. Belén Rivadeneira





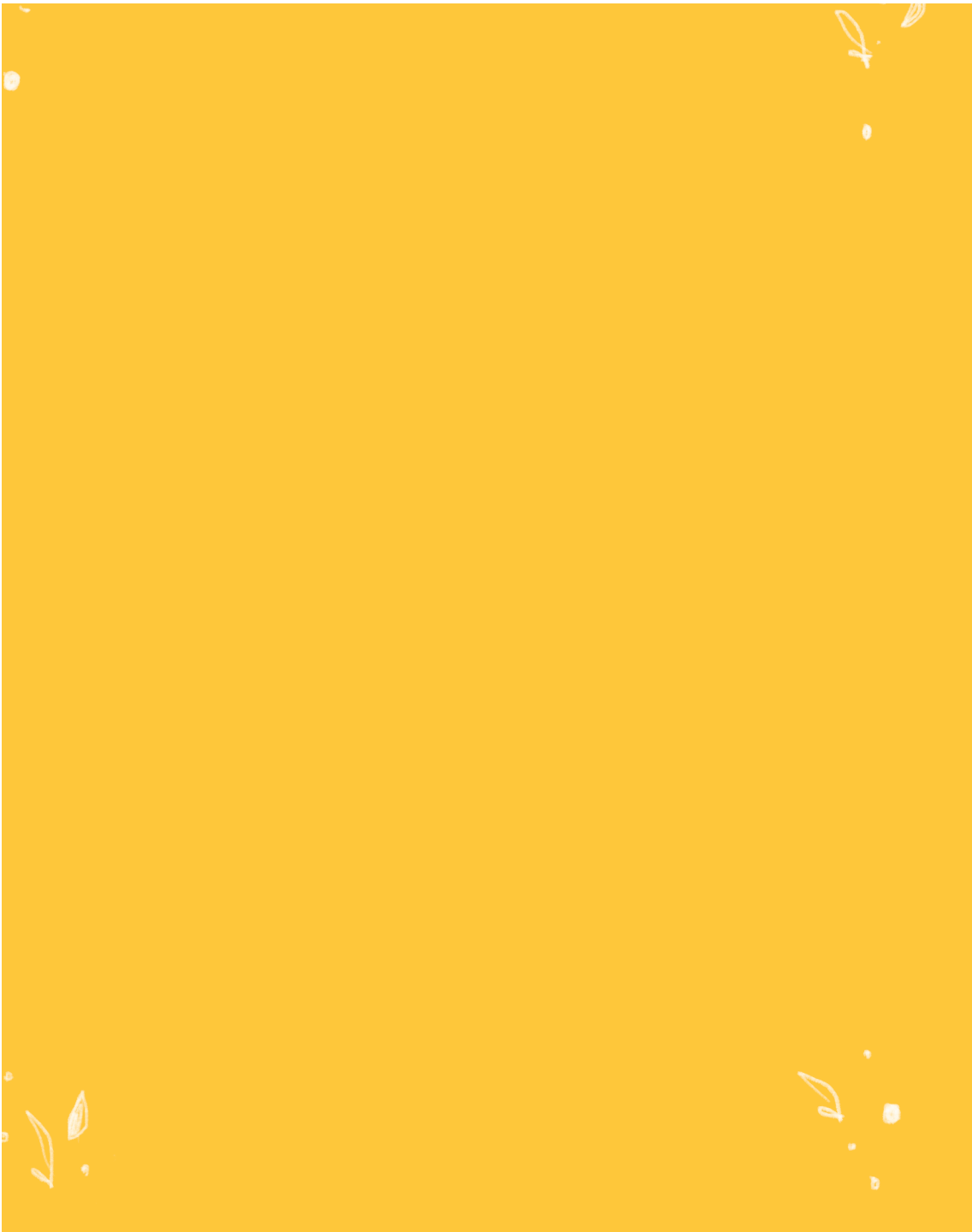
Momento de partir

Documentando la vida cotidiana



Momento de partir
Texto, diseño e ilustración
Ma. Belén Rivadeneira
2020





Querido lector:

Estás a punto de descubrirte de una manera muy especial. Desde hoy serás autor de tu propio libro que está pensado para que tú seas el protagonista de esta historia.

Cada espacio y página en blanco es una oportunidad para dibujar, rayar, garabatear, escribir y manchar a tu antojo.

Las actividades guiarán tu gran viaje pero tú eliges cómo y cuándo contarlas.

Es momento de partir.



Esta historia pertenece a:





Empecé este libro el:

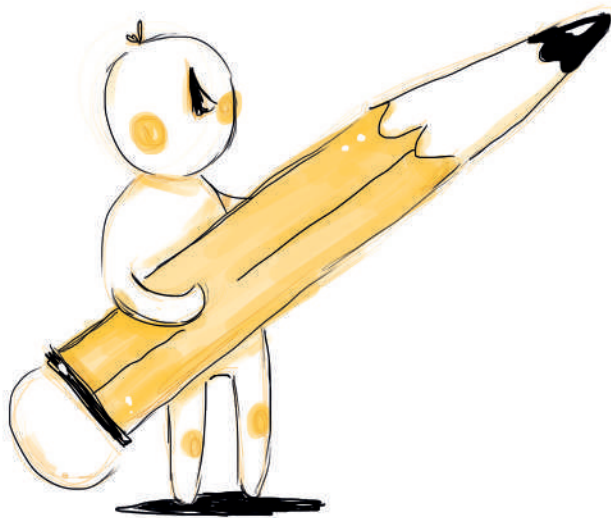
Pequeño,
no tan pequeño





Explorador de colores

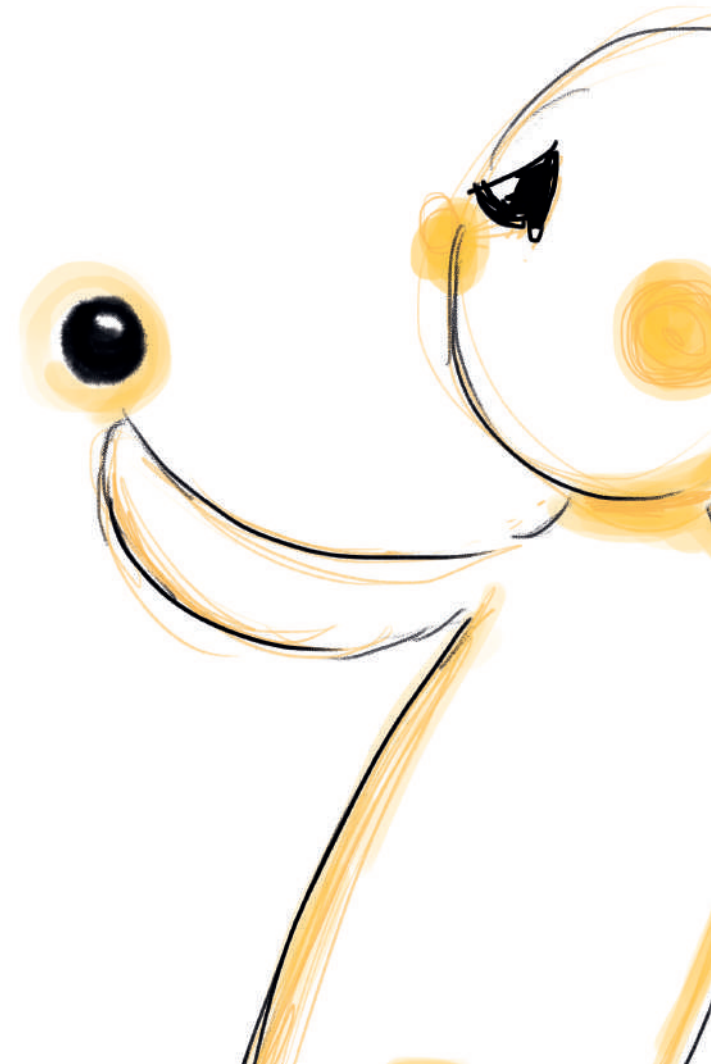
Recorta y pega papeles de colores que te recuerdan a tu infancia.





Mis juguetes favoritos

Dibujo mi juguete favorito y escribo quién me lo regalo.





No quiero comer esto

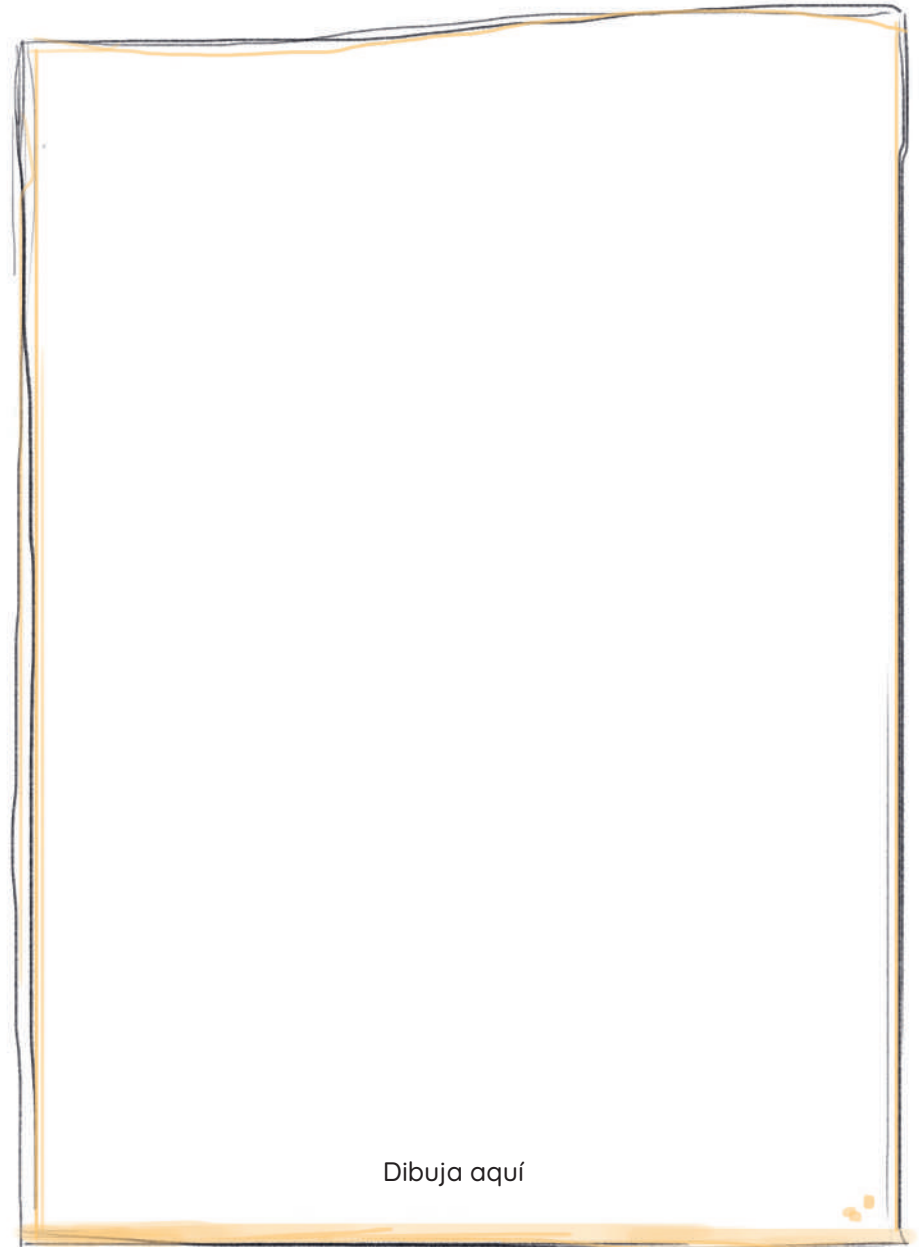
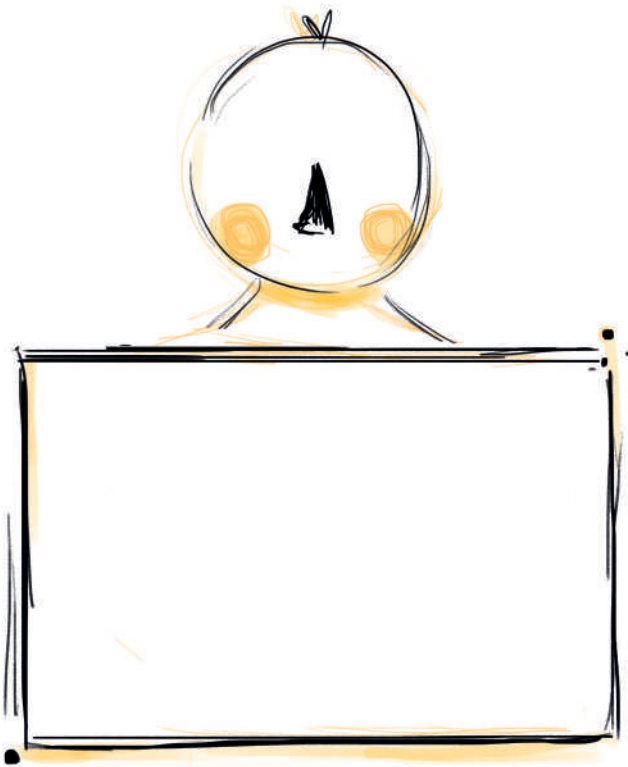
Dibujo la comida que odiaba en mi niñez.





