



Ministerio de
Desarrollo
Social y
Familia

Gobierno de Chile

FOSIS
Ministerio de
Desarrollo Social
y Familia

Gobierno de Chile

programa
AUTOCONSUMO

PROGRAMA APOYO A LA SEGURIDAD ALIMENTARIA

METODOLOGÍA COMUNITARIA



INDICE

PRESENTACIÓN	4
CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS PARTICIPATIVAS	5
★ Temporalidad de las actividades	6
★ Profesionales responsables	6
★ Estructura de las actividades	7
METODOLOGÍAS PARTICIPATIVAS	16
★ Etapa Diagnóstico y Plan de Acción Comunal	17
★ Etapa de Implementación	21
★ Etapa de Puesta en Marcha	23
★ Etapa de Cierre	28
Técnicas y juegos	30
★ Técnica: Exploración de expectativas	30
★ Técnica: Jugando con palabras	30
★ Técnica: Asambleas comunitarias	31
★ Técnica: Taller de capacitación	31
★ Técnica: Toma de desición	32
★ Técnica: Lluvia de ideas	33
★ Técnica: F.O.D.A.	34
★ Juegos de presentación	35
★ Juegos movilizadores	37
★ Juegos de confianza	38
★ Juegos de cooperativismo	39

PRESENTACIÓN

El presente documento es el complemento metodológico para desarrollar la intervención comunitaria del Programa Autoconsumo. Así como el documento “Orientaciones comunitarias”, pretende dar cumplimiento al objetivo de “propiciar el desarrollo de espacios comunitarios de autoproducción que favorezcan el vínculo de las familias participantes con la comunidad y su entorno, potenciando con ello las estrategias de producción y sostenibilidad en el tiempo para la auto provisión alimentaria de las familias y/o usuarios”.

Aquí podrás encontrar la descripción de las distintas actividades (ver nota metodológica 2) a desarrollar en la implementación de intervenciones en espacios comunitarios en el cual se congrega un número de familias y/o usuarios del subsistema seguridades y oportunidades. Las mencionadas actividades son las siguientes:

3 Sesiones familiares

6 Talleres grupales

5 Reuniones

3 Hitos

Nota metodológica 1: las sesiones familiares se encuentran desarrolladas en el documento “Normativas técnicas”.

Nota metodológica 2: Se entenderá por actividades, aquellas referidas a las distintas metodologías de intervención, denominadas como; sesiones familiares, talleres grupales, reuniones e hitos.

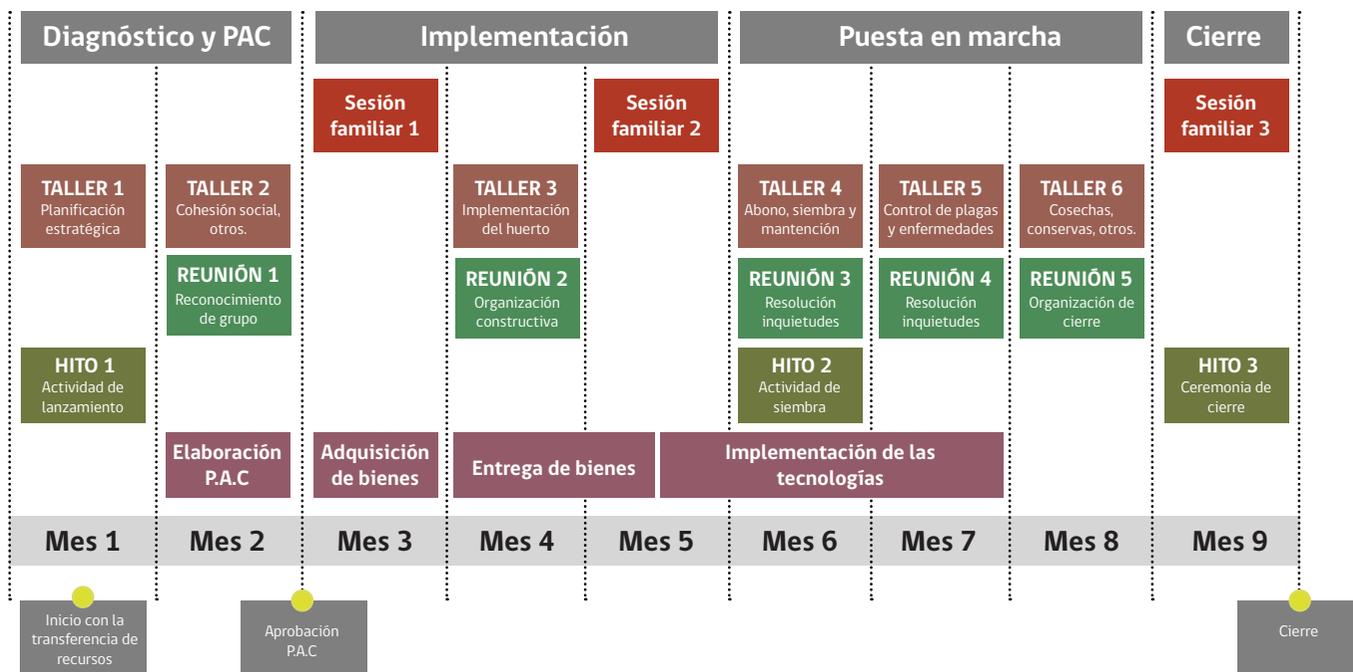


1

CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS PARTICIPATIVAS

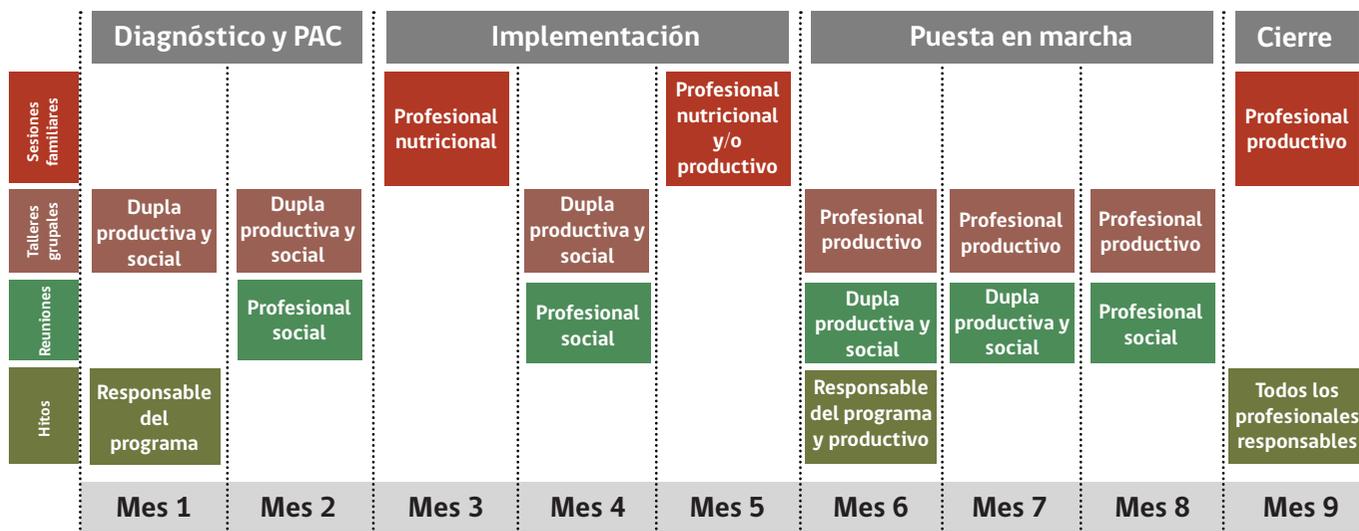
Temporalidad de las actividades

Las actividades propuestas se inician con el taller número uno y cierra con el hito 3, existiendo más de una de ellas en un mes de ejecución; si bien algunas se pueden traslapar como por ejemplo la entrega y la implementación de bienes, es importante respetar su desarrollo en el mes propuesto, ya que responden a una planificación metodológica entre las tecnologías y el desarrollo de estas en cada una de las etapas del programa. Para mayor comprensión el desarrollo debe ser el siguiente:



