PLAN DE TRANSFORMACIÓN DE IMAGINARIOS SOCIOCULTURALES

Título del plan
Reencuentro con el Amor

Justificación

Las estadísticas de violencia intrafamiliar reportadas por la secretaría de integración social de enero a diciembre de 2020, en aislamiento por pandemia COVID – 19 reportaron 29.839 víctimas de violencia intrafamiliar, entre este número 22.044 fueron mujeres, por lo que muestra un 74% más de violencia en mujeres que en hombres. Por esta razón el mayor número de la muestra poblacional a la que va orientado este proyecto, es a las mujeres del Comedor Comunitario Cocinas Populares El Bosque.

Existen varios tipos de violencia, está la violencia física, donde identificamos como golpes, empujones, halones, pellizcos, cortadas, quemaduras e incluso la agresión puede causar la muerte; También tenemos violencia psicológico, con humillaciones, insultos, menosprecio, gritos, amenazas, entre otros; generalmente este tipo de violencia genera un impacto directo en la emocionalidad de las personas, tristeza, irritación, ira, enojo, no solo con el agresor sino con ellos mismos; esto genera baja autoestima, desmotivación, bajo rendimiento ya sea académico o laboral, sensación de ser inservibles, de no sentirse merecedores de ser amados, cuidados y respetados, se aíslan, y generalmente se callan; tenemos la violencia sexual, donde el agresor obliga a su víctima a ver, sentir o tener relaciones sexuales, el abuso sexual no es solamente la penetración, puede ser obligada a ver películas pornográficas, a ver a otras personas tener relaciones, puede también estar obligada a ser tocada, sin su consentimiento o puede obligar a tener el acto sexual propio. También tenemos la violencia económica, donde la persona es vulnerada económicamente por su agresor ya sea padres, pareja e incluso hijos, el prohibirle el acceso al dinero, controlárselo, no permitirle trabajar, someterle a únicamente lo que le dé el agresor, adicionándole la agresión verbal insinuando que la persona no sirve para tener dinero o para cuidarlo, y que, por tal motivo, es el agresor el responsable del control del mismo.

Las fases por las que se atraviesa la agresión, donde se inicia con una fase de tensión, donde el agresor se molesta y la molestia se hace cada vez más fuerte y no importa el esfuerzo de la victima de que el agresor pueda llegar a la calma, su tensión sigue aumentando hasta detonar en violencia o agresión, que aquí entramos a la segunda fase, FASE DE EXPLOSIÓN O VIOLENCIA, en esta fase ya se evidencia alguno de los tipos de violencia expuestos anteriormente, en esta fase normalmente, es cuando los integrantes de la familia afectados, inician un proceso legal, sin embargo, todo se derrumba a llegar a la FASE DE ARREPENTIMIENTO, el agresor, pide perdón y busca excusas para explicar su conducta agresiva, e incluso puede ir a terapia y mostrar un verdadero cambio aparente hasta lograr tener nuevamente la pareja, y nuevamente se tiende a repetir estas mismas fases, solo que entre más se repita, la agresión se presenta con más intensidad.

Ahora bien, aunque conocemos que existen instituciones que nos cuidan de este tipo de problemáticas, como la secretaría de la mujer, la casa de la justicia, la comisaría de familia, la fiscalía, entre otras, es importante entender que el cambio inicia desde cada uno de nosotros, cuando entendemos cuán importante somos, lo valiosos que somos con nuestras particularidades, cuando logramos conocernos, aceptarnos, respetarnos, cuidarnos y amarnos; aprendemos a poner límites claros, donde ni el amor por el otro, ni el dinero, ni los hijos, son excusa para ponernos en un segundo plano donde debamos permitir y aceptar algún tipo de agresión. Lastimosamente la mayoría de familias del Comedor El Bosque viven o vivieron en un entorno agresivo y violento, por lo que, como principal problemática, se trabajará prevención de violencia intrafamiliar y sexual, trabajando en el cierre de ciclos que nos atan al pasado, soltar el miedo al futuro, conectar con el aquí y el ahora y reconocer tú valor.

Por otro lado, encontramos que en el comedor Comentario Cocinas Populares El Bosque, el 28.5% de los participantes del comedor son niños, sus cuidadores son sus hermanos mayores que no alcanzan tampoco a ser mayores de edad, ambos están en riesgo alto de abuso, por lo que se toma como prioridad trabajar con estos niños prevención de abuso.