Dibujo de la infancia

Pega un dibujo que hiciste en tu niñez y
recrealo como más te guste en la siguiente página

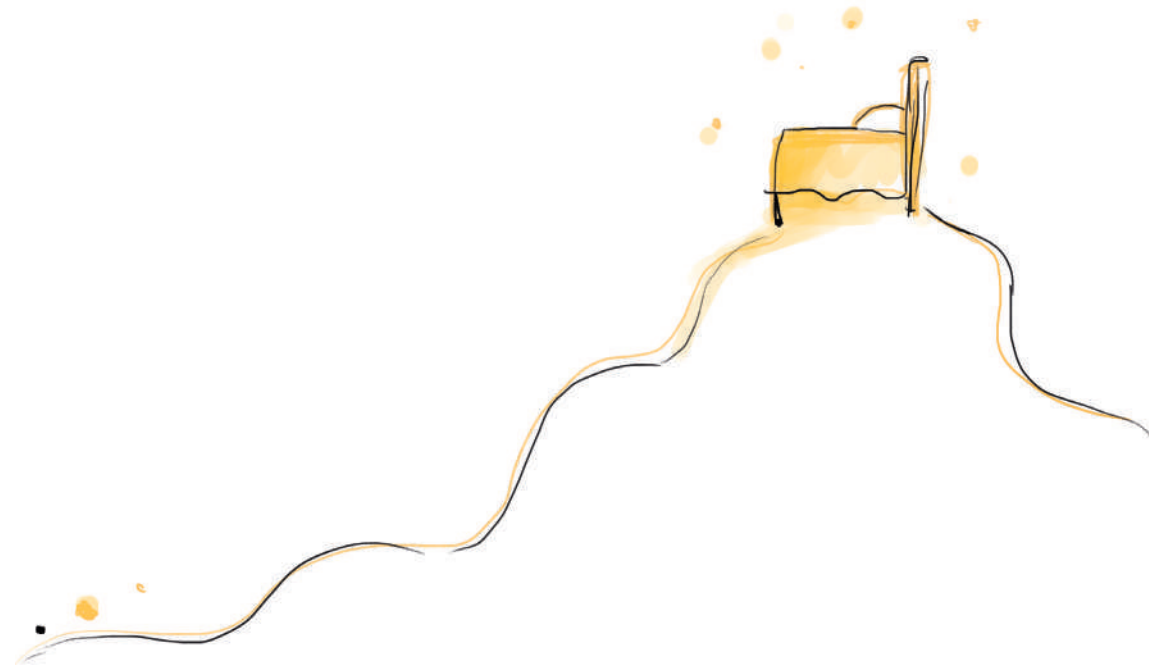


Dibuja aquí

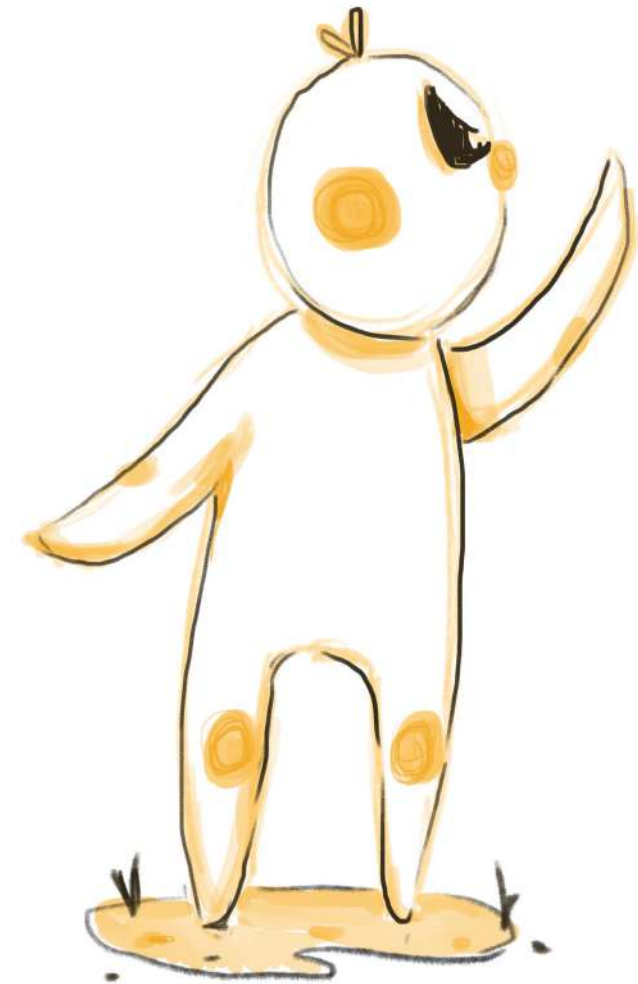


Miedo al dormir

Represento los miedos o monstruos que tenía debajo de mi cama. Escribo lo que más temía.

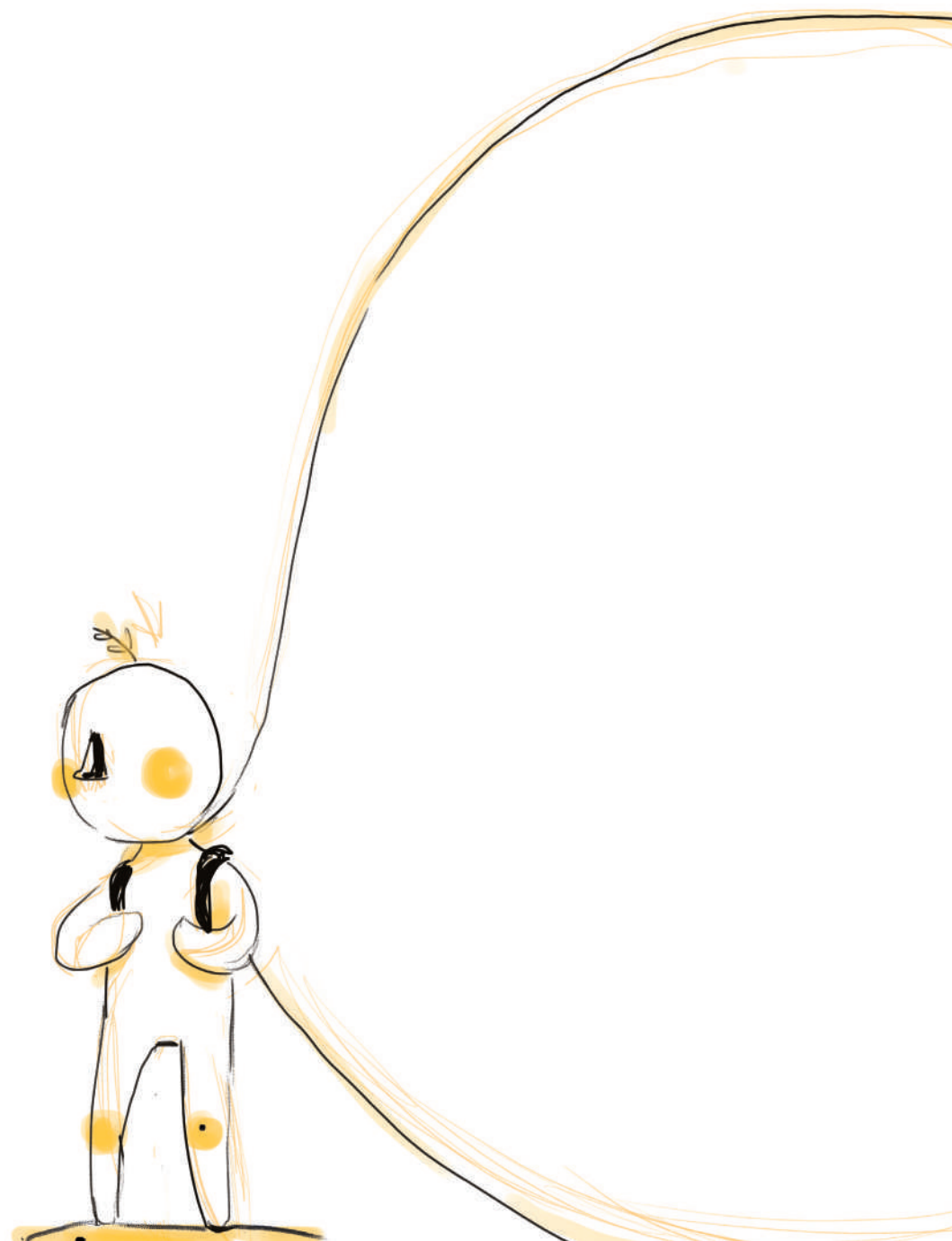


Viajero,
curiosidad en el camino



Kit de viaje

Escribe o dibuja las cosas que necesitas para vivir un viaje increíble, no importa la distancia. Ya sea a la cafetería de tu ciudad o al otro lado del mundo. ¿Qué hay en tu maleta de viaje?

