

# Nuestros Fuegos

“Conociendo y compartiendo tradiciones hogareñas”



## Fómeque Cundinamarca

Un pequeño pueblo entre montañas donde la tradición y la cultura se viven desde los hogares. Esta revista documental recoge los oficios y los momentos que hacen de Fómeque un lugar único.

## Tejiendo memoria

Una mirada sensible al arte del canasto, guiada por las manos sabias de Doña Marta. Entre fibras y formas, se revela una tradición que resiste y habla sin palabras.

## Pan, fuego y ternura

La historia de la panadería de Don Jaime, Doña Gloria y su hijo Juan Pablo. Un lugar donde el calor del horno es también el calor del hogar, la inclusión y el amor familiar.

# Tabla de Conte- nido



## 02 Editorial

Cada imagen, cada palabra, está pensada para acercarte al corazón de nuestro pueblo. Gracias por abrir esta revista, por dejarte tocar por su calor.

## Nuestros Fuegos



---

---

---

## 03 **La fotografía**

Es un arte compleja, pero cuando se convierte en documental, trasciende lo estético. Se vuelve una experiencia viva, una forma de transmitir emociones, historias y memorias.

## 04 **Fómeque**

Este proyecto nace en Fómeque, un lugar lleno de vida, tradición y calidez. Aquí creció la idea de documentar con amor lo que muchas veces pasa desapercibido.

## 05 **Cañas y canastos**

Un proyecto tejido con amor, con el calor del hogar y la fuerza de lo tradicional.

## 13 **Panaderia Don Jaime**

Pan del día, café calientico, y los amasijos más representativos del oriente. Todo en un ambiente que huele a hogar y sabe a tradición.

# Editorial



## Créditos

### **Dirección General**

Laura Villalobos

### **Fotografía y diseño**

Laura Villalobos

## Nuestros Fuegos

Nuestros Fuegos es una revista de fotografía documental que nace del deseo de contar, a través de la imagen y la palabra, las historias que arden en silencio en el corazón de Fômeque.

Aquí reunimos retratos, oficios y memorias que muchas veces se dan por sentadas: la artesanía del canasto, y del pan hecho con amor.

Este proyecto no solo busca visibilizar las tradiciones, sino también reconocer a quienes las mantienen vivas. Cada fotografía es un acto de agradecimiento, una pausa para mirar con atención, una chispa de identidad.

En estas páginas no encontrarás grandes espectáculos, sino lo verdaderamente esencial: la dignidad de lo cotidiano y la belleza de lo real.

Nuestros Fuegos | Abril 2025

Encuentranos en Flickr: <https://www.flickr.com/photos/198312353@N06/albums>



# Una mirada fotográfica al alma de un municipio

**“La fotografía es un secreto sobre un secreto. Cuanto más te dice, menos sabes.”**

**– Diane Arbus**

La fotografía es luz, pero también es tiempo. Es una herramienta que nos permite detener el ritmo acelerado del mundo para contemplar lo que, en medio de lo cotidiano, suele pasar desapercibido. Cuando se vuelve documental, la fotografía se transforma en testigo de lo que somos, en memoria viva que resiste al olvido.

Nuestros Fuegos nace desde esa necesidad de mirar hacia lo nuestro, de reconocer en los pequeños detalles una riqueza que no siempre se valora. Esta revista es un homenaje visual a las tradiciones de Fômeque un municipio escondido entre montañas, pero lleno de historias que merecen ser contadas y conservadas. A través del lente, nos acercamos a la vida de artesanos y familias que día a día alimentan el alma del pueblo

desde la delicadeza de un canasto tejido por Doña Marta hasta la calidez del pan horneado por Don Jaime y su familia. La nadería artesanal, como se le llama a esos oficios que parecen menores pero lo sostienen todo, es la columna vertebral de este relato. Es en esas “*naderías*” donde habita la verdadera identidad cultural de una comunidad. Juan Pablo, con su ternura y creatividad, es un símbolo de todo lo que queremos contar: alegría, inclusión, herencia, amor por lo que se hace. Su proyecto, Los Amados Juanpís, no es solo una apuesta de emprendimiento, sino un acto de amor que nace en el horno familiar y se extiende a todo aquel que lo conoce. La fotografía aquí no es un adorno ni una excusa. Es el hilo conductor que nos permite

acercarnos sin invadir, mirar sin interrumpir, recordar sin idealizar. Cada imagen busca transmitir la dignidad de los oficios, la calidez de los hogares, y la resistencia de las costumbres que siguen vivas pese al paso del tiempo.