Profesionales responsables

Se recomienda que cada una de las actividades sea desarrollada por el o la profesional que corresponda a su expertise, para ello en caso de no contar con dicho profesional por convenio, se deberá gestionar en la red institucional disponible en el territorio la disponibilidad para su impartición. Idealmente se espera que los desarrolle:



Estructura de las actividades

Para cada una de las actividades a implementar se debe considerar el desarrollo de los siguientes pasos metodológicos:

Objetivo	Considerar para todo el desarrollo de las actividades el objetivo propuesto. Este representa el fin último de la actividad y da cuenta de lo que se espera que se trabaje en ella.
Encuadre	Por cada una de las actividades debe presentar el objetivo de la actividad y entregar una breve explicación de los que se abordará en ella. Este responde al marco introductorio de la actividad.
Contenido	<p>Refiere a uno o varios momentos de una actividad a través de técnicas, instrumentos, dinámicas u otro que se defina. Recordar, que estos se deben considerar en tiempos de desarrollo de teoría y práctica, por lo cuál para cada una se deberá considerar la más idónea.</p> <p>Lo relevante es que lo que se decida desarrollar debe dar cumplimiento al objetivo y en consideración hacia quienes se está dirigiendo. Pudiendo encontrarse por ejemplo sólo con personas mayores, grupos intergeneracionales, personas analfabetas, entre otros. Para ello es importante que usted considere lo descrito en el punto "preparación de la actividad".</p>
Cierre	<p>Toda vez que termine el desarrollo de la actividad, debe considerar unos minutos para: sintetizar idea fuerza o contenidos relevantes, reforzar compromisos si corresponde, indicar acciones futuras.</p> <p>Si es factible, una vez realizadas los contenidos relevantes, puede realizar una pequeña evaluación, esta puede ser una pregunta general que dé cuenta de los contenidos.</p>

Principios de implementación

Cada vez que se encuentre frente al desarrollo de una actividad, le recomendamos tener presente los siguientes principios participativos:

★ Experiencia de el y la participante

En procesos de educación para adultos es indispensable rescatar la experiencia vivida por los y las participantes antes de tratar un tema. Por ello, al iniciar es recomendable rescatar lo que cada participante conoce o ¿cuál es su relación con el tema a trabajar?, así la información sirve para motivar y guiar la conversación con ejemplos cercanos.

Las familias y /o personas no le encontrarán sentido a una intervención alejada de su realidad y, por lo tanto, difícilmente modificarán sus acciones cotidianas o aquellas arraigadas en sus historias personales o familiares. Asimismo, se recomienda destacar que las percepciones respecto al espacio varían de acuerdo con el sexo, edad, cultura, etnia y, también, en cualquier situación especial como, por ejemplo, la discapacidad.

★ Co - construcción del conocimiento

En las distintas actividades se debe construir el conocimiento en conjunto con los y las participantes. Este proceso ayuda a redefinir e interpretar la experiencia de las familias, verbalizar la comprensión de las ideas, unirlas y resumirlas, de tal manera de acercarla al conocimiento que se requiere incorporar.

★ Generar compromiso

Es fundamental generar compromisos para adoptar acciones de uso y cuidado de las tecnologías, a través de tareas libremente escogidas, que podrían ser reforzadas por el facilitador en la siguiente actividad.

Los compromisos deben ser acotados, cada persona debe comprometerse con una tarea que en lo posible sea evaluable a corto plazo, de lo contrario, puede provocar frustración por no lograr lo que se proponen. Ejemplo: averiguar tiempos de cultivo que conozcan sus cercanos.

Preparación de la actividad

★ Convocatoria

Por medio de acciones como convocar a los grupos familiares, se logra la combinación de espacios de diálogo entre miembros de la familia, entre familias distintas y entre diferentes grupos etarios, esto permite contribuir con la convivencia familiar y al mismo tiempo, aumentar la posibilidad de que las actividades tengan un impacto positivo en los y las participantes, por ello, es importante asegurarse de que asista y participe la mayor cantidad de miembros de cada familia beneficiaria.

Para este fin, realice lo siguiente:

- Convoque a todos los miembros de la familia que puedan participar.
- Considere los horarios disponibles del mayor número de personas.
- Utilice invitaciones escritas y envíelas con un mínimo de dos semanas de anticipación, de ser necesario, refuerce la invitación una semana antes o días antes de la realización de la actividad. Recuerde que cada persona o familia posee sus propias actividades y compromisos como el trabajo doméstico y /o remunerado, de recreación, entre otros; por lo que se debe propiciar el máximo de asistencia procurando invitarles con la mayor anticipación posible.
- Elabore las invitaciones con un lenguaje neutral.
- Propicie la asistencia de hombres y mujeres durante todas las actividades.
- Por ejemplo: evite invitar solo mujeres para actividades domésticas o solo hombres para actividades de mantención de la tecnología.

★ Preparación

El facilitador debe revisar la planificación, los materiales y recursos de apoyo para el proceso formativo (visuales, auditivos, audiovisuales, electrónicos, impresos, etc.), estos serán fundamentales para el desarrollo de la actividad. Se debe tener en cuenta que los contenidos deben ser trabajados de manera directa y que permitan motivar a los participantes.

En el caso de las actividades grupales como talleres y reuniones, el enfoque es diferente a las sesiones familiares. Al ser grupal se debe trabajar con metodología participativa y de reunión, actividades orientadas y planificadas por grupos etarios o etnias para permitir una mejor comprensión de lo discutido, apoyar a las familias en la participación y presentación de iniciativas propias.

★ **Guardería o cuidado infantil**

En caso de que los participantes asistan con infantes menores de cuatro años, es ideal ofrecer cuidado en una guardería, la intención es poder facilitar el trabajo de los adultos responsables en las asesorías en modalidad grupal. Los menores de un año deben quedar bajo el cuidado de sus padres o adulto responsable de la familia.

La guardería podrá ser un salón adjunto al desarrollo de la actividad o bien un adulto responsable ya sea un vecino o vecina, profesional municipal u otro que los pueda cuidar mientras se desarrolla la actividad.

★ **Espacio de convivencias**

Es ideal procurar que las actividades se efectúen en lugares de fácil acceso, bien iluminados, ventilados, con buena acústica y con servicios higiénicos adecuados al número y tipo de participantes, especialmente, adultos mayores y personas con alguna situación de discapacidad.

★ **Disposición del espacio**

Se debe ordenar el espacio de trabajo de manera que permita promover la participación, facilitar el diálogo y establecer una relación horizontal entre las familias y el monitor o monitora, para ello, una recomendación es disponer las sillas en círculo, donde no haya jerarquía. Se recomienda también disponer el material de apoyo asegurándose que sea visible en todos los y las participantes.

Consideraciones para la implementación de la actividad

★ Tiempo y ambiente de trabajo

Es importante respetar los tiempos de trabajo propuestos en la actividad grupal, sin reducirlos ni aumentarlos excesivamente, así se logrará la profundización necesaria en las distintas actividades, sin agotar física o mentalmente al grupo.

En relación con el ambiente, se debe generar un espacio de confianza en el cual, los participantes se atrevan a compartir sus experiencias, para ello, se recomienda acordar ciertas reglas para el trabajo del grupo, las que se crean en conjunto y en las que se debe incluir el compromiso de confidencialidad (de no ser nombrado por los y las participantes lo debe decir el monitor o monitora), tomando en cuenta que, por lo general, el término suele ser desconocido, por lo que hay que encontrar otras palabras más cercanas para plantearlo. Por ejemplo, “lo que se dice en este espacio no sale de aquí”.