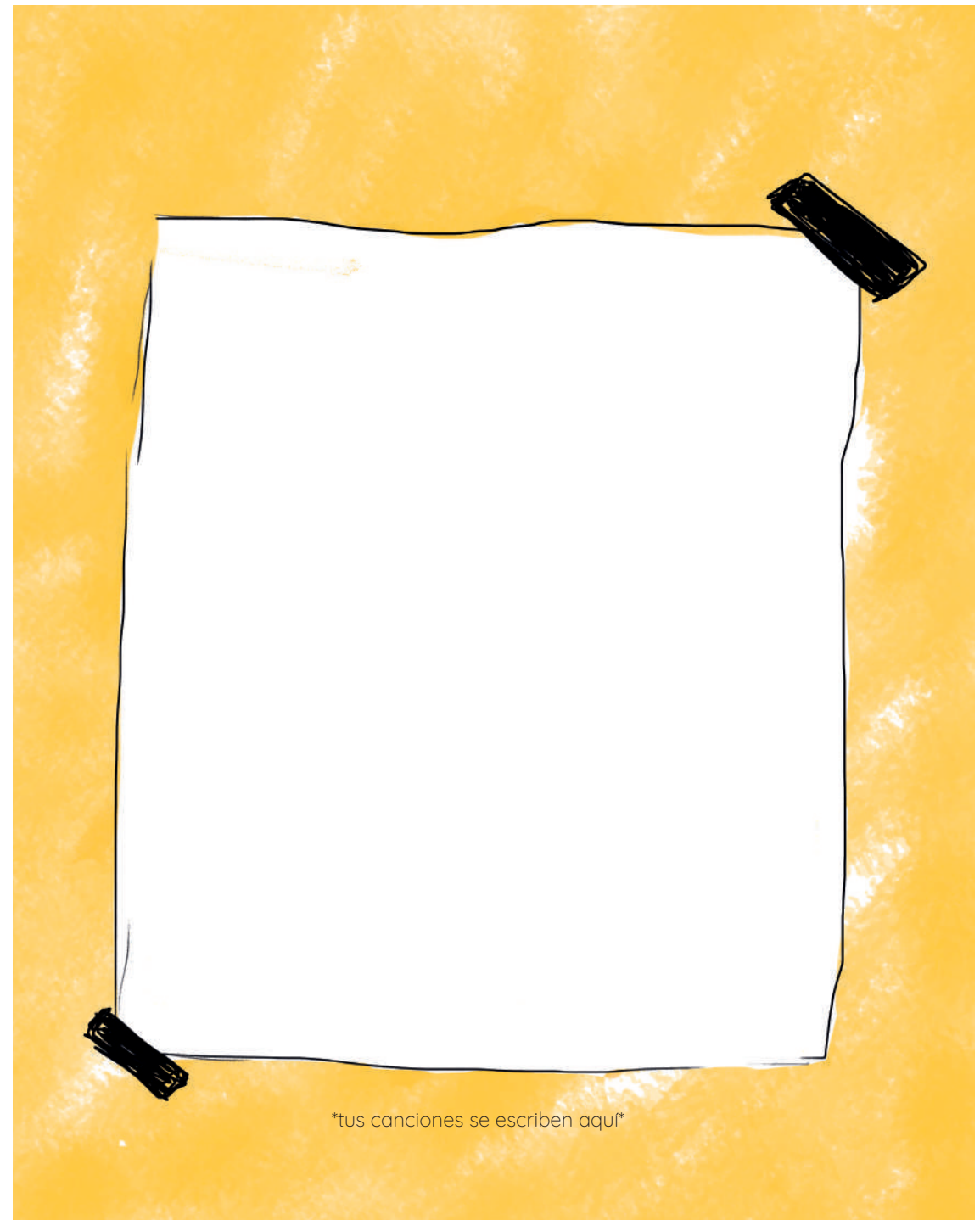




Canciones de viaje

Escribe tus canciones favoritas para recorrer.

pega aquí tus álbumes musicales favoritos

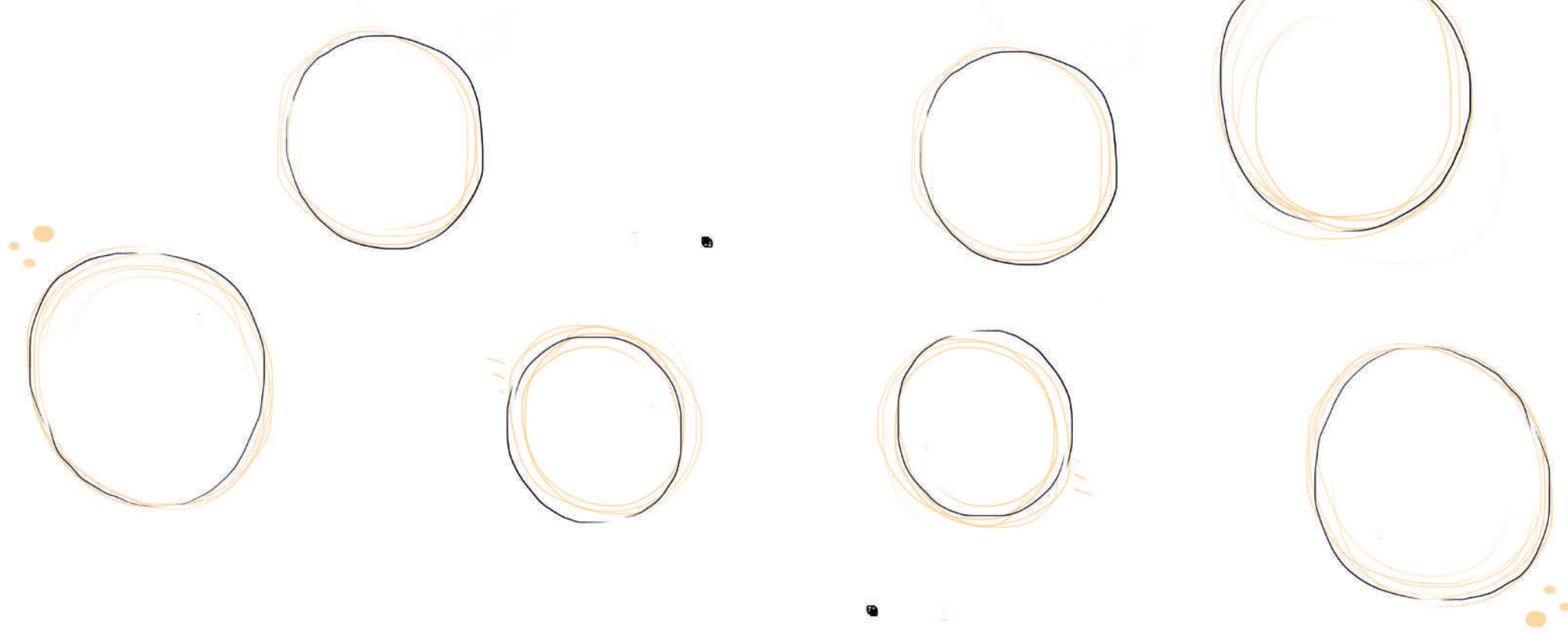


tus canciones se escriben aquí



Lugares

Escribe tus lugares favoritos dentro de tu ciudad.





Bloqueado,
sin poder avanzar





A ponerle color

La vida puede ser complicada a veces. Llena esta página con stickers divertidos y muy coloridos.





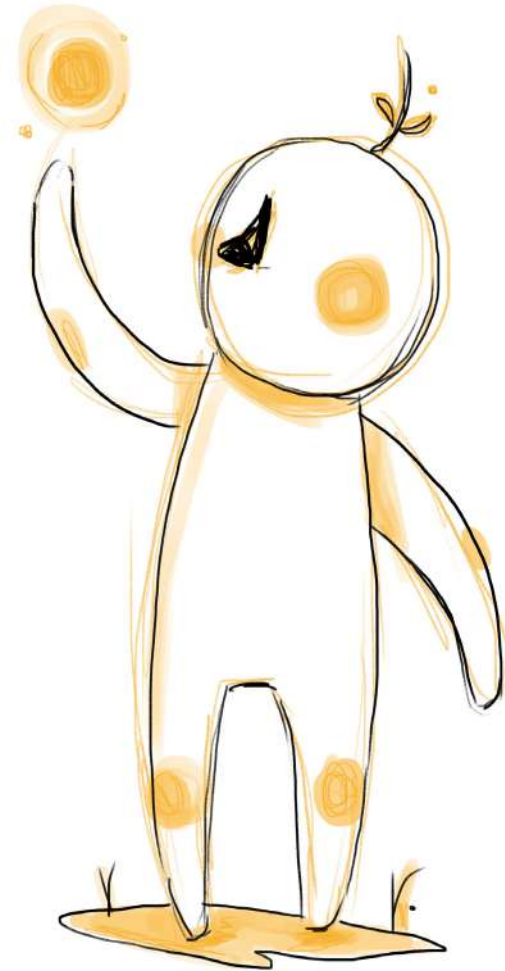
Mi propio muro

Escribo una pequeña anécdota sobre algún momento que sentí un gran obstáculo en mi vida.





Acompañado,
juntos en esto





Mi compañero es...

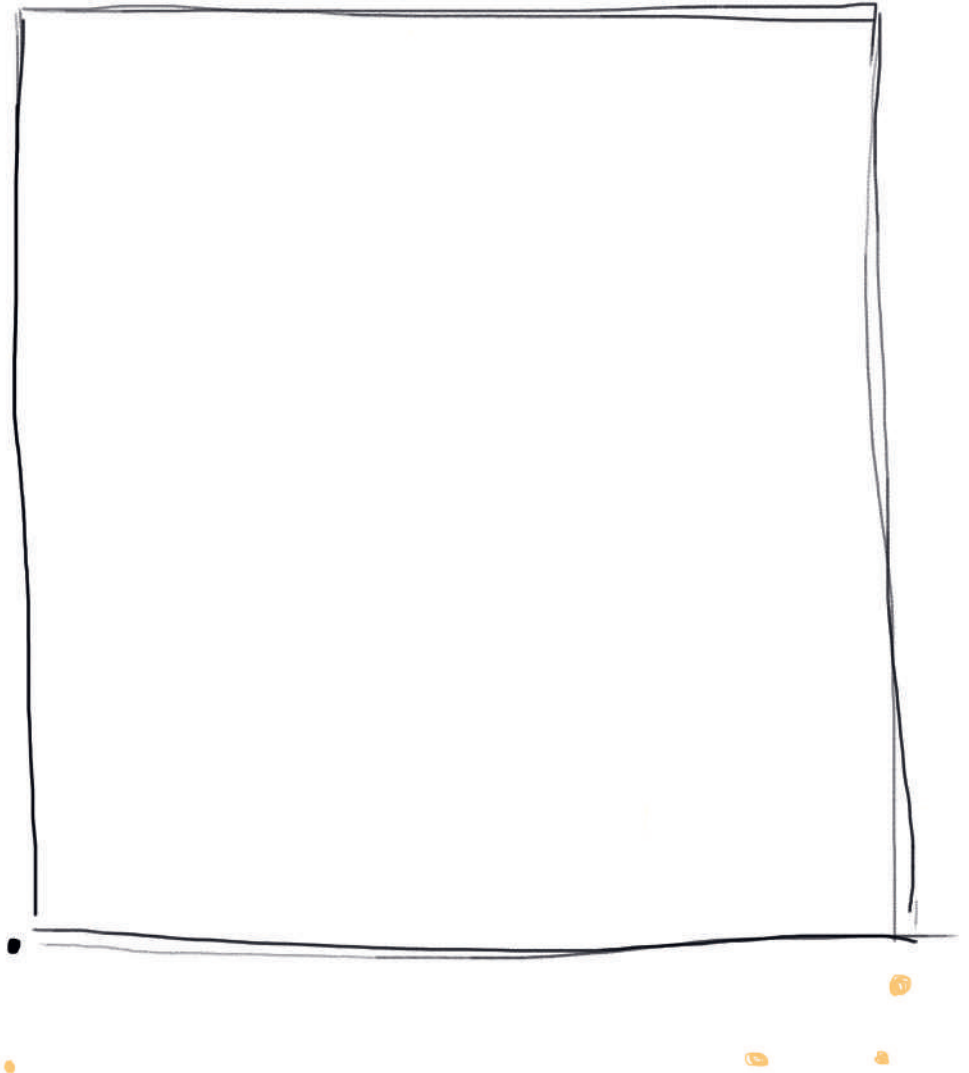
Dibuja las diferentes características físicas de tu compañero. Escribe sobre su atributo más especial.





Juntos en colores

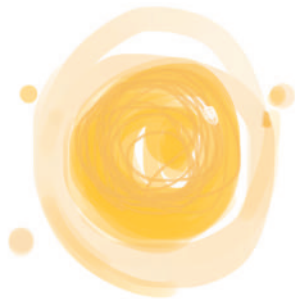
Pinto mi silueta y la de mi compañero, con nuestros colores favoritos





Frases de compañía

Escribo las frases más representativas de mi compañero de aventuras.





