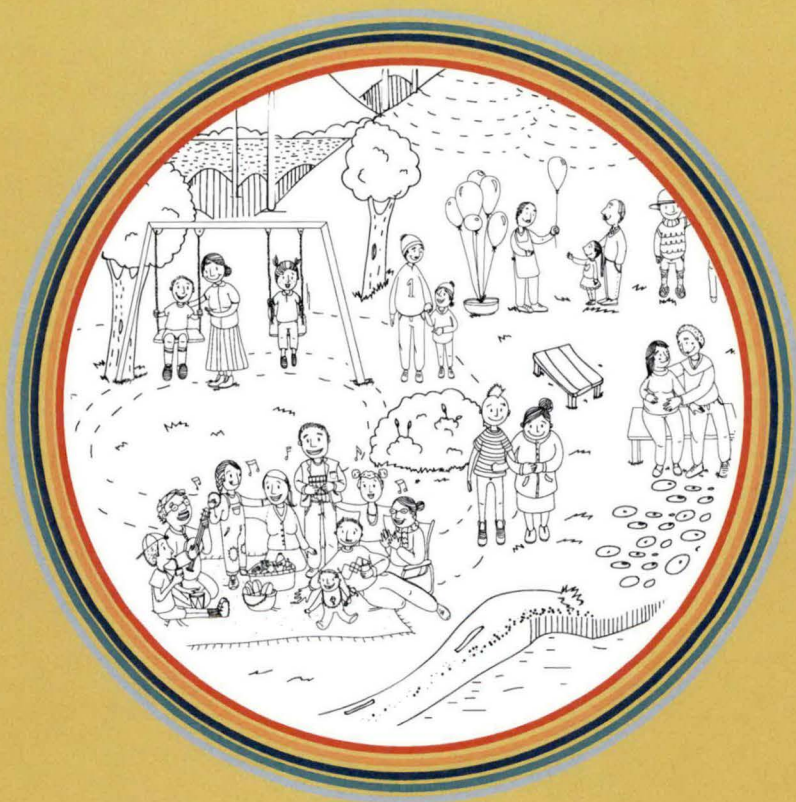


# Manual de Sesiones de Formación



Fortalecimiento de la vida en comunidad

Manual de Sesiones de Formación  
para la persona facilitadora



ACCIÓN EN COMUNIDAD



© Ministerio de Desarrollo Social  
Fondo de Solidaridad e Inversión Social  
Línea de Habilitación Social

Primera edición  
Santiago, Chile  
marzo, 2018



# Índice

I. Introducción .....	7
Sesión 1: Hacia un entorno saludable .....	17
Sesión 2: Calidad de vida en nuestro entorno .....	41
Sesión 3: Organizando el presupuesto .....	71
Sesión 4: Aprendiendo sobre el ahorro .....	91
Sesión 5: Resolución de conflictos .....	109
Sesión 6: Los riesgos y nuestra experiencia .....	121
Sesión 7: Actuar unidos ante emergencias y desastres .....	133
II. Referencias Bibliográficas .....	154

# I. INTRODUCCIÓN

En este manual la persona facilitadora encontrará conceptos esenciales para el desarrollo oportuno y eficiente de cada una de las sesiones que el programa Acción ha dispuesto para el desarrollo de la intervención con la comunidad. El programa cuenta con un conjunto de temáticas agrupadas en cuatro grandes áreas, pero que se pueden trabajar de manera independiente: Habitabilidad y Entorno, Educación Financiera, Resolución de Conflictos y Prevención en Emergencia y Desastres, las que aportan información a las comunidades, profundizan los contenidos de las actividades, promueven la reflexión y el ejercicio de los aprendizajes adquiridos.

Son diversos temas agrupados en siete sesiones de trabajo, organizadas de tal manera que la persona facilitadora pueda escoger qué temas trabajará con la comunidad, tomando siempre en cuenta lo que indiquen las bases de licitación.

Cada sesión está estructurada de tal forma que permita visualizar los objetivos, las actividades a realizar y los materiales requeridos.

Cabe destacar que, a pesar de que las actividades y materiales están descritos, la persona facilitadora siempre podrá reorganizar los contenidos y adaptarlos a la realidad de la comunidad. Los temas

presentados son referencias para el trabajo, absolutamente flexibles y, por lo tanto, susceptibles de adaptación.

Hemos decidido trabajar con las temáticas antes expuestas, ya que creemos que aportan al desarrollo de las habilidades que el programa considera.

Las sesiones de Habitabilidad tienen como objetivo que las familias y comunidades conozcan, comprendan y aprendan la importancia de cuidar el entorno que habitamos, lo que incide sobre la salud y la calidad de vida. Los hábitos por reforzar corresponden al orden y limpieza de los espacios. Se contemplan los cuidados para prevenir riesgos y la necesaria planificación para proyectar en el tiempo las necesidades de la comunidad, incorporando como factor clave la capacidad familiar de coordinarse y organizarse con otras personas para mejorar las condiciones y las formas en que habitan su vivienda y su entorno. Las sesiones de habitabilidad se desarrollan con las familias; sin embargo, su impacto en la comunidad es relevante, puesto que lo que pasa en el entorno de cada una de las viviendas afecta al bien común. Siempre hay que relacionar las conductas individuales con su efecto en las demás personas. La persona facilitadora puede realizar las adaptaciones necesarias a las sesiones que se sugieren, pero es importante mantener los objetivos, aunque las estrategias puedan ser distintas. No debe olvidarse la pertinencia.

El programa Acción parte del supuesto que el manejo

adecuado de recursos financieros es una estrategia clave para prevenir situaciones de crisis económica. Las personas en comunidad, al reflexionar sobre cómo organizar sus recursos económicos, pueden buscar soluciones sobre la base de sus diversas experiencias. El objetivo es que las comunidades logren mejorar el manejo de sus finanzas, de una manera más informada y eficiente, adoptando mejores decisiones con el fin de promover mayor bienestar y seguridad. En la medida que constituye un medio valioso para fortalecer la colaboración, la educación financiera se convierte en un pilar importante para generar alternativas de desarrollo en las comunidades, generando capacidades en el manejo óptimo de sus recursos económicos. Con la ejecución de las sesiones se podrán entregar conocimientos y herramientas a las comunidades a través de ejercicios prácticos, transmisión de información y espacios de reflexión.

Los conflictos son parte de nuestra vida y constituyen una herramienta de aprendizaje. El programa Acción entiende la resolución de conflictos como un elemento clave, tanto para prevenir estas situaciones en las familias o en la comunidad como para enfrentar actuales conflictos. Con el objetivo de que las familias de la comunidad logren vivir con mayor bienestar y seguridad, superando situaciones de conflicto, se entregan herramientas a través de ejercicios prácticos, transmisión de información y espacios de reflexión.

En nuestro país han ocurrido históricamente fenómenos que generan daños en las condiciones de vida de muchas personas. Numerosos temblores, terremotos, aluviones, crecidas de ríos y

desmoronamientos de cerros han marcado la historia familiar de las personas que vivimos en Chile. Sin embargo, en los últimos años, la frecuencia y la intensidad de estos fenómenos se han incrementado, originados por el cambio climático que vive el planeta y la destrucción de los recursos naturales para abastecer el consumo humano. La implementación del programa ha demostrado que los desastres y la existencia de riesgos específicos en las familias y comunidades con que trabajamos en todo el país resultan una temática prioritaria a desarrollar y una línea de trabajo a incorporar en los proyectos del programa, si los participantes están de acuerdo con su pertinencia.

El programa espera que se incorpore esta temática en la vida cotidiana y en la conversación regular de las familias y sus comunidades para ampliar el conocimiento y sensibilizarse en las situaciones que pueden afectarlas, discutiendo formas de actuar que disminuyan el miedo a lo desconocido y, por tanto, evitando respuestas que afecten el cuidado de los más expuestos: niñas, niños, personas con problemas de desplazamiento y personas mayores. Así también, aportamos a acotar las consecuencias sobre la salud mental post desastres, aspecto menos visible al primer diagnóstico, pero de alta incidencia y persistencia en estas situaciones.

La tarea de la persona facilitadora consiste en entregar conocimientos y herramientas a las familias participantes del programa Acción, a través del desarrollo de actividades experienciales, lúdicas y reflexivas.

## Orientaciones para el desarrollo de cada sesión

El orden de las sesiones se puede adaptar a las características del grupo y/o de las familias.

La entrega de los contenidos y la estructura de las sesiones debe ser dinámica, experiencial y permitir la participación, la discusión, la conversación y la reflexión.

El método de implementación debe enmarcarse en los principios de la educación para adultos, y para niñas, niños y adolescentes cuando corresponda (ver orientaciones para trabajar con niñas y niños en Anexo n.º 11 del manual de intervención). Esto implica que los materiales sean útiles y de inmediata aplicación.

La persona que realice las sesiones de formación debe tener habilidades y experiencia que favorezcan generar un vínculo con las familias de la comunidad, facilitando así el proceso.

## Orientaciones generales para el inicio de cada sesión (10 minutos)

Para la bienvenida se sugiere recibir a quienes participan con algún tipo de alimentación (considere la diversidad de la población con la que trabaja: enfermedades alimentarias, cultura alimentaria, edades de las personas, entre otras) para generar un espacio acogedor y colaborar con el descanso de quienes han tenido que recorrer distancias considerables para llegar al lugar de la sesión. Este tiempo sirve también para esperar a quienes se retrasan.

A medida que van llegando las personas puede ir haciendo un registro de los nombres y teléfonos de contacto, por si fuese necesario entregar alguna información posteriormente.

A lo largo del taller no debe dejar de considerar que algunas personas pueden no saber leer ni escribir, por lo cual la persona facilitadora deberá estar disponible a colaborar en esta tarea.

Es recomendable disponer en círculo a quienes participan y que la persona facilitadora se presente y dé la bienvenida. Puede hacer una presentación informal de sí en la que comente, por ejemplo, su motivación para hacer este taller. Luego, explicará el objetivo general del trabajo y su estructura (duración, sesiones, modalidad de participación activa y otros aspectos) y establecerá las reglas básicas de funcionamiento: asistencia, puntualidad, discreción ante la opinión de las demás personas y, especialmente, atención activa a

quienes hablan, entre otras. La persona facilitadora anotará las reglas consensuadas por el grupo en un papelógrafo, a la vista de quienes participan.

Se sugiere realizar un contrato de participación con todas las personas asistentes, el que puede estar escrito en un papelógrafo o en una diapositiva en Power Point u otro medio audiovisual. Un ejemplo puede ser:

Contrato sugerido para cada sesión  
Quienes participamos, nos comprometemos a:

1. Venir a todas las reuniones.
2. Llegar a la hora.
3. Entregar nuestras opiniones y respetar las opiniones de las demás personas.
4. Escuchar con atención.
5. Participar de las actividades propuestas, haciendo ver inmediatamente si sentimos incomodidad con alguna de ellas.
6. Guardar discreción acerca de las cosas íntimas o personales que se digan en estas reuniones.

Una vez que se han mencionado las reglas y el contrato grupal, la persona facilitadora debe generar un espacio de presentación de las personas que participan, sobre todo porque en cada sesión podrían asistir distintas personas de la comunidad. Una forma de hacerlo es a través de la siguiente actividad:

La persona facilitadora hace entrega de una caja de fósforos a una de las personas del grupo. La idea es que quien participa encienda un fósforo y se presente en el tiempo que dure el fuego. Cuando se apague, entregará los fósforos a la persona que se encuentre a su lado para que se presente, y así sucesivamente hasta finalizar el círculo.

Es recomendable intercambiar la técnica en las otras sesiones para no generar rutinas y monotonías. La persona facilitadora puede buscar y utilizar las más adecuadas para ello. Considere estas orientaciones para todas las sesiones de formación.

#### Materiales para la bienvenida

1. Alimentación pertinente
2. Caja de fósforos
3. Lápices
4. Papelógrafo con las reglas escritas
5. Documento para registrar la asistencia

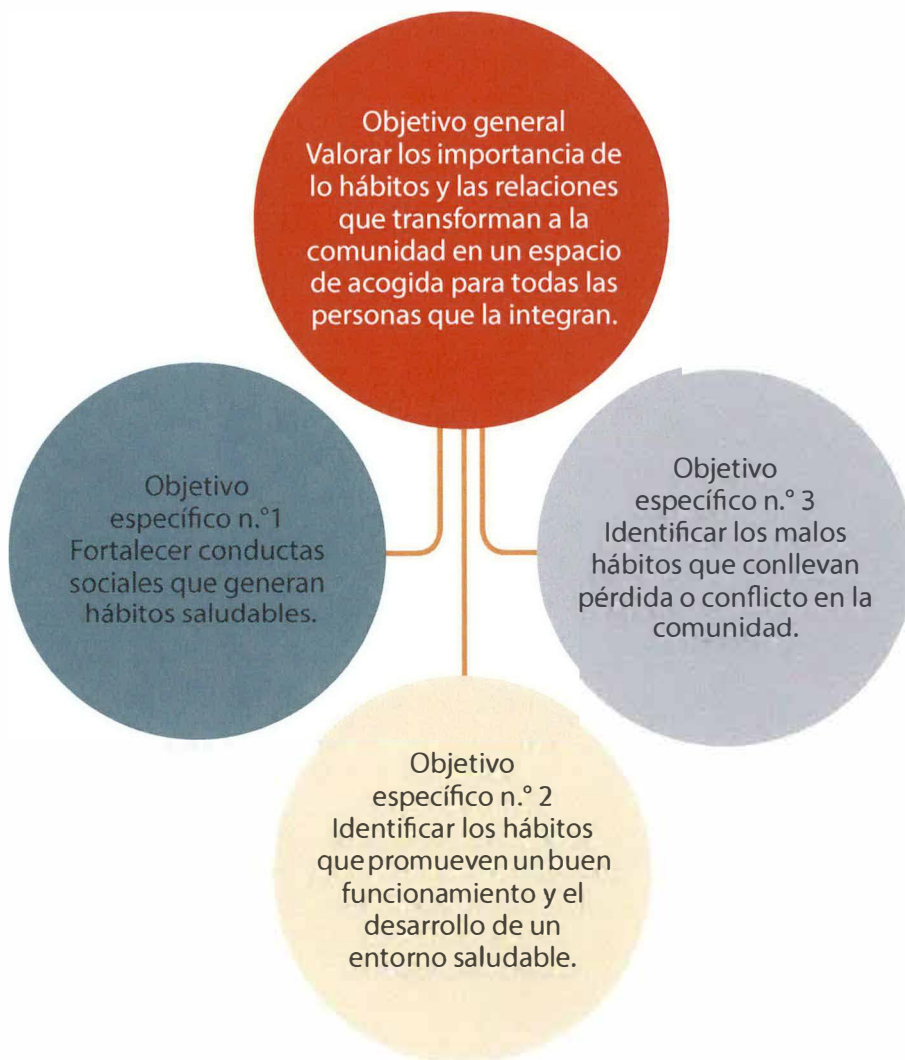






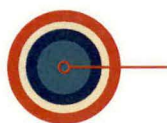
# SESIÓN 1

*Hacia un entorno saludable*



## Materiales

1. Tarjeta de cartulina para los nombres de quienes participan
2. Lápices
3. Tres papelógrafos
4. Plumón grueso
5. Cinta adhesiva
6. Anexo n.º 1: Set de láminas con imágenes (naranja, gris y azul)
7. Anexo n.º 2: "Ideas fuerza"



## Primera actividad

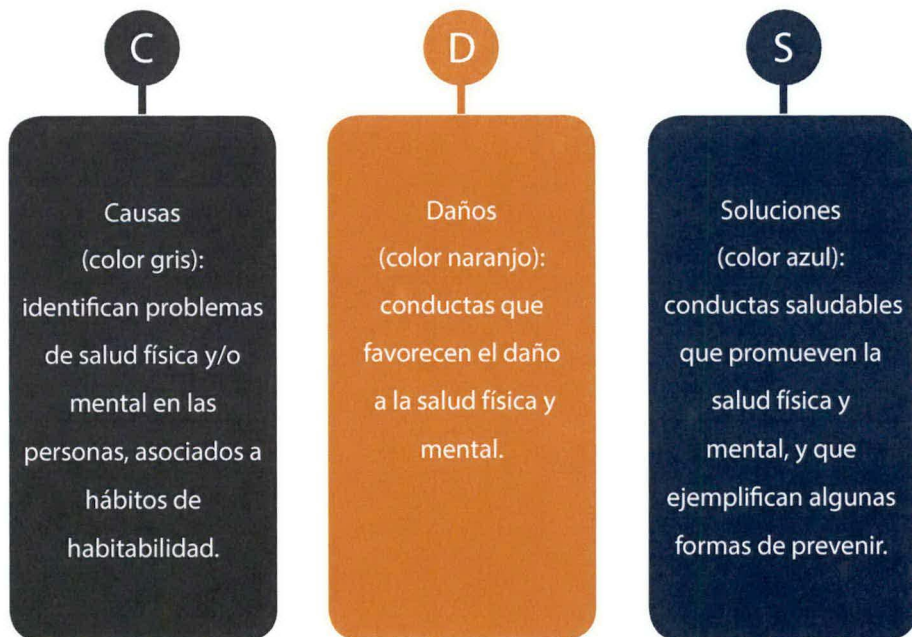
### "Hacia un entorno saludable" | 50 minutos

La actividad central de la sesión se trabaja en plenario. La persona facilitadora debe contextualizar la actividad señalando que se busca ayudar a quienes participan a mirar su realidad, levantar sus principales necesidades e identificar las causas de sus problemas de salud y los elementos necesarios para adoptar conductas que eviten tales inconvenientes.

Es relevante fundamentar la importancia de las relaciones en la comunidad como una instancia que une y moviliza a la mayoría de las personas. En este sentido, se puede señalar que todas las familias buscan vivir en comunidades saludables. Una preocupación

como vecina o vecino integrante de una comunidad es velar por la salud y protección de todas las personas, especialmente niñas, niños y personas mayores. En muchos casos, mantener esta situación depende de nuestro propio cuidado y por eso corresponde identificar conductas saludables que, a la vez, fortalezcan las relaciones en la comunidad y eviten problemas mayores. Nuestra comunidad es, sin duda, un lugar donde pasamos muchas horas del día. Entonces, miraremos con atención qué ocurre en ella y cómo contribuimos a que sea un espacio seguro, habitable y saludable.

La persona facilitadora informa que se trabajará con tres conjuntos de láminas, Anexo n.º 1, que tienen los siguientes significados:



## Trabajo con láminas grises

La primera ronda se inicia con la exposición de las láminas grises, ubicadas en un lugar visible para que quienes participan puedan observarlas al mismo tiempo.

Las láminas grises muestran diferentes situaciones que provocan pérdida de la salud física y/o mental en las personas.

Cada participante podrá escoger una lámina con la cual se identifique por alguna experiencia personal o cercana.

Posteriormente, se invita a cada persona a que comparta con el grupo la lámina que eligió y comente por qué razón lo hizo (una lámina puede ser elegida por más de una persona).

Una vez compartidas las experiencias con el grupo, cada persona pega su nombre sobre la lámina elegida para observar cuál es la situación que más se repite, si es posible dar ideas para aquellas situaciones que ya han resuelto, y de cuáles no conocen su causa.

## Trabajo con láminas naranjas

Las láminas naranjas representan las consecuencias y riesgos que se corren cuando no se controla o previene una situación de salud.

Quienes participan deberán reconocer en una lámina naranja la consecuencia que provoca la situación de la lámina gris que identificó.

