El proceso formativo en Lengua de Señas Colombiana (LSC) desarrollará contenidos de vocabulario y conversación básica. También se trabajarán temas como los derechos de las mujeres, la prevención de VBG, tipos de violencia contra las mujeres, la inteligencia emocional, el autocuidado de la salud y la alimentación saludable.

Este proyecto busca promover el aprendizaje de la Lengua de Señas Colombiana y, al mismo tiempo, generar espacios de reflexión y formación que fortalezcan el conocimiento, la autonomía y la participación de las mujeres en la comunidad.

Estructura general de la actividad

Objetivo general: **Fortalecer las habilidades básicas de comunicación en Lengua de Señas Colombiana (LSC) en mujeres oyentes, promoviendo al mismo tiempo espacios de formación y reflexión sobre derechos de las mujeres, prevención de violencias, inteligencia emocional y autocuidado**	
Núcleos de los contenidos:	- Vocabularios básico en Lengua de seña colombiana: - Saludos y presentaciones - Alfabeto dactilológico colombiano - Relación social: (Familia, amigos, colegas) - Participación social y liderazgo de mujeres sorda - Interacción básica con una persona sorda - Formación en derecho y bienestar - Derechos de las mujeres y tipos de violencia - Inteligencia emocional - Autoconocimiento y la reflexión personal - Autocuidado y alimentación saludable - Espacio, de conversación, reflexión, opinión y actividades
Conductas de evidencia:	- Promueve relaciones sanas (característica) - Comportamientos que muestran - Proyecto de vida, ¿Cómo definir un objetivo a futuro y qué pasos seguir para lograrlo?
Números y duración de las sesiones:	Siete (07) sesiones, dos veces a la semana, duración siete (07) semanas, cada sesión será de dos horas, para sí son 30 personas, sería dividirlos o distribuidas en dos (02) grupos de 15 mujeres cada uno
Modalidad.	Presencial
Tipo:	Capacitación Taller
Indicadores para la evaluación:	Asistencia: Recibirán una certificación
	Importante aprender y construir la formación en la lengua de seña colombiana y relacionar derechos y vulneraciones hacia la mujer, inteligencia emocional y etc. Las mujeres que participarán tendrán la oportunidad de expresar sus opiniones y sugerencias sobre la formación en Lengua de Señas Colombiana (LSC), con el fin de fortalecer el proceso de aprendizaje.

Contenidos específicos

Sesión 1: Introducción a la lengua de seña colombiana		
Actividad	**Descripción**	**Duración**
1. Bienvenida	Presentación del facilitador: Nombre, seña personal, trayectoria y experiencia. Actividad de integración; para conocer a las participantes y generar un ambiente de confianza, conversación, expresión y aprender la forma de la configuración manual en la lengua seña colombiana (LSC)	10 Min
2. Qué es la lengua de seña colombiana (LSC)	Primero, se realiza (10) diez minutos una pregunta a las mujeres participantes para conocer si saben que es la lengua de seña colombiana (LSC) cada participantes podrá responder si la conoce, si había visto seña antes o no sabía nada sobre este tema. Se brinda una explicación (15) Quince; más detallada sobre la lengua de seña colombiana (LSC); Qué es, para qué sirve y por qué es importante. También se explicar es la lengua reconocida en Colombia y que existe una Ley y artículos que respaldan los derechos de la comunidad sorda. - Brindar socialización de los enfoques de la política pública de mujeres y equidad de género. Uno en cada sesión. - Enfoque de derechos Humanos de las Mujeres: - Considerar a las mujeres en su diversidad como titulares de derechos y sujetas con capacidad y poder de exigir al Estado las condiciones para el pleno goce de sus derechos. - Enfoque de Género: Reconocimiento y transformación de las relaciones de poder jerarquizadas que subordinan a las mujeres, producen discriminación y desigualdad de género, lo cual debe eliminarse. - Enfoque poblacional – diferencial: Reconoce a las personas y colectivos como titulares de derechos con particularidades y necesidades específicas. Existencia de situaciones de vulnerabilidad, discriminación o exclusión. - Enfoque Ambiental: Parte de reconocer y valorar el papel que históricamente han cumplido las mujeres en la protección y el cuidado ambiental. Además, implica resaltar los saberes, las sabidurías y las experiencias acumuladas a partir de sus diversidades sobre la conservación, recuperación y protección del medio ambiente y la naturaleza. - Enfoque Territorial: Pretende evidenciar y reconocer las particularidades de las localidades en Bogotá y de las mujeres que habitan en ellas, para proponer acciones diferenciadas con criterios territoriales. - Interseccionalidad: Permite analizar de manera integral las diferentes condiciones que coexisten en una persona, como: la pertenencia étnico-racial, la situación socioeconómica, la orientación sexual, la identidad de género, la edad, la discapacidad, la identidad campesina, la localización geográfica rural o urbana.	10 min; participantes 15 Min; docente explica