Ruta hacia mi compañero

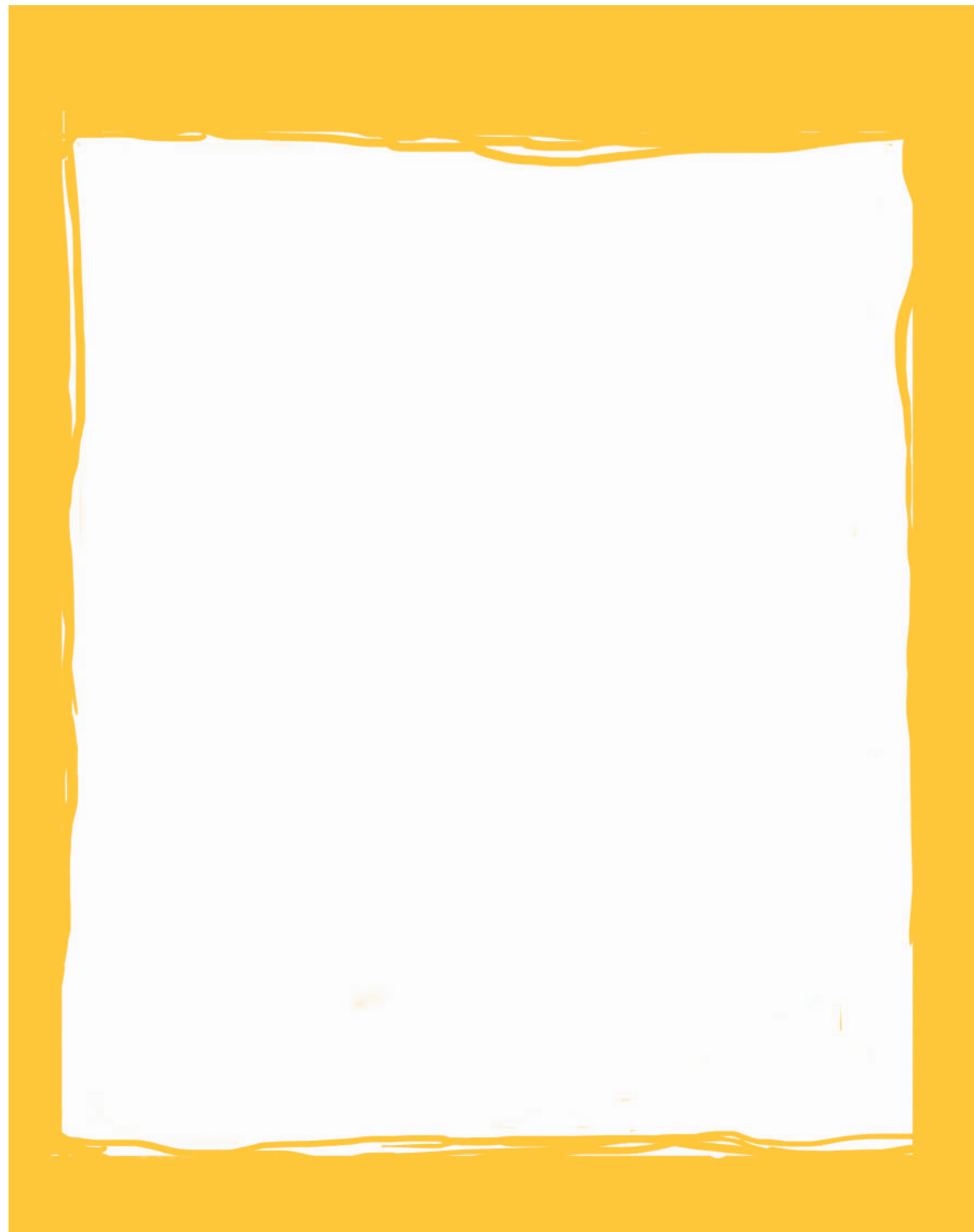
Dibujó un mapa de los lugares que debo recorrer para llegar con mi compañero de aventuras.





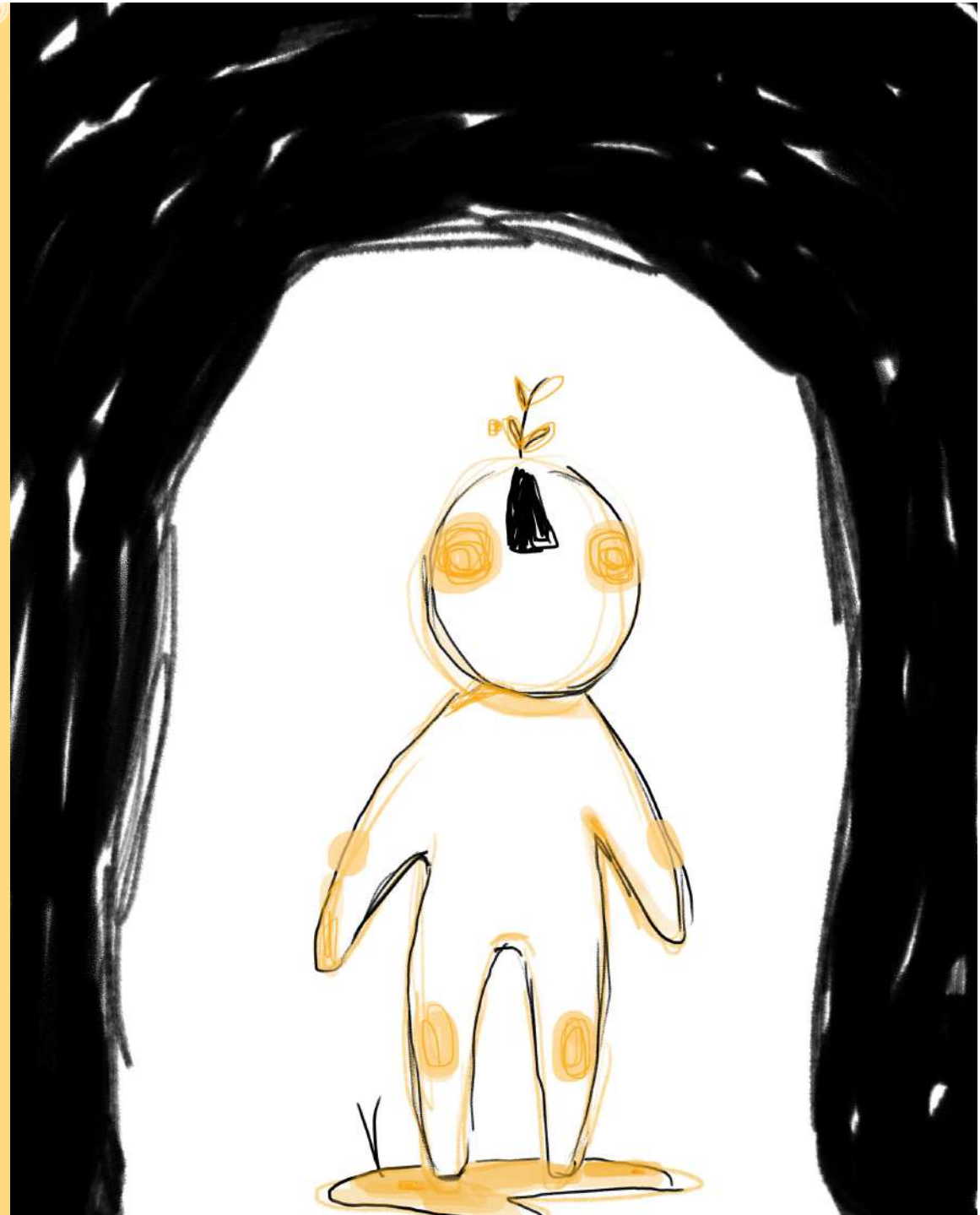
Diploma de reconocimiento

Escribe una carta de agradecimiento, reconociendo los mayores atributos de tu compañero.





Inseguro,
el mundo desconocido





Lo desconocido es...

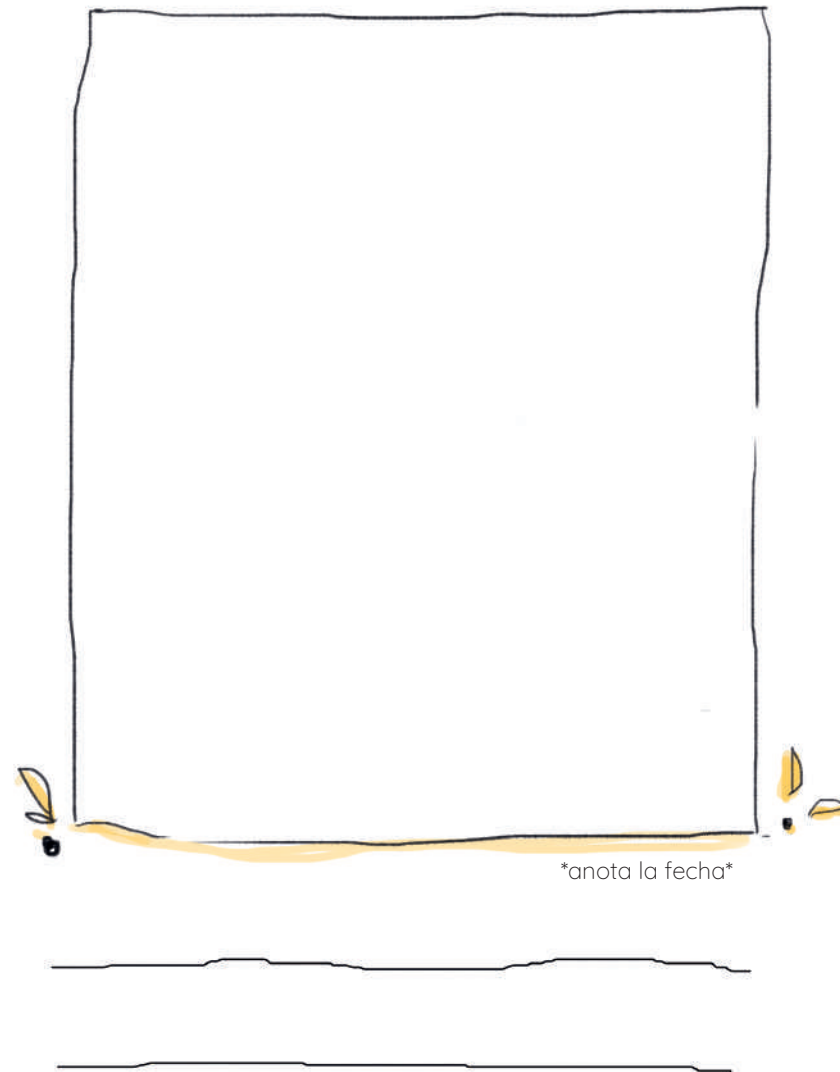
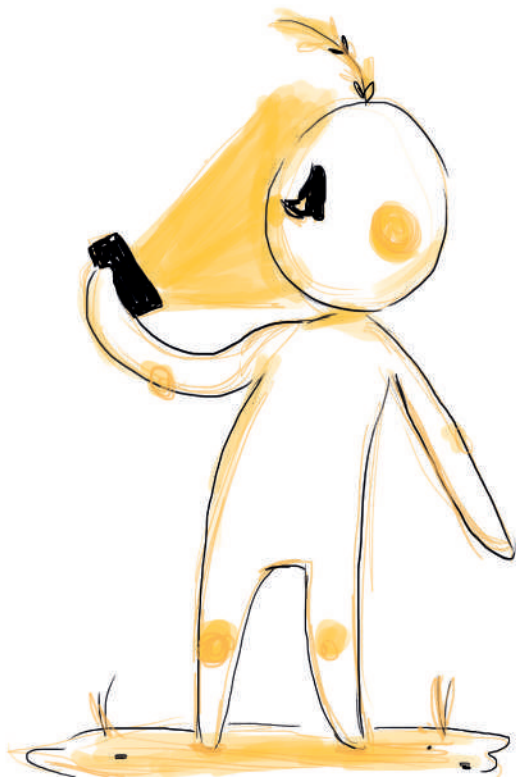
Pregunta a diferentes personas lo que es lo desconocido y anota sus respuestas.