Una vez elegida la lámina, la persona comenta y comparte con el grupo por qué cree que es una causa del problema de salud que la identifica. La pega en el espacio superior de la lámina seleccionada inicialmente, de manera que queden las dos láminas visibles.

Si alguien no logra identificar las causas, es importante que el grupo le ayude a seleccionar la lámina.

Esto, sin imponer la respuesta, sino que seleccionando en conjunto aquella que le haga más sentido a la persona.

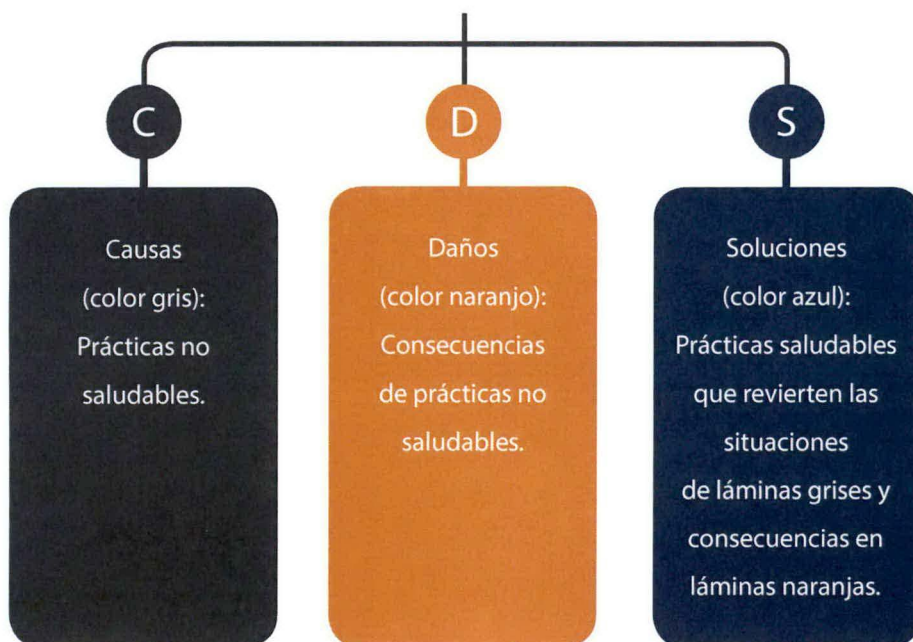
S

## Trabajo con láminas azules

A través de la misma dinámica se invita a quienes participan a seleccionar entre las láminas azules aquellas prácticas saludables que podrían haber evitado el daño que identificaron en la lámina gris.

Luego, cada cual comparte con el grupo las razones de la elección y pega la lámina en el espacio disponible bajo la primera (gris) seleccionada previamente.

### Resultado final





## Segunda actividad "Nuestros hábitos" | 20 minutos

A partir del trabajo realizado, la persona facilitadora guía un proceso de reflexión en el cual se nombran y conceptualizan los hábitos que representan las láminas de color azul.

A medida que se construye el conocimiento y los hábitos van siendo nombrados, la persona facilitadora anota, bajo la lámina que los representa, los siguientes hábitos:

- 1 Aprovechar la luz.
- 2 Cuidar el aire.



Manejar los desechos.



Ordenar el territorio.



Prevenir accidentes y riesgos que pueden generar desastres.

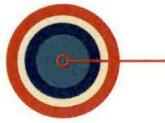


Planificación comunitaria.

Luego, la persona facilitadora definirá, de manera sencilla y cotidiana, cada uno de los hábitos (las ideas fuerza se encuentran en el Anexo n.º 2). Una posibilidad es apoyar esta síntesis con fotografías de casos reales que puedan motivar a las familias participantes a mejorar sus hábitos de habitabilidad.

Finalmente, se invita a cada persona a comprometerse ante el grupo a llevar a cabo una actividad que guarde relación con el desarrollo de hábitos de habitabilidad que promuevan la salud y una mejor calidad de vida. Si a quienes participan les cuesta proponer tareas, la persona facilitadora incentivará la conversación preguntando, por ejemplo, quiénes podrían aportar con la limpieza de la plaza. Así velará porque el compromiso sea lo suficientemente acotado y con amplias probabilidades de éxito para que la persona se motive a seguir trabajando en favor de un entorno saludable.

Puede ser frustrante para la persona facilitadora no lograr un compromiso, sin embargo, es necesario generar acuerdos y compromisos, aunque sean mínimos. Quienes participan, o la persona facilitadora, pueden escribir los compromisos en el papelógrafo para luego ser firmados por los asistentes. Si hay personas que no quieren firmar el compromiso no se debe presionar.



### Tercera actividad "Cierre" | 5 minutos

Para finalizar, la persona facilitadora realiza un resumen de las temáticas abordadas en la sesión y aclara cada una de las dudas presentadas. Se agradece a quienes participan la confianza depositada en cada una de las actividades.

# ANEXO N.º 1

## SET DE LÁMINAS



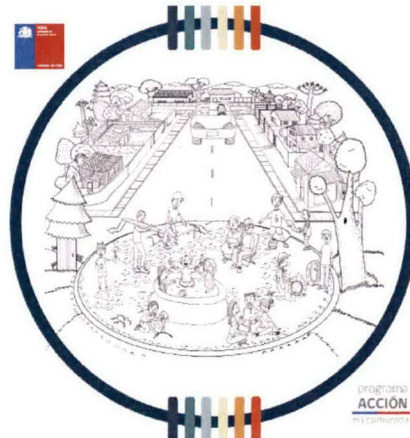
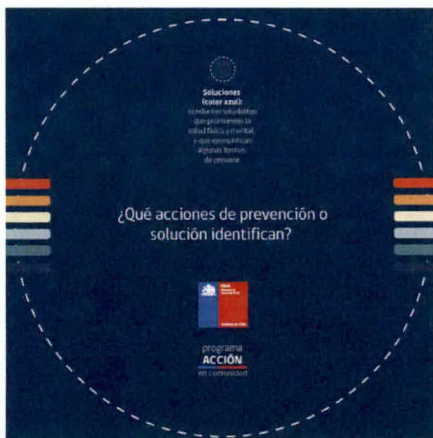
# ANEXO N.º 1

## SET DE LÁMINAS



# ANEXO N.º 1

## SET DE LÁMINAS



# ANEXO N.º 1

## SET DE LÁMINAS



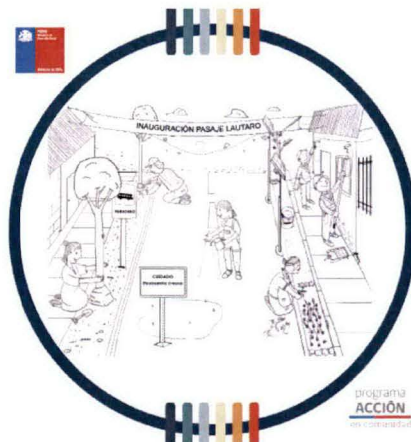
# ANEXO N.º 1

## SET DE LÁMINAS



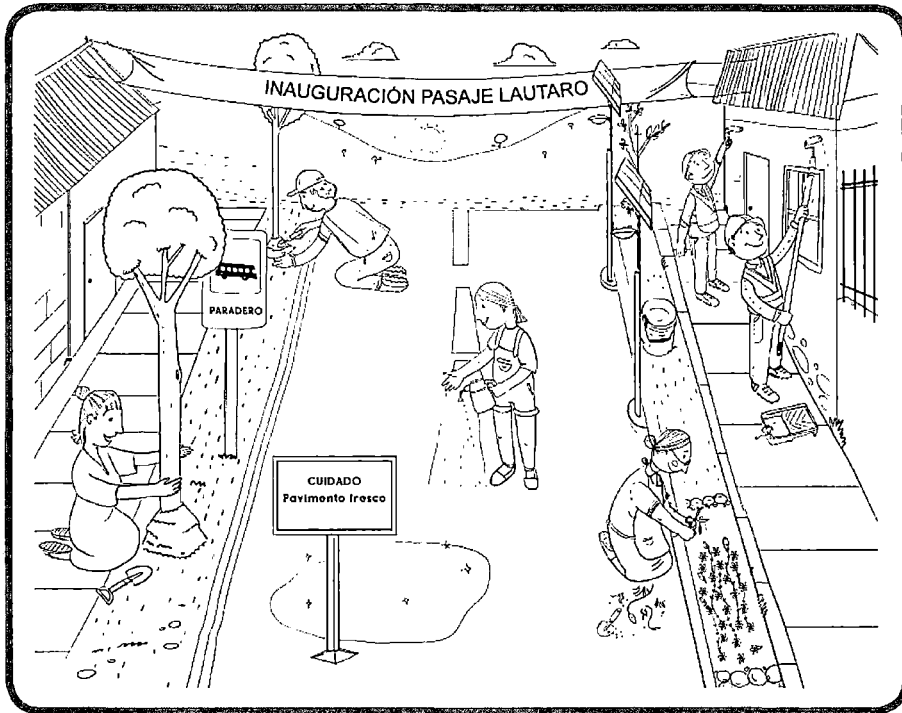
# ANEXO N.º 1

## SET DE LÁMINAS



## ANEXO N.º 2

### IDEAS FUERZA / APROVECHAMIENTO DE LA LUZ



Las posibilidades que tiene una comunidad de manejar las condiciones de luz y sombra que se viven en su territorio (áreas comunes, bordes de calles y otros) desarrollan un conjunto de relaciones que pueden establecer nuevas condiciones de vida.

Se considerará el uso de tecnologías que permitan aprovechar la energía solar como un complemento que puede llegar a ser significativo en el control de los gastos.

Hay que prevenir efectos negativos, como en el caso de cierres que quitan sol y mantienen humedad.

## ANEXO N.º 2

### IDEAS FUERZA / APROVECHAMIENTO DEL AIRE

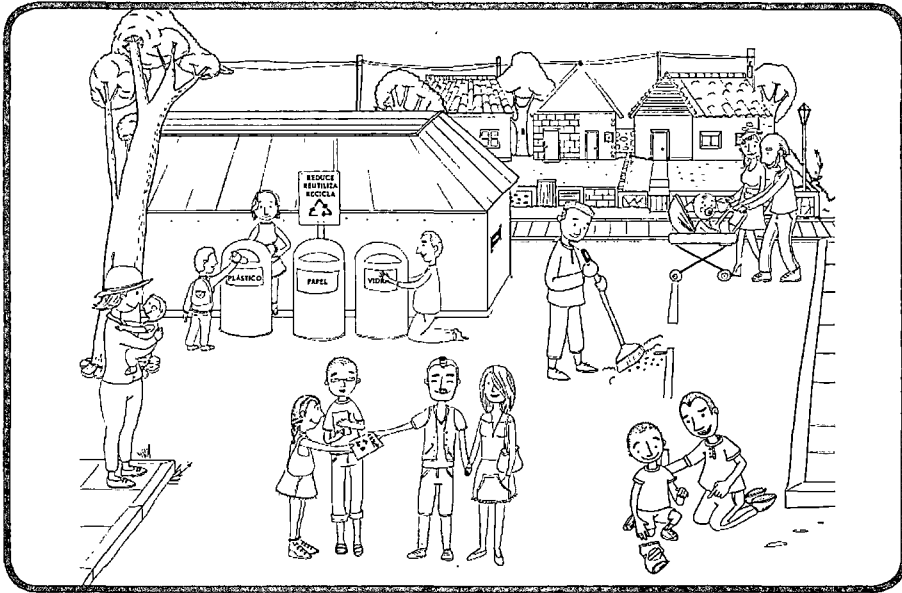


El cuidado de una comunidad sobre la calidad del aire puede hacer visible un recurso que influye invisiblemente en su calidad de vida.

Hay que controlar las emisiones de humo, desde la pequeña humareda para asar hasta la quema de rastrojos o basuras. Se debe mantener el cuidado del barrido del suelo, evitando el levantamiento de polvo. Es conveniente incorporar cortavientos a la instalación de plantas y cuidar la emisión de malos olores, como los ocasionados por la falta de limpieza de desechos de los animales.

## ANEXO N.º 3

### IDEAS FUERZA / MANEJO DE DESECHOS



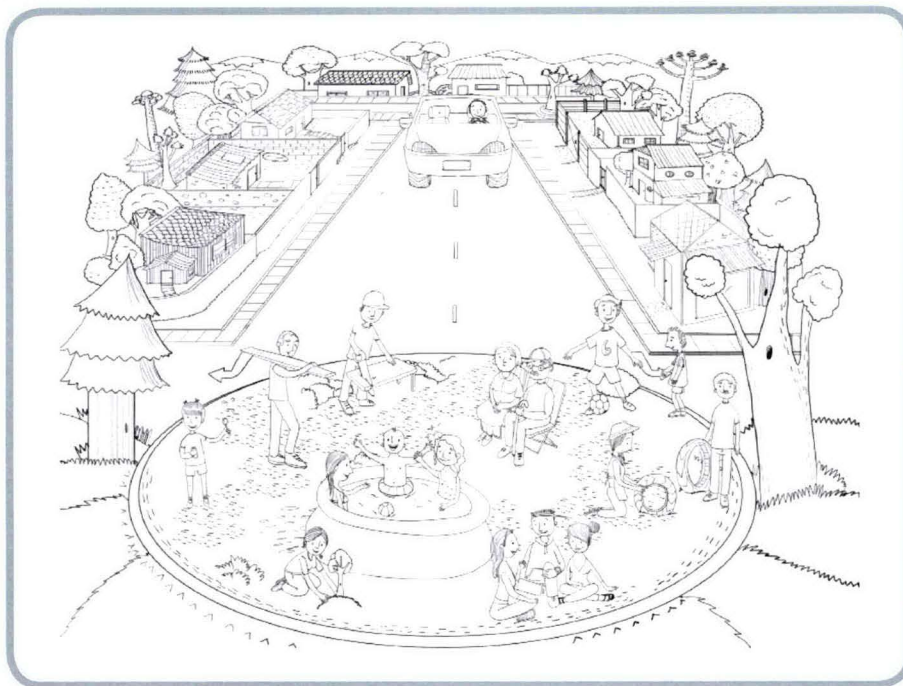
Cuando los desechos se acumulan y/o esparcen crean una situación desagradable y perjudicial para la salud. La responsabilidad del tratamiento y retiro de los desechos recae en la institucionalidad. Sin embargo, también puede ser una oportunidad para la comunidad. Por ejemplo, gestionando la producción de tierra de hojas a partir de las basuras orgánicas y reciclando latas, vidrios o papeles.

Si los desechos no se clasifican ocasionan más problemas. Cuando los desechos dañinos como baterías, pilas usadas y desechos médicos se mezclan con papel y restos de comida, la mezcla se convierte en algo difícil y peligroso de manejar.

La acción comunitaria es de vital importancia para evitar o eliminar la instalación de basurales clandestinos.

## ANEXO N.º 4

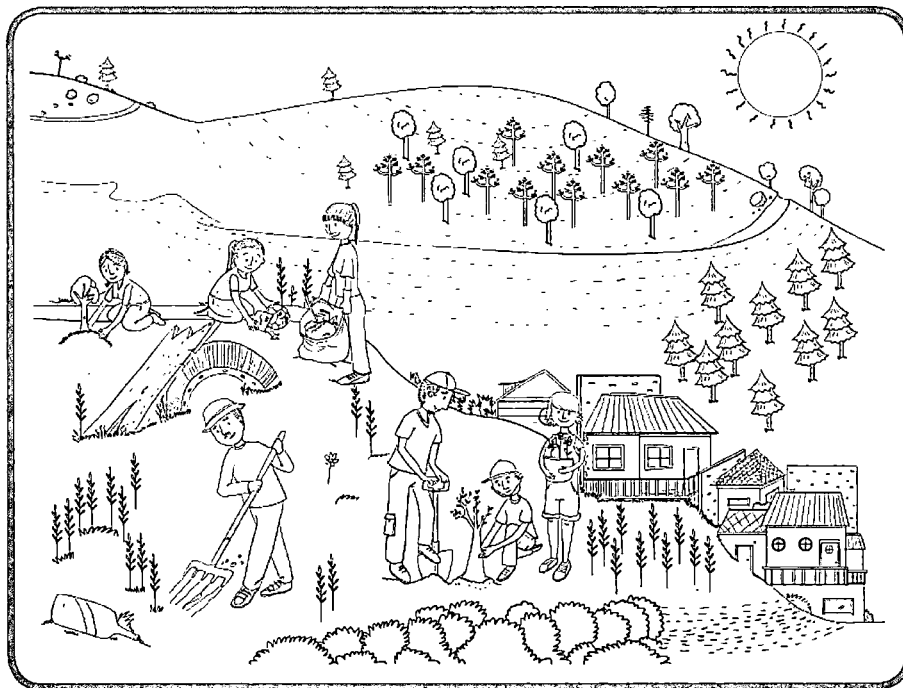
### IDEAS FUERZA / ORDENAMIENTO DE TERRITORIO



Es importante que las comunidades puedan organizar el uso de sus espacios comunes e individuales a partir de acuerdos comunitarios, y del convencimiento de poder incidir con acciones en los problemas que las afectan. Las comunidades pueden establecer pactos que mejoren la convivencia e incentiven la preocupación por quienes viven mayor aislamiento, transformando de tal manera su comunidad en un lugar donde todas las personas se sientan acogidas. Así, es posible acordar criterios para definir lugares para estacionamiento de vehículos, carros u otros rodantes, o la ocupación de espacios con plantas y árboles, permitiendo el paso de las personas vecinas, especialmente de aquellas que tengan dificultades para desplazarse.

## ANEXO N.º 5

### IDEAS FUERZA / PREVENCIÓN DE ACCIDENTES Y RIESGOS



37

Una amenaza es un potencial daño para un determinado contexto de vulnerabilidad. Por este motivo, una amenaza puede afectar de diferentes formas, ya que dependerá de la manera como cada comunidad enfrenta y previene los riesgos y peligros. Por ejemplo, un fuerte temporal no constituye una amenaza para las viviendas con techos firmes, pero sí es un peligro para los techos de estera, o cuyas tejas hayan sido removidas.

Prevenir es poder identificar las amenazas y riesgos que existen y cómo estas podrían afectar a la comunidad. ¿Cuáles son los riesgos que enfrenta su comunidad? ¿Qué se puede hacer previamente para enfrentar las consecuencias de una amenaza?

## ANEXO N.º 6

### IDEAS FUERZA / PLANIFICACIÓN COMUNITARIA



La planificación permite proyectar a la comunidad hacia el futuro que “quiere” lograr. Ayuda a la definición de objetivos ambiciosos, pero realistas, pues se sustenta en el análisis tanto de fortalezas como de debilidades y de las condiciones del entorno en que se vive. Por tanto, permite planificar los recursos disponibles y proyectarse en el tiempo. Implica reconocer las condiciones actuales y definir un objetivo futuro con acciones concretas para lograrlo.

Uno de los aspectos más relevantes de la planificación es poder ordenar las acciones en el tiempo de forma coherente, apuntando a la dirección que se ha definido.