Esta revista es, en esencia, un acto de memoria. Un ejercicio visual que invita a detenerse, a observar y a sentir. Que enciende fuegos donde otros solo ven brasas apagadas. Que busca, a través del arte, reconocer que las tradiciones no solo están en los museos o en las fiestas patronales: también están en las manos que trabajan cada día por mantener vivo lo que nos hace comunidad.

Bienvenidos a este recorrido visual por Fômeque.

**Bienvenidos a Nuestros Fuegos.**

# Fómeque: donde el tiempo camina despacio

**Fómeque es un pueblo entre montañas donde la tradición se vive a través de sus festivales, los sabores, emprendimientos y la identidad de su gente.**



Fómeque es un susurro entre montañas. Un pequeño pueblo escondido entre verdes intensos y neblinas suaves que bajan cada mañana como si vinieran a dar los buenos días. Ubicado en el corazón del Parque Nacional Natural Chingaza, este rincón cundinamarqués guarda en su alma la fuerza de la tierra y la ternura de su gente.

Aquí el tiempo no corre. Es un lugar tranquilo, ideal para vivir, trabajar y respirar sin el afán de la ciudad. Fómeque se ha convertido en un excelente vivero: sus paisajes, su gente y sus costumbres hacen que quedarse sea una decisión fácil. La economía local gira en torno a la agricultura, el turismo y, cada vez más, al fortalecimiento de emprendimientos hechos por personas de la región. Por eso, los festivales tradicionales se han vuelto fundamentales para compartir lo que se produce en casa, con orgullo y con historia.

Uno de los más importantes es el Festival del Amasijo, que tuvo su primera versión en 2024 y fue todo un éxito. Este evento nació para visibilizar el trabajo de las panaderías y amasijos tradicionales de Fómeque, y también para abrir espacio a nuevos emprendimientos. En el

parque principal, productores locales exponen sus productos y se da la oportunidad a otros emprendedores de la región para que lleguen a mostrar lo que hacen ante toda la comunidad y los visitantes.

Fómeque, además, fue reconocido el año pasado con el premio al mejor pan de sagú, un amasijo típico de la región del oriente colombiano. Este logro dejó en alto el nombre del pueblo y motivó aún más la continuidad del festival, que tendrá su segunda versión este junio. A lo largo del año también se realizan mercados campesinos, ferias artesanales y festivales de comida típica, donde se celebra la tradición y se fortalecen los lazos comunitarios. Estos espacios no solo ayudan a la economía local, sino que mantienen viva la identidad de un pueblo que sabe de dónde viene y hacia dónde quiere ir. Nuestros fuegos es una mirada íntima a todo esto. A las historias que se tejen desde las casas, a las panaderías que han crecido junto a las familias, a los oficios que siguen presentes en la vida diaria. Esta revista es una invitación a conocer, valorar y apoyar una cultura que sigue más viva que nunca.


# Cañas y Canastos

---

## Los canastos que cuentan historias

En Fόμεque, los canastos no solo se hacen: se heredan. Esta es la historia del trabajo y la tradición de la señora **Martha Sabogal**, quien ha tejido durante años con paciencia, dedicación y amor por su pueblo. Sus manos dan forma a una herencia viva que sigue uniendo generaciones a través de la caña y la memoria.

---



# El legado tejido de Martha Sabogal en Fómeque

---

**“La tradición no se hereda, se conquista.”**

**– André Malraux**

---



## Tejiendo identidad desde la infancia

En la vereda Lavadero de Fômeque vive la Señora Martha Sabogal, ella es una artesana emprendedora del municipio de Fômeque. Heredó la tradición del tejido de canastos de sus padres, quienes encontraron en este oficio una fuente de sustento para su hogar. Desde muy joven, Doña Martha sintió el llamado de esta tradición. Tejió su primer canasto a los 9 años de edad, un recuerdo que aún conserva con orgullo. Fue su primer paso hacia un camino que, más allá de lo artesanal, representa identidad, cultura y arraigo. Desde entonces, ha dedicado su vida a mantener viva esta bella tradición del municipio, transmitiendo con cada pieza una parte de su historia y del

legado cultural de Fômeque.