★ Personas analfabetas o con dificultad lectora

Es probable que entre los participantes se encuentren personas que no dominen la lectura y escritura, por lo cual se debe adaptar la metodología, en caso de ser necesario, por ejemplo trabajando solo con imágenes. Además, se debe tener especial cuidado para ayudarlos en las actividades que lo requieran.

★ Uso del lenguaje inclusivo y no sexista

Hay que recordar que por medio del lenguaje se transmiten y refuerzan estereotipos culturales, lo que muchas veces afecta las identidades de género tanto de hombres como de mujeres. Los contenidos y mensajes sexistas pueden transmitirse de modo explícito (hombre proveedor, mujer en roles materno, doméstico o en una situación de subordinación al hombre) o de modo implícito (omitiendo la presencia de las mujeres), tanto a nivel del discurso como en las imágenes.

El lenguaje no sexista contribuye a visibilizar y valorar a las mujeres. Por ello, es necesario modificar el enfoque androcéntrico nombrando a mujeres y hombres, niños y niñas y, también, evitando expresiones sexistas arraigadas en nuestra cultura.

El uso innecesario o abusivo del masculino genérico se debe evitar tanto al hablar como en los documentos y textos. **Veamos algunos ejemplos:**

- Si el grupo está conformado exclusivamente por mujeres tenemos que hablar de “las participantes”.
- Si se trata de un grupo mixto hablaremos de los y las participantes. No es repetitivo nombrar en masculino y femenino.
- Se pueden usar sustantivos genéricos o no marcados que incluyen sin lugar a duda a mujeres y hombres por igual. Por ejemplo: el vecindario, personas, la gente, grupo, familias, etc.

★ Uso de imágenes

Al momento de usar imágenes, se debe tomar en cuenta que estas no deben reforzar la división sexual del trabajo o una presentación de los roles tradicionales de mujeres y hombres, salvo en ocasiones que se requiera reflexionar respecto a la realidad, en estos casos siempre mostrar que existen otras alternativas.

Al seleccionar las imágenes se debe tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Procurar presentar imágenes donde se muestre a la familia en sus distintas formas, por país, región o territorio.
- A mujeres y niñas como protagonistas. Esto significa evitar imágenes de niñas y mujeres pasivas o aquellas que resalten los estereotipos femeninos.
- Utilizar imágenes que presenten actividades de reparación de tecnologías con ambos géneros.
- Hacer uso de imágenes que rompan con los estereotipos de género. Por ejemplo: niñas jugando a deportes tradicionalmente masculinos, niños y niñas compartiendo espacios de desarrollo conjunto y no excluyente u hombres ejerciendo labores de cuidado.
- Presentar corresponsabilidad como algo natural que se manifiesta en el hogar.

***Las imágenes no solo hacen referencia a fotografías o dibujos, sino también a las imágenes audiovisuales, cuentos e historias.**

★ Rol del profesional responsable de la actividad

Quienes cumplen el rol de facilitadores saben que es necesario propiciar ambientes de confianza con familias o grupos antes de comenzar, por ende, lo que abordaremos en este punto, está relacionado con la conducción grupal y con la educación de adultos en sectores populares.

Recomendaciones para las y los facilitadores:

- En instancias grupales se espera que el o la facilitadora propicie un espacio de confianza, en el que anime a todas las personas a participar, estimulando nuevos aprendizajes.
- Se debe guiar al grupo a analizar la realidad, reconocer las causas y posibles soluciones de los problemas que se presentan.
- El o la facilitadora debe promover la relación entre las personas del grupo como iguales y situarse a sí mismo en forma horizontal.
- Quién conduce el proceso no es dueño de la verdad, sino que tiene la misión de promover el diálogo, la escucha y el aprendizaje colectivo.
- Se debe mostrar un interés activo en el trabajo que se realiza y aceptar a cada miembro del grupo tal como es. La aceptación de sí mismo, le permite equivocarse y dudar frente a los demás sin sentir por ello que pierde autoridad.
- No se deben hacer juicios de valor sobre el grupo, ya que su función es colaborar para que aprendan de sus éxitos y fracasos y no para juzgarlos o condenarlos.

Este listado de recomendaciones se refiere a un tipo de **liderazgo participativo** el que debe primar a lo largo de las actividades participativas. Sin embargo, existen momentos en los que será necesario adoptar un tipo de **liderazgo informativo**, es decir, tener un rol más activo en la entrega de información, por ejemplo: al inicio de cada sesión, quien facilita deberá señalar claramente los objetivos del módulo a trabajar, explicaciones teóricas del contenido y al cerrar es necesario destacar los puntos centrales que se quiere transmitir.

Asimismo, al entregar contenidos y métodos del proceso formativo, se debe tomar en cuenta las desigualdades, inequidades y brechas de género, así como las diferencias intergeneracionales, invitando a cambiar los roles tradicionales que se imponen culturalmente a mujeres y hombres para que favorezcan el empoderamiento de las mujeres. Todo ello a través del fortalecimiento de la conciencia de sus derechos.

★ **Habilidades del profesional responsable de la actividad**

Durante las actividades se descubrirán aspectos de la cultura y modos de ser más íntimos de una familia y/o persona. Para que esto no signifique “exponerse”, sino un compartir constructivo, es necesario que los facilitadores fortalezcan ciertas habilidades para desarrollar el trabajo.

Empatía

Es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, intentar sentir lo que sintió en un momento determinado, teniendo claro que son los sentimientos del otro y no los de uno.

Escucha activa

Es poner atención con la mente y con el cuerpo a lo que el otro me está comunicando. Implica escuchar reflexivamente, hacer un esfuerzo por comprender lo que comunica desde su experiencia.

Para escuchar activamente se debe dejar de hacer otras cosas y mirar los aspectos no verbales de la comunicación, leer lo que se está transmitiendo con el cuerpo. Esta actitud facilita lograr la empatía y señala al otro u otra que es importante para quien lo escucha.

No enjuiciar

Cada persona tiene su historia, su manera particular de ser y cómo le afectan distintas realidades, esto hace que cada persona responda distinto ante una misma situación, por ende, nunca se debe descalificar a algún participante por muy mala que sea su reacción o hábito, es mejor señalarle un comportamiento alternativo más asertivo para lograr lo que pretende. Es necesario tener esto siempre presente y sobre todo transmitirlo al grupo para que sientan que cada postura es válida.

El no fomentar esta actitud es contraproducente para los objetivos del grupo, ya que para compartir experiencia, aprender de los otros y modificar las propias costumbres erradas, es necesario que cada persona se sienta acogida en su individualidad.

Valoración positiva (o refuerzo positivo)

El facilitador/a debe reforzar todos los aspectos positivos del proceso, a fin de lograr un buen trabajo grupal. Esto iría desde las cosas más simples, como por ejemplo: la puntualidad de algunos, hasta las conductas que requieran mayor esfuerzo, como las costumbres que tengan las familias que fortalecen los hábitos trabajados.

Valorar a las personas facilita el proceso de bajar las barreras y enfrentar los aspectos de la vida que se pretenden mejorar, ya que se crea un ambiente acogedor y de confianza. De esta manera, es posible entregar a las familias, en forma constructiva, consejos para mejorar su calidad de vida.

Saber decir no sé

Esto quiere decir que no necesariamente se debe tener respuesta a todas las interrogantes del grupo y que pueden entre todos intentar dar respuesta a la inquietud. Es preferible decir “no sé” antes que dar una información errada. De ser posible, se puede señalar a los participantes el lugar donde encontrarán la respuesta (alguna institución de la comuna, por ejemplo) o indicarles que averiguarán la respuesta para la próxima sesión.