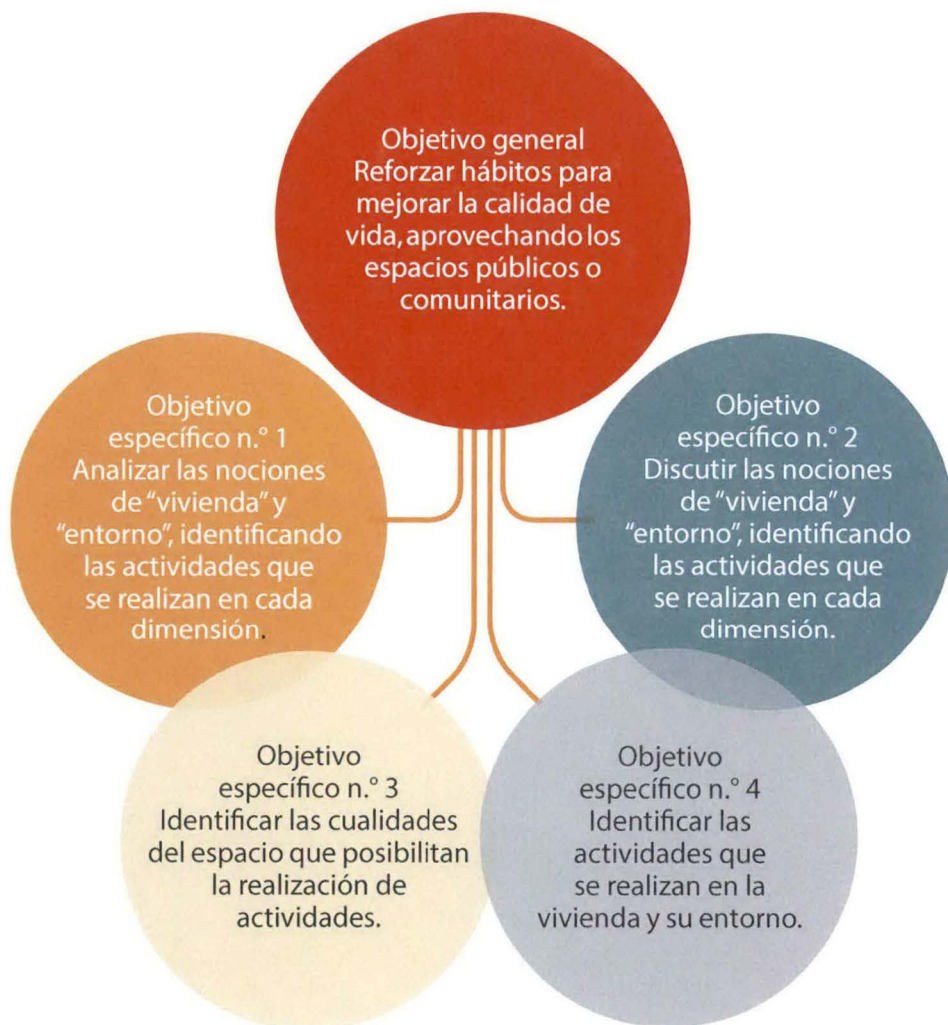






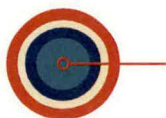
## SESIÓN 2

### *Calidad de vida en nuestro entorno*



## Materiales

1. Láminas en blanco
2. Lápices
3. Tres papelógrafos
4. Plumón
5. Cinta adhesiva
6. Anexo n.º 1: Ruleta
7. Anexo n.º 2: "Ideas fuerza"
8. Anexo n.º 3: Tarjetas con actividades
9. Anexo n.º 4: "Matriz n.º 1"
10. Anexo n.º 5: Tarjetas de cualidades
11. Anexo n.º 6: "Matriz n.º 2"
12. Anexo n.º 7: Tarjetas de hábitos



### Primera actividad

"Los espacios que ocupamos. La ruleta"

| 30 minutos

Para realizar la dinámica, la persona facilitadora invita a quienes participan a conversar mediante el juego de la ruleta. La ruleta (Anexo n.º 1) cuenta con dos colores sucesivos. A cada uno le corresponde una pregunta seleccionada de papeles de igual color (Anexo n.º 2). Estas preguntas deben ser respondidas en voz alta por cada persona y conducirán siempre a una actividad individual (Anexo n.º 3), la cual debe ser adherida a la matriz (Anexo n.º 4).

La matriz tiene tres posibilidades para adherir las actividades:

- a) Vivienda
- b) Actividad en el entorno
- c) Actividades comunes

Además, hay láminas en blanco para ser llenadas con actividades propuestas por quienes participan. A continuación, se propone un breve guion para dar a conocer las instrucciones de la actividad.

“Queremos invitar a reflexionar sobre los espacios que están presentes día a día en nuestras vidas y a conversar sobre las actividades que realizamos en nuestra comunidad. La idea es que podamos reconocer qué cualidades deben tener estos espacios para que podamos realizar nuestras actividades de la mejor forma posible. Para esto tenemos preparado el juego de la ruleta. Cada persona hará girar la ruleta y, de acuerdo con el color que le toque, escogerá una pregunta del mismo color y contestará en voz alta. No se preocupen, ya que no hay respuestas buenas ni malas, lo importante es escuchar las opiniones para que entre todos y todas podamos llegar a un acuerdo. ¿Alguna pregunta antes de comenzar?”

El resultado de la actividad es la elaboración de una matriz colectiva con las principales actividades.

A partir de este resultado se da un momento para la reflexión, sobre la base de las siguientes preguntas:

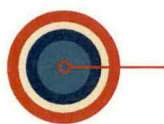
- ¿Cómo se ocupan los espacios entre nuestras viviendas?
- ¿Qué importancia tienen estos espacios para el desarrollo de las actividades cotidianas?
- ¿Qué actividades se realizan en el territorio de la comunidad?
- ¿Compartimos los espacios comunes con más personas? - ¿Con quiénes?
- ¿Qué importancia tienen esos espacios para el desarrollo de las actividades cotidianas?

#### TENER EN CUENTA

Un objetivo de la actividad es no influenciar la descripción de los espacios comunitarios realizada por quienes participan, sino que construir estas descripciones a partir de las actividades cotidianas que cada familia realiza.

En todas estas actividades debemos tener siempre presente las diferencias que existen entre un entorno rural y otro urbano o periurbano, que darán distinto sentido y énfasis a cada uno de los temas tratados.

De igual forma, la flexibilidad del instrumento está en el hecho de que la persona facilitadora puede agregar nuevas preguntas a las ya incluidas, así como nuevas actividades surgidas de su propia experiencia en el territorio.



## Segunda actividad "Cualidades de la comunidad" | 45 minutos

En esta actividad se busca que los participantes puedan identificar las cualidades que el espacio necesita para poder desarrollar las acciones de la matriz elaborada en la sesión anterior (Anexo n.º 4).

Una vez realizada la presentación, la persona facilitadora, dependiendo del número de participantes del taller, invita a formar grupos pequeños (de 3 a 6 integrantes) para poder trabajar de manera más personalizada. A cada grupo se le entrega un set de tarjetas con cualidades, como por ejemplo manejo de los desechos, solidaridad y uso de los espacios comunes (Anexo n.º 5). El set también contiene

tarjetas en blanco para que quienes participan puedan proponer y escribir nuevas cualidades.

Luego de que cada grupo ha identificado las cualidades necesarias para realizar las actividades descritas, la persona facilitadora debe dar cabida a un momento de discusión colectiva entre los grupos para determinar consensuadamente las cualidades correspondientes a ambas escalas.

Por ejemplo, para jugar es necesario que el espacio (plaza, cancha, patio, entre otros) esté limpio, ordenado y seguro. Estas cualidades deberán estar adheridas a la segunda matriz (Anexo n.º 6) que, a su vez, deberá estar pegada en uno de los muros del lugar y ser claramente visible.

Se propone el siguiente guion para dar a conocer las instrucciones de la actividad.

“Queremos invitar ahora a conversar acerca de las cualidades que debiese tener la vivienda en su conjunto y/o entorno para que podamos desarrollar, de manera saludable, cada una de las actividades identificadas en la sesión anterior.

Para eso, invitamos a revisar las tarjetas que se les han entregado. La idea es que puedan identificar cualidades positivas y seleccionar aquellas que permitan realizar las actividades de manera saludable.

Si ustedes consideran que falta alguna cualidad en las tarjetas, pueden escribir en las tarjetas en blanco la cualidad que consideren más apropiada.

Una vez seleccionadas las cualidades, una o dos personas por grupo las expondrán y pegarán en la segunda matriz (Anexo n.º 6)“.

## TENER EN CUENTA

Al igual que en la sesión anterior, la idea es no influenciar el trabajo realizado por quienes participan.

La persona facilitadora debe presentar otras cualidades, de acuerdo con su experiencia, y las demás personas pueden proponer nuevas cualidades utilizando láminas en blanco.



### Tercera actividad "Relación entre cualidades y hábitos" | 45 minutos

El objetivo de esta actividad es identificar los hábitos saludables, para lo cual se hará uso nuevamente de la matriz n.º 2 (Anexo n.º 6), junto con las tarjetas de hábitos que la persona facilitadora entregará a cada grupo.

Quienes participan deberán relacionar las cualidades detectadas en la actividad anterior con los hábitos que se encuentran en las láminas entregadas a cada grupo. Para esto, seleccionarán por

igual las que consideren más importantes en su entorno, generando así una discusión sobre la importancia de los hábitos saludables para la realización de las actividades cotidianas.

Luego de la discusión grupal y de la elección de los hábitos necesarios, la persona facilitadora ayudará a completar la segunda matriz (Anexo n.º 6). Para esto, se debe seleccionar en el grupo una vocería que explique la elección de los hábitos adheridos a la matriz. Las láminas de hábitos seleccionadas quedarán adheridas a la matriz en su propia sección dentro de ella. Como resultado, se obtendrá una matriz colectiva con cualidades especiales favorables, y sus correspondientes hábitos saludables, para resguardar la calidad de los espacios de las viviendas y su entorno.

La persona facilitadora ayudará a quienes participan a completar la matriz, incentivando la identificación de relaciones entre las cualidades y los hábitos (Anexo n.º 7) a través de preguntas como:

- ¿Cuál o cuáles de los siguientes hábitos son necesarios para mantener la comunidad acogedora?
- ¿Cuál o cuáles son necesarios para que resguardemos la buena vida en nuestro entorno?
- ¿Qué hábitos debiesen estar presentes para que todas las personas que integran la comunidad vivan bien y se realicen plenamente?

El trabajo de la persona facilitadora permitirá encontrar consenso entre las opiniones de quienes participan. A partir de los acuerdos, completará la matriz y se registrarán los puntos en que no se logró acuerdo.

Una vez que la matriz se encuentre completa, se deja un momento de reflexión para discutir en torno al impacto que tiene para la calidad de vida la adopción de hábitos saludables en la comunidad. Para esto, cada grupo debe exponer el resultado de la matriz al resto de las personas.

La persona facilitadora guiará la reflexión apoyándose en las siguientes preguntas:

- ¿Cómo impactan estos hábitos en la vida en común?
- ¿Cómo impactan los hábitos en las relaciones entre las familias?
- ¿Cómo impactan los hábitos en las relaciones entre las vecinas y vecinos?
- ¿Tienen los hábitos relación con lo acogedor de los espacios?
- ¿Valoraría más a mi comunidad si los hábitos fueran compartidos?

Se propone el siguiente discurso para dar a conocer las instrucciones de la actividad:

“Ahora que identificamos cualidades necesarias para la vida en comunidad, invitamos a identificar los hábitos que permiten que estas cualidades estén presentes.

La idea es que podamos pensar qué hábito es necesario para que nuestro entorno tenga estas cualidades.

Pensar, por ejemplo, ¿qué hábitos necesito para que nuestra comunidad sea más acogedora?

#### TENER EN CUENTA

La persona facilitadora puede escribir previamente, en algunas láminas en blanco, hábitos que considere relevantes para la realidad de la comunidad en la que se trabaja, registrando problemáticas específicas para trabajar a nivel grupal.



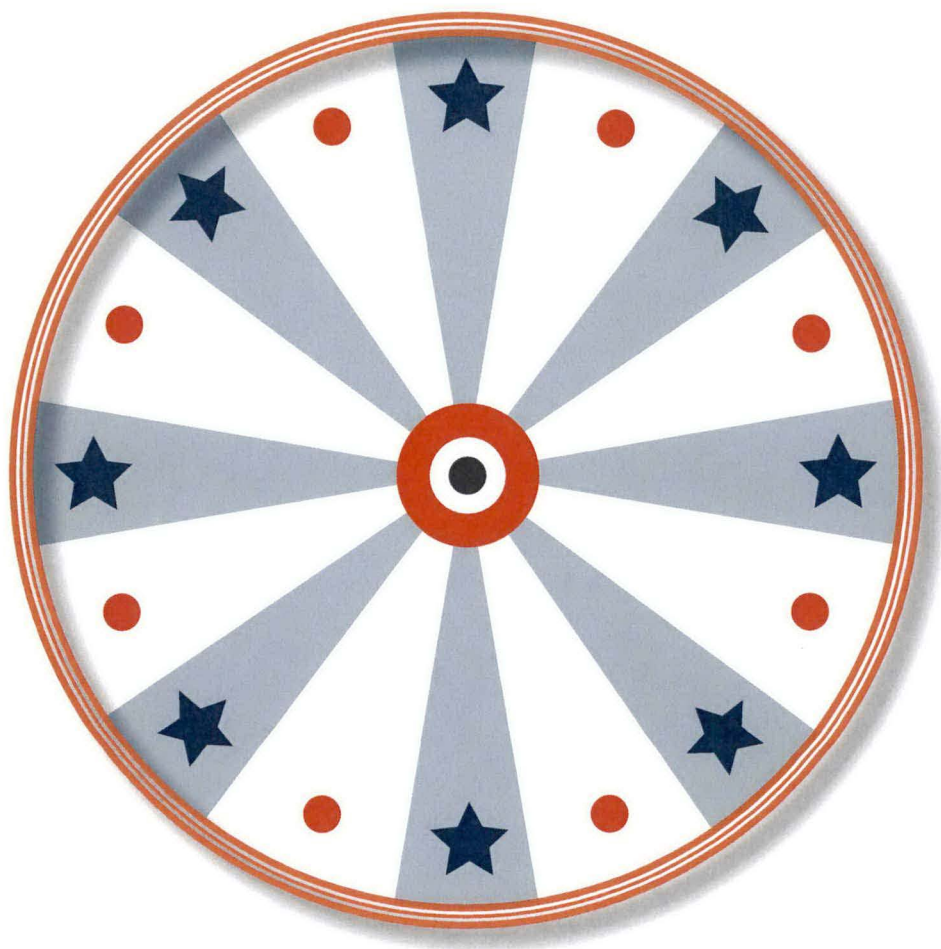
## Cuarta actividad "Cierre" | 15 minutos

La persona facilitadora cerrará la sesión recogiendo las experiencias de quienes participan y registrará lo que aprendieron. Es recomendable que cada persona diga qué le resultó más valioso de la sesión y si hubo elementos o conceptos poco claros. Si los hubiera, la persona facilitadora puede aclararlos inmediatamente. A medida que las personas hablan, la persona facilitadora puede anotar los elementos valiosos de la sesión en algún pizarrón o papel kraft. Cuando se registren todas las experiencias, la persona facilitadora repasará en voz alta lo escrito, articulándolo para hacer un resumen final que recuerde lo conversado.

A continuación, se invita a las personas a realizar frente al grupo un compromiso que tenga relación con el tema trabajado y que apunte a la ejecución de actividades en la comunidad. Este compromiso debe concretarse en tareas a desarrollar que pueden anotarse en un papelógrafo. Quienes participan comparten también los obstáculos que pueden interferir en el logro del compromiso y las estrategias que utilizarán, involucrando al resto de las familias. Finalmente, cada persona puede pasar a firmar el papelógrafo.

Es importante que la persona facilitadora resguarde que los compromisos sean lo suficientemente acotados para asegurar su logro y no generar una frustración que dificulte el cambio esperado.

ANEXO N.º 1  
RULETA



ampliar, reproducir y cortar

ANEXO N.º 2  
SET DE PREGUNTAS

¿Dónde juegan fútbol sus  
niñas y/o niños?



Un domingo, ¿qué actividad les  
gusta hacer fuera de su casa?

Las niñas y/o niños de su  
hogar, ¿juegan con sus vecinas  
y/o vecinos? ¿Dónde?



Un domingo, ¿qué actividad les  
gusta hacer dentro de su casa?

ANEXO N.º 2  
SET DE PREGUNTAS

¿Dónde suele ir a comprar  
la mercadería para su



¿Realiza algún deporte?  
¿Dónde?

¿Dónde se reúne con sus  
amistades?



¿Qué hace para divertirse fuera  
de su casa?

ANEXO N.º 2  
SET DE PREGUNTAS

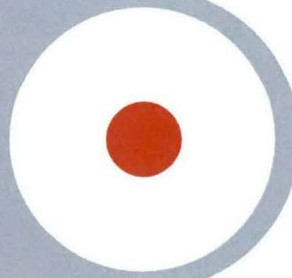
¿Tiene algún pasatiempo?  
¿Dónde lo realiza?



¿Qué hace para divertirse  
dentro de su casa?



Las niñas y/o niños,  
¿dónde estudian?



¿Qué hace para divertirse fuera  
de su casa?



ANEXO N.º 2  
SET DE PREGUNTAS

¿Dónde andan en bicicleta las  
niñas y/o niños?



¿Qué actividades realiza en su  
casa con sus amistades?

¿Qué actividades realiza fuera  
de su casa con sus amistades?

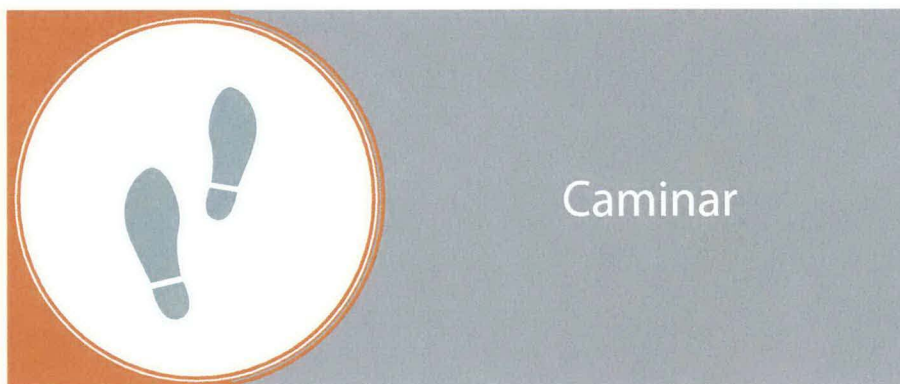
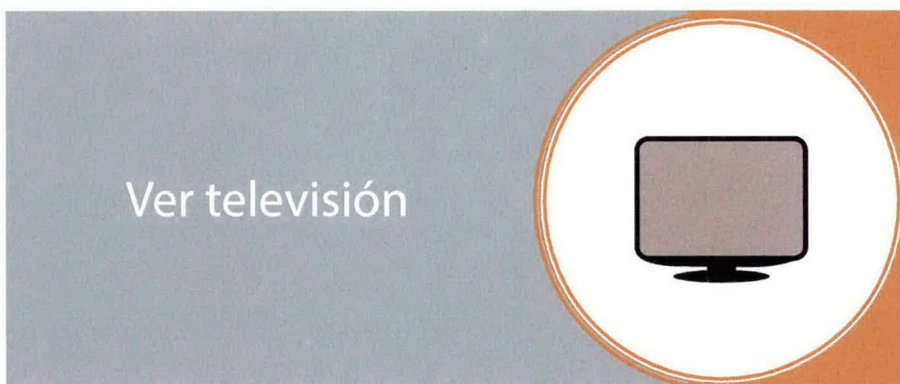


¿Cuál es la principal actividad  
que realiza dentro de su casa?

