

# Manual de habilidades para la vida

## Anexo

### Proceso de acompañamiento y formación

#### Objetivo

Diseñar y ejecutar un proceso de acompañamiento y formación dirigido a personas trabajadoras sexuales en situación de movilidad humana y de la comunidad<sup>1</sup> para sostener procesos de integración local en Ecuador, a través de la ejecución de tres sesiones, que pueden ser presenciales o virtuales.

#### Metodología

Uno de los enfoques clave para el diseño e implementación del Proceso de Acompañamiento y Formación dirigido a personas trabajadoras sexuales es la educación popular, que plantea la educación como una práctica de libertad, como una estrategia para transformar el mundo a partir de la reflexión y acción.

Basada en la educación popular, la metodología a construir e implementar se caracteriza por ser: vivencial, humanística, participativa, dialógica, reflexiva, lúdica, empoderadora; se fundamenta en la perspectiva constructivista, en donde el sujeto construye y reconstruye su propio conocimiento; adquiere aprendizajes significativos, es decir, no memoriza, comprende y usa el conocimiento; articula lo que comprende con sus ideas y saberes previos; la interacción y la participación en el proceso propicia un crecimiento personal, el fortalecimiento de habilidades para la vida y estrategias para fortalecer los liderazgos.

En la misma línea de la educación popular, se ubica la educación de personas adultas, tomando en cuenta sus necesidades y la forma como aprenden de mejor manera, en este caso el proceso se enmarca en una experiencia de educación/formación no formal que busca promover oportunidades para fortalecer sus liderazgos.

Con este antecedente, se propone la construcción de sesiones virtuales estructuradas a partir del Modelo C3, que es un método constructivista en la misma línea teórica que la educación de personas adultas y de la educación popular.

Este modelo propone incluir tres momentos fundamentales en cualquier actividad de formación o capacitación: concientización, conceptualización y contextualización. El Modelo C3 permite lograr lo que la UNESCO, definió como los aprendizajes necesarios para este siglo: aprender a hacer, aprender a ser, aprender a aprender, aprender a convivir; las personas que participan en la formación podrán fortalecer sus habilidades para la vida, a la par de los aprendizajes de los contenidos de cada sesión.

---

<sup>1</sup> Esta metodología también puede ser aplicada con miembros de comunidades u otras estructuras y liderazgos comunitarios.

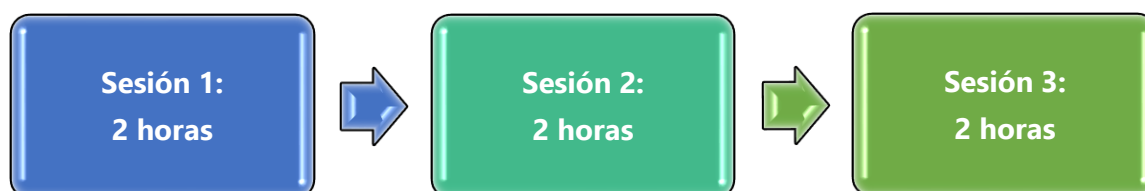
Las habilidades para la vida corresponden según la Organización Mundial de la Salud (OMS) a “aquellas aptitudes necesarias para tener un comportamiento adecuado y positivo que nos permita enfrentar eficazmente las exigencias y retos de la vida diaria”, comprenden habilidades socio-cognitivas y manejo de emociones, son usadas en la promoción de la salud. Entre las principales se identifican: autoconocimiento, empatía, resiliencia, comunicación asertiva, relaciones interpersonales, manejo de problemas y conflictos, pensamiento creativo, pensamiento crítico, manejo de emociones y sentimientos, manejo de tensiones y estrés.

De este proceso de acompañamiento y formación se espera que las personas puedan aprender a conocer, aprender a aprender, aprender a hacer y aprender a ser, según sus necesidades particulares. El contexto de emergencia y las dinámicas de las personas participantes amerita que se pongan en práctica metodologías flexibles, agradables y útiles.

El abordaje de los contenidos toma en cuenta los enfoques de: derechos humanos, género y diversidades sexuales, intercultural, intergeneracional, interseccionalidad, ecológico, inclusivo; incluye también a la movilidad humana y la salud sexual y salud reproductiva; y, los sitúa en el contexto del trabajo sexual. Los contenidos se organizan de la siguiente manera:

<b>Sesión 1: El propio liderazgo</b>	Fortalecimiento de habilidades para la vida individuales (autoestima, auto cuidado, liderazgo, prevención de prácticas de riesgo en la salud sexual y salud reproductiva, toma de decisiones)
<b>Sesión 2: El liderazgo colectivo</b>	Fortalecimiento de habilidades para la vida colectiva (formación de redes de apoyo para promover la salud sexual y la salud reproductiva, relaciones empáticas)
<b>Sesión 3: El liderazgo para la participación</b>	Estrategias para poner en práctica e incorporar de manera cotidiana las habilidades para la vida trabajadas.