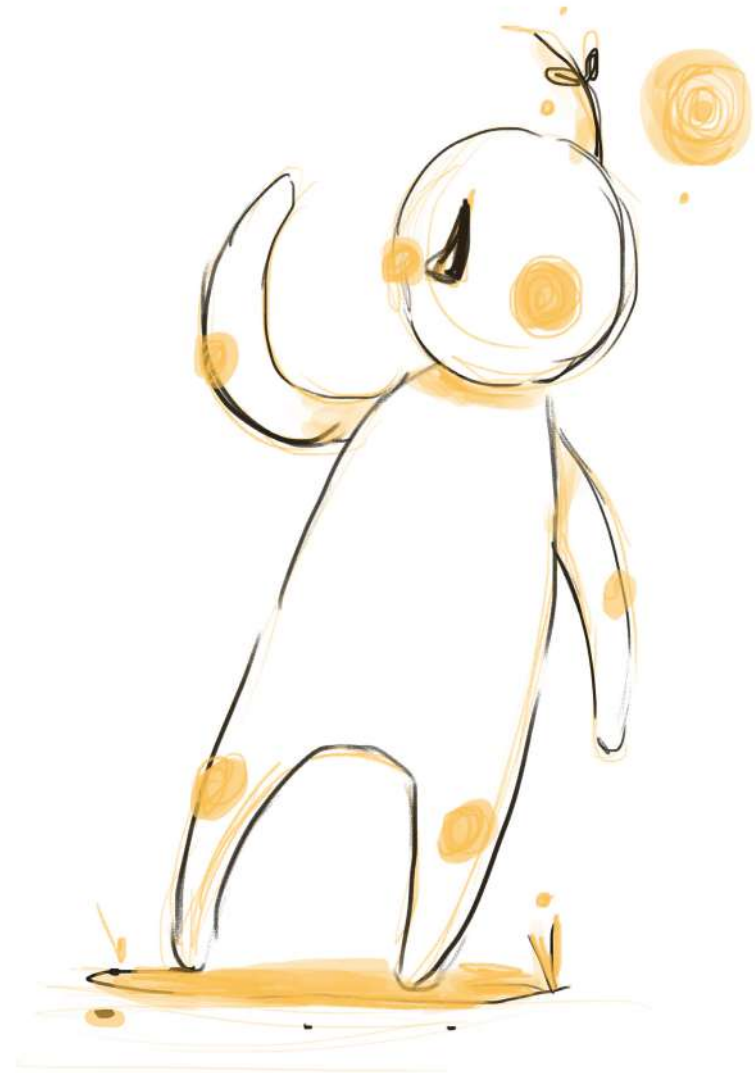
Futuro desconocido, futuro yo

Pego aquí una fotografía mía actual, escribo cómo pienso que me veré en un par de años.





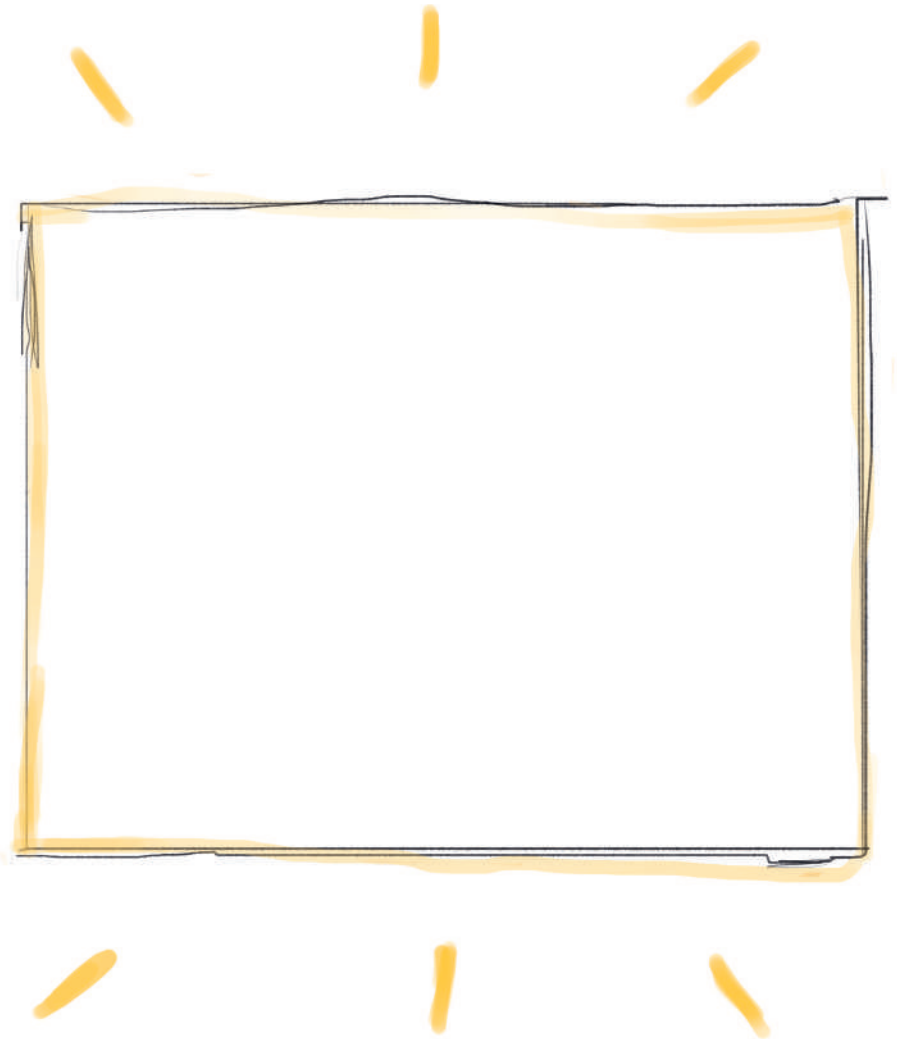
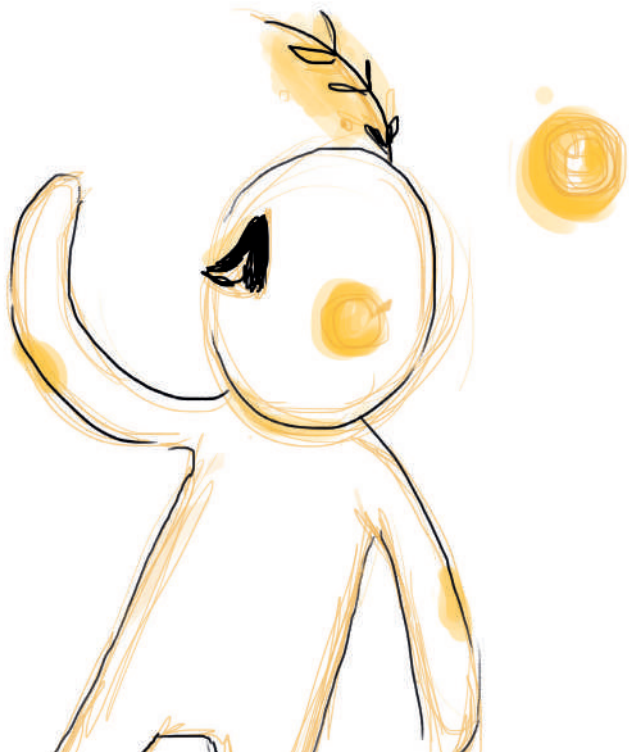
Amigo,
mucho mejor con aliados





Mi equipo

Me dibujo y pido a mis amigos que se retraten junto a mí.





Anoto lo que más amo de mí

Anota lo que más detestas de ti



Diseño mi armadura

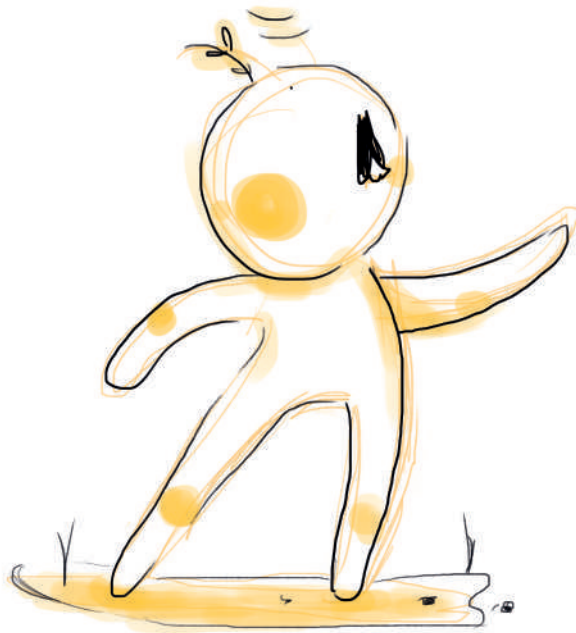
Pego una fotografía mía y dibujo sobre ella una armadura especial.





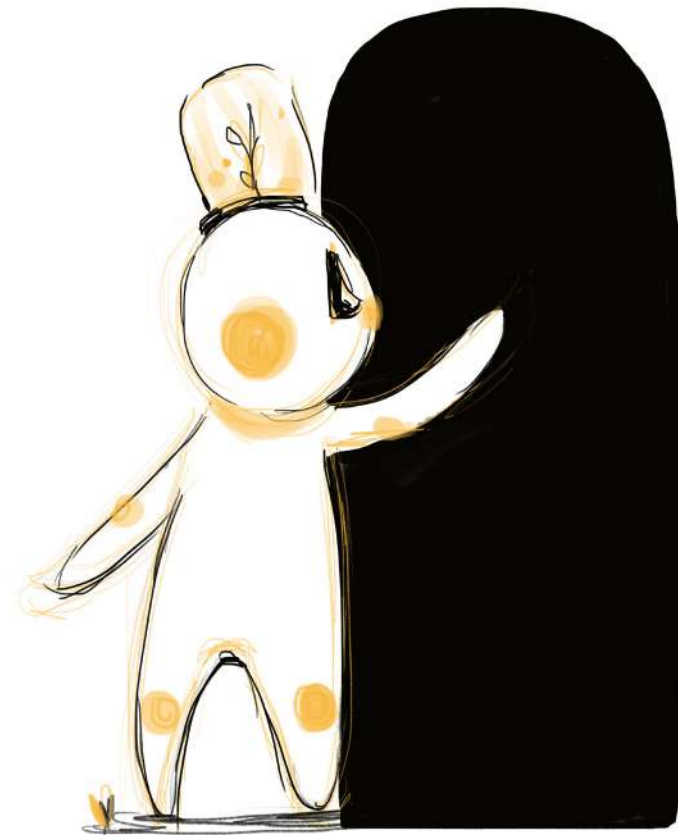
Foto épica

Realiza una fotografía con una pose divertida e imponente, y pégala en la siguiente página.