ANEXO N.º 3  
TARJETAS CON ACTIVIDADES



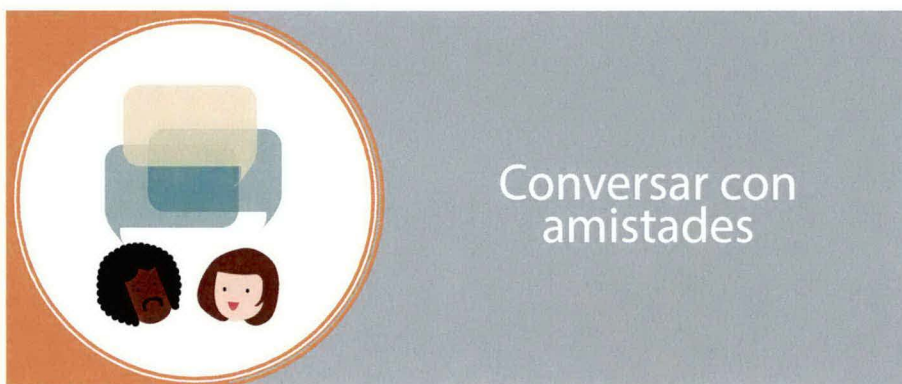
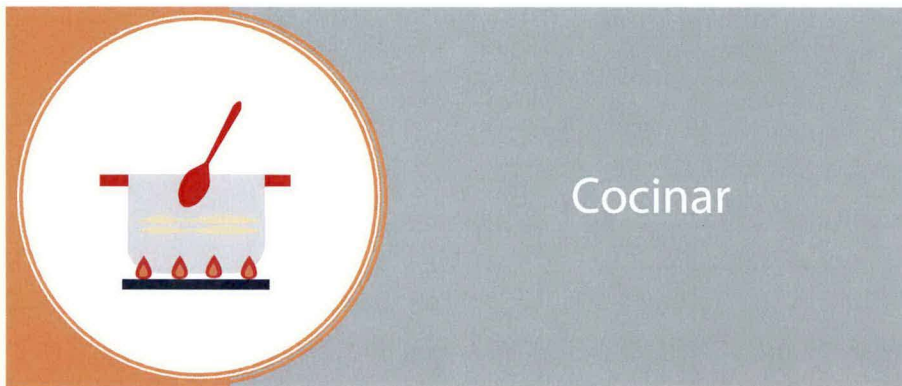
ANEXO N.º 3  
TARJETAS CON ACTIVIDADES



ANEXO N.º 3  
TARJETAS CON ACTIVIDADES

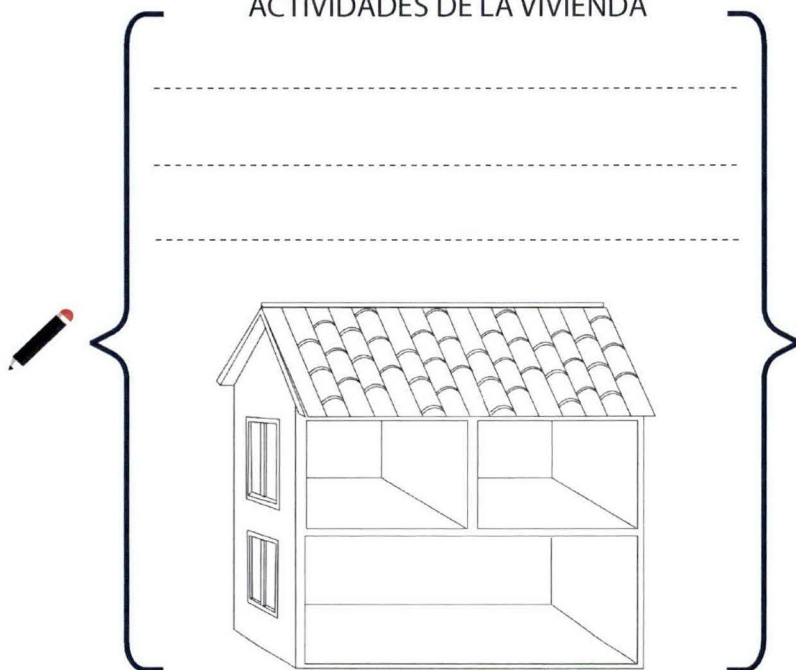


ANEXO N.º 3  
TARJETAS CON ACTIVIDADES



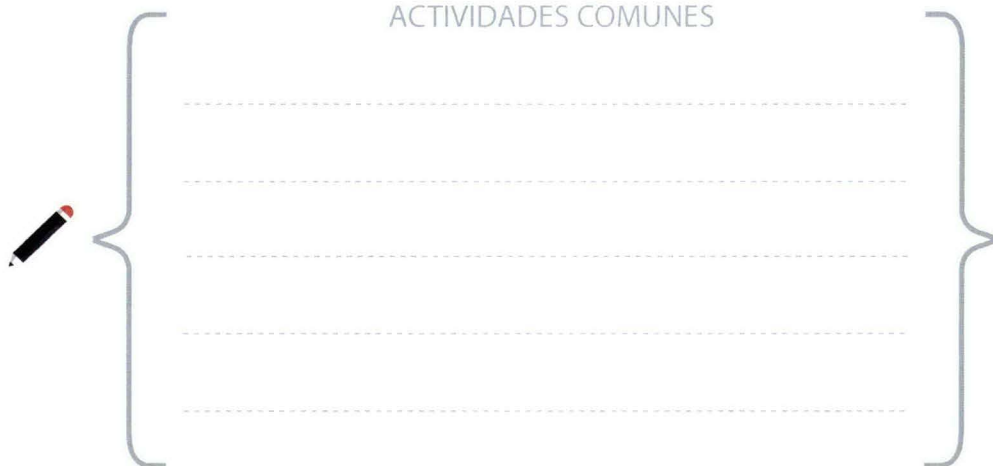
ANEXO N.º 4  
MATRIZ 1

ACTIVIDADES DE LA VIVIENDA



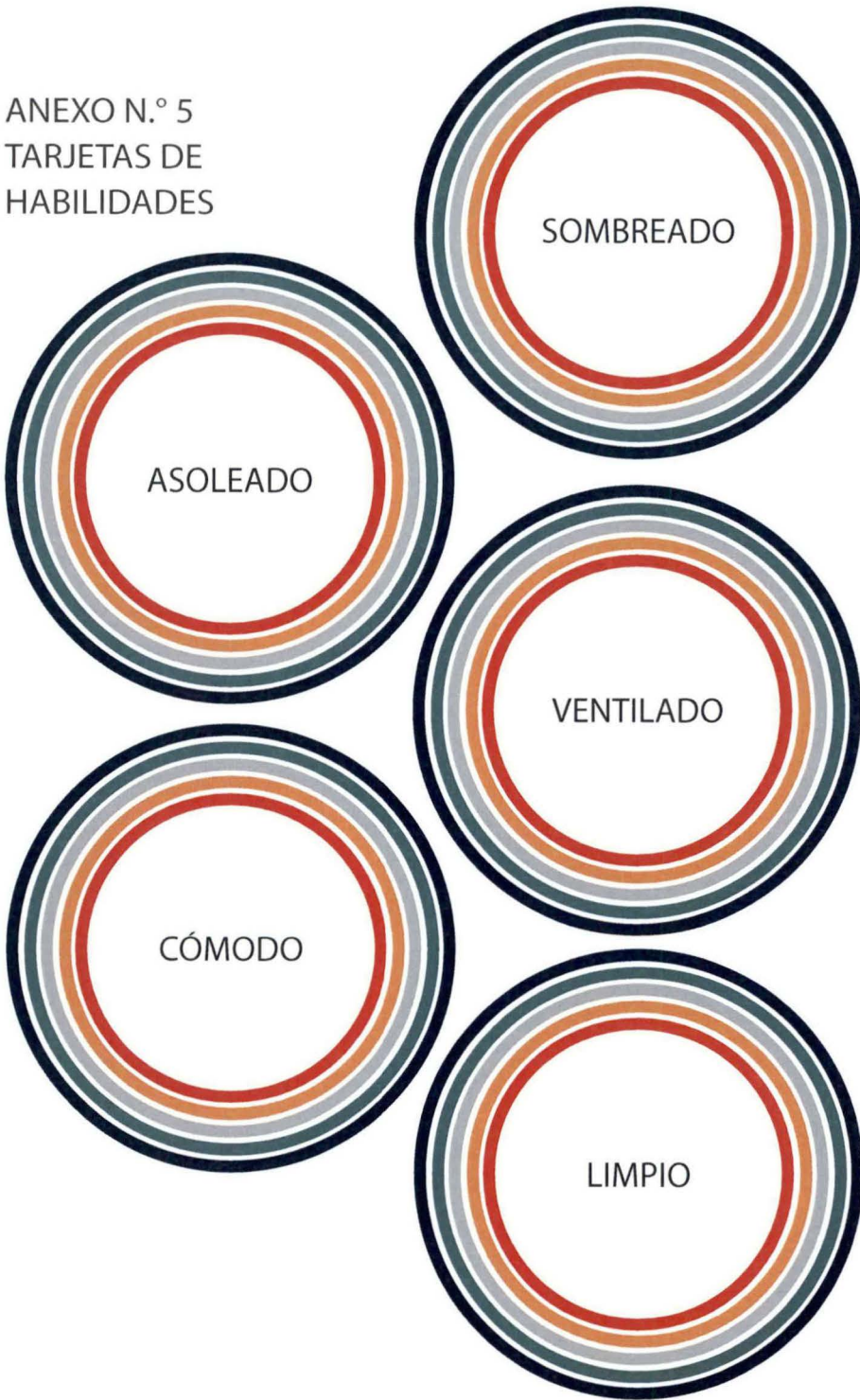
A diagram of a house with a tiled roof and a pencil icon to its left. The house is a simple line drawing showing the front and side walls, a tiled roof, and a chimney. The interior is divided into several rooms. The entire diagram is enclosed in a large right-facing curly bracket.

ACTIVIDADES COMUNES

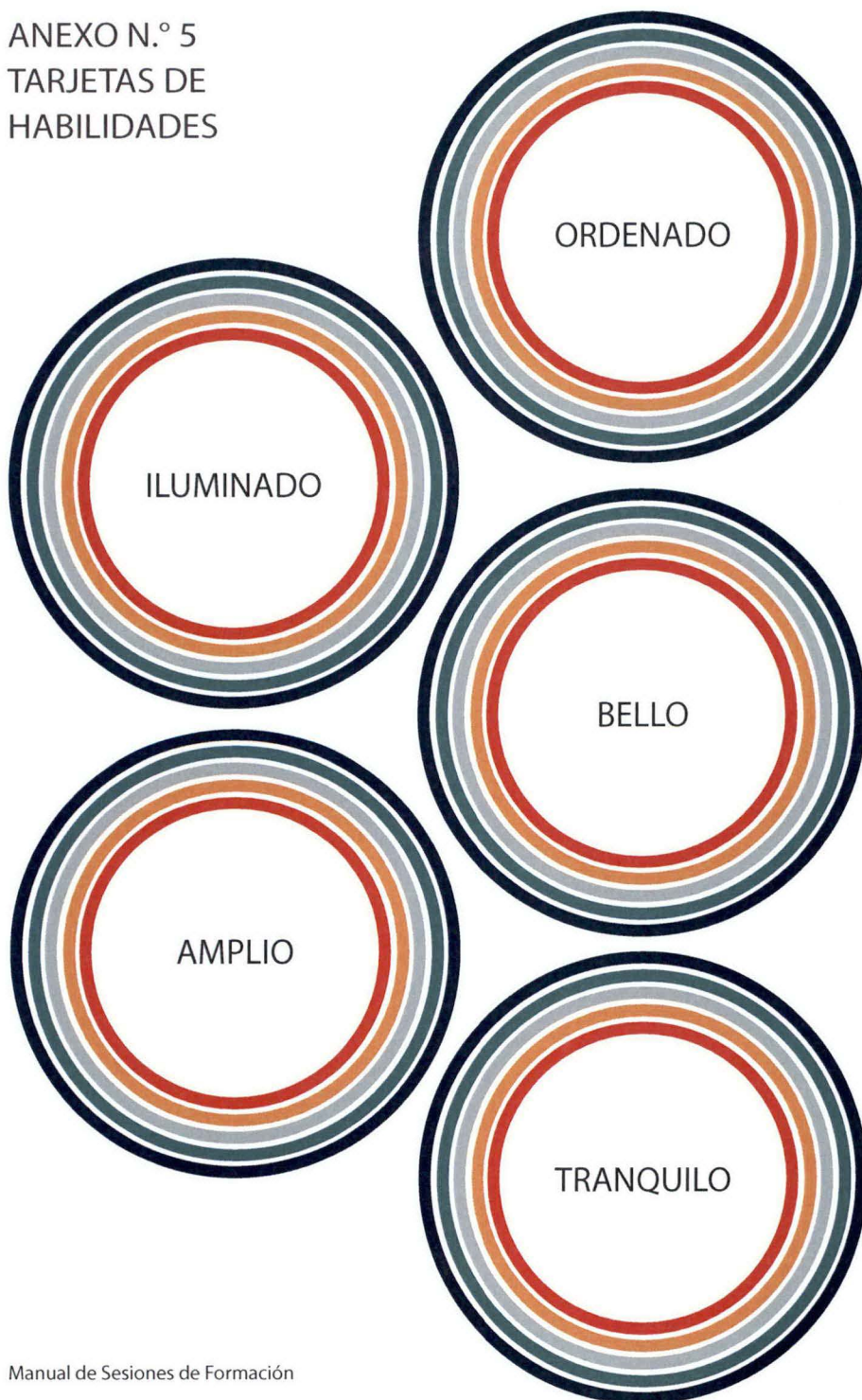


A pencil icon to the left of a large right-facing curly bracket. The bracket contains five horizontal dashed lines, providing space for writing.

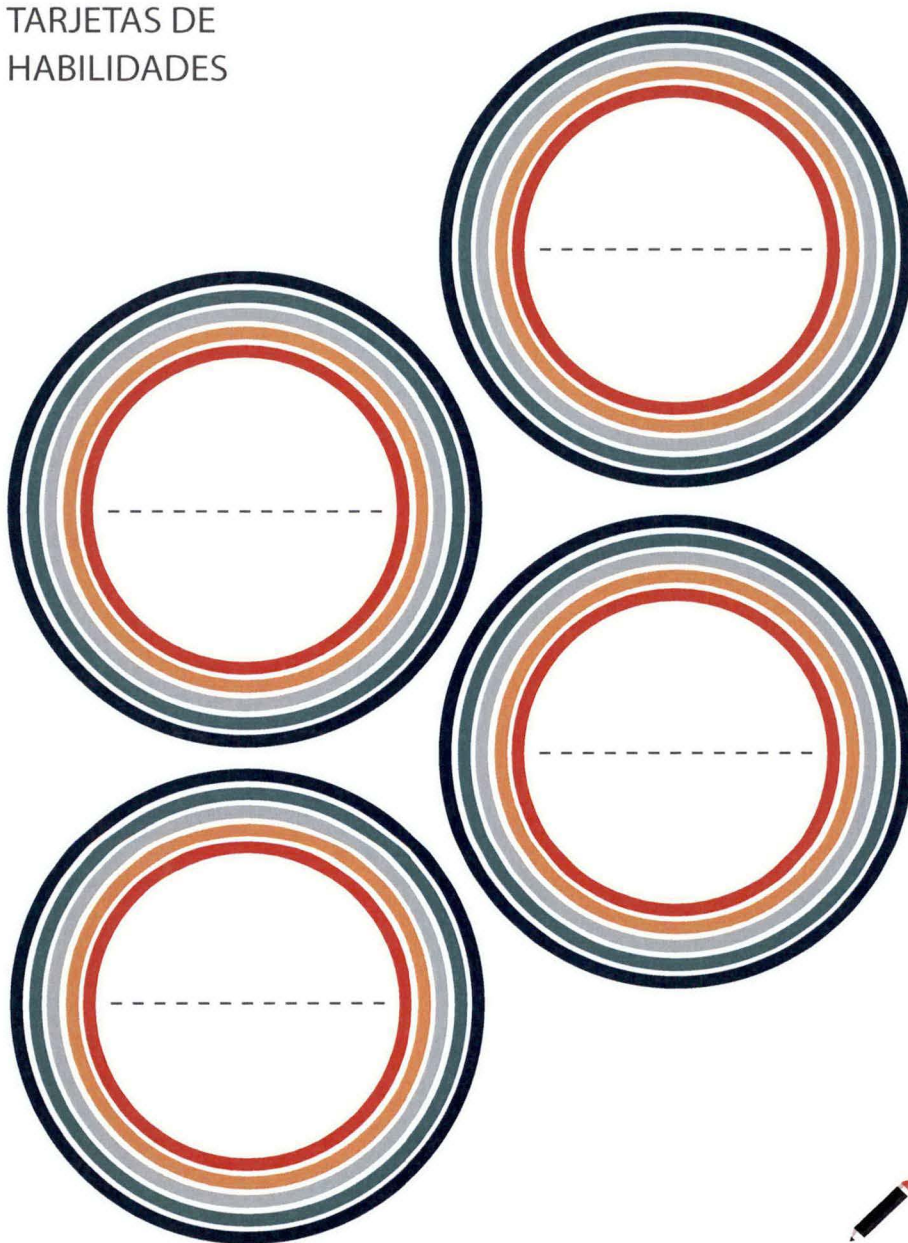
ANEXO N.º 5  
TARJETAS DE  
HABILIDADES



ANEXO N.º 5  
TARJETAS DE  
HABILIDADES



ANEXO N.º 5  
TARJETAS DE  
HABILIDADES



ANEXO N.º 6  
MATRIZ 2

CUALIDADES DE LA VIVIENDA



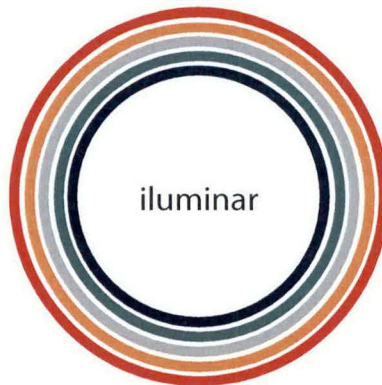
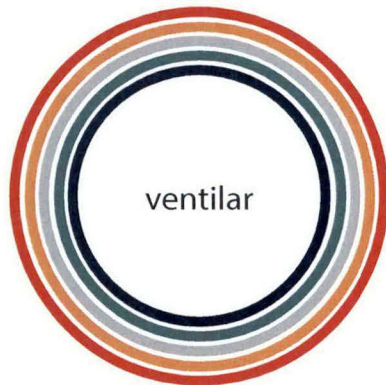
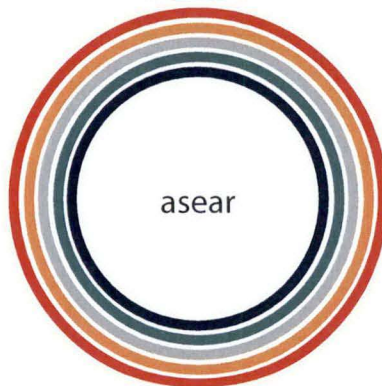
Diagram of a house with a tiled roof and two windows, enclosed in a large right-facing curly bracket. Three horizontal dashed lines are positioned above the house, within the bracket, for writing.

CUALIDADES COMUNES  
HÁBITOS/ ACTIVIDADES DEL ENTORNO



Diagram enclosed in a large right-facing curly bracket. Four horizontal dashed lines are positioned within the bracket for writing.