## Desde la raíz hasta el tejido final

Doña Martha se encarga personalmente de todo el proceso de elaboración de sus canastos. En su casa ha sembrado la caña brava, el material principal para su artesanía, y desde allí cuida cada etapa: desde la siembra, el riego, hasta la cosecha. Nos explica que el momento ideal para cortar la caña es durante la luna menguante, ya que esto garantiza una mayor durabilidad en la fibra. Esta sabiduría ancestral no solo evidencia su conocimiento, sino también el profundo respeto por los ciclos de la naturaleza. La conexión entre el entorno y su labor es clara: en cada canasto hay

meses de cuidado y dedicación desde la raíz.

## Un producto con conciencia

El canasto representa una forma de cuidado del medio ambiente. Es un producto 100% natural que, al igual que en los tiempos antiguos, puede reemplazar muchos objetos contaminantes como las bolsas plásticas, las canastas sintéticas, las cajas de cartón con recubrimiento o los empaques de un solo uso. Puede utilizarse para guardar huevos, frutas, pan, llevar el mercado, organizar ropa o decorar espacios. Promueve una vida más sostenible, donde los materiales biodegradables regresan a la tierra sin contaminar. Mientras otros elementos tardan décadas en descomponerse, un canasto vuelve a la naturaleza sin dañarla.

# El nacimiento de “Cañas y Canastos”

“La mejor forma de predecir el futuro es inventarlo” – Alan Kay

La pandemia del COVID-19 en el año 2020 marcó un punto de quiebre en su vida. Fue en ese momento cuando decidió formalizar su microempresa: “Cañas y Canastos”. Con la convicción de que su labor podía convertirse en un verdadero sustento, emprendió este camino con más fuerza. Desde entonces, los habitantes de Fómez, visitantes de los alrededores y turistas que llegan a los festivales tradicionales, tienen la oportunidad de conocer su arte. Ella participa en todas las ferias y espacios culturales del municipio, y ha logrado vivir dignamente de su talento y dedicación.

## Creatividad e innovación desde su taller

Hoy en día, se dedica de lleno a este oficio. Cuando tiene gran cantidad de pedidos, puede pasar el día entero trabajando en su taller, un espacio rodeado

de fibras, herramientas, hilos y amor por lo que hace.

Su creatividad no se detiene: ha innovado con diferentes tejidos, creando canastos decorativos, bolsos artesanales, portaobjetos, lámparas tejidas y hasta adornos para interiores. Siempre en constante evolución, doña Martha se capacita en cursos para seguir mejorando, demostrando que la tradición también puede reinventarse sin perder su esencia.



## Un legado compartido entre madre e hija

Su madre Maria del Transito Bobadilla de Sabogal fue un pilar fundamental en su camino. Fue ella quien le enseñó el arte del tejido, quien compartió con ella el amor por la tradición. Ambas fundaron "Cañas y Canastos" y trabajaron juntas hasta que su madre partió. Aunque ya no la acompaña físicamente, doña

Martha continúa honrando su memoria a través de cada canasto, preservando un legado familiar que nace desde el hogar y se proyecta hacia el futuro de Fômeque. Su madre fue esa mujer valiente que decidió compartir su conocimiento para que sus hijos mantuvieran viva una tradición que no debe perderse.





## Entre el amor, el desconocimiento y la gratitud

En medio de su labor, doña Martha nos cuenta que ha llegado a muchas personas que aman su trabajo y reconocen el valor de lo artesanal. Pero también ha conocido a quienes sienten pena o "oso" de portar un canasto, algo que sucede cuando no se comprende la profundidad y el valor cultural de este producto. Esta reacción, según ella, suele ser más común en personas que no han tenido contacto directo con la tradición. Sin embargo, doña Martha vive profundamente agradecida con todas las entidades del municipio y fuera de él que han apoyado su proceso. Gracias a esa colaboración, su proyecto ha llegado a nuevas manos, a personas que valoran su trabajo y desean tener en casa un pedazo del arte de esta región.