Ejecución de las sesiones:



## SESIÓN 1: EL PROPIO LIDERAZGO



### **Objetivo**

Fortalecer habilidades individuales para la vida a fin de prevenir prácticas de riesgo en la salud sexual y salud reproductiva y promover liderazgos coherentes en el contexto del trabajo sexual.

### **Mensajes Clave**

- ✓ El liderazgo propio implica conocerse y reconocerse en el día a día.
- ✓ Sin el propio bienestar no es posible acompañar de la mejor manera a otras personas.
- ✓ El auto cuidado implica acciones.
- ✓ Las personas líderes son un referente, de ahí la importancia de cuidar su propia salud sexual y salud reproductiva.

**Duración:** 120 minutos

### **Preparación/Materiales:**

Juego del Bingo  
Hoja de papel

### **Desarrollo de actividades**



#### **Actividad 1: Para empezar** (20 minutos)

Bienvenida a las y los participantes, presentación de la facilitadora, presentación de la agenda y objetivo, presentación de participantes.

Con el uso de la dinámica del bingo se realiza la presentación de cada participante, se deberá mencionar el nombre, el país de origen y una meta personal que se desea cumplir.

Desde la facilitación se enmarca el tema de la sesión 1: El propio liderazgo, en relación a la importancia de trabajar en una misma, uno mismo para fortalecer los liderazgos colectivos.

**Ejercicio:** se plantea la siguiente pregunta ¿Qué tenemos en común las personas que nos encontramos en este espacio de formación? Solicitar que cada persona piense en la respuesta, dar un par de minutos y pedir que quien lo desee comparta su respuesta. Cerrar esta actividad reflexionando sobre lo común: somos personas con derechos, somos

personas que realizamos trabajo sexual, somos personas que lideramos procesos, que proponemos el cambio positivo.

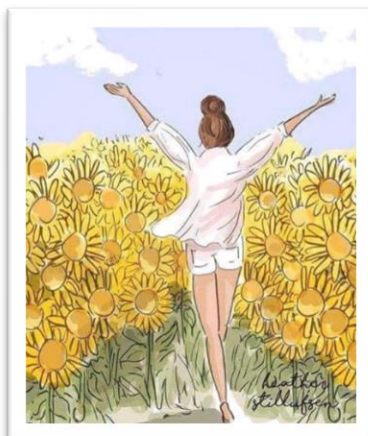


## **Actividad 2: Aprendiendo con el corazón** (20 minutos)

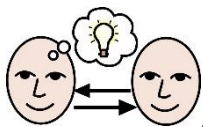
Con la técnica de lluvia de ideas, la facilitadora elabora el cartel: ¿Qué implica el trabajo sexual en mi vida? a partir de lo mencionado, llevar a la reflexión sobre las situaciones de riesgo que pueden presentarse, las vulneraciones a los derechos y las violencias, si bien es un medio de vida se requiere contar con estrategias de autocuidado y ejercicio de los derechos.

Para identificar las estrategias de autocuidado, se realizará el siguiente ejercicio, cada participante usará un espejo para mirarse en detalle, luego cerrará los ojos y en su mente, recorrerá su cuerpo comenzando por los pies y avanzando hasta llegar a la cabeza (desde la facilitación se guía la visualización), cada persona se reconoce a sí misma, se enfatiza en que cada persona es única, diversa y digna.

A continuación, se presentarán algunas imágenes para que las personas participantes escojan las que más les gustan y mencionen que sentir les despierta:



Cerrar la actividad indicando que la principal estrategia de autocuidado es conocerse, reconocerse y quererse por sobre todas las cosas, situaciones, personas. Esta es una cualidad de una persona líder.



### **Actividad 3: Poniéndole la cabeza** (35 minutos)

Solicitar que cada participante piense en una cualidad que desea mantener en su vida y otra característica que desea cambiar, la facilitadora escogerá al azar a participantes para que socialicen, y con la técnica del semáforo indicará, con verde cualidad con rojo característica a cambiar. Después de algunas intervenciones se relacionará lo mencionado con la identificación de estrategias de autocuidado.