ANEXO N.º 7  
TARJETAS DE HÁBITOS



ANEXO N.º 7  
TARJETAS DE HÁBITOS



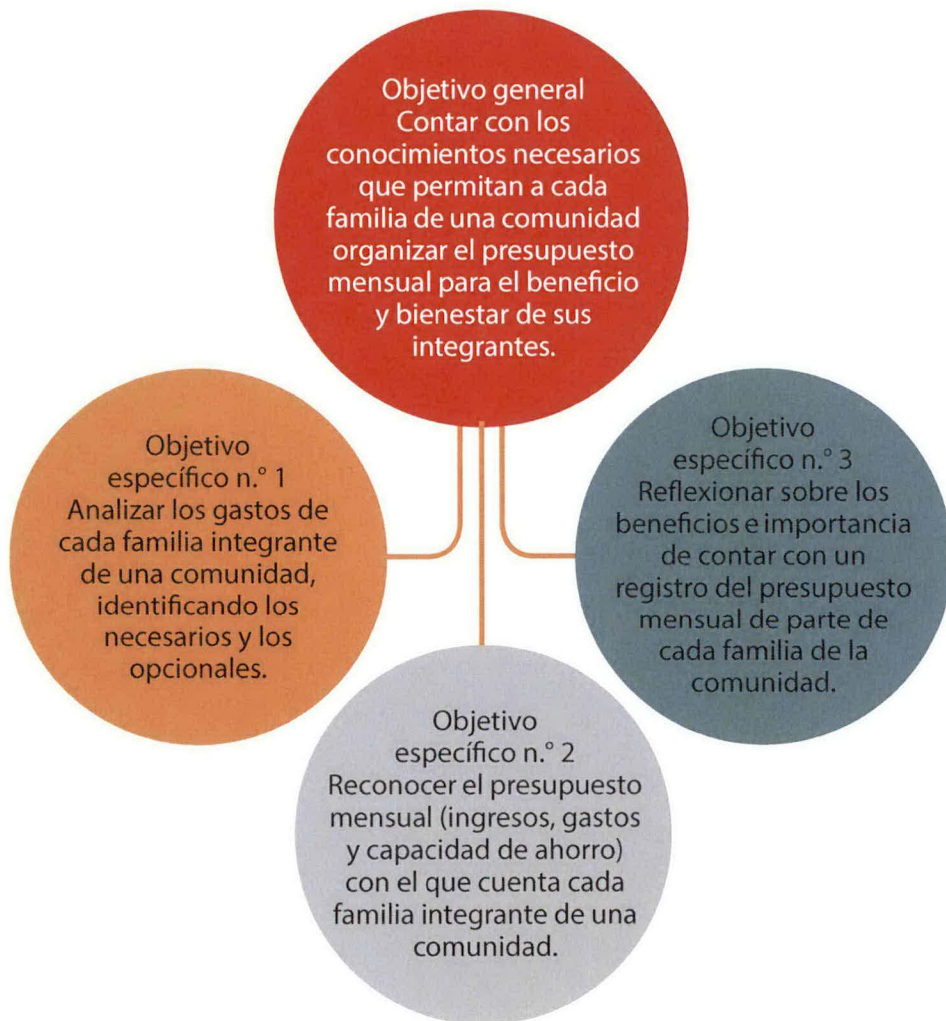






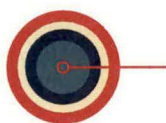
## SESIÓN 3

### *Organizando el presupuesto*



## Materiales

1. Plumones
2. Papelógrafo
3. Pizarra o proyector
4. Anexo n.º 1: "Cuadro Presupuestario"



### Primera actividad

"¿Cuáles son las necesidades que tenemos como familia y/o comunidad?" | 25 minutos

La persona facilitadora relata una historia al grupo. Puede elegir una de las dos posibilidades que se presentan, de acuerdo con las características de la comunidad.

#### Primer relato

"María, de 23 años, vive con sus padres y su hijo de dos años. Mantiene una relación amorosa con Manuel, de 24 años, que vive en la casa de su madre. María y Manuel han decidido vivir juntos y formar una familia en una casa propia; sin embargo, ambos reconocen estar inseguros frente a la organización presupuestaria que deben realizar para satisfacer las necesidades que tendrán como familia. Por esto, nos piden nuestra ayuda para enfrentar de mejor manera este desafío de convertirse en una familia independiente".

### Segundo relato

“Las familias de la comunidad Santa Inés se dieron cuenta de que las niñas y niños no tienen el espacio ideal donde poder jugar, ni los implementos necesarios para su entretención. Han decidido unirse para poder superar esta situación, pero se encuentran temerosos ya que no cuentan con la organización y el presupuesto necesarios para poder hacer los arreglos que se necesitan para tener un espacio adecuado para una diversión segura. Por esto, nos piden ayuda para enfrentar de mejor manera este desafío”.

Se ha de tener en cuenta que los gastos posibles que deben presentarse para la ejecución de este ejercicio son los que se muestran a continuación:

#### CASO N.º 1: María y Manuel

1. Alimentación
2. Vestuario
3. Salud
4. Vivienda (si se paga arriendo)
5. Gastos básicos de vivienda (luz, gas, agua)
6. Entretenciones (restaurantes, cine, teatro)

7. Viajes / vacaciones
8. Educación
9. Deudas
10. Arreglos de la vivienda
11. Locomoción
12. Equipos electrónicos (televisión, radio, computador, consola de juegos)

#### CASO N.º 2: Comunidad Santa Inés

1. Tierra de hojas
2. Mano de obra
3. Bancas
4. Semillas de pasto
5. Juegos
6. Arena
7. Resbalín
8. Ripio
9. Columpio
10. Cemento
11. Balancín
12. Flores
13. Cajón arenero
14. Toldos
15. Taca taca
16. Árboles
17. Fierros
18. Herramientas (adquisición o arriendo)

En caso de que no se haya mencionado alguno de los elementos anteriores, la persona facilitadora lo incluirá en el pizarrón.

Luego de la lluvia de ideas, el grupo identificará los gastos básicos que presenta una familia y los gastos necesarios que la comunidad Santa Inés deberá realizar para satisfacer las necesidades mínimas, marcándolas en el pizarrón con alguna señal que las identifique. Se entenderá que aquellas que no sean marcadas, corresponderán a gastos opcionales. A continuación, la persona facilitadora separará en dos grupos los gastos con las marcas de los que no las tienen: gastos básicos, es decir necesarios, y gastos opcionales.

Luego del ejercicio se abre un espacio de reflexión grupal, en el cual la persona facilitadora hará las siguientes preguntas:

75

#### CASO N.º 1: María y Manuel

¿Consideran que este ejercicio sería de utilidad para María y Manuel en el nuevo desafío que desean emprender? ¿Por qué?

¿Qué son las necesidades?

¿Cuáles necesidades son constantes a lo largo de la vida?

¿Cuáles necesidades cambian?

¿Existen diferencias entre las necesidades que surgen en las diferentes etapas de la vida de una persona?

¿Cómo sería adecuado organizar el presupuesto de acuerdo con las necesidades que fueron identificadas?

## CASO N.º 2: Comunidad Santa Inés

¿Creen ustedes que fijar objetivos es algo útil?

¿Es posible fijar objetivos financieros en conjunto?

¿Consideran que este ejercicio sería de utilidad para la comunidad Santa Inés en el nuevo desafío que desea emprender? ¿Por qué?

¿Qué son las necesidades?

¿Cuáles necesidades son constantes en una comunidad?

¿Creen posible que en una comunidad surjan diferentes necesidades a lo largo del tiempo?

¿Cómo sería adecuado organizar el presupuesto de acuerdo con las necesidades que fueron identificadas?

Para complementar la información que surja de la reflexión grupal, la persona facilitadora tendrá en cuenta lo siguiente:

Llamamos necesidad a la sensación de que algo nos hace falta. Todos tenemos necesidades: vivienda, vestimenta, alimentación, transporte, diversión, plazas para niñas y niños, sedes sociales, entre otras. Para satisfacer esas necesidades compramos bienes y pagamos servicios: alimentos, casa, movilización, libros, juegos.

Las necesidades también implican saciar un gusto y algunas pueden ser más prioritarias que otras. Es importante que cada persona tenga una escala, sobre la base de los recursos que posee, para saber

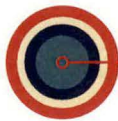
lo que necesita o desea. Mientras que nuestras necesidades y deseos son ilimitados, nuestros recursos para satisfacerlos son escasos o limitados. La escasez no necesariamente tiene que ver con el dinero: si te invitan a dos lugares distintos el mismo día y a la misma hora, tendrás que decidir a cuál ir. Así como no podemos estar en dos lugares al mismo tiempo, tampoco podemos comprar todo lo que nos gusta con el dinero que tenemos. Es necesario elegir la alternativa que más nos convenga.

No olvide reforzar que existen varias alternativas para satisfacer una necesidad. Para tomar decisiones es necesario considerar los siguientes aspectos:

1. Es necesario jerarquizar los gastos básicos, es decir los necesarios, y los opcionales, priorizando los recursos económicos destinados a satisfacer adecuadamente las necesidades mínimas para el funcionamiento de una familia y/o comunidad.
2. Hay que considerar el presupuesto para satisfacer las necesidades de quienes integran la familia y/o comunidad, de acuerdo con su etapa evolutiva o desarrollo organizacional. Por ejemplo, estufa para el club de adulto mayor.
3. Considerar las diferentes alternativas para satisfacer una necesidad.

4. Con las necesidades básicas satisfechas, teniendo los recursos económicos suficientes, se podrían financiar gastos opcionales que contribuyan al bienestar de la comunidad.

5. Siempre y cuando sea posible, se debe considerar un monto determinado del presupuesto para el ahorro.



### Segunda actividad

“Aprendiendo a organizar el presupuesto”

| 25 minutos

Se propone el siguiente guion para dar a conocer las instrucciones de la actividad:


“El segundo paso para ayudar a María y Manuel -o a la comunidad Santa Inés- en la organización del presupuesto, es anotar en un cuadro y por categorías todos los gastos básicos y opcionales del mes. De esta manera, se podrá tener conocimiento de la utilización de sus recursos financieros y analizar en qué forma los están administrando. Para el presupuesto de María y Manuel -o a la comunidad Santa Inés- se deben completar los siguientes cuadros con los ingresos y gastos efectuados.

La persona facilitadora mostrará los cuadros a través de un proyector, o bien, anotará los datos en una pizarra que sea visible para todo el grupo.

Cuadro n.º 1: Ingresos mensuales			
Ejemplo: Ingresos de familia de María y Manuel.			
Ingresos	Agosto	Septiembre	Octubre
1 Ganancias de Manuel (Chef de un restaurante)	\$200.000.-	\$200.000.-	\$200.000.-
2 Ganancias de María (Vendedora de cosméticos)	\$80.000.-	\$100.000.-	\$70.000.-
TOTAL DE INGRESOS MENSUALES	\$280.000.-	\$300.000.-	\$270.000.-

Cuadro n.º 2: Gastos mensuales

Ejemplo: Gastos de familia de María y Manuel.

Gastos	Agosto	Septiembre	Octubre
Alimentos	\$50.000.-	\$48.000.-	\$45.000.-
Vivienda	\$120.000.-	\$120.000.-	\$120.000.-
Movilización	\$30.000.-	\$27.000.-	\$22.000.-
Actividades de entretenimiento	\$15.000.-	\$0.-	\$15.000.-
Gastos básicos de vivienda (luz, agua, etc.)	\$18.000.-	\$16.000.-	\$17.000.-
Gastos escolares (Útiles escolares)	\$8.000.-	\$9.000.-	\$6.000.-
Salud	\$20.000.-	\$16.000.-	\$15.000.-
Deudas	\$30.000.-	\$30.000.-	\$30.000.-
<b>TOTAL DE GASTOS</b>	<b>\$291.000.-</b>	<b>\$266.000.-</b>	<b>\$270.000.-</b>
 <b>SALDO INGRESOS - GASTOS</b>	<b>-\$11.000.-</b>	<b>\$34.000.-</b>	<b>\$0.-</b>

### Cuadro n.º 3: Ingresos mensuales

Ejemplo: Presupuesto de Comunidad Santa Inés.

Ingresos	Agosto	Septiembre	Octubre
1 Cuotas de vecinos (60)	\$40.000.-	\$60.000.-	\$58.000.-
2 Aporte municipal para plaza		\$500.000.-	
3 Ahorro	\$200.000.-		
 TOTAL DE INGRESOS MENSUALES	\$240.000.-	\$560.000.-	\$58.000.-

### Cuadro n.º 4: Ingresos mensuales

Ejemplo: Presupuesto de Comunidad Santa Inés.

Ingresos		Agosto	Septiembre	Octubre
1	Agua de sede	\$2.000.-	\$2.000.-	\$2.800.-
2	Luz de sede	\$2.500.-	\$2.300.-	\$2.000.-
3	Compras para plaza	\$240.500.-	\$500.000.-	\$70.000.-
	TOTAL GASTOS	\$245.000.-	\$504.300.-	\$73.800.-

La persona facilitadora explica al grupo los datos que aparecen en los cuadros, mostrando la distribución de los montos divididos en ingresos y gastos mensuales. El objetivo del ejercicio es que el grupo pueda observar el presupuesto y analizar si los gastos están sustentados o no por los ingresos. Se explica que se pueden dar tres situaciones diferentes y que deben identificarlas. El grupo se divide en tres y cada subgrupo responderá las preguntas de las situaciones presentadas. Luego, se comparten las reflexiones.

#### SITUACIÓN A: Ingresos menores que los gastos

Cuando sucede esta situación, la familia y/o la comunidad se encuentran en problemas. Probablemente van a necesitar pedir un préstamo o endeudarse si es que no tienen ahorros previos que les permitan compensar la pérdida. En el caso de la familia de María y Manuel, y de la comunidad Santa Inés, es necesario que gasten menos o que busquen la forma de aumentar sus ingresos.

¿Cuáles pueden ser las consecuencias de este caso?

¿Cómo podríamos prevenir esta situación?

¿De qué manera la familia y/o la comunidad podrían aumentar sus ingresos para compensar la pérdida en el próximo mes?

¿Cómo podrían disminuir sus gastos?

¿Les ha tocado vivir esta situación?

¿De qué manera la han enfrentado?

¿Existen formas o estrategias para reducir los gastos?

¿Cuáles podrían ser útiles?

### SITUACIÓN B: Ingresos iguales a los gastos

Cuando sucede esta situación, se observan las finanzas equilibradas. Sin embargo, María y Manuel, y la comunidad Santa Inés, deben tener cuidado, ya que frente a cualquier imprevisto pueden desbalancearlas y alejarse de los objetivos que han trazado.

¿Cuál es el riesgo de esta situación?

¿Qué imprevistos podrían provocar un desequilibrio en las finanzas?

¿Les ha ocurrido que, a pesar de gastar la misma cantidad de ingresos, ha sucedido algún imprevisto que genere un desorden financiero?

¿Cómo se sintieron?

¿De qué manera podríamos prevenir un desequilibrio financiero producto de algún imprevisto?

### SITUACIÓN C: Ingresos mayores que los gastos

Esta es la situación ideal y nos encontramos en un escenario sano. Manuel y María, y la comunidad Santa Inés, tienen una excelente oportunidad para ahorrar, invertir, aumentar su patrimonio o enfrentar algún imprevisto.

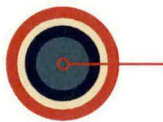
¿Cuáles son los beneficios de esta situación?

¿Les ha tocado vivir esta situación?

¿Qué hicieron con el dinero restante?

¿Alguien logró ahorrar un porcentaje?

¿Por qué podría ser importante ahorrar?



### Tercera actividad "Construyendo el presupuesto" | 25 minutos

La persona facilitadora entregará a cada integrante del grupo una hoja con un cuadro presupuestario en blanco (Anexo n.º 1), con el objetivo de lograr construir su propio presupuesto mensual, de un mes cualquiera, basándose en los montos aproximados que, de acuerdo con el criterio de quienes participan, corresponderían a los gastos regulares que se ejecutan en el periodo.

Para esto, deberán señalar, como en los cuadros del ejercicio anterior, los ingresos, los gastos de acuerdo con las necesidades y la sumatoria total de estos, e identificar la situación en la que se encuentran.

Finalmente, se inicia un espacio de reflexión grupal en el cual se hacen las siguientes preguntas:

- ¿Sabes, por lo general, en qué gastas cada peso que recibes?
- ¿Sabes de cuánto dinero dispones al mes?
- ¿Le ha sucedido a alguien que se queda sin dinero y no sabe en qué se lo gastó? ¿Qué sintió en esos momentos?
- ¿Alguien ha tenido que pedir un préstamo para salir del paso en alguna ocasión?
- ¿Antes de empezar a gastar piensas en lo que necesitas

comprar durante la semana, o el mes, y apartas el dinero para adquirir esos elementos?

¿Cómo te sentiste con el ejercicio? ¿Crees que es importante llevar un registro del presupuesto familiar? ¿Por qué?

La persona facilitadora complementará los contenidos de la temática vista con la siguiente información:

Realizar un presupuesto es anotar el dinero que tenemos y lo que gastamos en un periodo. Presupuestar nos permite saber con cuánto contamos y a qué destinamos cada peso de nuestros ingresos. También nos permite identificar si gastamos más de lo que tenemos.

Un presupuesto no solamente sirve para anotar lo que ya gastamos, sino también para identificar en qué debemos y podemos gastar antes de empezar a comprar. Es una herramienta útil para organizar nuestros ingresos y gastos.

En un presupuesto podemos anotar lo que queremos comprar en una semana o en un mes; esto,

para saber cuánto dinero necesitamos para cubrir dichos gastos y apartarlo antes de empezar a gastar.

Hay quienes dicen que es difícil armar un presupuesto, pues sus ingresos varían y no son los mismos todos los meses. Es el caso de las propinas que recibe un mesero o lo que gana un taxista. En esas situaciones es cuando más importante resulta elaborar un presupuesto, pues no hay certeza de los ingresos y, por lo tanto, tenemos que cuidar en qué y cuánto gastamos. Es mejor suponer que los ingresos van a ser más bajos de lo que pueden llegar a ser, para tratar de que no nos falte el dinero.

#### Ingreso

Dinero que recibimos como pago por un trabajo y/o dinero que recibimos como pago de un subsidio.

#### Gasto

Dinero que usamos para comprar bienes o servicios.