Contención emocional

Es posible que se presenten situaciones con alto contenido emocional durante las actividades por lo que es primordial que, frente a esto, se tome el tiempo necesario para que la persona hable y se calme. Las mejores herramientas, en este caso, son la escucha activa y la empatía. En ocasiones, se busca cambiar el clima de tensión contando anécdotas, consejos o cambiando el tema. Sin embargo, esto no ayuda a la persona que probablemente necesita que la escuchen. Se puede ofrecer conversar a solas al final de la reunión, para orientarla en busca de ayuda según su necesidad.

Conócete a ti mismo

La impronta del taller depende de quién esté a cargo; por lo tanto, es importante que quien facilita conozca sus propias características de personalidad para darle un uso productivo a sus habilidades en la actividad. Además, que al conocer sus propias dificultades, podrá ser consciente cuando aparezcan.

A close-up photograph of a person's hands holding a freshly harvested carrot. The person is wearing a light-colored, textured knit sweater with a purple cuff. The carrot is orange and has green leafy tops. The background shows a garden with other plants and wooden stakes. The overall tone is warm and natural.

2

**METODOLOGÍAS
PARTICIPATIVAS**

Etapa de diagnóstico y plan comunal

Actividad	Taller 1 "Planificación estratégica participativa"
Mes	Mes 1
Descripción	Taller orientado a entregar a la comunidad información con relación a la ejecución del programa, además de permitirles conocer las distintas soluciones técnicas que el programa considera para conformar el huerto. Priorización de necesidades de la comunidad, enfocadas en la producción de alimentos.
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Que las familias conozcan los objetivos del programa, sus etapas, las principales actividades y el apoyo específico que brinda el programa para desarrollar una iniciativa comunitaria. 2. Que las familias conozcan la tecnología que el programa propone para el desarrollo de la iniciativa comunitaria. 3. Identificar las habilidades que presenta la comunidad en relación con la tecnología que se implementará.
Consideraciones metodológicas	<p>Cuando se desarrolle el primer encuentro en modalidad grupal, se debe considerar:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dar la bienvenida y cuando los y las asistentes lleguen, invítelos a pasar al lugar donde se realizará la actividad. 2. Entregar una tarjeta o etiqueta para que cada cual escriba su nombre, de manera que todos se puedan tratar por sus nombres. 3. Dar inicio cuando la mayoría o todos los participantes convocados lleguen; para partir, hay que presentarse ante los y las participantes y comentar brevemente de qué se va a tratar la actividad del día, su duración, las pausas y la hora de término.
Metodologías propuestas	<p>Inicio actividad:</p> <p>Se recomienda iniciar con una técnica "rompe hielo", de presentación, es de vital importancia generar confianza y vincularse en este primer encuentro, por lo que elija una técnica que inste a la participación. Puede revisar algunas opciones en "Juegos".</p> <p>En términos de contenidos se deberá trabajar:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Presentación del programa a través de una breve charla o explicación de la asistencia técnica FOSIS y/o Seremi de Desarrollo Social y Familia (para ello convóquelos previamente) 2. Indagar en las expectativas. Se puede preguntar directamente a los y las participantes, no obstante, como se trata de un primer encuentro grupal, se recomienda utilizar alguna herramienta metodológica del anexo. La más usual es "Lluvia de ideas" a partir de la pregunta ¿Qué espera que suceda hoy? Y ¿Qué espera del programa? Puede utilizar alguna técnica sugerida en "Técnicas" 3. Respecto de la actividad de presentar la tecnología, utilice imágenes de tipos de camas, si es posible videos, fotografías tamaño carta, o lo que se requiera para que todos comprendan su alcance. Así mismo, la técnica será expositiva. 4. Con respecto a idagar sobre habilidades o potencialidades que pueda presentar la comunidad, trabaje con material de apoyo emulando un "árbol" y a través de la técnica lluvia de idea, donde en el centro pueda anotar el nombre de la tecnología, se consulte por ¿Qué habilidades posee que pueda ayudar en la construcción, uso y mantención de la tecnología?
Resultados Esperados	<p>Familias informadas respecto de los alcances del programa y respecto de la tecnología a implementar.</p> <p>Conocer las principales habilidades o potencialidades que pueda presentar la comunidad.</p>

Actividad	Hito 1 "Actividad de lanzamiento"
Mes	Mes 1
Descripción	Actividad comunicacional de lanzamiento oficial del huerto comunitario en redes sociales, diarios, páginas sociales de cada entidad participativa (FOSIS, SEREMI y ejecutor) destacando el objetivo del programa, la participación familiar en comunidad y el sector donde se desarrollará.
Objetivos	Comunicacional
Consideraciones metodológicas	<p>1. Actividad para desarrollar en conjunto con equipo ejecutor y comunidad, debe informarse previamente a lo menos con dos semanas de anticipación a la SEREMI de desarrollo social y familia y a la Asistencia Técnica para su participación y apoyo.</p> <p>2. Se puede desarrollar el mismo día del taller número 1 "Planificación estratégica participativa del huerto comunitario". Considerando el tiempo para el desarrollo del taller y como finalización este hito comunicacional.</p> <p>3. Ejecutor deberá completar el acta de la actividad y registro de asistencia de los participantes.</p>
Metodologías propuestas	<p>Considere un acto simbólico del territorio.</p> <p>Convoque si corresponde a radios o TV local.</p> <p>Considere la presencia de una autoridad comunal.</p>
Resultados Esperados	Que la comunidad se informe sobre la iniciativa a desarrollarse en el territorio.

Actividad	Reunión 1 "Reconocimiento de grupo"
Descripción	Reunión inicial donde se convoca a la totalidad de familias participantes. En este espacio se refuerzan las acciones que considera el proyecto, se resuelven dudas y a través de dinámicas de grupo se presentan la y los asistentes.
Objetivos	Definir representantes o líderes que conformen un "Grupo Motor" o sistema de organización.
Consideraciones metodológicas	<p>1. Los acuerdos alcanzados deben ser sociabilizados a todos los involucrados, independiente de su participación o no en dicha instancia. Para cada uno de los puntos abordados dentro de la reunión deberán señalarse los acuerdos y/o las definiciones efectuadas, registrando también los requerimientos y compromisos por las partes, indicando plazos, responsables y medios de verificación considerados.</p> <p>2. El respeto y la búsqueda del bien común deben primar en estos espacios donde se reúnen personas que incluso pueden mantener relaciones difíciles, para ello el ejecutor debe tener especial cuidado en aquello.</p> <p>3. En forma conjunta se deben acordar el calendario de las instancias futuras, de esta forma se coordina con mucha anticipación. Esta definición no debe coincidir con fechas de importancia que puedan dificultar la participación.</p>
Metodologías propuestas	Considere la técnica "asambleas comunitarias" de este documento. Usar técnica de toma de decisiones.
Resultados Esperados	Contar con grupo motor o personas que permitan la organización participativa.

