## ENCUENTRO LAS MUJERES Y LA LUNA

**Facilitadora Técnica**: Carolina Chica Zapata

**Empresa**: Institución Universitaria de Envigado

**Grupos de trabajo**: Grupos de 10 mujeres, jefes, líderes y coequiperas de dichas áreas de trabajo.

**Especificaciones técnicas:**

| | | |
|---|---|---|
| Día | 21 de octubre de 2021 | Cumple |
| Jornada | 4 horas<br>8am-12 m: Grupo de 10 personas<br>2pm-6 pm: Grupo de 10 personas | Cumple<br><br>Cumple |
| Ubicación | Calle 36D sur No 26A 31 Interior 130 | Cumple |
| Lugar | Casa Lavanda, lugar campestre con disponibilidad de salones, mobiliario y trabajo en zonas verdes | Cumple. Se hizo uso de salón y zonas verdes |
| Facilitadores | 2 | Cumple. Facilitador temático y apoyo logístico |
| Cantidad de participantes | 19 | Cumple |
| Cortesía | Un cupo adicional para una participante para un total de 20 personas | Cumple |
| Alimentación | Descripción | |
| Snack de Bienvenida | Té de la Mujer: una preparación creada especialmente para este encuentro a base de manzanilla y lavanda. Tostada con humus de remolacha. | Cumple |
| Refrigerio | Bowl refrescante: Granola, yogurt griego, maracuyá, banano, arándanos y flores comestibles. | Cumple |
| Bebida de cierre de experiencia | Golden Milk: A base de leche de almendras, curcuma y especias. | Cumple. Se hace entrega de la receta |
| Materiales | Se incluyen todos los materiales de trabajo del evento | Cumple |
| Souvenir | Se entrega a cada participante un souvenir | Cumple. Entrega de cuarzo rosa , diadema, documentos de trabajo y exfoliante3 |

**Objetivo general del encuentro**

Brindar a las mujeres participantes, jefes y líderes de la Institución Universitaria de Envigado herramientas de autoconocimiento y gestión de las emociones a través del reencuentro con la energía y la naturaleza femenina, promoviendo el empoderamiento y el liderazgo femenino de adentro hacia afuera, para beneficio personal ganando en autoestima y a nivel institucional contando con un equipo de trabajo de mujeres conscientes y conectadas con su propio ser.

**Objetivos específicos**

Conocer de manera histórica de donde surgen los eventos de desconexión con la energía femenina y porque es importante lograr esa conexión.

Realizar un momento de meditación reflexiva sobre la vivencia de la energía femenina, los momentos de desconexión o conexión e incentivar el perdón con el sistema.

Introducir los conceptos de los arquetipos que representan los estados físicos, psicológicos, biológicos y emocionales del ciclo femenino, para el reconocimiento de los cambios y la naturaleza cíclica.

Facilitar la compresión de la naturaleza cíclica y dar herramientas que faciliten el relacionamiento, el liderazgo y el trabajo en equipo durante cada una de las fases cíclicas. De igual manera en la vida personal y de pareja se dan algunos ejemplos de acción.

Brindar la herramienta de diagrama para el diligenciamiento de notas de autoobservación y gestión emocional.

Ofrecer un momento de reflexión e impronta en el camino de transformación y cambio hacia un momento de mayor conocimiento, gestión y autocompasión como ruta de cambio, con herramienta de hoponopono.

Entregar un cierre, a través del sellamiento de un compromiso con cada una de las mujeres presentes y la comunidad en general, ofreciendo alternativas de cambio en los comportamientos para mejorar la relación individual con su energía femenina.

**Conclusiones**

La jornada se desarrollo según la programación indicada sin contratiempos en cuestiones logísticas.

La participación de las mujeres presentes fue bastante rica y espontanea al momento de compartir sus vivencias, creencias, generando un espacio de confianza y sensibilidad para todas las presentes.

En cuanto a la alimentación ofrecida, esta facilitó el ejercicio de meditación y concentración en las actividades.

Hubo una manifestación de conexión entre las personas presentes, lo que se expresó a través del lenguaje corporal, lenguaje verbal, participación en los ejercicios.

En general se cumplieron los objetivos específicos planteados.

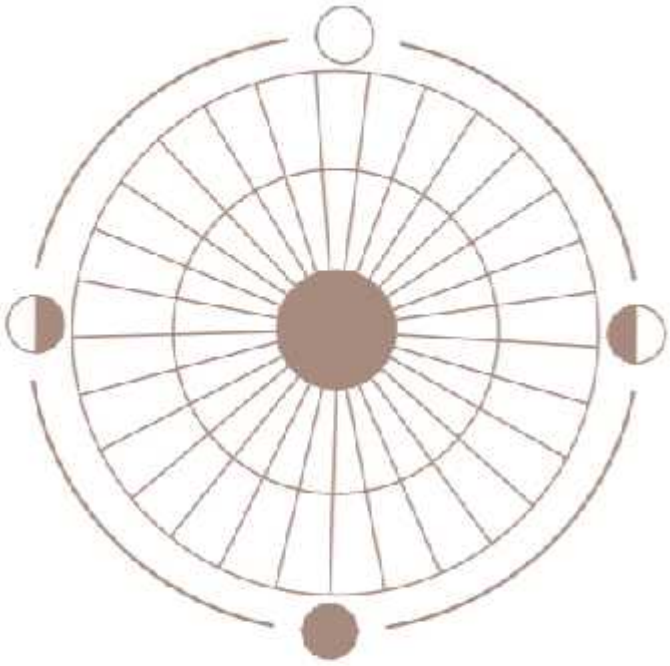
**Entregas:**

Archivo de fotografías del evento a través de archivo zip.

Receta de Golden Milk.

Archivo de documentos de apoyo. Diagrama lunar en blanco.





Nivel de energía

Emociones

Social

Sexualidad

Sueños

Manifestación externa

## Momentos específicos de la jornada



KIRI
mujeres

ORIENTAR
Consultores













**Recomendaciones**

1. Las mujeres asistentes pueden ser generadoras de cambio en sus equipos de trabajo, a través de la manifestación de empatía y sororidad con sus compañeras de trabajo, siendo referente y modelo de conducta para otras.
2. Replicar dentro de los equipos de trabajo la información y el conocimiento adquirido a través de pequeños momentos de encuentro, reflexión y autobservación.
3. Promover campañas de sororidad, buen trato entre las mujeres en sus equipos de trabajo identificando las expresiones y creencias populares que nos hacen daño como género.

4. Se pueden promover conferencias o talleres para los equipos internos de trabajo de comunicación desde la emoción y el reconocimiento de mis estados emocionales y psíquicos.
5. En el trabajo de cierre de brecha de género también es necesario trabajar con los hombres el reconocimiento de las emociones y el libre desarrollo de nuevas masculinidades.



**Carolina Chica Zapata**
**Abogada- Coach Ontológico**