# ANEXO N.º 1

## CUADRO DE PRESUPUESTO



Presupuesto familiar del mes de: \_\_\_\_\_

### INGRESOS

(sumar la cantidad de dinero que aporta cada integrante de la familia)

\$ \_\_\_\_\_

\$ \_\_\_\_\_

\$ \_\_\_\_\_

Total de ingresos \$

### GASTOS

(nombrar y sumar los gastos que realiza la familia)

1. Alimentación \$ \_\_\_\_\_

2. Luz \$ \_\_\_\_\_

3. Agua \$ \_\_\_\_\_

4. Gas \$ \_\_\_\_\_

5. Arriendo/Dividendo \$ \_\_\_\_\_

6. Movilización \$ \_\_\_\_\_

7. Educación \$ \_\_\_\_\_

8. Entretenimiento \$ \_\_\_\_\_

(paseos, restaurante, cine, teatro, otros)

9. Salud \$ \_\_\_\_\_

10. Deudas \$ \_\_\_\_\_

11. Otros \$ \_\_\_\_\_

Total de gastos \$

Ahorros

\$

Gastos + Ahorros

sumar gastos y ahorros

\$

Capacidad de pago

restar al total de ingresos  
la suma de gastos y ahorro

\$

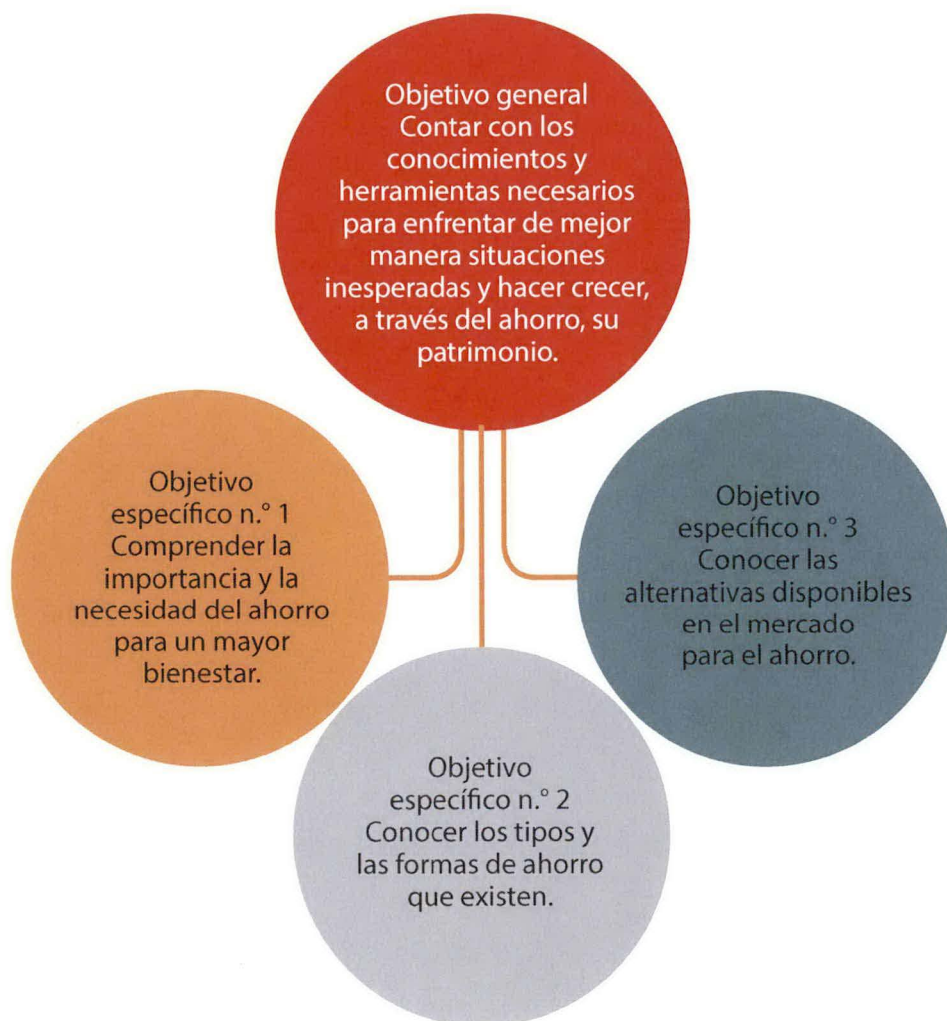






## SESIÓN 4

*Aprendiendo sobre el ahorro*



## Materiales

1. Plumones
2. Papelógrafo
3. Hojas
4. Lápices
3. Pizarra o proyector
4. Anexo n.º 1: "Matriz de ahorro"
5. Anexo n.º 2: Tarjetas "Derribando mitos"



### Primera actividad

"¡Podemos cumplir nuestros sueños!"  
| 30 minutos

Se propone el siguiente guion para dar a conocer las instrucciones de la actividad:

### Situación de María y Manuel

“Luego de vivir un año juntos, María y Manuel han logrado organizar su presupuesto y llevar un registro contable de los ingresos y gastos que tienen todos los meses. Este hábito de organización les ha facilitado ahorrar, la mayoría de los meses, cierta cantidad de dinero. Sin embargo, señalan no saber de qué manera la van a utilizar. Ambos comparten varios sueños, tales como tener la casa propia, invertir para un pequeño almacén como su propio negocio familiar y comprarse una mesa de comedor nueva, pues la que tienen se encuentra en malas condiciones. Si bien ya tienen ahorrado un monto de \$200.000.- no saben cómo distribuirlo para cumplir con estos sueños”.

En caso de referirse a la comunidad, el discurso propuesto es el siguiente:

### Situación de la comunidad Santa Inés

“La comunidad Santa Inés logró organizar su presupuesto y llevar a cabo la construcción de la plaza para sus niñas y niños. Como ya tienen el hábito de organizar el presupuesto con el que cuentan, sus integrantes han podido ahorrar algunos meses, pero tienen algunos sueños por cumplir, como por ejemplo ir a la playa en conjunto, implementar la sede e instalar pasto en su frontis. Para esto han podido ahorrar \$300.000.-, pero no saben cómo distribuir el dinero para cumplir con estos sueños”.

Luego de la narración, se abre un espacio de reflexión grupal sobre la base de las siguientes preguntas:

- ¿Qué es el ahorro?
- ¿Para qué sirve el ahorro?
- ¿Qué son los sueños?
- ¿Alguien de ustedes quisiera compartir algún sueño que tengan como familia?
- ¿Qué se necesita para cumplir los sueños?
- ¿La comunidad tiene algún sueño por cumplir?
- ¿En qué medida generar un hábito de ahorro nos podría servir para cumplir nuestros sueños?
- ¿Podemos jerarquizar nuestros sueños?
- ¿Cómo podemos organizarnos para cumplirlos?

La persona facilitadora complementará los contenidos que surgieron de la reflexión grupal con la siguiente información:

“Ahorrar es guardar una parte de nuestros ingresos para utilizarlos más adelante. Es importante destinar algo de nuestro dinero al ahorro.

Podemos usar el ahorro, entre otras cosas, para pagar unas vacaciones, comprar una computadora, enfrentar una enfermedad o invertir en un taxi.

Es importante definir los objetivos que queremos alcanzar, así sabremos cuánto dinero tenemos que ahorrar y en cuánto tiempo lo podemos lograr. Hacer del ahorro un hábito nos ayuda a obtener lo que queremos.

Ahorrar es el hábito de guardar una parte de nuestro ingreso para conseguir un objetivo en un futuro o para crear un fondo que nos permita enfrentar una emergencia. Ahorrar implica dejar de consumir hoy una parte de nuestro ingreso para gastarlo en el futuro”.

A continuación, la persona facilitadora explica que se ayudará a Manuel y María, o bien a la comunidad de Santa Inés, a construir una

matriz que organice el ahorro para cumplir los sueños. Para esto se pegará un cartel, a la vista de todo el grupo, en el que se señalan las “reglas de oro” que siempre deben tenerse en cuenta para organizar el ahorro.

### ¡REGLAS DE ORO PARA EL AHORRO!

Es importante priorizar los sueños de acuerdo con su importancia para el bienestar de la comunidad. Si en un mes no logramos ahorrar para todos los sueños propuestos, se deberán priorizar aquellos que se identificaron como los más importantes. También es importante tener claridad acerca de los montos de dinero requeridos.

Hay que calcular de acuerdo con la capacidad de ahorro mensual de la comunidad.

Es necesario identificar la cantidad de meses que se requerirán para el cumplimiento de los sueños, en concordancia con la capacidad de ahorro y el plazo en que se desea cumplirlos.

Hay que calcular el monto mensual que se requiere ahorrar para cumplirlos.

Conforme a las reglas de oro, se debe construir la matriz de ahorro siguiendo la estructura del cuadro que aparece a continuación y que se debe exponer a las personas que participan.

Cuadro n.º 1: Matriz de Ahorro			
Ejemplo: Sueños de María y Manuel			
Descripción	Monto requerido	Tiempo de ahorro	Monto para ahorrar al mes
S1 Mesa de comedor	\$30.000.-	3 meses	\$10.000.-
S2 Negocio familiar (Almacén)	\$250.000.- (Capital base)	\$150.000.- de sus ahorros desean invertirlos en el negocio para generar mayores ingresos. Solo faltan \$10.000.-. Este monto podrían tenerlo en 6 meses.	\$16.600.-
S3 Casa propia	\$240.000.- (Meta para postular al SERVIU para la vivienda propia).	\$50.000.- de sus ahorros desean invertirlos para la vivienda. Solo faltan \$190.000.-. Este monto podrían tenerlo en 10 meses.	\$19.000.-

Cuadro n.º 2: Matriz de Ahorro

Ejemplo: Sueños de la Comunidad Santa Inés

Descripción	Monto requerido	Tiempo de ahorro	Monto para ahorrar al mes
S1 Arreglo de la Sede Social	\$50.000.-	3 meses	\$16.000.-
S2 Implementación para la sede social	\$200.000.-	\$100.000.- de sus ahorros desean invertirlos en la implementación de la sede social. Solo faltan \$100.000.-. Este monto podrían tenerlo en 7 meses.	\$14.285.-
S3 Viaje de toda la comunidad a la playa		\$200.000.- de sus ahorros desean invertirlos para el viaje. Solo faltan \$500.000.-. Este monto podrían tenerlo en 10 meses.	\$41.166.-

Después de mostrar y explicar el cuadro, la persona facilitadora invita a cada participante a construir su planificación de objetivos familiares y comunitarios, entregando matriz de ahorro (Anexo n.º 1), y luego a compartir sus resultados en grupos de hasta 4 personas.



## Segunda actividad “¡Derribando mitos!” | 15 minutos

Para el siguiente ejercicio, se divide al grupo en tres y se hace entrega a cada subgrupo de las tarjetas de “mitos y realidades” (Anexo n.º 2), repartidas en cantidades iguales. El objetivo es que cada grupo reflexione sobre la afirmación escrita en las tarjetas y decida si dicha afirmación se trata de un mito, una realidad o un depende, y puedan explicar la razón de su decisión.

Finalmente, se comparten los resultados con todo el grupo y la persona facilitadora retroalimenta las respuestas con la información que aparece en cada una de las tarjetas del Anexo n.º 2.



## Tercera actividad “Conociendo distintas formas de ahorro” | 15 minutos

Se propone a la persona facilitadora relatar una de las siguientes historias, en caso de familias o comunidades, respectivamente:

“Luego de que María y Manuel lograron construir su matriz de ahorro, ambos se dieron cuenta de que el ingreso que reciben no es suficiente para ahorrar el monto de dinero que necesitan. Por lo tanto, necesitan conocer otras formas para ahorrar y nos piden ayuda para hacerlo”.

“La comunidad Santa Inés ya construyó su matriz de ahorro, pero sus integrantes se dieron cuenta de que los ingresos que reciben no son suficientes para ahorrar. Por tal motivo, requieren conocer otras formas de ahorro y nos piden ayuda para hacerlo”.

La persona facilitadora explica el recuadro de la página siguiente comentando que el ahorro no solamente consiste en apartar un monto del dinero de los ingresos familiares todos los meses, sino que también es posible ahorrar a través de la reducción de los gastos.

El ahorro no solamente consiste en separar todos los meses una cantidad de dinero. También es posible ahorrar reduciendo algunos gastos. La persona facilitadora da a conocer algunas ideas; por ejemplo, cocinar con otras familias y/o en “olla bruja”, calentar agua o calefaccionar usando energía solar y reutilizar agua para regar plantas.

## IDEAS PARA REDUCIR GASTOS

1. Comparar precios en diversos establecimientos antes de comprar y hacerlo, finalmente, en el lugar más barato.
2. Ahorrar en el consumo de agua, luz y gas en casa y en la sede (servicios).
3. Comprar solamente lo que se considera necesario.
4. Cuidar las cosas que se usan.
5. Consumir menos en artículos no esenciales (bebidas, dulces, lujos).
6. Gastar menos en fiestas y salidas.
7. Ahorrar lo suficiente como para comprar ciertos elementos en grandes cantidades a un menor costo.
8. Comprar frutas y verduras de la estación.
9. Acordar entre varias familias compras por mayor para abaratar los costos.
10. Realizar ollas comunes (grupos de familias cocinan en conjunto los alimentos).
11. Realizar completadas y ahorrar las ganancias.
12. Realizar bingos y ahorrar las ganancias.
13. Comparar distintos presupuestos.

Luego, se pide al grupo dividirse en tres. A cada subgrupo se le entrega una hoja y un lápiz, y se solicita que una persona escriba las ideas que les hayan funcionado en el pasado para reducir gastos y aumentar los ingresos destinados al ahorro.

A continuación, la persona facilitadora abre un espacio de reflexión con el grupo y realiza las siguientes preguntas:

- ¿Por qué es importante ahorrar?
- ¿Cuáles son los beneficios del ahorro?
- ¿Cuáles son los riesgos que corremos si no ahorramos?
- ¿Los imprevistos son riesgos?
- ¿Qué imprevistos nos pueden suceder en la vida?
- ¿De qué manera podemos hacerles frente?
- ¿Les ha pasado vivir algún imprevisto y no tener el dinero suficiente para cubrir los gastos?
- ¿Cómo se sintieron en la situación anterior?
- ¿Les produjo algún conflicto vivir un imprevisto y no tener el dinero suficiente para cubrir los gastos?



#### Cuarta actividad "Cierre" | 5 minutos

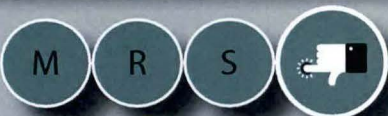
Para finalizar, la persona facilitadora realizará un resumen de las temáticas abordadas en la sesión. Se agradecerá individualmente la participación y confianza entregada al grupo. Se recordará la fecha del nuevo encuentro.

ANEXO N.º 1  
MATRIZ DE AHORRO

Matriz de Ahorro				
	Descripción	Monto requerido	Tiempo de ahorro	Monto para ahorrar al mes
S1	----- ----- ----- -----			
S2	----- ----- ----- -----			
S3	----- ----- ----- -----			

## ANEXO N.º 2 TARJETAS DERRIBANDO MITOS

“No me alcanza para ahorrar”.  
Mito, realidad o situación relativa



RESPUESTA:  
MITO

En realidad, todo el mundo puede hacerlo separando desde una mínima cantidad de dinero o disminuyendo gastos de servicios como Luz o Gas.

“Comprar en oferta es ahorrar”.  
Mito, realidad o situación relativa



RESPUESTA:  
SITUACIÓN RELATIVA

No todas las ofertas significan ahorro. Muchas veces, sin fijarnos, podemos incurrir en compras innecesarias por el hecho de pensar que están en oferta.

“Uno no sabe nada de gastos y menos de ahorrar, eso es para los entendidos”.  
Mito, realidad o situación relativa



RESPUESTA:  
MITO

Si se lo propone, toda persona es capaz de hacer un análisis de sus ingresos y gastos, y medir su capacidad de ahorro.

## TARJETAS DERRIBANDO MITOS

"El ahorro promueve la organización y planificación de las finanzas personales y familiares".

Mito, realidad o situación relativa



RESPUESTA:

**REALIDAD**

"Es imposible poder ahorrar en los tiempos difíciles".

Mito, realidad o situación relativa



RESPUESTA:  
MITO

Tal vez sea difícil ahorrar en momentos complicados, sin embargo, sí es posible ordenar el presupuesto según los ingresos y las prioridades con el fin de separar, aunque sea, una mínima cantidad de dinero.

"Gano tan poco que solo me queda endeudarme".

Mito, realidad o situación relativa



RESPUESTA:  
MITO

Existen otras opciones, además de adquirir deudas. Es importante ajustar las compras a lo que se gana, aunque sea poco. Es posible ordenar el presupuesto para lograr, al menos en algunos meses, separar un mínimo de dinero.

## TARJETAS DERRIBANDO MITOS

"Ahorrar permite prepararse para enfrentar imprevistos".  
Mito, realidad o situación relativa



RESPUESTA:

**REALIDAD**

"Lo mejor es vivir al día, total nadie sabe lo que puede pasar mañana".  
Mito, realidad o situación relativa



RESPUESTA:  
MITO

Nadie sabe lo que puede pasar mañana, pero es importante siempre tener los recursos para cumplir con los gastos fijos y, si es posible, prepararse para algún imprevisto.

"El ahorro, con tiempo y constancia, lleva a una mejor calidad de vida".  
Mito, realidad o situación relativa



RESPUESTA:

**REALIDAD**







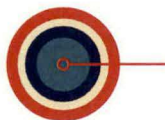
## SESIÓN 5

### *Resolución de conflictos*



## Materiales

1. Plumones
2. Papelógrafo
3. Cinta adhesiva
4. Pizarra
5. Tarjetones



## Primera actividad "¿Qué sabemos?" | 40 minutos

La persona facilitadora inicia la sesión invitando a cada integrante del grupo a que reflexione sobre cuál o cuáles son las formas de solución de conflictos que existen dentro de la familia y de la comunidad.

A continuación, anotará las ideas expuestas en una pizarra a la vista de toda la concurrencia.

Hay que tener en cuenta que las formas más tradicionales de resolución de conflictos son las que se encuentran a continuación:

1. Mantener la calma cuando las demás personas están enojadas.

2. Escuchar los otros puntos de vista.
3. Calmarse antes de hablar.
4. Siempre tratar bien a las personas.
5. Buscar el lado positivo, aun en las situaciones más complicadas.
6. No hacer ni decir nada que pueda herir a otra persona.
7. Aprender a reconocer los errores.

En el caso que no se haya mencionado alguna de las anteriores, se sugiere a la persona facilitadora incluirla en la pizarra.

La persona facilitadora debe ayudar a quienes participan a que se abra un espacio de reflexión grupal, a través de preguntas como:

- ¿En qué forma peleamos?
- ¿Cómo resolvemos un problema?
- ¿Qué nos ha llevado a pelear entre nosotros?
- ¿Qué podría aumentar los conflictos entre vecinos y vecinas?
- ¿Discuto con tranquilidad o me exalto fácilmente?
- ¿Qué podría estar llevándonos a reaccionar así?

Para complementar la información que se desprenda de la reflexión grupal, se sugiere a la persona facilitadora tener en cuenta que un conflicto surge cuando existe un desacuerdo o contraposición de intereses, necesidades y/o valores dentro de un grupo. Es decir, el conflicto aparecerá cuando:

1. Se quiere lo mismo que otra persona y el bien es escaso.
2. Se quiere algo totalmente distinto de los intereses de otra persona.
3. Se enfrentan diferentes puntos de vista y no se quiere flexibilizar.
4. Se pasa a llevar a alguien o se hieren sentimientos.
5. Se dan equivocaciones, errores o mala comunicación entre las partes.

Los conflictos también se pueden generar por diversos motivos. Entre ellos están:

Prejuicios, como en los siguientes casos:

- Pensar que hay personas con malas intenciones que quieren dañar a otras.
- Creer que se tiene mala suerte y, por ello, siempre se pierde en un conflicto.

Actitudes, como en los siguientes casos:

- Hay personas que exigen sus derechos, pero no respetan los derechos de las demás.
- Se cree que las personas adultas son más responsables que las jóvenes; por lo tanto, limitan su participación y les dan menos responsabilidades de las que pueden realmente asumir, lo que genera conflictos intergeneracionales.
- Pensar que se tiene siempre la razón y, por eso, esperar que las demás personas acepten lo que se decide unilateralmente.

Otra forma de saber qué produjo un conflicto es entender cuál es su origen. Las razones más comunes son:

### Fallas de comunicación

- Fallas en las formas de expresar y escuchar mensajes.
- Transmisión de mensajes con ideas incompletas o poco claras.
- El mensaje no verbal se contrapone al verbal.

### Conflictos en la satisfacción de necesidades

- Las necesidades humanas, por lo general, no varían mucho. Lo que varía son las formas como se atienden las necesidades en cada comunidad. Los conflictos pueden ocurrir cuando una persona o grupo encuentra que la forma de satisfacer su necesidad entra en contradicción con la forma que otro grupo tiene de satisfacer esa misma necesidad.