Actividad	Taller 2 "Cohesión social relación interpersonal, cooperativismo y asociatividad"
Mes	Mes 2
Descripción	Taller destinado a fortalecer las capacidades que permiten a la comunidad desarrollar de manera adecuada el trabajo en conjunto, promoviendo para ello, la capacidad de identificar y reconocer los recursos familiares, capacidad para organizarse y distribuir tareas de manera equitativa, y capacidad para planificar y definir metas asociadas a la producción de alimentos.
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Presentar el diseño del huerto, ajustado a los espacios disponibles y necesidades de la comunidad. 2. Fortalecer en las personas y familias participantes la capacidad de reconocer y valorar los recursos propios y del entorno en que viven. 3. Fortalecer en las personas y familias participantes la capacidad para organizarse y distribuir de manera adecuada las distintas tareas asociadas a la iniciativa de producción.
Consideraciones metodológicas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Incorporar actividad enfocada en la participación familiar a partir del intercambio de experiencias entre representantes de las familias y orientada a motivar y compartir aprendizajes y buenas prácticas. 2. Incorporar actividad que permita reforzar la implementación de tecnologías simples y de bajo costo (por ej. aboneras) en base al aprovechamiento de los materiales disponibles buscando reforzar el objetivo de valorar y aprovechar recursos propios.
Metodologías propuestas	<p>Considere la técnica "taller de capacitación", "jugando con palabras" y dinámicas y juegos de este documento.</p> <p>Retomar contenido de este taller con la actividad realizada en el taller número 1, considerando lo indicado por los y las participantes en torno a sus habilidades. Se sugiere trabajar con la técnica "toma de decisiones" de este documento.</p>
Resultados Esperados	Que la comunidad reconozca sus capacidades y se vean fortalecidas con esta actividad.

Etapa de implementación

Actividad	Taller 3 "Implementación del huerto"
Mes	Mes 4
Descripción	Taller destinado a entregar las orientaciones necesarias para llevar a cabo la construcción y habilitación de las tecnologías que conformarán el huerto. Planificación del proceso de implementación.
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Que las familias adquieran los conocimientos y herramientas necesarios para la construcción, habilitación, uso y manejo del huerto comunitario. 2. Las familias fortalezcan la capacidad para planificar de manera adecuada la implementación del huerto, asumiendo compromisos en la realización de tareas y resolución de problemas que pudiesen surgir.
Consideraciones metodológicas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Las actividades para desarrollar deben considerar la exposición de temáticas y actividades prácticas. 2. Entrega de material de apoyo para la construcción paso a paso de cada una de las tecnologías que formarán parte del huerto. 3. Incorporar un bloque enfocado en el trabajo realizado con los diagnósticos alimentarios en la primera sesión. 4. Incorporar actividad en la que se definan tareas asociadas a la implementación del huerto, y asignarlas a cada integrante del grupo.
Metodologías propuestas	<p>Considere la técnica "taller de capacitación" de este documento.</p> <p>Use herramientas como bitácoras, calendario de tareas u otro que permita planificar.</p> <p>Trabaje con instrumentos de apoyo como una cartulina para elaborar compromisos grupales, simbólicamente puede estar firmados por quienes se comprometen a realizarlo.</p>
Resultados Esperados	<ol style="list-style-type: none"> 1. Las familias adquieren los conocimientos y herramientas necesarios para la construcción, habilitación, uso y manejo del huerto comunitario. 2. Las familias fortalecen la capacidad para planificar de manera adecuada la implementación del huerto. 3. Se adquieren compromisos de cuidados de la tecnología.

Actividad	Reunión 2 "Organización constructiva"
Mes	Mes 4
Descripción	Para la fecha de esta reunión los materiales o bienes debiesen estar en proceso de entrega
Objetivos	Organizar la implementación constructiva de las tecnologías.
Consideraciones metodológicas	<p>1. Los acuerdos alcanzados deben ser sociabilizados a todos los involucrados, independiente de su participación o no en dicha instancia. Para cada uno de los puntos abordados dentro de la reunión deberán señalarse los acuerdos y/o las definiciones efectuadas, registrando también los requerimientos y compromisos por las partes, indicando plazos, responsables y medios de verificación considerados.</p> <p>2. El respeto y la búsqueda del bien común deben primar en estos espacios donde se reúnen personas que incluso pueden mantener relaciones dificultosas, para ello el ejecutor debe tener especial cuidado en aquello.</p> <p>3. En forma conjunta se deben acordar el calendario de las instancias futuras, de esta forma se coordina con mucha anticipación. Esta definición no debe coincidir con fechas de importancia que puedan dificultar la participación.</p>
Metodologías propuestas	Considere la técnica "asambleas comunitarias" de este documento.
Resultados Esperados	Lograr contar con roles y funciones respecto de la etapa de implementación.

Etapa puesta en marcha

Actividad	Taller 4 "Abono, siembras y mantención"
Mes	Mes 6
Descripción	Taller destinado a reforzar los conocimientos de la comunidad en relación con la importancia del suelo para el crecimiento de los cultivos, tipos de siembra, y principales labores asociadas a los cuidados básicos necesarios para mantener el huerto en buenas condiciones.
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. La comunidad conozca características e importancia de las semillas, así como los tipos de crecimiento, tipos de siembra, y fechas de cultivos. 2. La comunidad fortalezca sus conocimientos y capacidades en relación con los cuidados básicos que debe realizar para obtener una buena producción en el huerto. 3. Informar sobre el uso de abonos y fertilizantes naturales, fomentando el reciclaje de residuos orgánicos.
Consideraciones metodológicas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se deben considerar actividades prácticas en el huerto comunitario. 2. Realizar una actividad en la que se muestre el proceso de elaboración de compost, humus, y/o bokashi. 3. Complementar con material educativo enfocado en los tipos de Biofertilizantes y formas de elaboración. <p>Entrega de material de apoyo para la construcción paso a paso de cada una de las tecnologías que formarán parte del huerto.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Incorporar un bloque enfocado en el trabajo realizado con los diagnósticos alimentarios en la primera sesión. 5. Incorporar actividad en la que se definan tareas asociadas a la implementación del huerto, y asignarlas a cada integrante del grupo.
Metodologías propuestas	Considere la técnica "taller de capacitación" y "jugando con palabras" de este documento.
Resultados Esperados	Que la comunidad participante se vea fortalecida en sus conocimientos respecto del los abonos, siembras y mantención.

Actividad	Reunión 3 y 4 Resolución de inquietudes”
Mes	Mes 6 y 7
Descripción	Estas reuniones deben estar enfocadas en evaluar el grado de avance en lo constructivo y/o productivo.
Objetivos	Resolver dudas o problemas que hayan surgido en los meses que han transcurrido y a su vez tomar decisiones frente a estos temas.
Consideraciones metodológicas	<p>1. Los acuerdos alcanzados deben ser sociabilizados a todos los involucrados, independiente de su participación o no en dicha instancia. Para cada uno de los puntos abordados dentro de la reunión deberán señalarse los acuerdos y/o las definiciones efectuadas, registrando también los requerimientos y compromisos por las partes, indicando plazos, responsables y medios de verificación considerados.</p> <p>2. El respeto y la búsqueda del bien común deben primar en estos espacios donde se reúnen personas que incluso pueden mantener relaciones dificultosas, para ello el ejecutor debe tener especial cuidado en aquello.</p> <p>3. En forma conjunta se deben acordar el calendario de las instancias futuras, de esta forma se coordina con mucha anticipación. Esta definición no debe coincidir con fechas de importancia que puedan dificultar la participación.</p>
Metodologías propuestas	Considere la técnica “asambleas comunitarias” de este documento.
Resultados Esperados	Comunidad informada sobre el estado de avance, aclaración de dudas y conocimiento sobre acciones futuras.

Actividad	Hito 2 "Actividad de siembra"
Mes	Mes 6
Descripción	Actividad de reconocimiento y valoración de la práctica de siembra donde las familias son los actores principales.
Objetivos	Generación de instancia grupal de siembra.
Consideraciones metodológicas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Coordinación de la actividad en reunión de planificación número 2, instancia donde la comunidad pueden entregar ideas en relación con los conocimientos ancestrales de ritos o rituales para el periodo de siembra. 2. Actividad que se puede desarrollar en conjunto al taller 4 "Abono, siembra y mantención" dando espacio para la realización de la ceremonia protocolar de siembra. 3. Desarrollo de acta de la actividad y registro de asistencia de los participantes.
Metodologías propuestas	La que se requiera según la pertinencia territorial y local.
Resultados Esperados	Que la comunidad participante se vea sensibilizada respecto de la siembra.