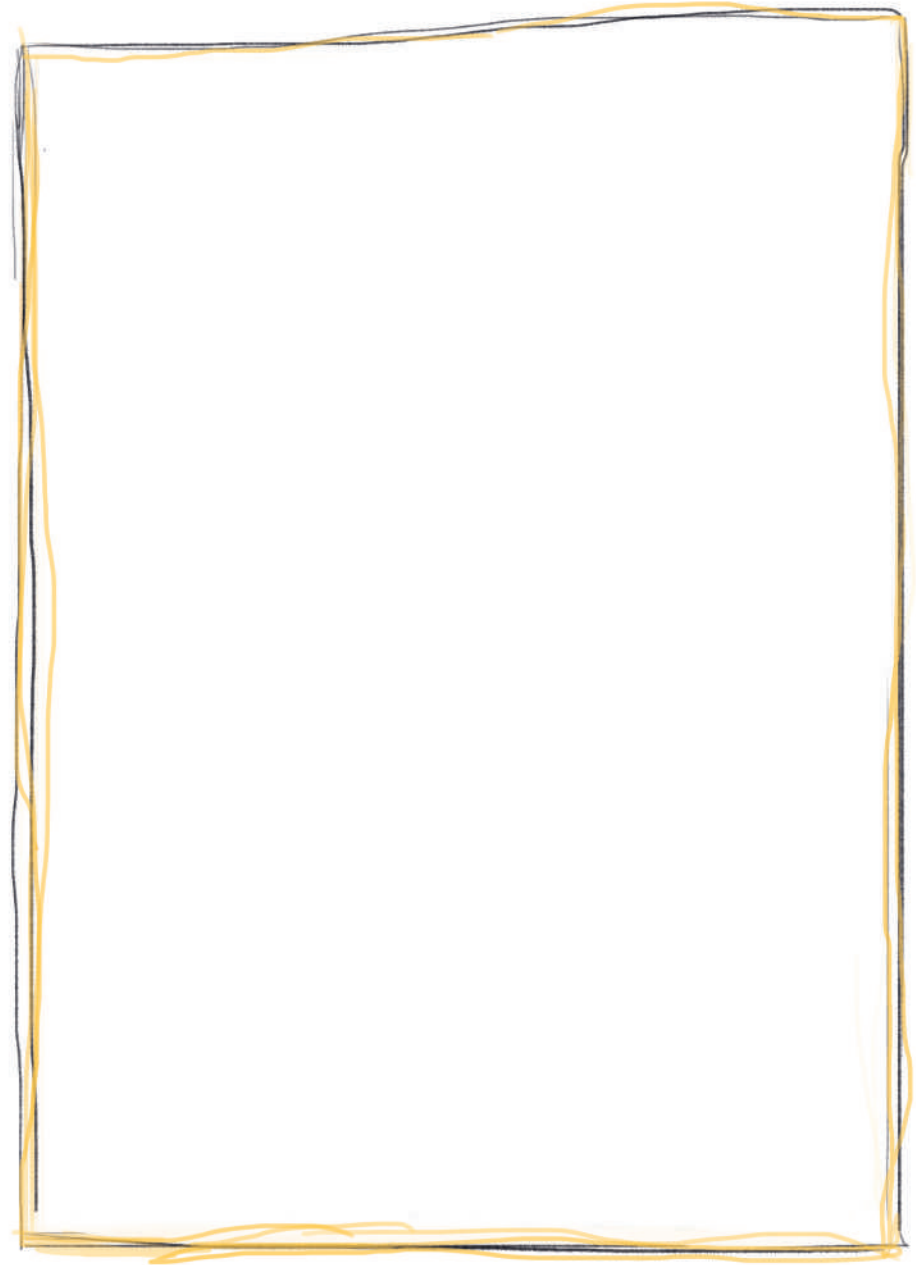
Alentado,
un profundo respiro





Me preparo

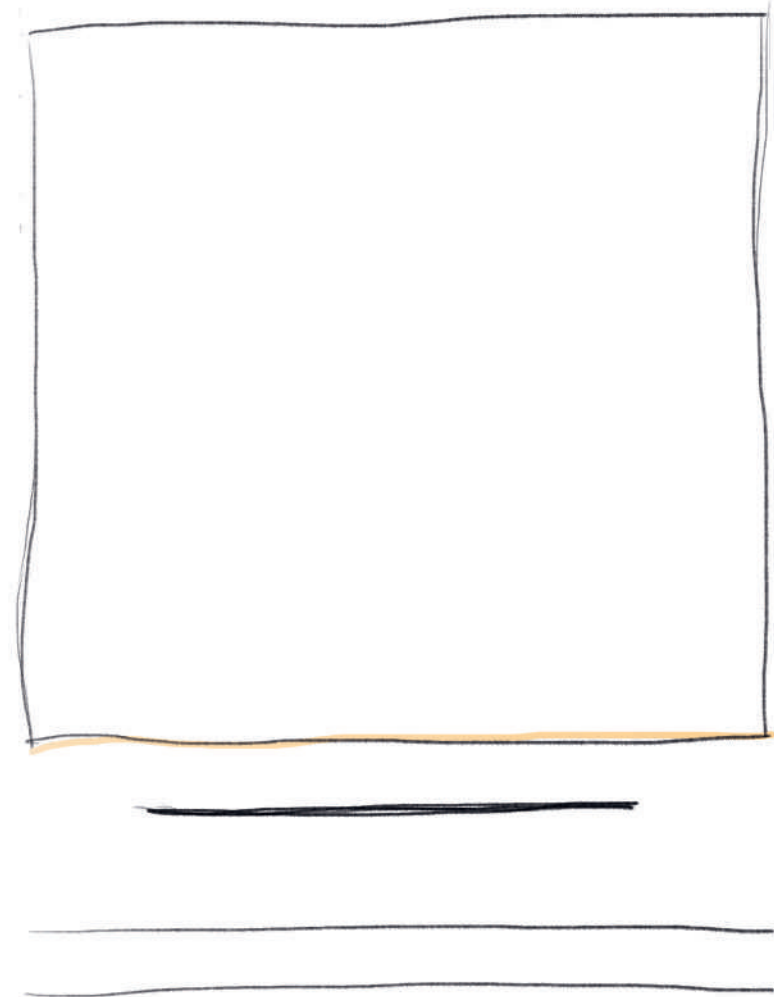
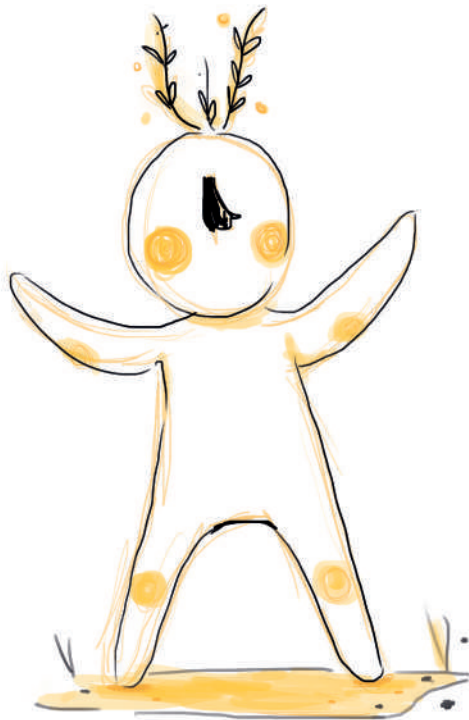
Anoto las actividades que realizo para sentirme más seguro antes de un gran desafío.





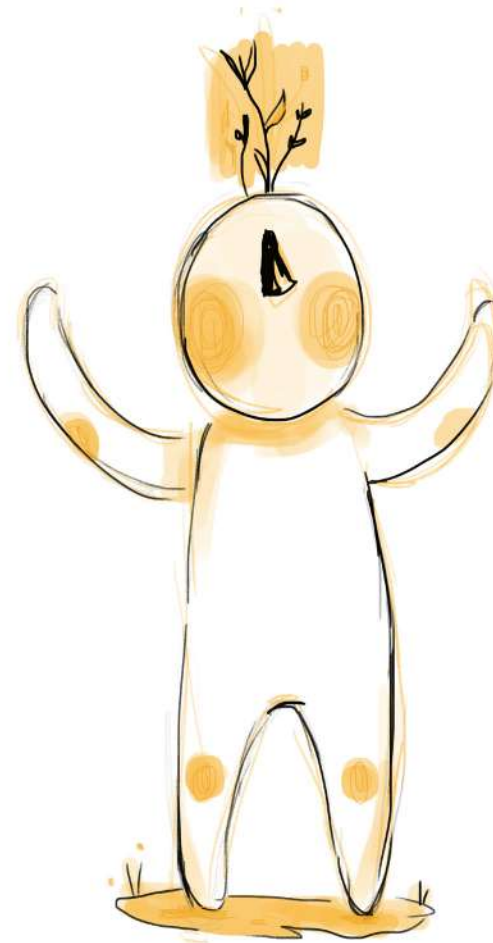
Notas de ánimo

Pongo a todo volumen mi canción favorita y dibujo lo que me provoca mientras la escucho.
Anoto el nombre de la canción y parte de su letra.





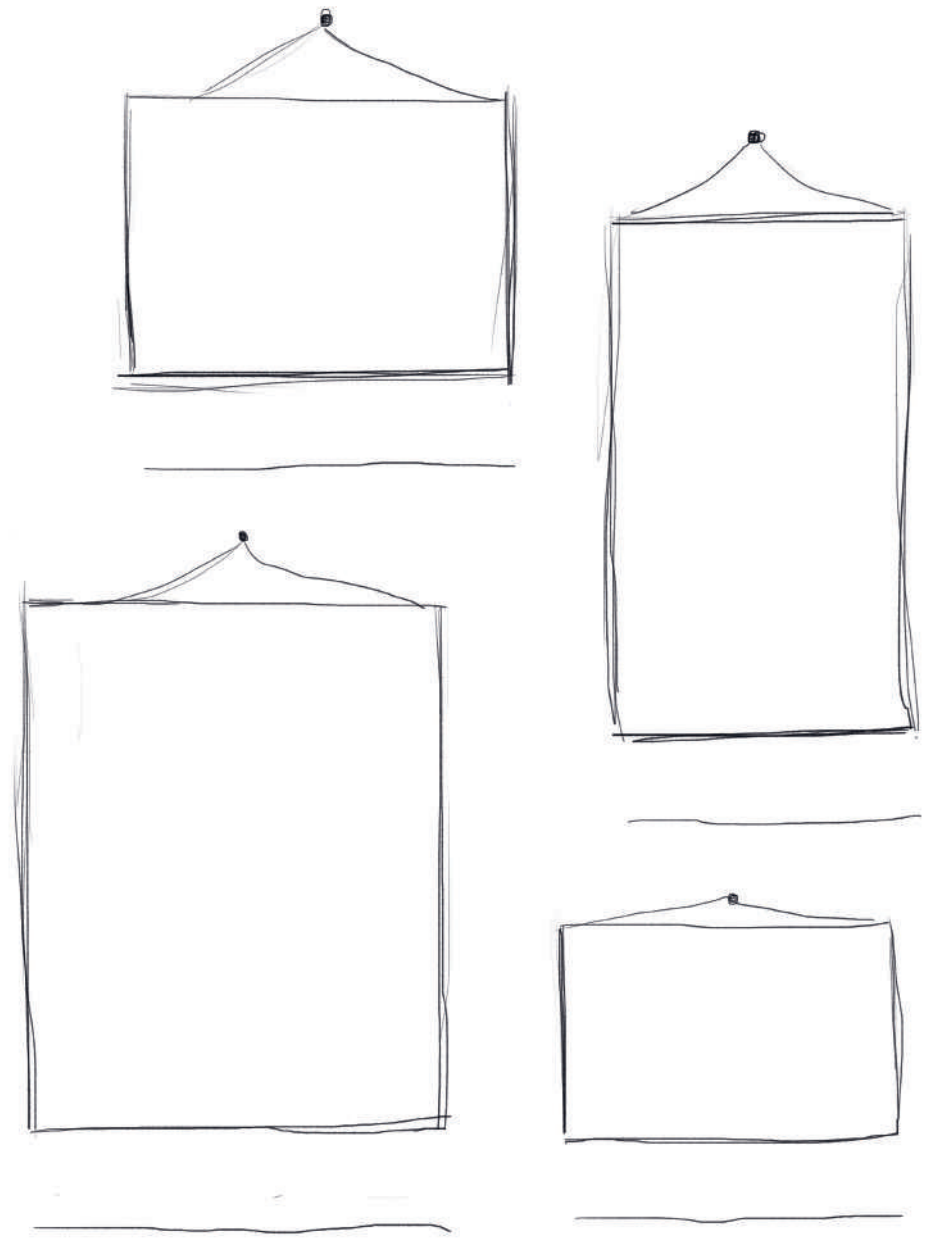
Invencible,
levantando la voz





Mis caras de enojo

Pego 3 fotografías que representen mi ira





Garabatos de furia

Descarga tu ira haciendo rayones en esta página.
Regresa cada vez que lo necesites.