## Un homenaje que honra y motiva

El pasado 11 de marzo de 2025, en el marco del Día de la Mujer, la Alcaldía de Fómez otorgó un reconocimiento especial a doña Martha Sabogal por su liderazgo en la conservación de las tradiciones artesanales del municipio. Este homenaje no solo conmemora su incansable labor y dedicación,

sino que también visibiliza el valor de su trabajo como patrimonio cultural local. Fue un momento emotivo que reafirmó su compromiso con el tejido artesanal y motivó a seguir transmitiendo este conocimiento a nuevas generaciones. Reconocimientos como este fortalecen la identidad del pueblo y celebran a las mujeres que, como doña Martha, sostienen con sus manos el alma de la tradición.



## Una invitación abierta al arte de Fómez

"Cañas y Canastos" es más que una microempresa: es una oración tejida desde el hogar, un legado que se comparte, se vive y se presenta con orgullo en cada festival. Bienvenidos todos a este bello municipio, para que vengan a conocer y disfrutar del arte vivo que nace en Fómez y se mantiene encendido gracias a manos como las de doña Martha.

A close-up photograph of a person's hands and face as they weave a basket. The person is wearing a dark blue patterned shirt. The basket is made of light-colored bamboo strips. The background is a wooden structure with a woven texture. The lighting is warm and golden.

**Conoce la galería  
fotográfica completa  
en nuestro Flickr:**

---

[Flickr Laura Villalobos](#)

---

# Panadería Don Jaime

---

En el centro de Fόμεque, entre el **aroma dulce del pan recién horneado** y el saludo amable de quienes pasan por allí cada mañana, se encuentra la panadería de Don Jaime. Un negocio familiar lleno de historia, cariño y trabajo en equipo. Desde hace más de dos décadas, **Don Jaime, junto a Doña Gloria y su hijo Juan Pablo**, han hecho de este lugar un punto de encuentro para el municipio.

---

# El legado horneado de la familia de Don Jaime en Fόμεque

---

"Nada une tanto a las personas como el olor del pan recién horneado."

– M. F. K. Fisher (escritora y gastronoma)

---



# El sabor que nos une: los amasijos en la región de oriente

Los amasijos son una verdadera joya gastronómica del oriente colombiano. Aquí, en municipios como Fómeque, se encuentran algunos de los más auténticos y deliciosos: la arepa de sagú, el pan de maíz, el pan pelao, el pan de yuca y el infaltable pan de bono. Estos productos no solo alimentan el cuerpo, sino también la memoria y el corazón, porque detrás de cada bocado hay historia, herencia y cultura.

Entre estos sabores tradicionales, el sagú se lleva un lugar especial, considerado uno de los más representativos de la región. Elaborado con almidón extraído de la raíz de la planta de sagú, su textura única y su sabor ligeramente dulce lo convierten en un manjar que conecta generaciones. Al igual que el maíz y el trigo, ingredientes clave en la elaboración de otros amasijos típicos, estas recetas se han mantenido vivas gracias al legado familiar y al amor por las tradiciones.

## Un rincón de tradición: la panadería de Don Jaime

En la esquina del parque principal de Fómeque se encuentra un lugar que ya es parte del alma del

municipio: la panadería y cafetería de Don Jaime y su familia. Este negocio lleva 21 años siendo un punto de encuentro para locales y visitantes, donde el café caliente y el pan recién horneado hacen parte del ritual diario de muchos. Desde que tengo memoria, este lugar ha estado ahí. Aunque su fachada ha cambiado con los años, el sabor de sus productos sigue siendo el mismo de siempre, ese que nos transporta a la infancia, a las cocinas de nuestras abuelas, a lo más puro de nuestras raíces.

La familia de Don Jaime apostó por continuar con la tradición de los amasijos fomequeños, usando recetas heredadas y adaptando sus métodos de producción a los tiempos modernos, sin perder la esencia de sus productos.

Cambiaron la artesa de madera por una de acero inoxidable, el horno de leña por uno de gas, y cumplieron con todas las normativas para hacer de su panadería un espacio saludable y acogedor para todos.