Actividad	Taller 5 "Control de plagas y enfermedades"
Mes	Mes 7
Descripción	Taller cuyo objetivo es entregar a la comunidad los métodos de prevención y control de plagas y enfermedades en el huerto. Se espera, además, que las familias logren identificar las principales plagas y enfermedades, así como el daño producido por estos, mediante la observación y exploración de los cultivos presentes en el huerto comunitario.
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Promover buenas prácticas para la prevención y control de plagas y enfermedades en el huerto. 2. Las familias aprenden a reconocer tanto los insectos dañinos como los beneficiosos para las plantas. 3. Que las familias conozcan métodos para el control de plagas y enfermedades.
Consideraciones metodológicas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se deben considerar actividades prácticas en el huerto comunitario. 2. Incluir un bloque para realizar una muestra de preparaciones y usos de productos naturales para el control de plagas y enfermedades. (Biopreparados caseros). 3. Incluir actividad enfocada en el reconocimiento de las principales plagas y enfermedades, así como también, del daño que producen, utilizando para esto, los cultivos presentes en el huerto implementado.
Metodologías propuestas	Considere la técnica "taller de capacitación" y "jugando con palabras" de este documento.
Resultados Esperados	Que las familias hayan fortalecido o ampliado sus conocimientos respecto de las plagas y enfermedades que afectarían al huerto.

Actividad	Taller 6 "Cosecha, Conservas y Preparaciones Saludables, Higiene y Manipulación de Alimentos"
Mes	Mes 8
Descripción	Taller orientado a planificar las acciones asociadas a la etapa final de crecimiento del cultivo, principalmente cosecha y obtención de semillas. Además, se capacitará a la comunidad en relación con prácticas de higiene y seguridad en la manipulación de alimentos.
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Las familias logran reconocer los principales aspectos relacionados con la cosecha y post cosecha de hortalizas y frutas; momento de cosecha, punto óptimo de madurez, herramientas y equipos necesarios, y almacenamiento. 2. La comunidad comprenderá los beneficios de realizar tareas de forma planificada y organizada, apreciando los resultados del trabajo en conjunto. 3. Familias adquieren los conocimientos necesarios para realizar una adecuada manipulación de los alimentos, evitando tipos de contaminación, y mejorando el manejo higiénico en el proceso de preparación.
Consideraciones metodológicas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Las actividades por desarrollar deben considerar la exposición de temáticas y actividades prácticas en el huerto comunitario. 2. Incorporar una actividad de planificación de la recolección de hortalizas y frutas. Estimar cantidades a producir, y definir criterios a utilizar en la repartición de los alimentos a producir. 3. Incorporar una actividad en la cual se realicen algunas preparaciones saludables, y se muestre el proceso de elaboración de conservas.
Metodologías propuestas	Considere la técnica "taller de capacitación" y "jugando con palabras" de este documento.
Resultados Esperados	Que la familia conozca sobre la cosecha, conserva de alimentos y preparaciones y manipulación saludable.

Etapa de cierre

Actividad	Reunión 5 "Organización de cierre"
Mes	Mes 8
Descripción	Esta reunión tiene un hincapié en lo evaluativo del proceso, decidir sobre la continuidad del proyecto y cómo organizarse cuando ya no se cuente con actores de apoyo.
Objetivos	Evaluación del proyecto y definición de continuidad.
Consideraciones metodológicas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Los acuerdos alcanzados deben ser sociabilizados a todos los involucrados, independiente de su participación o no en dicha instancia. Para cada uno de los puntos abordados dentro de la reunión deberán señalarse los acuerdos y/o las definiciones efectuadas, registrando también los requerimientos y compromisos por las partes, indicando plazos, responsables y medios de verificación considerados. 2. El respeto y la búsqueda del bien común deben primar en estos espacios donde se reúnen personas que incluso pueden mantener relaciones dificultosas, para ello el ejecutor debe tener especial cuidado en aquello. 3. En forma conjunta se deben acordar el calendario de las instancias futuras, de esta forma se coordina con mucha anticipación. Esta definición no debe coincidir con fechas de importancia que puedan dificultar la participación.
Metodologías propuestas	Considere la técnica "asambleas comunitarias" de este documento.
Resultados Esperados	La comunidad participante, debe realizar una evaluación del proceso y contar con un plan de cuidado de la huerta.

Actividad	Hito 3 "Ceremonia de cierre"
Mes	Mes 9
Descripción	Ceremonia de cierre donde las familias participan dando a conocer sus experiencias del trabajo en comunidad.
Objetivos	Dar cierre de la intervención del proyecto y determinar su continuidad.
Consideraciones metodológicas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Coordinación de la ceremonia en reunión de planificación número 5, instancia donde se puede constituir un comité organizador quienes se encargarán de las actividades específicas de la ceremonia como invitaciones, libreto, recepción y requerimientos generales como limpieza y ornamentación del lugar. 2. Desarrollo de acta de la actividad y registro de asistencia de los participantes. 3. Elaboración de acta de traspaso del huerto a la comunidad, hito final donde quede registro del compromiso que hace la comunidad para el trabajo y cuidado del huerto.
Metodologías propuestas	<ol style="list-style-type: none"> 1. La que se requiera según la pertinencia territorial y local. 2. Se debe considerar convocar a los medios convocados en el Hito 1, autoridades y actores como SEREMI de Desarrollo social y Familia y Asistencia técnica del FOSIS.
Resultados Esperados	Que el equipo ejecutor dé por terminado el proyecto y la comunidad este informada de ello.

RECUERDA MONITOR

Apoyar a los o las participantes que posean dificultades con la escritura o pruebe con alternativas como el dibujo que represente sus expectativas.

Técnicas y juegos

★ Técnica: Exploración de expectativas

Está referida a conocer las expectativas de los y las participantes respecto de la actividad. Para lograr esto, se propone una actividad de proyección: plasmar las expectativas en una cartulina o dibujar un círculo en una pizarra, etc. El o la monitora deberá disponer en el centro de la mesa (o en el piso) una gran cantidad de papeles o post-it y lápices. Asimismo, deberá colgar en la pared el lienzo con el dibujo o usar la pizarra, según los materiales disponibles. Cada participante deberá tomar un lápiz y escribir en los post - it “¿Qué espera de la actividad? y ¿Qué le gustaría aprender?”.

★ Técnica: Jugando con palabras

Para realizar esta actividad en un primer momento, el grupo general de integrantes se dividirá en dos o los que se requieran conformando sub- grupos de cinco a seis personas. A cada grupo conformado se les entregarán o mostrarán tarjetas (o puedes dejarlas escritas en un muro, pizarra), debe estar visible al alcance de todos, con las palabras asociadas a los conceptos teóricos que se abordarán en la actividad ejemplo: “siembra”, “cama alta”, “riego”, “tipos de plaga”, etc.

Los o las monitoras deben acompañar el trabajo de los grupos, para poder guiar de manera más focalizada la actividad.

Los o las monitoras debe mencionar a vivía voz el primer concepto y los integrantes de cada grupo irán explicando lo que crean que significa el término. Cuando la conversación en torno a uno de los conceptos se haya saturado, deberán cambiar de concepto y así sucesivamente hasta haber conversado todos los definidos a abordar.

Luego se socializa la conversación de manera grupal general, pudiendo existir un representante por grupo o al azar o voluntariamente hablando y complementándose; es aquí cuando el monitor retroalimenta las definiciones que cada integrante da, pero desde la perspectiva más teórico - conceptual.

El ejercicio concluye con una concepción general del concepto, es decir que más o menos se defina grupalmente el concepto consensuando así lo experiencial y lo teórico.