inserte su furia aqui





Buzón de quejas

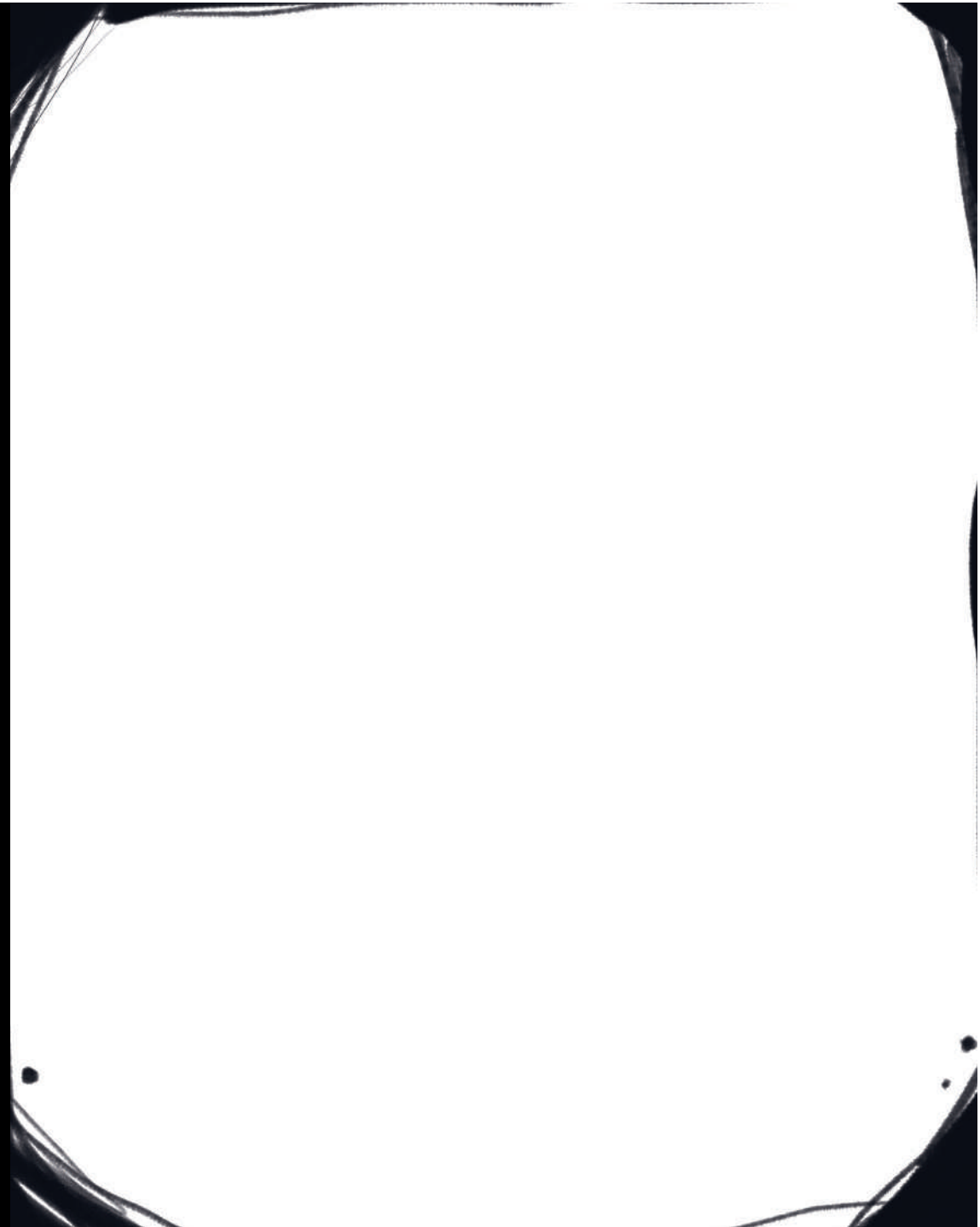
Escribe todas las cosas que te molestan de tu entorno, y colócalo en el sobre.





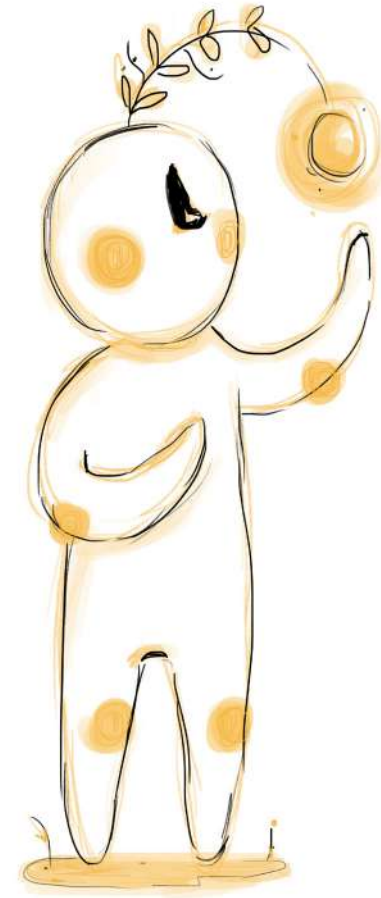
En la oscuridad

Apaga todas las luces de tu habitación y dibuja lo que puedas distinguir en la oscuridad.





Iluminado,
enfrentando la oscuridad





Aprendizaje

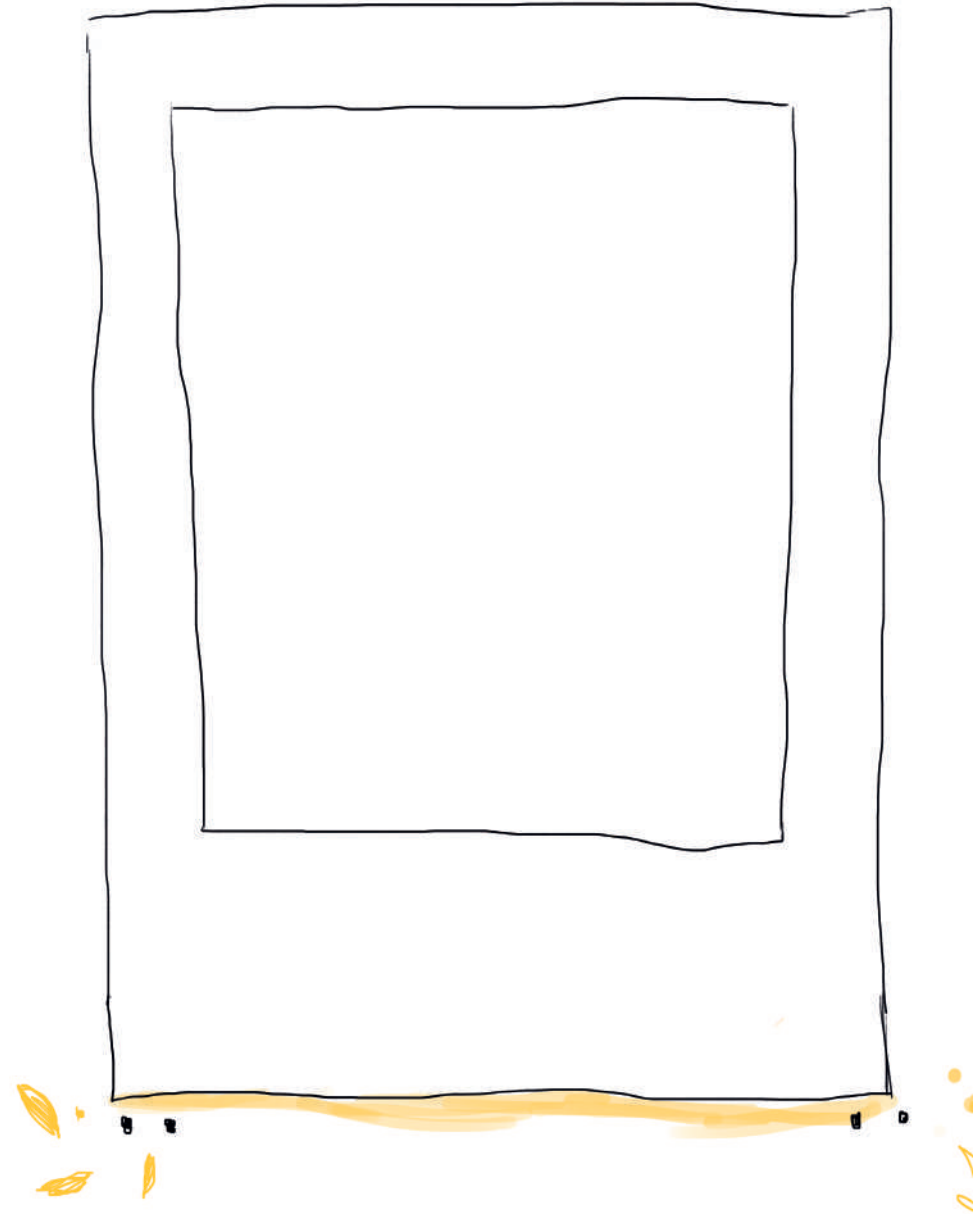
Anota esos pequeños aprendizajes de tus días. Cada cosa nueva es importante en el camino.





Detrás de las cortinas

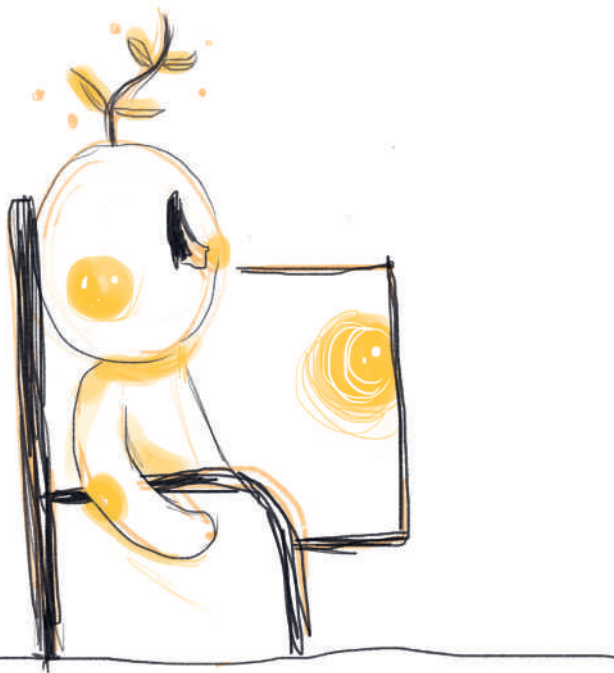
Pego una foto, en donde se filtre un rayo de luz del exterior de una ventana. Escribo lo que representa para mí.





Viaje positivo

Escribo frases positivas que puedan alegrar el día de otra persona y las dejo en el transporte público.





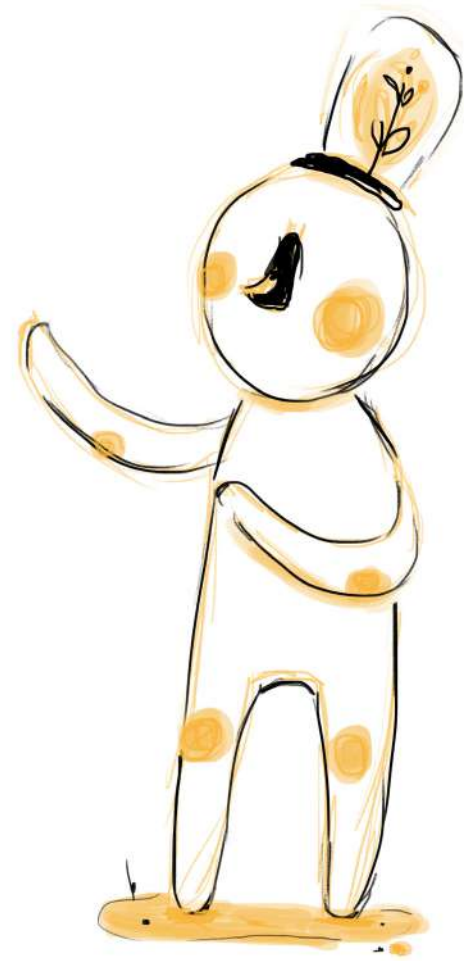
La gran recompensa

Lleno estas páginas con buenos pensamientos, con cosas que me alegran y me hacen bien.