### Resistencia al cambio

- Los cambios generan sensación de inseguridad y, por lo tanto, las organizaciones son resistentes al cambio, lo que podría originar algunos conflictos. Es común encontrar contradicciones entre vecinas y vecinos; un grupo puede considerar las ideas del otro como cuestionadoras de las normas comunales y difíciles de implementar, y el otro punto de vista puede sentir la resistencia al cambio. En este caso, lo mejor es que los liderazgos ayuden a que se dé una comunicación entre ambas partes y cada una valore lo que la otra aporta.

## MANEJO DE CONFLICTO

Se entiende como manejo de conflicto la actividad orientada a prevenir, evitar que empeore o reducir la naturaleza destructiva del conflicto, con el fin de llegar a una situación de diálogo. El manejo adecuado del conflicto une a la comunidad, siempre que se protejan intereses comunes sobre la base del respeto de los derechos de las personas.

Estas son algunas herramientas necesarias para afrontar las diferencias con otras personas:

1. Generar autoconfianza y confianza.
2. Reconocer las habilidades sociales, eficaces y pertinentes, para cubrir necesidades y expresar las emociones básicas de un conflicto de manera adecuada.
3. Aprender a escuchar a las demás personas y buscar alternativas que validen la expresión de emociones y promuevan la mejor manera de llegar a un acuerdo. Generalmente, las emociones que se expresan son la rabia, la tristeza y el miedo.

## Pasos a seguir

### Primer paso

1. Reconocer y aceptar las propias emociones.
2. Identificar y respetar las emociones de las demás personas.

### Segundo paso

1. Identificar los pensamientos que genero ante los problemas.

Aquí podemos orientarnos hacia dos vertientes:

- a) Yo tengo la culpa.
- b) La culpa la tiene la otra persona.

### Tercer paso

1. Dejar de buscar culpables y apuntar a expresar:

- a) Lo que yo he vivido.
- b) Cómo he interpretado lo que he vivido. Cómo me he sentido.
- c) Qué me hubiera gustado que pasara, proponiendo cambios para el futuro.

2. Escuchar a las demás personas:

- a) Lo que han vivido.
- b) Cómo interpretaron lo vivido.
- c) Cómo se sintieron.
- d) Qué les hubiera gustado que sucediera y sus propuestas para el futuro.

Los conflictos pueden prevenirse estableciendo normas de convivencia justas reconocidas por todas las personas; normas por medio de las cuales se respeten los derechos de las demás personas cumpliendo con las obligaciones dadas. Para esto se sugiere:

- a) Dar valor de norma a los acuerdos.
- b) Recurrir a mecanismos legales.
- c) Hacer seguimiento de los acuerdos.

El cumplimiento de los acuerdos y compromisos asegura el mantenimiento de la paz o de relaciones más armónicas.



## Segunda actividad "Resolviendo conflictos" | 30 minutos

La persona facilitadora considerará lo siguiente:

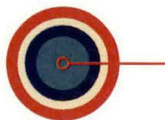
1. Para practicar técnicas de resolución de conflictos, se les indica a las personas participantes que formen tres grupos pequeños y se sienten en círculo.
2. A cada grupo se le entregarán tres tarjetones y un lápiz para que sus integrantes escriban situaciones de conflicto de la comunidad.

3. La persona facilitadora recogerá los tarjetones y repartirá dos a cada grupo. A continuación, solicitará a los grupos actuar una solución de uno de los conflictos que les tocó, mostrando cómo lo resolverían en la vida normal.

4. Tras terminar la actuación, la persona facilitadora dará la palabra a integrantes de otros grupos para que opinen y propongan nuevas formas de solución a ese conflicto.

5. Finalmente, la persona facilitadora pedirá al grupo que vuelva a actuar considerando las apreciaciones dadas por las demás personas.

Es fundamental que la persona facilitadora se preocupe de que participe la totalidad de la audiencia y que cada grupo se dé el tiempo para analizar cada actuación.



### Tercera actividad "Cierre" | 15 minutos

La persona facilitadora cerrará la sesión recogiendo las experiencias de quienes han participado y registrando lo que aprendieron.

Es recomendable que cada persona diga qué le resultó más valioso de la sesión y si hubo elementos o conceptos poco claros (si los hubieran, pueden ser esclarecidos inmediatamente).

A medida que las personas hablan, la persona facilitadora anotará los elementos valiosos de la sesión en algún pizarrón o papel kraft.

Cuando se registran todas las experiencias, la persona facilitadora repasará en voz alta lo escrito, articulándolo para realizar un resumen final que recuerde lo conversado





## SESIÓN 6

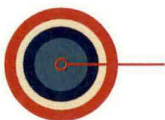
*Los riesgos y nuestra experiencia*

**Objetivo general**  
Sensibilizar a las personas de la comunidad respecto de la importancia de entender el origen de las emergencias y desastres y las formas de abordarlas según las experiencias.

**Objetivo específico n.º 1**  
Identificar los riesgos que potencian las emergencias y desastres y las formas de disminuirlos.

## Materiales

1. Plumones
2. Papelógrafo
3. Tarjetas de colores
4. Esquema N.º 1



### Primera actividad

“Conocimiento del riesgo. ¿De qué estamos hablando y por qué es importante conversarlo?” | 40 minutos

La actividad se inicia compartiendo algunas ideas generales sobre el tema de las emergencias y desastres, a partir de lo que las personas saben y han vivido.

Las personas participantes se disponen en círculo para reflexionar acerca de qué se entiende por emergencia, desastre, catástrofe, vulnerabilidad.

Cada persona escribe su respuesta en una tarjeta y, al terminar, todas se pegan en un papelógrafo. Con esto, se construye una idea común de los fenómenos propuestos y sus diferencias.

Luego, la persona facilitadora debe desarrollar una exposición basada en lo conversado y en las siguientes definiciones (que pueden estar visibles a través de cualquier método audiovisual) para terminar en una reflexión grupal:

**Amenaza:** es un fenómeno o proceso, natural o causado por el ser humano, que puede poner en peligro a un grupo de personas, sus viviendas, sus bienes y su ambiente cuando estas personas no han tomado precauciones.

**Terremotos o sismos:** fuertes movimientos de la corteza terrestre que se originan desde el interior de la Tierra o del encuentro de placas tectónicas y que pueden causar muchos daños.

**Erupciones volcánicas:** explosiones o emanaciones de lava, ceniza y gases tóxicos desde el interior de la Tierra, a través de los volcanes.

**Deslizamientos:** tierra, piedras y vegetación que se deslizan rápida o lentamente cuesta abajo. Se presentan sobre todo en la época lluviosa o durante una actividad sísmica.

**Maremotos o tsunamis:** una ola o serie de olas marinas gigantes que se lanzan sobre las costas, provocadas por terremotos, erupciones volcánicas o deslizamientos submarinos.

**Huracanes:** fuertes vientos que se originan en el mar y que giran en grandes círculos a modo de torbellino y que vienen acompañados de lluvias. Se les llama también ciclones tropicales.

**Plagas:** calamidad grande que aflige a un pueblo o comunidad, por ejemplo, gran cantidad de insectos o animales que pueden destruir los cultivos.

**Sequías:** período (meses, años) durante el cual en una zona de la Tierra no llueve o disminuye la cantidad de lluvia habitual. Durante las sequías el agua no es suficiente para abastecer las necesidades de las plantas, los animales y las personas.

**Inundaciones:** presencia de grandes cantidades de agua provocadas por fuertes lluvias y que el suelo no puede absorber.

Incendios (forestales): fuegos destructivos que afectan plantaciones, bosques, selvas y otro tipo de zonas con vegetación. Estos incendios pueden salirse de control y esparcirse muy fácilmente sobre extensas áreas.

Tornados: ráfagas de viento en rotación, de gran violencia, que giran sobre la tierra.

Otros conceptos relevantes de identificar:

1. **Riesgo:** es la potencialidad de experimentar daños y pérdidas de vidas humanas, sociales, económicas o ambientales en un periodo de tiempo definido, como consecuencia de la interacción dinámica entre alguna amenaza y la vulnerabilidad de las comunidades que están expuestas a ellas.

2. **Desastres o catástrofes:** son la expresión de este riesgo ante fenómenos puntuales (por ejemplo, un terremoto) o que ocurren repetidamente (por ejemplo, la sequía o las lluvias torrenciales), provocando una desestructuración y una ruptura importante del tejido social e impidiendo a la población afectada continuar funcionando con normalidad.

3. **Vulnerabilidad:** características o condiciones propias de las poblaciones, infraestructura, servicios medios de vida o medio ambiente, que los hace susceptibles de sufrir trastornos o pérdidas por el impacto de una determinada amenaza. Para que ese peligro se traduzca en daños o pérdidas en los bienes sociales, económicos o ambientales de una comunidad, estos tendrían que ser susceptibles de ser dañados, es decir, ser vulnerables. Igualmente es vulnerable la comunidad que habita en ese territorio en que están los bienes. Se es vulnerable al estar expuesto a sufrir daños, pérdidas o alteraciones en la vida cotidiana y no contar con todas las capacidades y recursos requeridos para evitarlo.

Por ejemplo: si hay lluvias muy fuertes y prolongadas, y vivimos a orillas de un río, no contamos con protecciones y no se generan acciones que prevean los daños, somos vulnerables porque hay riesgo de que una inundación acabe con nuestras casas o nuestras vidas y no se está en condiciones de enfrentarlo.

Una vez que se han expuesto las definiciones, la persona facilitadora divide la audiencia en cuatro grupos. Explicará que cada grupo debe trabajar un factor de vulnerabilidad de los que se expresan a continuación y, sobre él, terminar en un acuerdo de cómo se expresa ese factor en el territorio de la comunidad que habitan. Los factores deben estar escritos en 4 tarjetas, uno por tarjeta, y deben ser entregadas una por cada grupo. Las conclusiones se registran en un papelógrafo.

127

## Factores

### 1. Dónde vivimos

Conocer el espacio donde se vive, cómo están relacionados los recursos físicos, económicos, sociales que podemos identificar y cómo condicionan las posibilidades de emergencias. Tenga presente la siguiente definición para el trabajo que este grupo debe realizar:

#### ORDENAMIENTO TERRITORIAL (OT):

Según la Subsecretaría de Desarrollo Regional, SUBDERE, el

OT corresponde a “la expresión espacial de las políticas económicas, sociales, culturales y ecológicas de la sociedad (...) cuyo objetivo es un desarrollo equilibrado de las regiones y la organización física del espacio según un concepto rector”. Se trata de objetivos y metas que la sociedad involucrada se propone y desea alcanzar, a la luz de las limitantes y potencialidades del territorio.

## 2. Cuántas personas y familias constituyen esta comunidad

¿Qué pasa con la comunidad? ¿Está creciendo o disminuyendo? ¿Quiénes están todos los días? ¿Quiénes están solamente algunos días? ¿Qué pasa si es fin de semana? Considere la siguiente definición como insumo para el grupo de trabajo:

### CONDICIONES SOCIO ECONÓMICAS Y DEMOGRÁFICAS:

La demografía, según el Instituto Nacional de Estadísticas, INE, corresponde a la disciplina que estudia la evolución cuantitativa de la población, mediante indicadores de estado y de movimiento, tales como distribución espacial, fecundidad, mortalidad, migración, entre otros aspectos.

## 3. Cómo es el clima en el territorio de la comunidad

¿Está afectado por sequía o muchas lluvias? ¿Se producen nuevos fenómenos producto de los cambios climáticos? Considere la siguiente definición como insumo para el grupo de trabajo:

## CAMBIO CLIMÁTICO (CC) Y RECURSOS NATURALES:

De acuerdo al Panel Intergubernamental de Cambio Climático, el CC se define como un cambio en el estado del clima que puede ser identificado (por ejemplo, mediante pruebas estadísticas) por cambios en el valor medio de sus propiedades y/o por la variabilidad de estas, que persiste durante largos períodos de tiempo, generalmente decenios o períodos más largos. El cambio climático puede deberse a procesos internos naturales, a forzamientos externos o a cambios antropógenos persistentes en la composición de la atmósfera o en el uso de la tierra. (IPCC, 2013).

### 4. Cómo está organizada la comunidad

¿Cómo se relaciona con el Gobierno local? ¿Existen redes de apoyo con otras comunidades y/o con los servicios públicos? ¿Con las empresas? Considere la siguiente definición como insumo para el grupo de trabajo:

#### GOBERNANZA:

Se refiere a las diversas formas en que los gobiernos, el sector privado y todos los individuos y las instituciones de una sociedad en general se organizan para gestionar sus asuntos comunes (PNUD, 2010). El concepto de gobernanza incluye mecanismos formales y explícitos tales como legislación, políticas, normas obligatorias y procedimientos administrativos a través de los cuales las sociedades se organizan, y una amplia gama de acuerdos informales e implícitos que intervienen en las relaciones sociales, económicas y políticas, y en la gestión del territorio y los recursos.



## Segunda actividad

“Rescate de experiencias: lo que nos ha enseñado la vida” | 45 minutos

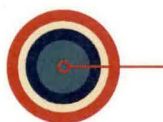
Se mantienen los mismos grupos de personas para trabajar las situaciones de riesgo, emergencias y desastres que han vivido, y recursos que fueron importantes para ese momento.

Cada grupo las registra en tarjetas y estas se pegan en un papelógrafo con el esquema n.º 1.

Esquema n.º 1 Rescate de experiencias “Yo viví o me contaron”	
Emergencias	Recursos y capacidades
Desastres	Vulnerabilidades
Redes de apoyo	

Una vez pegadas las tarjetas, todas las personas asistentes reflexionan en torno a identificar:

- ¿Cuáles fueron los momentos más recordados?
- ¿Cuáles son los recursos y capacidades más valorados?
- ¿Qué vulnerabilidades son identificadas?
- ¿Qué apoyos fueron importantes de recibir?



### Tercera actividad "Cierre" | 15 minutos

La persona facilitadora cerrará la sesión recogiendo las experiencias de quienes han participado y registrando lo que aprendieron. Es recomendable que cada persona diga qué le resultó más valioso de la sesión y si hubo elementos o conceptos poco claros (si los hubieran, pueden ser esclarecidos inmediatamente).

A medida que las personas hablan, la persona facilitadora anotará los elementos valiosos de la sesión en algún pizarrón o papel kraft.

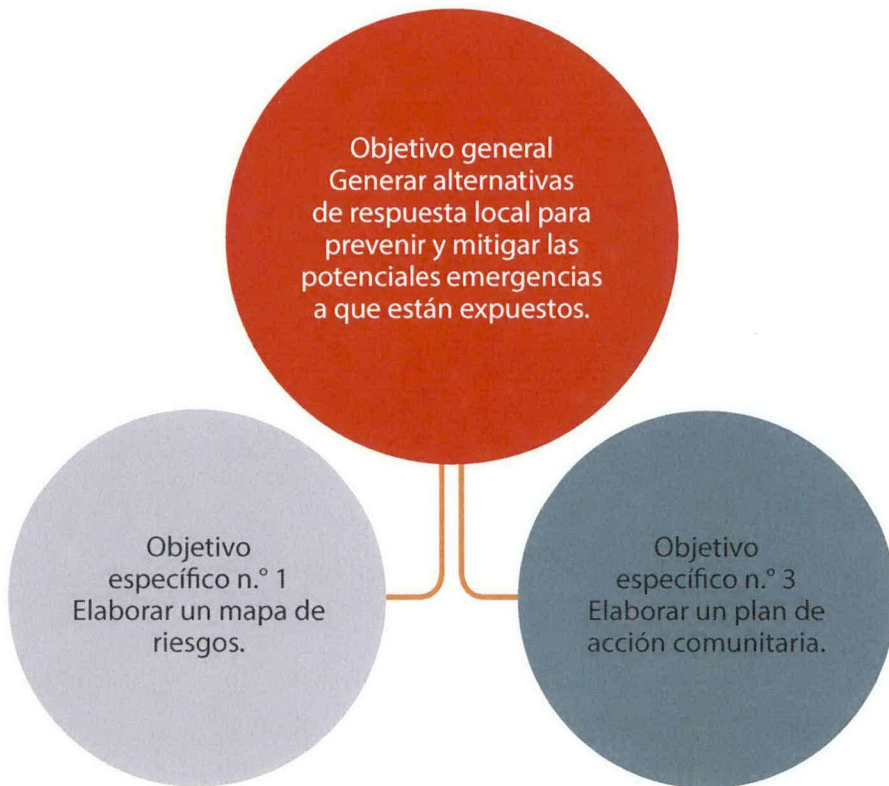
Cuando se registran todas las experiencias, la persona facilitadora repasará en voz alta lo escrito, articulándolo para realizar un resumen final que recuerde lo conversado.





## SESIÓN 7

*Actuar unidos ante emergencias y desastres*



## Materiales

1. Anexo n.º 1: Matriz de riesgo
2. Anexo n.º 2: Mapa del territorio
3. Anexo n.º 3: Plan de acciones



### Primera actividad

“Elaboración de un mapa de riesgos”

| 45 minutos

La actividad central consiste en elaborar un mapa de riesgos en conjunto con las personas que asisten a la sesión.

La persona facilitadora comienza la actividad entregando la siguiente definición sobre el significado del concepto *mapa de riesgos*.

Un *mapa de riesgos* es un gráfico o un croquis de un territorio donde se localizan los peligros, las viviendas de la comunidad, las principales obras de infraestructura como salud, carreteras, obras de agua y saneamiento vulnerables o expuestas a estos peligros, etc.

En el mapa de riesgos se utilizan símbolos o dibujos para identificar determinados lugares que sirven de puntos de referencia, como por ejemplo: el centro de salud, iglesia, sedes sociales, puesto policial, el río que pasa por la comunidad, la escuela, las canchas, etc. Los colores, para señalar las zonas de riesgo que tienen determinados lugares, por ejemplo: el color rojo, para zonas de alto riesgo; el color anaranjado, para zonas de mediano riesgo; el color amarillo, para zonas sin riesgo.

¿Por qué es importante el mapa de riesgos?

Porque permite conocer e identificar cuáles son los peligros y vulnerabilidades del entorno para saber qué podemos y debemos hacer.

El mapa será de utilidad para las autoridades e integrantes de la comunidad a la hora de tomar decisiones y asumir compromisos en la prevención y reducción de desastres.

Permite registrar eventos históricos que han afectado negativamente a la comunidad e impactado significativamente a la población.

Es una información valiosa que debe ser considerada como información preliminar en todas las obras de desarrollo de la comunidad.

¿Quiénes participan en la elaboración del mapa de riesgo de la comunidad?

Para su elaboración es muy importante que todas las personas que integran la comunidad participen y aporten con sus conocimientos y experiencias sobre los peligros y los daños que produjeron o que podrían producir.

El equipo que va a acompañar este proceso debe considerar la red de apoyo a la que se puede recurrir en la prevención de situaciones y también al momento de la reacción ante una emergencia (Encargado comunal de emergencias, ONEMI, Bomberos, CONAF, Salud, INTEGRA, CONAMA, etc.)

## ¿Cómo elaborar un mapa de riesgos?

Se requiere llevar a cabo las siguientes actividades:

1. Analizar las experiencias pasadas. Rescatar lo aprendido en el taller anterior, permitiendo que quienes participan exterioricen sus recuerdos y, sobre la base de esas experiencias, motivar y sensibilizar a las personas asistentes acerca de la necesidad de trabajar en conjunto para enfrentar las emergencias.