★ Técnica: Asambleas comunitarias

Antes de iniciar la asamblea, espere el tiempo que en común acuerdo determinen los participantes para esperar al mayor número de personas. Es importante contar con un registro de asistencia, para ello en la medida que llegan los participantes se deben registrar a lo menos con el nombre de pila, a quién representa y firma.

Siempre debe señalar a modo de introducción, algunos protocolos tales como: Bienvenida, agradecimiento por la asistencia y el objetivo de la reunión. Posteriormente debe describir el contexto, alcances y etapas (si las hay) de la asamblea. Finalmente, debe dejar en claro que “todas las opiniones son válidas”, “que es importante conocer la opinión de todos”, “que es una instancia de reunión y de toma de decisiones”, “que existe un protocolo de confidencialidad” y “que las opiniones deben señalarse con respeto al otro”.

El o la profesional como agente de guía de la asamblea debe dirigir la conversación, dar la palabra y tomar nota de lo que los y las participantes señalen. Posteriormente debe hacer la devolución de lo que se ha señalado a modo de síntesis. Finalmente, debe dar cierre a la asamblea señalando acuerdos, tareas pendientes y próximos pasos a seguir, dejándolos invitados a participar de las próximas actividades.

★ Técnica: Taller de capacitación

Paso 1: Conozca los contenidos que se señalarán en la capacitación.

Paso 2: Adapte los contenidos a un lenguaje de fácil comprensión, si es necesario elabore material de apoyo.

Paso 3: Siempre dé la bienvenida y contextualice el objetivo de la capacitación.

Paso 4: Inicie la capacitación y muestre flexibilidad en los tiempos para consultas y duda de los y las participantes. A continuación, le señalaremos algunos “consejos” que le serán de ayuda para su ejecución:

- **Se sugiere cada cierto tiempo, realizar preguntas como: ¿Quedó claro?, ¿Hay alguna duda?, ¿Qué entienden por...?.**

- **Genere quiebres, si percibe que existe en los participantes una actitud tediosa, rompa la monotonía e improvise.**

- **Dé ejemplos, con acciones cotidianas, para facilitar la comprensión de los contenidos y conceptos.**

Paso 5: Al finalizar la capacitación, se sugiere realice una evaluación sencilla para aclarar dudas, unificar conceptos y cerrar la sesión de capacitación.

★ Técnica: Toma de decisión

Paso 1: Introducir una discusión sobre los aspectos de toma de decisión. Proponer el diagrama como un instrumento para visualizar.

Paso 2: Determinar cuáles son los temas sobre los cuales se quiere determinar la toma de decisión; determinar los actores involucrados (personas y organizaciones). Preparar una matriz a dos entradas con los temas en un lado, los actores en otra.

Paso 3: Para cada tema/actor o nivel de decisión, discutir con los participantes cómo se toman las decisiones. Indicar en la matriz.

Paso 4: Al final se obtiene un diagrama de las tomas de decisión en la comunidad. Si se ha trabajado en subgrupos, comparar los resultados de los diferentes grupos. Discutir las implicaciones y posibles problemas.

Se debe contar con un secretario quien tome nota de los principales acuerdos y desacuerdos de la discusión.

MATRIZ DE ANÁLISIS DE TOMA DE DECISIONES			
Tema de decisión Actor	Riego	Desmalezar	Cosechar

★ Técnica: Lluvia de ideas

Paso 1: Introducir la dinámica con una pregunta abierta sobre el tema que interesa.

Escribir o visualizar la pregunta.

Paso 2: Los participantes deben exponer todas las ideas y el/la o los/as monitores/as deben escribir textual lo señalado en tarjetas (una por tarjeta, máx. 3 líneas). Se debe procurar que todas las opiniones sean escuchadas, para ello, se debe indicar que “hable uno a la vez”, “levántela mano previamente”, “todas las opiniones son válidas”.

Paso 3: El equipo ejecutor deberá exponer todas las tarjetas, en la pizarra (muro o papelógrafo), leyendo cada una en voz alta.

Paso 4: Luego, se agrupan las tarjetas que expresan una misma idea. Si los participantes están de acuerdo, tarjetas repetidas pueden ser eliminadas, pero es mejor reemplazarlas por una nueva con una formulación acordada por todos. Ninguna tarjeta debe salir de la pizarra si no hay consenso. Cada vez que se manipula una tarjeta se lee en voz alta para todos los participantes.

Paso 5: Se agrupan las tarjetas que tratan ideas directamente relacionadas.

Paso 6: Decidir qué trabajo se va a hacer sobre el resultado (según los casos, nueva lluvia de idea enfocada sobre uno de los temas que aparecieron, ejercicios de análisis, priorización, etc...).

Se debe contar con un secretario quien tome nota de los principales acuerdos y desacuerdos de la discusión.

★ Técnica: F.O.D.A

Para cada una de las alternativas que se quieren analizar, se va a establecer, en forma de lluvias de ideas, cuatro series de características:

- **Fortalezas:** ¿Cuáles son las ventajas que presenta esta solución o la localidad en su conjunto frente a algún tema en específico como tal?
- **Oportunidades:** ¿Cuáles son los elementos externos (en la comunidad, la sociedad, las instituciones, el medio natural) que pueden influir positivamente en el éxito de la alternativa o que posee la localidad en su conjunto frente a algún tema en específico?
- **Debilidades:** ¿Cuáles son las desventajas que presenta esta solución como tal o que posee la localidad en su conjunto frente a algún tema en específico?
- **Amenazas:** ¿Cuáles son los elementos externos (en la comunidad, la sociedad, las instituciones, el medio natural) que pueden influir negativamente en el éxito de la alternativa o que posee la localidad en su conjunto frente a algún tema en específico?

Se debe contar con un secretario quien tome nota de los principales acuerdos y desacuerdos de la discusión.

Considere realizar esta técnica de manera más acotada si se requiere según la necesidad de la actividad ejemplo sólo fortalezas y oportunidades de mejora.



Juegos de presentación

★ Corazones

Se dibujan corazones en distintas hojas. Luego, se cortan por los bordes y se parten irregularmente al centro (como un rompecabezas). Según la cantidad de participantes que hay, se utilizará la mitad de corazones (pues a cada participante se le dará una mitad de un corazón).

Se colocan las mitades de corazones en el centro (bien mezclados), sobre una mesa, y se pide a los participantes que cada uno retire un pedazo de papel. Luego, deben buscar al compañero o compañera que tiene la otra mitad, la que tienen que coincidir exactamente. Al encontrarse la pareja, deben conversar por cinco minutos sobre el nombre, datos personales, gustos, experiencias, etc. Al finalizar el tiempo, vuelven al grupo general, para presentarse mutuamente y exponer sus experiencias.

★ La pelota musical

El animador invita a los presentes a sentarse en círculo y entrega una pelota a una persona. Explica la forma de realizar el ejercicio. Mientras se escucha una canción de fondo, la pelota se hace correr de mano en mano. Cuando la música para, se detiene el ejercicio y la persona que ha quedado con la pelota en la mano se presenta al grupo: dice su nombre; donde vive; con quiénes, y lo que le gusta hacer en los ratos libres.

El ejercicio continúa de la misma manera hasta que se presenta la mayoría. En caso de que una misma persona quede más de una vez con la pelota, el grupo tiene derecho a hacerle una pregunta.

★ Los refranes

Se escribe un refrán en dos tarjetas, el comienzo en una de ellas y su complemento en otra.

Se disponen estas tarjetas, desordenadas, sobre una mesa y se le pide a los asistentes que tomen una y que luego busquen a la persona que tiene la otra parte del refrán; de esta manera, se van formando las parejas que intercambiarán la información a utilizar en la presentación. ¿Cómo se llaman?, ¿De qué localidad son?, ¿Cuántos son en su familia?, entre otras preguntas.