Temeroso,
algo aún está cerca





Aún cerca

Me dibujo con algo que me asecha desde lejos.
Puedes representar un pensamiento que no te deje
estar en calma.





Temor

Escribe las cosas que te asustan y regresa a esta página cuando hayas superado ese miedo y táchalo.



- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



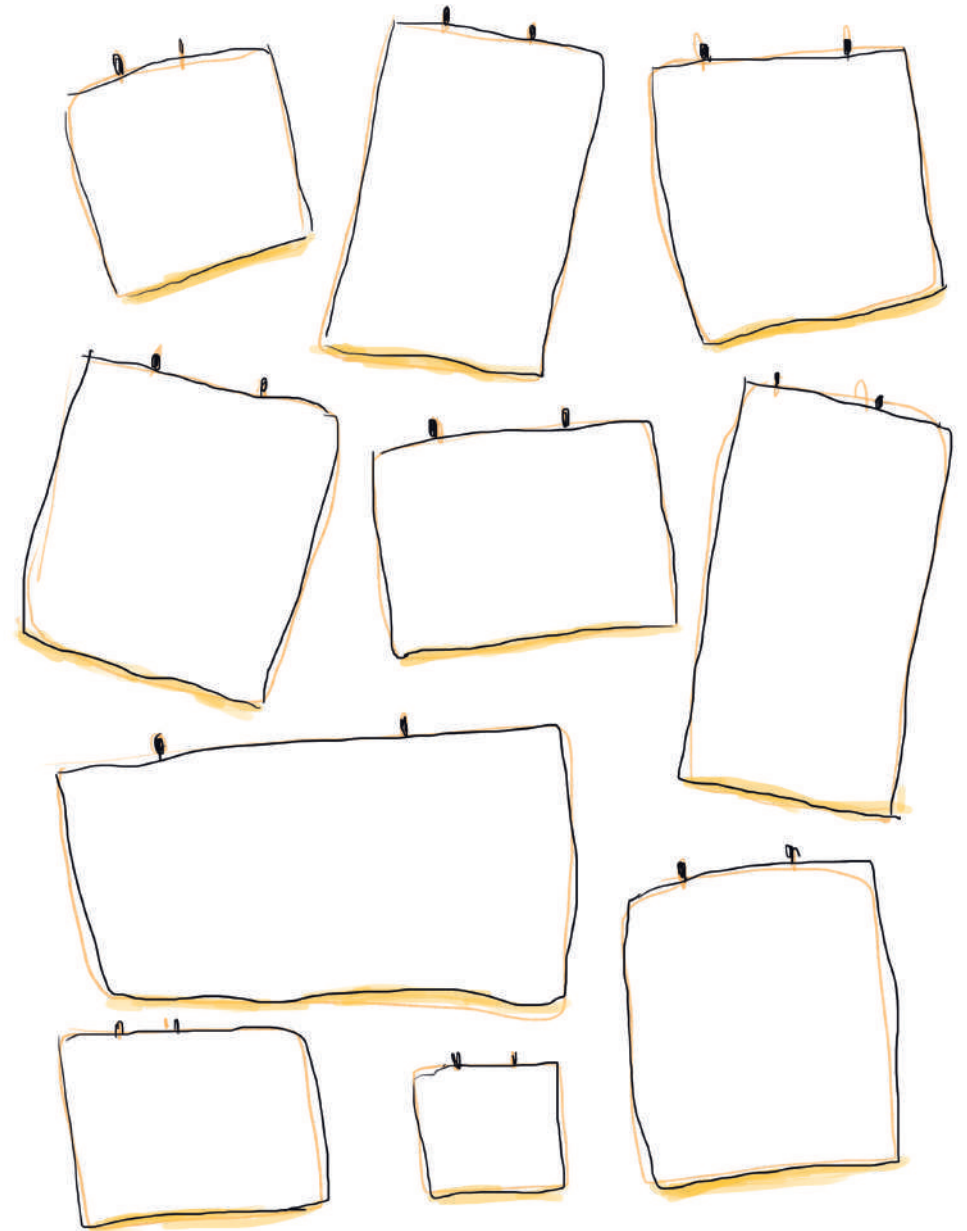
Renovado,
volando alto





Renovación

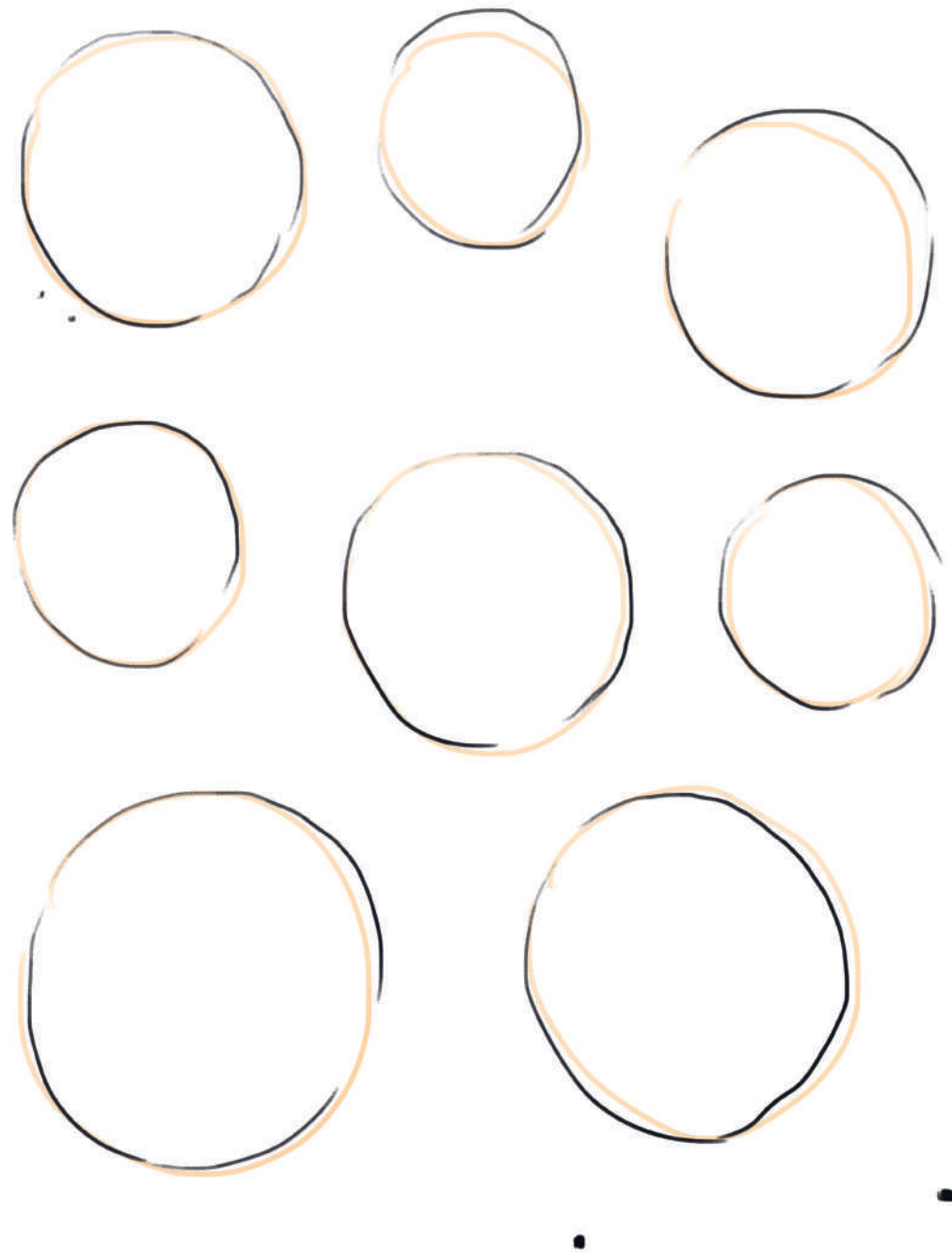
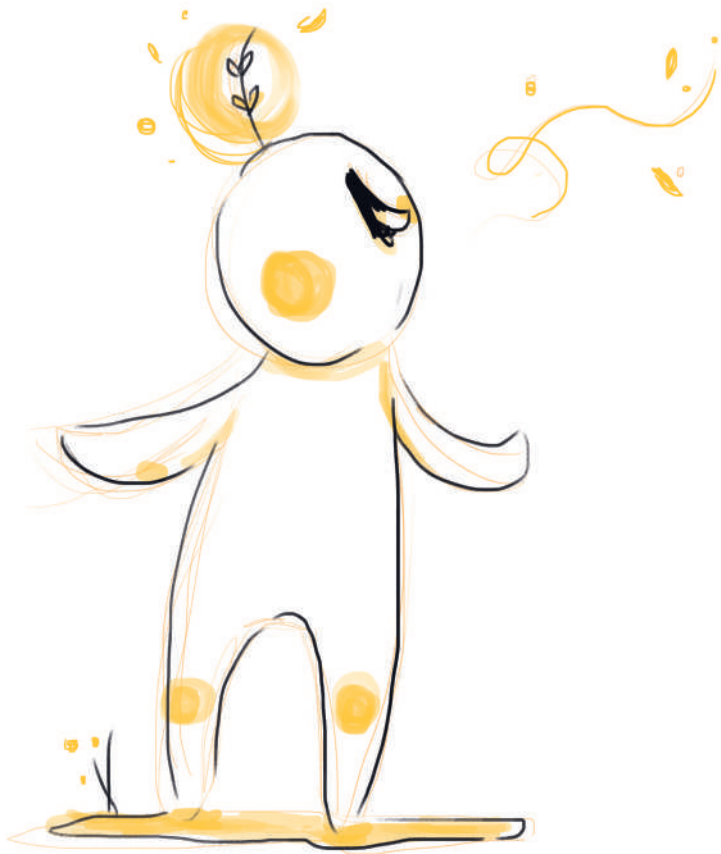
Anota las actividades que te hacen sentir como nuevo. Esas actividades que te hacen comenzar un nuevo ciclo.





Como nuevo

Escribe sobre los aromas que te hacen sentir renovado.





Limpeza extrema

Limpio mi habitación y me desago de las cosas que no aportaban nada en mis días.
Dibujo y anoto porque ya no son importantes.





Conmigo

Escribo una lista de actividades que haré el día de hoy. Dedicáte tiempo.





Protagonista,
amar, aprender y compartir



Cupones musicales

Escribe una lista de canciones que te hagan feliz y escríbela en la siguiente página. Arranca la página y envíala a un amigo.





Cámara del tiempo

Realiza un video contando cómo es tu presente.
Este video te servirá para documentar quién eres y
revisarlo mucho tiempo después.
Realiza un autoretrato en la siguiente página.



Anecdotalario, *documentando los sentidos*

Dibuja, pega, escribe en las siguientes páginas, la consigna es que documentes esos momentos cotidianos que vives a través de tus sentidos. Los sonidos, los aromas, lo que viste, lo que sentiste y los sabores que experimentas son bienvenidos aquí.

lo que veo



lo que escucho

lo que huelo



lo que saboreo

lo que toco



Siempre es un buen momento para partir, empezar una nueva historia y abrazar nuevos días. Sé protagonista, sé explorador y el gran héroe de tu viaje.
¿Qué aventura quieres vivir ahora?

:Buen día:





Un diario que te acompañará en tu viaje como héroe
o heroína dentro de la cotidianidad de los días.
50 actividades, 12 momentos y 1 personaje que
guiarán tu camino, tú eres el protagonista.



De lo ordinario a lo extraordinario