	- En la última sesión socialización de la Ruta Única de Atención.	
3. Alfabeto dactilológico Colombiano	Actividad, activadora y enseña en la lengua de señas colombiana (LSC), Las participantes aprender de manera práctica mano a mano, desarrollando y básicas de comunicación en LSC. El objetivo es fomentar el aprendizaje, la inclusión y el conocimiento.	15 Min
4. Desarrollar la práctica	Se desarrolla una práctica en lengua de seña colombiana (LSC) donde las mujeres participantes podrán comunicarse mediante preguntas al docente y entre mujeres mismas, Durante la actividad se fomentar conversaciones en LSC,	10 Min
5. Saludos y presentaciones básicas.	Actividad, activadora y enseña en la lengua de seña colombiana (LSC), Las participantes aprender de manera práctica mano a mano, desarrollando y básicas de comunicación en LSC.	15- Min
6. Desarrolla práctica	Actividad, activadora el objetivo es fomentar el aprendizaje, la inclusión y el conocimiento contribuyendo a fortalecer el aprendizaje, resolver dudas y mejorar la comunicación a través de la práctica.	10 Min .
7. Refrigerio y reflexión de cierre	En tiempo cierre se realizar una conversación con las mujeres participantes, les pregunta que aprendieron en la primera clase de sesión, le gusta la actividad, que opiniones o propuestas que quiera interesando	10 - 15 Min (Dependiendo)
Duración total de la actividad		**95 - 100 Min**

Materiales:
Punto de hidratación Refrigerios

Sesión 2: Comunicación y participación social		
Actividad	Descripción	Duración
1. Relación social: (Familia, amigos, colegas)	Actividad impulsora para conocer nuevo vocabulario en Lengua de Señas Colombiana (LSC) relacionado con la vida social y la comunicación con otras personas. Las participantes aprenderán señas básicas que pueden ser útiles en situaciones cotidianas y también en momentos importantes, por ejemplo, si algún día ocurre una emergencia y hay una persona sorda, poder comunicarse de manera adecuada y brindar ayuda para proteger o salvar una vida.	10 Min
2. Participación social y liderazgo de mujeres sorda	Asimismo, se realizará una capacitación en vocabulario de la Lengua de Señas Colombiana (LSC). Durante la actividad se compartirán historias y experiencias sobre situaciones que viven las mujeres sordas, relacionadas con la discriminación y las barreras en la comunicación. También se promoverá un análisis y reflexión sobre estas situaciones, para comprender por qué las mujeres sordas pueden estar en mayor riesgo	10 Min
3. Desarrolla práctica y conversación	Se realizará nuevamente una actividad práctica para reforzar el aprendizaje y el conocimiento en Lengua de Señas Colombiana (LSC). A través de ejercicios y participación, se trabajarán temas de relaciones sociales, participación comunitaria y liderazgo de las mujeres sordas, con el propósito de fortalecer la comunicación, la inclusión y el reconocimiento de su rol en la sociedad.	30 Min
Refrigerio y reflexión de cierre	En tiempo cierre se realizar una conversación con las mujeres participantes, les pregunta que aprendieron en la primera clase de sesión, le gusta la actividad, que opiniones o propuestas que quiera interesando	20 MIn
Duración total de la actividad		**70 Min**

Materiales:
Punto de hidratación Refrigerios

Sesión 3: Conociendo los derechos, bienestar y prevención de la violencia contra las mujeres		
Actividad	**Descripción**	**Duración**
1. Interacción básica con persona sorda	Actividad orientada a resaltar la importancia de la comunicación para brindar ayuda y proteger la vida en diferentes situaciones. Se generará un espacio seguro de conversación donde las participantes podrán aprender a identificar situaciones de riesgo y reconocer señales de violencia, discriminación, abuso o maltrato. Además, se promoverá el aprendizaje sobre cómo buscar ayuda, acceder a protección y realizar una denuncia, fortaleciendo el conocimiento y la prevención frente a la violencia. Asimismo, se realizará una capacitación en vocabulario de la Lengua de Señas Colombiana (LSC).	30 Min
2. Formación en derecho y bienestar	Actividad de reconocimiento y motivación, orientada a la capacitación en vocabulario de la Lengua de Señas Colombiana (LSC). Durante la sesión se trabajarán temas relacionados con los tipos de violencia, los derechos de las mujeres, el bienestar, el autocuidado y el conocimiento de las instituciones de apoyo, con el fin de fortalecer la información y la prevención. Asimismo, se realizará una capacitación en Lengua de Señas Colombiana (LSC)	30 Min
Refrigerio y reflexión de cierre	En tiempo cierre se realizar una conversación con las mujeres participantes, les pregunta que aprendieron en la primera clase de sesión, le gusta la actividad, que opiniones o propuestas que quiera interesando	30 Min
Duración total de la actividad		**60 Mln**