★ Telaraña

Presentarse utilizando una bola de estambre u ovillo de lana que se va lanzando entre las/os participantes del grupo. Debe hacerse lo más rápido posible.

Todas las personas formarán un círculo, luego se seleccionará alguna persona al azar y ella tomará el principio del estambre u ovillo de lana y lanzará el resto de estambre a algún participante que elija. Antes de lanzarlo deberá decir su nombre, pasatiempos, intereses. Cada persona debe quedarse con una pintita del estambre, hasta llegar al último participante y lograr formar una telaraña. El moderador tomará la decisión de deshacerla siguiendo el mismo desarrollo, pero ahora mencionarán los participantes el nombre de la persona a la que le regresarán el extremo del estambre y así se continúa hasta llegar a la primera persona que tiene el inicio del estambre.

★ La fiesta

Se explica que va a hacer una fiesta, y que cada cual debe llevar algo, que empiece con la inicial de su nombre.

El primero comienza diciendo su nombre y lo que va a llevar a la fiesta. El segundo repite lo que dijo el anterior, y luego dice su nombre lo que a llevar a la fiesta.

Ejemplo:

- 1.- yo soy Pablo y voy a llevar un pastel.
- 2.- Él es Pablo y va a llevar un pastel, y yo soy Ricardo y voy a llevar refrescos.
- 3.- Él es pablo y va a llevar la música, él es Ricardo y va a llevar los refrescos, y yo soy Juana y voy a llevar los jugos.

Y así se repite sucesivamente hasta completar la cantidad de participantes.

★ Reloj

En este juego, se pretende que el grupo se conozca por medio de citas. A cada participante se le entrega un papel con un reloj dibujado, un círculo dividido en 12 cuadrantes (12 horas), numerados del uno al 12. Cada integrante del grupo debe concertar citas en los horarios que aparecen. Cuando todos están listos, comienza la ronda de las citas. Los monitores serán quienes dirán las horas y cuando eso ocurra los participantes se juntarán con la persona que les corresponde en su cita.

En cada hora, los monitores del lugar deberán asignar una pregunta guía, para que los que se encuentran en la cita puedan conversar en torno a esa pregunta guía. Se deja un tiempo destinado para ella y luego se cambia al siguiente horario y así sucesivamente con todos los horarios destinados.

Preguntas guías sugeridas:

- ¿Por qué viniste?
- ¿Qué te llama la atención de la actividad que vamos a hacer?
- ¿Quién te invito?
- ¿Qué esperas aprender de esta experiencia?
- ¿Qué es lo que más te gusta hacer?
- ¿Cuántos integrantes son en tu familia?, ¿Cuántos de ellos vinieron hoy a participar?

Juegos movilizadores

★ ¡Levántese y siéntese!

Todos sentados en círculo. El coordinador empieza contando cualquier historia inventada. Cuando dentro del relato dice la palabra "sí" todos se deben levantar, y cuando dice la palabra "no", todos deben sentarse.

Cuando alguien no se levanta o no se sienta en el momento en que se dice "sí" o "no", sale del juego o hace una penitencia.

El coordinador puede iniciar la historia y señalar a cualquier participante para que la continúe y así sucesivamente.

El que narra la historia, debe hacerlo rápidamente para darle agilidad. Si no lo hace, también pierde.

★ Mar y tierra

Se dibuja una línea en el suelo y se ubica al grupo tras la línea. A la orden de "mar" las personas deben saltar hacia delante de la línea. A la orden de "tierra" las personas deben estar tras la línea.

El monitor debe decir las palabras "mar" y "tierra" rápidamente, lentamente, varias veces juntas, intercaladas, etc., la idea es confundir a los participantes.



★ Tutti frutti

Se sienta a las personas en un círculo y a cada una se le dice una fruta en secreto (debe hacer solo dos o tres frutas y estas deben ir repitiéndose).

El monitor comienza a contar una historia donde habla de frutas, y cuando diga las frutas que antes dijo en secreto a las personas, éstas deben cambiarse rápidamente entre ellas de asiento. Si el monitor dice "tutti frutti" todos se cambian de asiento. El que queda sin asiento sigue la historia.

Juegos de confianza

★ El lazarillo o ser guía en una carrera de obstáculos

Debe realizarse en parejas en un espacio amplio. Se requiere disponer de objetos de forma irregular, con un punto de partida y otro de llegada.

Uno de los miembros debe estar con los ojos vendados, mientras que el otro será quien lo guíe con indicaciones para que llegue sano y salvo al final del circuito.

De este modo, quien tiene los ojos vendados recibirá instrucciones del tipo "camina a la derecha, salta el aro, avanza dos pasos a la izquierda", según el modo en que se hayan dispuesto los elementos. Puede haber aros, conos y sogas.

El tiempo estimado de la actividad depende del diseño del circuito. Cada miembro de la pareja debe ocupar el rol de guía y de quien se deja guiar. No importa cuánto tome completar el trayecto, sino el hecho de llegar bien y de sentirse con confianza mientras se avanza.

Dime lo que dibujas

Una última dinámica para trabajar la confianza y el trabajo en equipo consiste en separar al grupo en parejas y darles lápiz y papel. La consigna es que uno de los miembros de la pareja debe empezar haciendo un dibujo, procurando que su compañero no vea de qué se trata. Tendrá unos minutos.

Cuando todos hayan terminado, el moderador dará la señal y quien realizó el dibujo debe darle pistas a su compañero para que dibuje lo mismo. Al tener que ofrecer distintas explicaciones, este juego permite desarrollar y fortalecer habilidades de expresión y comunicación.

El juego finaliza una vez que ambos miembros hayan creado su propio dibujo y haya sido adivinado.

Juegos de cooperativismo

★ Mover el globo

Este juego consiste en trasladar un globo por parejas a través de un recorrido pre-establecido (con origen y final claros). El requisito del juego, y a la vez su gracia, es que ningún miembro de la pareja podrá tocar el globo con las manos, sólo a través de las otras partes del cuerpo.

Esto hace que sea necesario un gran contacto físico entre los participantes, y un gran trabajo en equipo. Si el globo cae, se deberá volver a la línea de salida. Gana la pareja que llegue antes a la meta.

★ Busca palabras

El material que se necesita son unas hojas y unos lápices. El objetivo del juego será encontrar el mayor número de palabras. Se formarán equipos de 3 o 4 jugadores (lo ideal es que haya como mínimo 2 equipos), que se colocarán en grupo.

Quien dirige el juego, dirá una palabra de mínimo 9 letras (por ejemplo "murciélago", que tiene 10), y el objetivo será que los equipos formen el mayor número de palabras posibles con esas letras desordenadas. Se les dará tiempo, por ejemplo 3 minutos. Gana el equipo que más palabras consiga anotar.



A close-up photograph of a person's hands holding a freshly harvested carrot. The person is wearing a light-colored, textured knit sweater with a purple cuff. The carrot is orange and has some soil on it. The background shows a garden with other plants and a black dog. The image has a soft, slightly blurred background.

3

Bibliografía

Bibliografía

- ★ FOSIS, 2018 “Metodología social del Programa Habitabilidad”
Equipo metodológico nivel central de Asistencia Técnica de Habitabilidad Santiago de Chile.
- ★ FOSIS, 2014 “Guía metodológica componente diagnóstico comunitario”
Equipo multidisciplinario nivel central de Asistencia Técnica de Autoconsumo Santiago de Chile.
- ★ Geilfus, F. 2009. “80 Herramientas para el Desarrollo Participativo. Diagnóstico, Planificación Monitoreo y Evaluación” Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura. San José, Costa Rica.

programa
AUTOCONSUMO

PROGRAMA APOYO A LA SEGURIDAD ALIMENTARIA