El 17.5% de la población del comunitario son adultos mayores, en su mayoría núcleos unipersonales, se ha evidenciado durante los dos convenios trabajando con la población del bosque dos situaciones en este tipo de población, el sentimiento de nido vacío se encuentra presente en nuestros abuelos, la soledad y el sentimiento de poca utilidad, puesto que no es fácil conseguir a su edad un trabajo formal ni un que hacer productivo en estos tiempos, sin embargo, el conocimiento y experiencia adquirida a lo largo de la historia de vida es muy importante y aportante para los jóvenes, por eso, nuestro proyecto con adultos mayores se basará transmisión de saberes ancestrales a generaciones mas recientes.

Objetivo General

Propiciar encuentros donde se reconozca una vida libre de violencia

Objetivos Específicos

1. Lograr que los niños identifiquen aquellas situaciones en que están en riesgo de abuso y cómo reaccionar ante estas situaciones
2. Establecer límites de respeto en el relacionamiento con el otro, a partir del reconocimiento del propio valor y auto-concepto.
3. Lograr transmitir saberes ancestrales a los niños del comedor.

Distribución de la población seleccionada

Una vez seleccione la población (75% de hogares/familias), proceda a distribuirla por grupos etarios, como se muestra en el siguiente cuadro.

Grupos Etarios	Total
Entre 1 y 5 años	0
Entre 6 – 12 años	13
Entre 13 – 17 años	24
Entre 18 – 57 años	30
De 58 años o más	22

Descripción metodológica

GRUPO POBLACIONAL	TEMA A ABORDAR	NOMBRE DEL GRUPO
Entre 6 años a 12 años	Prevención de violencia y promoción del buen trato	Pequeños Héroes

TEMÁTICA 1
Reconocimiento del cuerpo y autocuidado
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 1
1. **OBJETIVO DE LA SESIÓN 1:** Reconocimiento del cuerpo y autocuidado a través de actividad de rompecabezas
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 1: (corresponde al mismo que se especifica en la ficha de registro de actividades) En el taller realizaremos dos grupos, cada grupo realizará un rompecabezas (Niña y Niño) solamente de cabeza a cintura, a medida que se empieza el ejercicio de elaborar el rompecabezas y armarlo, se realizará una dinámica de reconocer a través de experiencias vividas, para que les ha servido cada una de las partes del cuerpo y la importancia de cuidar cada una de sus partes.
TEMÁTICA 2
Autocuidado
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 2
• **OBJETIVO DE LA SESIÓN 2:** Reconocimiento del cuerpo y autocuidado a través de actividad de rompecabezas
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 2: (corresponde al mismo que se especifica en la ficha de registro de actividades) En el taller realizaremos dos grupos, cada grupo realizará un rompecabezas (Niña y Niño) solamente de la cintura a los pies, a medida que se empieza el ejercicio de elaborar el rompecabezas y armarlo, se realizará una dinámica de reconocer a través de experiencias vividas, la importancia de cuidar cada una de sus partes.
TEMÁTICA 3
Autocuidado
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 3
1. **OBJETIVO DE LA SESIÓN 3:** Reconocer situaciones en las que puedan estar en riesgo, identificar amenazas y engaños; aprender que hacer en caso de que se presenten estas situaciones.

METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 3: (corresponde al mismo que se especifica en la ficha de registro de actividades)

1. En este taller, uniremos las partes del rompecabezas de pies a cabeza y se explicará a través del ejercicio de rompecabezas, situaciones en las que puedan estar en riesgo, aprender a diferenciar entre caricias adecuadas e inadecuadas, secretos sanos y secretos que no deben ser guardados, identificar amenazas y engaños; aprender que hacer en caso de que se presenten estas situaciones.

PRODUCTO
Como producto, quedarán todos los rompecabezas realizados por los niños durante las 3 sesiones.

CRONOGRAMA			
SESION 1	**SESION 2**	**SESION 3**	**ENTREGA PRODUCTO FINAL**
Semana 1 de marzo	Semana 2 de marzo	Semana 3 de marzo	24 de marzo 2023

GRUPO POBLACIONAL	TEMA A ABORDAR	NOMBRE DEL GRUPO
Entre 13 años a 17 años **Entre 18 años a 57 años**	**Bienestar Psicológico**	PRIMERO YO

