Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	Silvania
Lugar	Punto Vive Digital
Fecha	14 de Noviembre 2025
Tema	Estrategia Tejiendo cuidados, Rompiendo silencios - Sensibilización basada en enfoque de género
Entorno	Comunitario
Objetivo	Sensibilizar a la comunidad sobre la importancia del enfoque de género, promoviendo el respeto, la igualdad, la prevención de violencias y el reconocimiento colectivo de prácticas de cuidado que permitan "tejer" relaciones saludables y romper silencios frente a situaciones que vulneran la dignidad y los derechos de mujeres, niñas, niños y diversidades de género.
RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos):	Nazly Diaz Herrera
Número Documento de identidad del responsable de la actividad	52777364
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

Desarrollo de la Actividad

1. **Descripción de la población asistente:**

La actividad contó con la participación de mujeres, hombres, adolescentes, líderes comunitarios, madres, padres de familia y residentes en el municipio de Silvania y sus aledaños, con edades entre los 20 y 65 años.

Varias de las asistentes participan en procesos comunitarios del municipio y manifestaron interés en fortalecer conocimientos sobre enfoque de género, cuidado colectivo y prevención de violencias.

Su participación fue clave para la construcción de reflexiones profundas sobre las prácticas de cuidado, los roles asignados y la importancia de romper silencios frente a situaciones de discriminación o violencia.

2. Metodología de la actividad realizada

Se desarrolló mediante una metodología participativa, reflexiva y vivencial**,** incorporando conversatorios guiados, análisis de situaciones reales y herramientas pedagógicas centradas en el enfoque de género.

2.1 Actividad lúdica de inicio

"El Hilo que Nos Une"

Cada participante recibió:

- Un ovillo de lana
- Tarjetas con palabras clave: *equidad, respeto, silencio, cuidado, apoyo, violencia, empatía, roles, autonomía, corresponsabilidad*

Dinámica:

1. La primera persona sostenía el hilo del ovillo y le compartía otra palabra a alguien más del círculo, explicando lo que significaba para ella.
2. Esa persona sostenía el hilo y pasaba el ovillo a otra, creando una red visual.
3. Al finalizar, se formó una gran red de hilos que representaba la unión, las experiencias compartidas y la importancia del cuidado comunitario.

Reflexión:
"La red simboliza la forma en que nos sostenemos entre todas y cómo el silencio o la violencia rompen los hilos que nos unen."

2.2 Explicación del tema

A. ¿Qué es el enfoque de género?

- Es una mirada que busca la igualdad de oportunidades entre mujeres, hombres y diversidades de género.
- Permite reconocer y transformar desigualdades, cargas de cuidado y violencias naturalizadas.

B. Roles de género y estereotipos

Se discutieron frases y creencias frecuentes:

- “Las mujeres deben cuidar.”
- “Los hombres no lloran.”
- “Los problemas de pareja deben quedarse en casa.”
- “Callar es lo mejor para no generar conflicto.”

Los participantes analizaron cómo estas creencias influyen en:

- La distribución desigual del cuidado
- La dependencia económica
- El silencio frente a la violencia
- La limitación del proyecto de vida

C. Violencias basadas en género

Se explicaron los tipos:

- Física
- Psicológica
- Sexual
- Económica
- Simbólica
- Digital

Se resaltó la importancia de romper silencios, denunciar, buscar apoyo y no normalizar situaciones de riesgo.

D. Estrategia “Tejiendo Cuidados”

Consiste en:

- Reconocer el valor del cuidado como responsabilidad compartida.
- Fortalecer redes de apoyo entre mujeres y comunidad.
- Visibilizar prácticas de autocuidado y cuidado mutuo.
- Promover la corresponsabilidad en el hogar y la sociedad.

E. Estrategia “Rompiendo Silencios”

Invita a:

- Identificar señales de violencia.
- Hablar, compartir y denunciar situaciones de riesgo.

- Promover rutas de atención locales.
- Escuchar sin juzgar, acompañar y orientar.
- Desnaturalizar el miedo, la vergüenza y el silencio.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado

- Ovillos de lana (actividad de red): Representación simbólica del tejido comunitario y del rol del cuidado.
- Tarjetas con conceptos clave**:** equidad, respeto, violencia, autocuidado, silencio, corresponsabilidad.
- Cartelera informativa: con definiciones sobre enfoque de género, tipos de violencia y rutas de atención.
- Hojas de trabajo grupal: para registrar reflexiones, experiencias y compromisos.
- Marcadores y rotafolios: utilizados para construir un mapa colectivo sobre situaciones de desigualdad y cuidado.
- Guía impresa de rutas de atención en violencias basadas en género: entregada a las asistentes.

2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.

Durante el encuentro surgieron preguntas como:

- ¿Cómo identificar si estoy viviendo violencia psicológica?
- ¿Qué puedo hacer si tengo miedo de denunciar?
- ¿Cómo hablo con mis hijas e hijos sobre igualdad y respeto?
- ¿Qué hacer cuando la comunidad minimiza una situación de violencia?
- ¿Cómo construir redes de apoyo entre mujeres sin miedo al juicio social?
- ¿Cómo promover que los hombres también participen del cuidado?

Las inquietudes se resolvieron de manera respetuosa y orientada a la prevención, autocuidado y fortalecimiento de la autonomía.

3. Conclusiones y recomendaciones

Las participantes expresaron que la actividad les permitió:

- Comprender la importancia del enfoque de género en la vida diaria.
- Identificar prácticas normalizadas que generan desigualdad y violencia.
- Reconocer la necesidad de hablar, compartir y pedir apoyo.

- Valorar el cuidado como un acto colectivo y no exclusivo de las mujeres.
- Ver la red que tejen juntas como símbolo de fuerza, unión y resistencia.

Recomendaciones:

- Continuar con encuentros periódicos del proceso *Tejiendo Cuidados*.
- Integrar a hombres y jóvenes en próximos talleres.
- Realizar campañas locales que promuevan respeto, corresponsabilidad y denuncia.
- Fortalecer la ruta de atención municipal y los canales de acompañamiento.
- Crear un grupo de apoyo comunitario para mujeres en situación de riesgo.

4. Registro fotográfico



Gobernación de Cundinamarca	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 02
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.



Gobernación de Cundinamarca	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 02
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.