2. Discutir sobre los riesgos y las consecuencias. Elaboración de los mapas de riesgos. ¿Cuáles son los peligros, vulnerabilidades, desastres, riesgos que podemos identificar en el territorio de la comunidad? Si la comunidad ha realizado la sesión n.º 6, debe rescatar la información del Anexo n.º 1. Si la comunidad no ha realizado esa sesión, deberá priorizar riesgos en una matriz (Anexo n.º 1) con las siguientes preguntas:

¿Qué riesgos están presentes en la comunidad?

¿A quiénes afectan?

¿Qué consecuencias tienen?

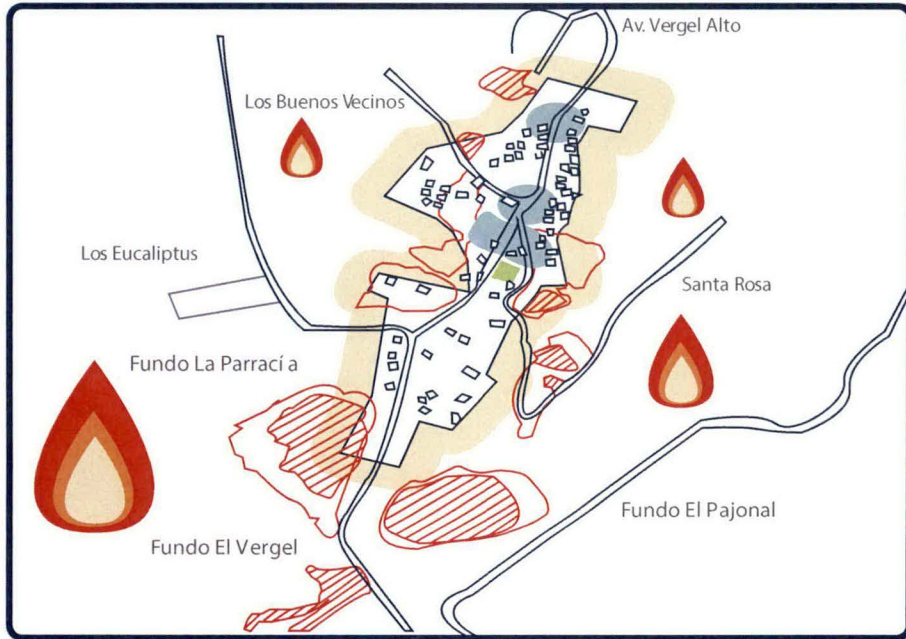
¿Dónde están situados geográficamente?

3. Trabajar sobre el mapa del territorio (Anexo n.º 2), graficando con colores las zonas de riesgo: a) rojo para las zonas de mayor riesgo; b) naranja para las de mediano riesgo; y c) verde para las de bajo riesgo.

Ejemplo:

Tomemos como ejemplo el peligro de fuertes lluvias, frente a lo cual la comunidad corre el riesgo de sufrir inundaciones.

### MAPA DE RIESGOS COMUNIDAD EL VERGEL



#### Simbología

- |    |                    |
|----|--------------------|
| == | Calles principales |
| □  | Viviendas          |
| ■  | Áreas de seguridad |
| ■  | Perros vagos       |
| ▨  | Microbasurales     |
| ▨  | Relleno            |
| ■  | Cortafuegos        |
| □  | Parcela 10         |

Utilice las siguientes preguntas para profundizar en la elaboración del mapa, adecuándolas a los riesgos específicos de la comunidad:

¿Qué terrenos de la comunidad podrían inundarse si ocurriera un temporal intenso? ¿Por qué?

¿Cuáles han sido los terrenos que históricamente se han inundado en la comunidad en situaciones similares?

¿El río podría salirse del cauce? ¿En qué zona o área? ¿Hay casas en esta zona (número, tipos de viviendas, animales domésticos, etc.)?

¿Qué terrenos podrían provocar una avalancha como producto de un desprendimiento, deslizamiento, deslave, etc.? ¿Hay casas, familias, cultivos, etc. que podrían ser afectados directamente?

¿Qué casas o barrios de la comunidad podrían verse afectados en caso de una inundación? ¿Por qué? ¿Es evidente el riesgo?

¿Qué obras, tales como puentes, muros, carreteras, edificios, etc. podrían ser afectados?

¿Existe el riesgo de quedar incomunicados en caso de ruptura de la carretera o del puente que comunica con otra zona?

¿Dónde consideran que existe mayor riesgo de sufrir un impacto adverso como producto de una inundación?

¿Hay focos de contaminación como basureros, almacenes con agroquímicos, etc.?

4. Recorrer la comunidad. Una vez realizado el mapa, la comunidad hace un recorrido por el territorio, a fin de verificar la información representada en el mapa preliminar y efectuar el ajuste necesario; además, para obtener información sobre los lugares que podrían ser utilizados como albergues y zonas que ofrecen seguridad en caso de inundaciones o para la atención de personas, etc.

Para iniciar el recorrido es necesario:

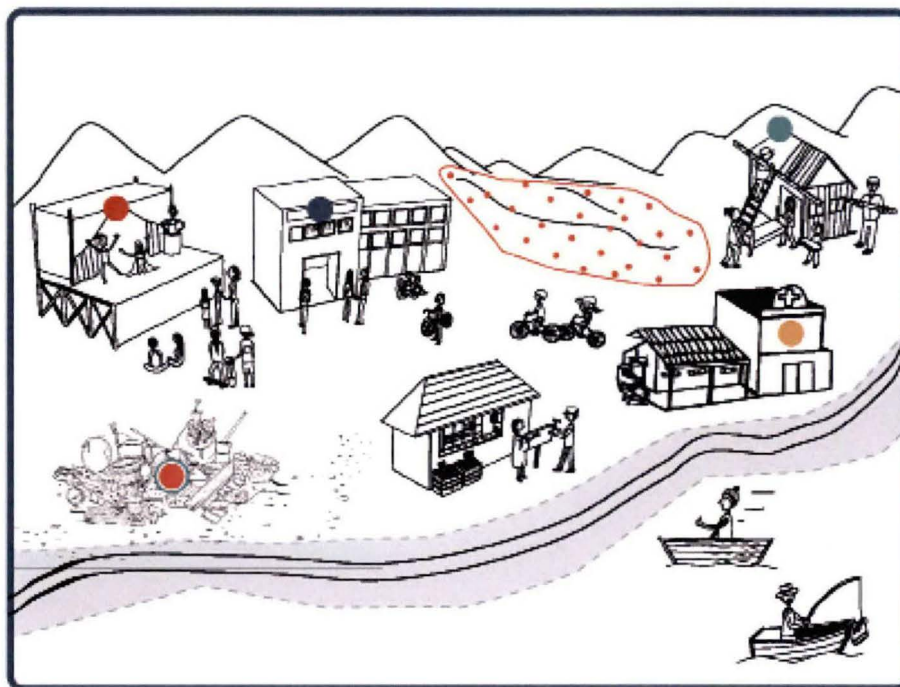
a) Conformar equipos de trabajo, distribuirse las zonas de observación y establecer el tiempo de recorrido para la recopilación de información.

b) Finalizado el trabajo de campo, se reunirán nuevamente en sesión plenaria todas las personas participantes para consolidar los resultados encontrados y efectuar el ajuste al mapa de riesgos comunitario definitivo.

c) Este recorrido se realizará con apoyo de las autoridades locales, a fin de lograr un mapa de riesgos comunal más detallado que sirva como herramienta de gestión para la toma de decisiones y acciones.

5. Realizar el mapa de riesgos definitivo. Se termina el mapa.

## MAPA DE RIESGOS



### Simbología

- Escuela
- Consultorio
- Sede Social JMV
- ▨ Río sin borde
- Teatro comunitario
- Microbasural
- ▨ Zona de desplazamiento de terreno



## Segunda actividad

### “Plan de emergencia comunitario”

| 45 minutos

La persona facilitadora comienza la actividad explicando que el plan de emergencia es un instrumento que permite determinar qué hacer y cómo prevenir, enfrentar y/o superar las situaciones de emergencia y reducir al máximo las pérdidas en una comunidad.

Para la elaboración de este instrumento, la persona facilitadora debe elevar la discusión desde las acciones más inmediatas y asequibles hasta las más complejas y de mediano plazo.

Es importante recalcar que este plan debe considerar a toda la comunidad, no solamente a una organización, sino que a toda la diversidad representada en ella (hombres, mujeres, personas mayores, niñas, niños, grupos originarios, personas migrantes, entre otros)

El plan debe considerar la existencia de personas con capacidades distintas, velando por la superación de barreras que impidan o entorpezcan su actuar (planes inclusivos). Debe, además, considerar la red de apoyo a la que se puede recurrir en la prevención de situaciones y también al momento de la reacción: encargado comunal de emergencias, Bomberos, CONAF, encargado municipal de Salud, INTEGRA, CONAMA, entre otras.

El plan debe definir acciones en tres tiempos: antes, durante y después de los tres principales riesgos identificados, definiendo actividades y responsables de cada una de ellas. El trabajo se realiza en el Anexo n.º 3.

Algunos elementos para considerar en cada etapa:

Antes: La conversación como método para anticipar lo desconocido y fortalecer las relaciones en la comunidad dando seguridad, especialmente para niñas, niños y personas con dificultad de desplazamiento.

Es importante conversar sobre el temor a lo desconocido. Si se logra que este sea un tema habitual en la conversación de la comunidad, disminuirá el miedo que inmoviliza o genera reacciones incontroladas.

143

Las preguntas asociadas a esta etapa son:

¿Cuáles son los sectores que se identifican como seguros y en donde se debe reunir la comunidad para pasar la emergencia?

¿Qué fenómenos o signos debieran estar presentes para estar alertas y preocupados de lo que está pasando?

¿Qué debo hacer si el agua pasa los niveles acostumbrados o si se escuchan ruidos diferentes?

¿Cuándo debemos dar la alarma para reaccionar? Por ejemplo, cuando la persona no se puede mantener de pie con un temblor, el río trae gran cantidad de materiales, se ve humo en una casa, en un patio o potrero.

¿Qué se debe usar para dar la alarma? ¿Una campana, una luz, una alarma eléctrica?

¿A quiénes hay que avisar de inmediato: a Bomberos, CONAF, Salud, Carabineros?

¿Por dónde pueden circular los bomberos? ¿Qué zonas deberían mantenerse despejadas como cortafuegos?

¿Qué debemos dejar a mano? Por ejemplo, se debe considerar un kit de emergencia que disponga de agua, luces de emergencia, herramientas, vendas, frazadas, palos o fierros.

¿Qué elementos del entorno debemos tener controlados?

¿Qué pasa con la acumulación de basura?

¿De quiénes no debemos olvidarnos?

¿En qué casas se debe priorizar la ayuda por ser personas mayores solas y/o personas con capacidades diferentes?

¿Qué debemos reparar de la comunidad para disminuir riesgos?

¿Con quién debemos hacerlo?

Durante: Lo fundamental de cómo planificar para la acción en la emergencia es establecer posibles actividades en las que se puede actuar sin peligro y otras en las cuales no se debe intervenir. La conversación se utiliza como una forma de comunicar y recibir instrucciones, expresar sentimientos y prevenir daños psicológicos en la comunidad

Después: La conversación como herramienta para expresar, intercambiar y acoger a las familias y personas integrantes de la comunidad en lo grato y lo desagradable que se vivió y lo que viene. Algunas preguntas que pueden ayudar al desarrollo de esta etapa son:

¿Después de la emergencia qué debemos tener a mano?

¿Cómo nos organizamos para pasar una noche en espacios comunes o albergues?

¿Qué suministros debe tener la municipalidad?

¿A quién afectó más esta situación?

¿Por qué es importante hablar lo que ha sucedido?

¿Cómo podemos crear un espacio de confianza para que todas las personas comuniquen cómo se sienten?

¿A quiénes se puede recurrir para pedir ayuda?

¿Cómo se prepara la comunidad para nuevas emergencias?

Antes de finalizar la sesión, la persona facilitadora debe promover la creación de un directorio de contactos de emergencias y orientar para que siempre se tenga a mano.

Para ello, se elabora un listado con los números de los organismos de emergencia y se incorporan a las familias de la red de la comunidad, o de quienes lideran estos casos. Este listado debe ser revisado y actualizado regularmente. En la página siguiente se propone un formato de contactos de emergencia.



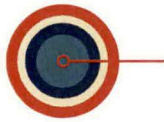
## CONTACTOS de EMERGENCIA

Nombre	Teléfono
Urgencias salud	
Consultorio más cercano	
Bomberos	
Carabineros	
Plan cuadrante de Carabineros	
Comisaría	
PDI	
n.º emergencia municipalidad	
Escuela	
SERNAM	
Emergencia electricidad	
Emergencia agua	
Emergencia gas	
Familiar1:.....	
Familiar2:.....	

Estos son requisitos mínimos para un plan comunitario.

Recomendamos utilizar, para completar esta información, las indicaciones entregadas en las guías de *Microzonificación de Riesgo y Recursos con Participación Comunitaria* de la ONEMI.

Este plan debe ser publicado, dado a conocer a toda la comunidad y a las autoridades del territorio, y ser actualizado regularmente.



### Tercera actividad "Cierre" | 15 minutos

La persona facilitadora cerrará la sesión recogiendo las experiencias de quienes han participado y registrando lo que aprendieron.





Es recomendable que cada persona diga qué le resultó más valioso de la sesión y si hubo elementos o conceptos poco claros (aprovechar la oportunidad para esclarecerlos).

A medida que las personas hablan, la persona facilitadora anotará los elementos valiosos de la sesión en algún pizarrón o papel kraft.

Cuando se registran todas las experiencias, la persona facilitadora repasará en voz alta lo escrito, articulándolo para realizar un resumen final que recuerde lo conversado.

# ANEXO N.º 1

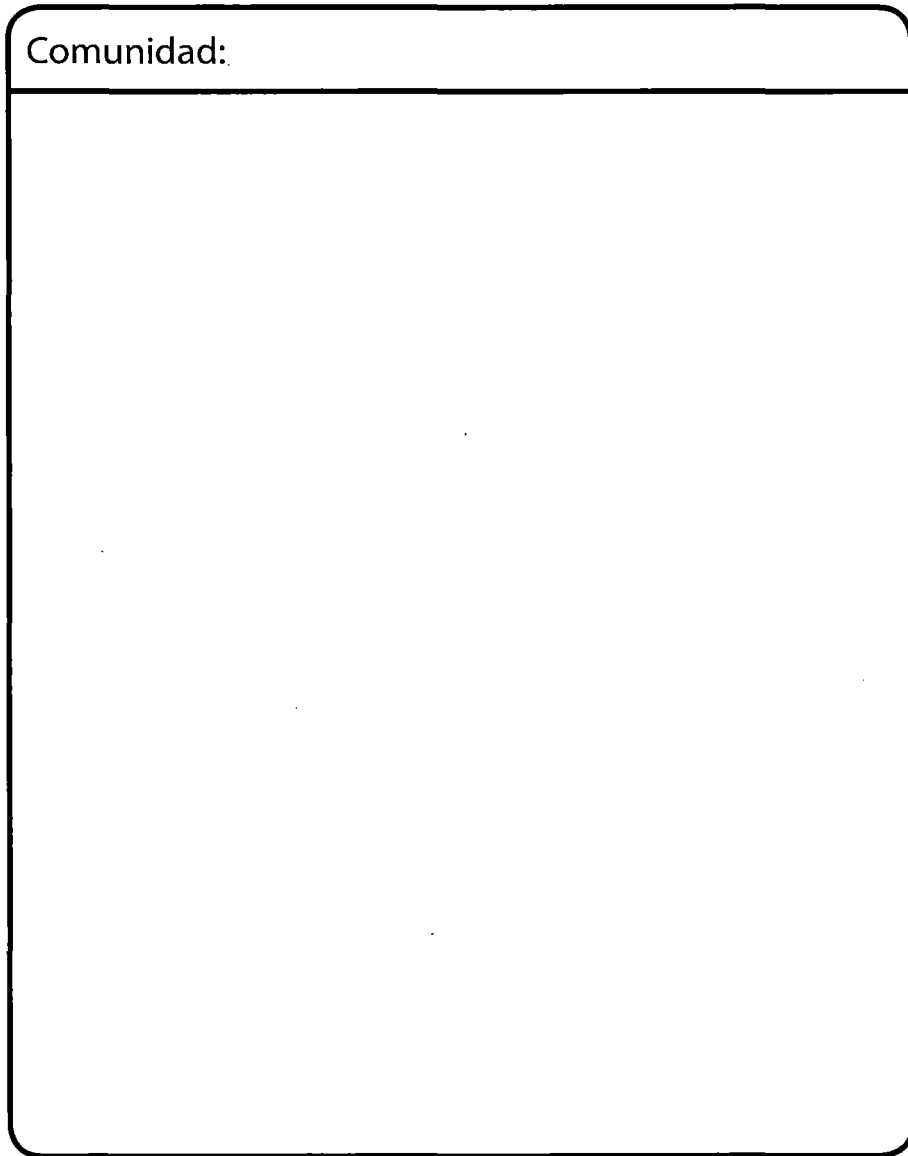
## MATRIZ DE RIESGO

¿Qué riesgos están presentes en la comunidad?	¿A quiénes afectan?	¿Qué consecuencias tiene?	¿Dónde están situados geográficamente?
			
			
			
			



ANEXO N.º 2  
MAPA DEL TERRITORIO

Comunidad:



Dibujar o pegar un mapa del territorio donde está inserta la comunidad

# ANEXO N.º 3 PLAN DE ACCIONES

Acciones rápidas que están en manos de la comunidad		
Riesgo	¿Qué hacer antes?	¿Quién lo hace?

¿Qué hacer durante?	¿Quién lo hace?	¿Qué hacer después?	¿Quién lo hace?

## II. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

El Troudi, Harnecker, Bonilla. (2005). *Herramientas para la participación*.

Recuperado de <http://www.rebellion.org/docs/97073.pdf>

Fondo de Solidaridad e Inversión Social. (2000). *Guía de apoyo para el trabajo en el territorio*. Chile.

Fondo de Solidaridad e Inversión Social. (1993). *Manual: Promoviendo el desarrollo local*. Chile.

Grupo de Trabajo para la Salud y Desarrollo Comunitario de la Universidad de Kansas. *Caja de herramientas comunitarias*. (2013). Recuperado de <http://ctb.ku.edu/es>

Instituto Nacional de Estadísticas. (2011). *Vigencia del concepto Capital Humano: hacia una medición acorde con el advenimiento de la sociedad del conocimiento*. Santiago: Departamento de Estudios Sociales, Subdirección Técnica.

Ministerio de Vivienda y Urbanismo, División de Política Habitacional, Departamento Atención a Grupos Vulnerables. (2008). *Manual para el diseño y ejecución de planes de habilitación social*. Fondo Solidario de Vivienda. Recuperado en diciembre de 2013 de [www.minvu.cl](http://www.minvu.cl)

Observatorio Internacional de Ciudadanía y Medio Ambiente Sostenible. (2009). *Manual de metodologías participativas*. Recuperado de [http://www.redcimas.org/wordpress/wp-content/uploads/2012/09/manual\\_2010.pdf](http://www.redcimas.org/wordpress/wp-content/uploads/2012/09/manual_2010.pdf)

Pérez de Armiño, K. (2000). *Diccionario de acción humanitaria y*

*cooperación al desarrollo*. Bilbao: Icaria.

Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja. (2008). *Análisis de vulnerabilidad y capacidad. Caja de herramientas con fichas de referencia*. Recuperado de <http://www.ifrc.org/Global/Publications/disasters/vca/vca-toolbox-es.PDF>