TEMÁTICA 1
Duelo
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 1
OBJETIVO DE LA SESIÓN 1: Propiciar escenarios de encuentros que permita la reflexión de problemáticas sin resolver y reconecta con el aquí y el ahora
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 1: (corresponde al mismo que se especifica en la ficha de registro de actividades) Taller pedagógico donde vamos a dar una breve explicación sobre los tipos de violencia a los que constantemente podemos estar expuestos… Luego se dará un espacio para escribir, aquellas situaciones en las que hemos estado expuestos y que de alguna u otra forma aún nos sigue dañando emocionalmente. Luego de tener plasmado estas situaciones, prenderemos cada uno una velita y se realizará un proceso de liberación emocional.
TEMÁTICA 2
Estrategias de afrontamiento
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 2
OBJETIVO DE LA SESIÓN 2: Brindar herramientas de estrategias de afrontamiento a traves de una dinámica
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 2: (corresponde al mismo que se especifica en la ficha de registro de actividades) Se realizará una dinámica de juego ludicoterapéutico con el cual se podrá trabajar estrategias en estrategias de afrontamiento, estas están relacionadas a las cosas que decimos, pensamos, sentimos y hacemos para superar situaciones estresantes o difíciles. En esta dinámica no solamente se adquieren estrategias para afrontar experiencias difíciles, sino también a control de emociones, resiliencia, autoestima y autonomía.
TEMÁTICA 3
Reconocer tu valor
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 3
OBJETIVO DE LA SESIÓN 3: Reconocer tu valor
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 3: (corresponde al mismo que se especifica en la ficha de registro de actividades) En este taller haremos una explicación y reflexión sobre plasticidad cerebral, cada uno está construido tan perfectamente, que tiene la capacidad de reconstruirse aún después de haber

sufrido traumas cráneo encefálicos, y si somos capaces de volver a reconstruirnos neurológicamente hablando, podemos ser capacidad de modificar cualquier pensamiento, emoción o conducta, adicionalmente se realizará un ejercicio de autorreconocimiento y aceptación en el salón de espejos del CDC El Virrey, en este espacio, también estaremos en acompañamiento con una esteticista que nos hará una actividad de SPA facial, y nos explicará algunos temas sobre autocuidado, una vez finalizada esta actividad, realizaremos el mismo ejercicio de reconocimiento en el espejo, pero ahora adoptando una postura diferente, ¡empoderados!, y se socializará la sensación que causa mirarse al espejo con la nueva postura y reflexión sobre lo aprendido a lo largo de los talleres. Al finalizar cada persona escribirá su sello de vida, teniendo en cuenta lo aprendido en los talleres, y se dejará en un árbol pegado su sello de vida.
PRODUCTO
El árbol con los sellos de vida de los participantes del comedor.

SESION 1	SESION 2	SESION 3	ENTREGA PRODUCTO FINAL
Semana 1 de febrero	Semana 2 de Febrero	Semana 3 de febrero	24 de febrero 2023
Semana 2 de febrero	Semana 3 de Febrero	Semana 4 de febrero	24 de febrero 2023

GRUPO POBLACIONAL	TEMA A ABORDAR	NOMBRE DEL GRUPO
Mayores de 60 años	Envejecimiento activo digno y feliz	Sabios del tiempo

TEMÁTICA 1
Dialogo de memoria histórica de saberes
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 1
1. **OBJETIVO DE LA SESIÓN 1:** Reconocimiento de los saberes de los adultos mayores del comedor Comunitario El Bosque
METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 1: (corresponde al mismo que se especifica en la ficha de registro de actividades) En este taller, se realiza una actividad de crear un cofre del tesoro de saberes, a medida que vamos elaborando el cofre, cada uno va a contar experiencias o actividades aprendidas en su infancia que consideran de utilidad, y reconocer la importancia de transmitirlas a nuevas generaciones.
TEMÁTICA 2
El Tesoro de Saberes
DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 2
• **OBJETIVO DE LA SESIÓN 2:**

- Recopilación de los saberes de los adultos mayores del comedor Comunitario El Bosque

METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 2: (corresponde al mismo que se especifica en la ficha de registro de actividades)

En este taller, terminaremos el cofre del tesoro de Saberes y meteremos entre el cofre aquellos conocimientos que queremos que permanezcan a lo largo del tiempo y que podamos dejar de legado, para que más adelante, cuando alguien abra el cofre del tesoro de saberes, pueda seguir aprendiendo.

TEMÁTICA 3

Transmisión de Saberes

DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA TEMÁTICA 3

1. **OBJETIVO DE LA SESIÓN 3:** - Enseñar a las nuevas generaciones los saberes de los sabios del tiempo.

METODOLOGÍA DE LA SESIÓN 3: (corresponde al mismo que se especifica en la ficha de registro de actividades)

En este taller invitaremos a los niños del comedor comunitario a abrir el tesoro de saberes, cada uno sacará un legado, la actividad consiste en realizar un intercambio de conocimientos culturales de los abuelos para los niños del comedor

PRODUCTO

El producto será el cofre del tesoro de saberes con los legados y los registros fotográficos de ese intercambio de saberes.

CRONOGRAMA

SESION 1	SESION 2	SESION 3	ENTREGA PRODUCTO FINAL
Semana 1 de marzo	Semana 2 de marzo	Semana 3 de marzo	24 de marzo 2023