# Pan, legado y memoria

---

La tradición que mantienen va más allá del sabor. Como nos cuenta Doña Gloria, hubo una ocasión en que un hombre, que había vivido muchos años fuera del país, regresó a Fómeque y lo primero que hizo fue visitar la panadería. Pidió cinco arepas de sagú, las abrazó con fuerza y dijo que no podía creer volver a sentir ese sabor de su infancia. Llevó a su hija para que también conociera el pan con el que creció. Es en momentos como estos donde se entiende que el amasijo no es solo un alimento: **es memoria viva.**

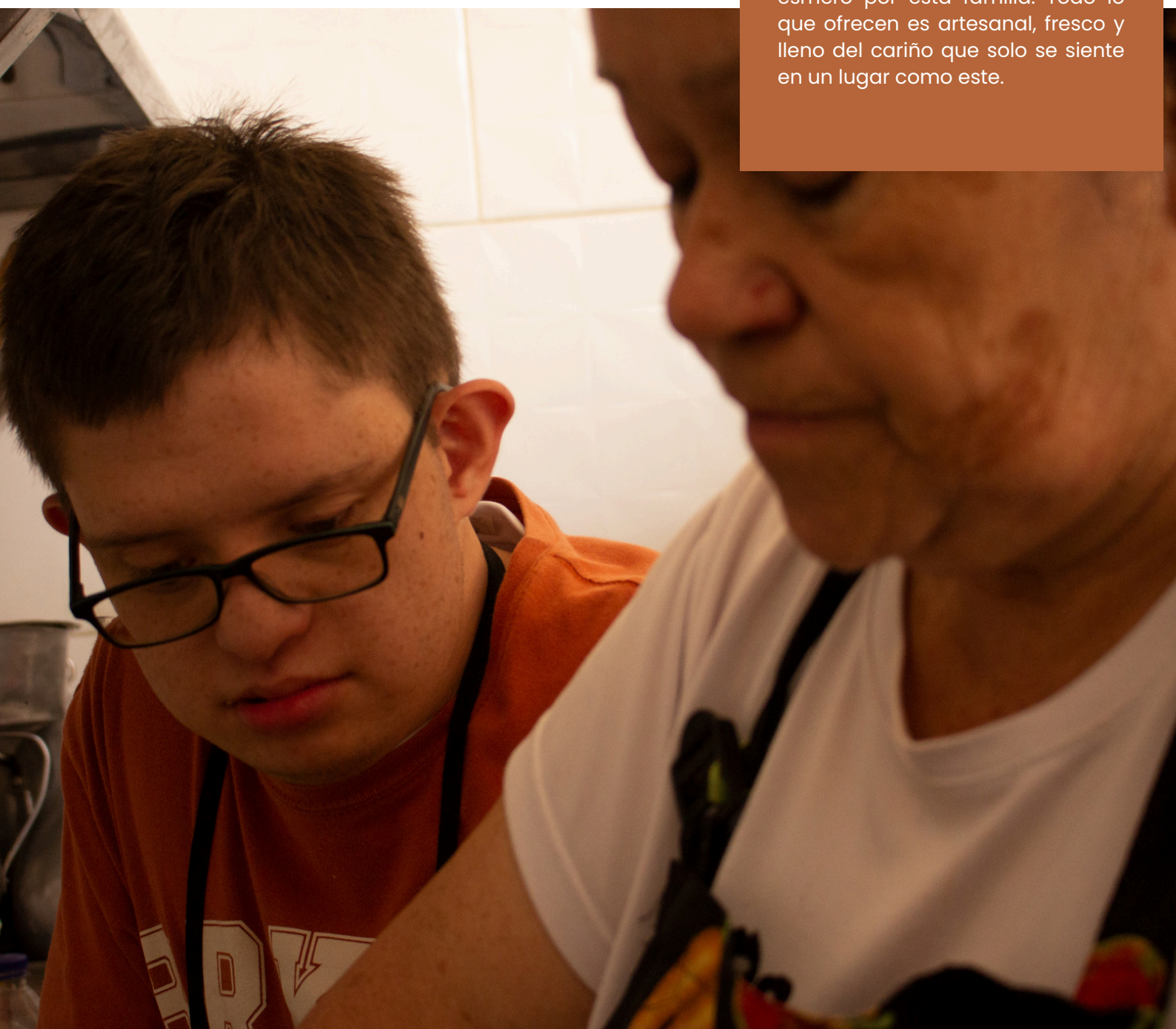
---



# Un lugar con sabor nacional e internacional

En la panadería de Don Jaime no solo se encuentran los amasijos más típicos de Fómeque. También se ofrecen delicias nacionales e incluso internacionales, como el famoso pan de bono colombiano, catalogado por muchos como “el más rico del mundo”.