Materiales:
Punto de hidratación Refrigerios

Sesión 4: Reconocimiento y gestión de las emociones		
Actividad	**Descripción**	**Duración**
1. Inteligencia emocional	Durante la actividad se desarrollarán ejercicios de aprendizaje de vocabulario en Lengua de Señas Colombiana (LSC), donde las participantes podrán reconocer e identificar emociones, así como compartir y dialogar sobre sus experiencias y sentimientos. También se realizarán ejercicios sencillos de respiración y relajación que ayuden a fortalecer el autocontrol y el bienestar personal.	30 Min
2. Juego I	Se realizará una actividad de grabación en Lengua de Señas Colombiana (LSC) relacionada con la inteligencia emocional. Las participantes expresarán ideas o mensajes mediante señas sobre las emociones, el reconocimiento de los sentimientos y la importancia de manejar las emociones en la vida diaria. Esta actividad permitirá fortalecer la práctica en LSC y la reflexión sobre la inteligencia emocional.	30
Refrigerio y reflexión de cierre	En tiempo cierre se realizar una conversación con las mujeres participantes, les pregunta que aprendieron en la primera clase de sesión, le gusta la actividad, que opiniones o propuestas que quiera interesando	30
Duración total de la actividad		**60 Min**

Materiales:
Punto de hidratación Refrigerios

Sesión 5: Autoconocimiento y la reflexión personal		
Actividad	Descripción	Duración
1. Quién soy y cómo soy.	En esta actividad se reflexionará sobre las diferentes situaciones que viven muchas mujeres, reconociendo que en ocasiones enfrentan dificultades por la falta de apoyo, escucha o comprensión. El espacio busca promover el diálogo y la reflexión, permitiendo que las participantes compartan sus experiencias y pensamientos. Durante la actividad se trabajarán temas como fortalezas y cualidades personales, autoestima y experiencias de vida, con el objetivo de reconocer el valor de cada mujer, fortalecer la confianza en sí mismas y promover el bienestar personal. Asimismo, se incluirá el aprendizaje de vocabulario básico en la Lengua de Señas Colombiana (LSC) para facilitar la comunicación, la expresión de ideas y la participación activa de todas las participantes.	35 Min
2. Quien soy y como soy II	Actividad orientada a reconocer y construir el proyecto de vida, relacionándolo con las metas y sueños para el futuro y el mejoramiento de la calidad de vida. Asimismo, se realizará el aprendizaje de vocabulario en Lengua de Señas Colombiana (LSC) para fortalecer la comunicación y el conocimiento de las participantes.	35 Min
Refrigerio y reflexión de cierre	En tiempo cierre se realizar una conversación con las mujeres participantes, les pregunta que aprendieron en la primera clase de sesión, le gusta la actividad, que opiniones o propuestas que quiera interesando	30 Min
Duración total de la actividad		**100 Min**

Materiales:
Punto de hidratación Refrigerios

Sesión 6: Herramientas de aprendizaje y práctica de vocabulario en LSC.		
Actividad	**Descripción**	**Duración**
1. Recordar y practicar	Durante la actividad se realizará el aprendizaje y la práctica de vocabulario en la Lengua de Señas Colombiana (LSC) relacionado con los temas trabajados en la sesión. Las participantes podrán reconocer, comprender y practicar las señas, fortaleciendo la comunicación y la participación en el grupo	40 Min
2. Juego I	Se realizará una actividad activadora para recordar los temas aprendidos. A través de juegos de memoria, la facilitadora mostrará diferentes señas relacionadas con los temas de derechos y violencias trabajados en clase, y las participantes deberán identificarlas, recordarlas y repetirlas correctamente.	30
Refrigerio y reflexión de cierre	En tiempo cierre se realizar una conversación con las mujeres participantes, les pregunta que aprendieron en la clase de sesión, le gusta la actividad, que opiniones o propuestas que quiera interesando	30
Duración total de la actividad		**100 Min**

Materiales:
Punto de hidratación Refrigerios

Sesión 7:		
Actividad	**Descripción**	**Duración**
1. Juego II	Se realizará una actividad activadora con juegos de preguntas y respuestas. La docente realizará preguntas en seña y las participantes deberán responder utilizando señas. También se practicará el alfabeto manual, donde la docente mostrará letras y las participantes deberán responder o formar palabras en señas. Además, se desarrollará la dinámica de cadena de señas: una persona realiza una seña y la siguiente participante debe repetir esa seña y agregar otra nueva. Esta actividad permite fortalecer la memoria, la participación y el conocimiento del vocabulario en la Lengua de Señas Colombiana (LSC)	30 Min
Refrigerio y reflexión de cierre	En tiempo cierre se realizar una conversación con las mujeres participantes, les pregunta que aprendieron en la clase de sesión, le gusta la actividad, que opiniones o propuestas que quiera interesando	40 Min
Duración total de la actividad		**70 Min**

Materiales:
Punto de hidratación Refrigerios