Tortas, cupcakes, gelatinas, ponqués, y una amplia variedad de productos son elaborados con esmero por esta familia. Todo lo que ofrecen es artesanal, fresco y lleno del cariño que solo se siente en un lugar como este.



# Juan Pablo: el heredero de una tradición que se amasa con amor

En la panadería de Don Jaime y Doña Gloria hay alguien que, más allá de amasar pan, construye un legado con cada jornada: su hijo, Juan Pablo. Desde hace nueve años hace parte del negocio familiar, aprendiendo de su madre, observando con atención y asumiendo con responsabilidad el arte que ha acompañado a su familia por más de dos décadas. Doña Gloria ha sido su maestra en este camino. Con paciencia, cariño y dedicación, ha compartido con él los secretos del amasijo tradicional. Ella no solo lo ha guiado en lo técnico, sino que le ha inculcado el valor de mantener viva una tradición que alimenta no solo el cuerpo, sino también el alma del pueblo. Para Juan Pablo, la panadería es más que un trabajo: es su casa, su lugar seguro, su espacio para crecer y soñar. Cada tarea, cada paso, es un peldaño más en la construcción de un futuro que respeta el pasado pero mira hacia adelante con esperanza. Él es, sin duda, un panadero muy especial.

## Un corazón noble que se hornea con dulzura

Juan Pablo nació con una condición genética conocida como síndrome de Down, causada por la presencia de un cromosoma 21 adicional.



Esta característica puede implicar ciertos desafíos en el desarrollo, pero en su caso, no ha sido una limitante. Al contrario, Juan Pablo ha demostrado que el amor, el compromiso y la pasión pueden superar cualquier barrera. Desde muy pequeño ha estado presente en el negocio familiar. Ha aprendido a atender, a recibir a los clientes con una sonrisa, a amasar con esmero y a colaborar en todo lo que se requiere dentro del local. Es una persona muy querida por todos: clientes, amigos, familiares y vecinos destacan su cariño, su amabilidad y esa ternura con la que saluda a cada visitante.





## Un soñador que canta y hornea su propio camino

Juan Pablo no solo es parte vital de la panadería familiar, también es un joven con grandes sueños y metas. Mientras posaba feliz para las fotos —porque sí, le encanta la cámara y quería salir en todas—, nos habló de sus gustos, de sus planes y de lo mucho que ama lo que hace.

Sueña con recorrer Colombia en su propia tractomula. Le apasiona la idea de viajar por carretera, conocer nuevos paisajes y vivir grandes aventuras. También es fanático de la música popular, en especial de Yeison Jiménez, cuyas canciones canta a todo pulmón mientras trabaja o atiende la cafetería.

Su alegría es contagiosa, y quienes lo conocen aseguran que el ambiente en la panadería no sería el mismo sin su presencia. Pero además de continuar con la tradición familiar, Juan Pablo tiene su propio emprendimiento dentro del local: los Juan Pis, unos cupcakes deliciosos que él

mismo prepara y vende. Todo lo que gana con ellos es para él, y lo administra con disciplina y visión.

Es muy ahorrador, tiene claro lo que quiere y sabe que cada paso que da lo acerca más a sus sueños. Cada cupcake vendido, cada sonrisa entregada, cada canción entonada desde el mostrador, es un recordatorio de que la ternura, el esfuerzo y el amor también son ingredientes esenciales de una buena vida.



## Amasar con amor: una rutina de vida

Tener una panadería como esta requiere amar profundamente esta labor. Amasar cada día, atender con cariño, servir productos frescos y calienticos... todo forma parte de una rutina que no todos comprenden. Pero para esta familia, no hay mayor recompensa que ver a sus clientes regresar, llevarse un amasijo para compartir en casa, y salir con una sonrisa. Cada pan, cada arepa, cada cupcake cuenta una historia. Y todas esas historias se tejen con amor, tradición y el firme deseo de que Fόμεque nunca olvide sus raíces.





**Conoce la galería  
fotográfica completa  
en nuestro Flickr:**

---

**[Flickr Laura Villalobos](#)**

---



# Nuestros Fuegos

“Conociendo y compartiendo tradiciones  
hogareñas”