Mencionar: existen distintas estrategias de autocuidado, a la vez, vamos a revisar cinco que son claves en el contexto de trabajo sexual.

#### **1. Autoconocimiento**

Significa conocer mis fortalezas y mis debilidades, reconocer como reacciono frente a las distintas emociones y sentimientos. Conocer cómo me auto regulo es clave.

#### **2. Autoestima**

Significa conocer cuánto me estimo a mí misma/o en los distintos ámbitos de la vida, reconocer como se expresa mi autoestima en el día a día y como fortalecerla. El autoestima se construye.

#### **3. Identificación de prácticas de riesgo**

Una práctica de riesgo no tiene que ver con la moral, una práctica de riesgo tiene una consecuencia negativa, causa o puede causar un daño. Por ejemplo: no usar preservativo es una práctica de riesgo, si tengo varias parejas y con cada una uso preservativo no es una práctica de riesgo, si tengo una sola pareja y con ella no uso preservativo, es una práctica de riesgo.

#### **4. Proyecto de vida**

Significa visualizar y planificar las metas que quiero conseguir a corto, mediano y largo plazo en mi vida; y las acciones a cumplir para llegar a estas metas. Recordar las metas socializadas en la presentación.

#### **5. Identificación de violencias**

No es posible enfrentar lo que no conozco, la violencia basada en género se expresa en distintos tipos de violencias (física, psicológica, sexual, simbólica, política, patrimonial), para enfrentarlas es importante definir las, reconocer como afectan y que puedo hacer para evitarlas en mi vida.

Concluida la explicación, preguntar si existen preguntas, enfatizar sobre la importancia de tomar en cuenta estas estrategias en el día a día.



#### **Actividad 4: Las manos a la obra** (35 minutos)

Continuar explicando que uno de los aspectos más importantes para trabajar el liderazgo propio es reconocer la forma como vivimos, este reconocimiento incluye la vivencia de la sexualidad, y la sexualidad tiene que ver con el sexo, el género y los relacionamientos con otras personas, en los que se incluyen las prácticas sexuales, todos estos aspectos tienen que ver con nuestra salud sexual y salud reproductiva.

*La **salud reproductiva** Implica el derecho obtener información y acceso a métodos seguros, efectivos, asequibles y aceptables de planificación de la familia de su elección, así como a otros métodos para la regulación de la fecundidad (MSP, 2017).*

*La **salud sexual** requiere un enfoque respetuoso y positivo hacia la sexualidad y las relaciones sexuales, así como hacia la posibilidad de tener relaciones sexuales placenteras y seguras, libres de coerción, discriminación y violencia (MSP, 2017).*

Lo mencionado, va a ser utilizado en el siguiente ejercicio: cada participante va a escoger una de las estrategias de autocuidado y va a escribir en una hoja de papel como esa estrategia le serviría para cuidar su salud sexual y su salud reproductiva, pueden usar palabras y graficar. Cada participante presenta su trabajo. Desde la facilitación se retroalimenta con otros ejemplos, de cómo estas estrategias pueden apoyarnos a cuidar nuestra salud sexual y salud reproductiva.

Cerrar mencionando que una persona líder/lideresa, es como un espejo de sus compañeras, por esta razón es muy importante que tenga conciencia de cómo sus actos influyen en la vida de otras personas, como incluso sus acciones y lo que diga puede apoyar para el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva de sus compañeras.

No se puede negar que en ciertas situaciones es más difícil cuidar de la salud sexual y salud reproductiva, como por ejemplo, si se está en movilidad humana y refugio, se puede correr un riesgo mayor de vivir violencia basada en género, escaso acceso a servicios de salud, discriminación, entre otras, a la vez, teniendo presente las estrategias de autocuidado podemos gestionar mejor la solución a las dificultades.



### **Actividad 5: cierre** (10 minutos)

Solicitar apoyo de las participantes para dar lectura a las siguientes frases:

- ✓ La vida se expande o se encoge en proporción a la valentía que tienes. Anaïs Nin
- ✓ Eso sí, no dejes de tratar de hacer lo que realmente quieres hacer. Donde hay amor e inspiración, no creo que te pueda ir mal. Ella Fitzgerald
- ✓ No tengo miedo de las tormentas porque estoy aprendiendo a navegar mi barco. Louisa May Alcott
- ✓ El acto más valiente sigue siendo pensar por ti mismo. En voz alta. Chanel

Preguntar a dos o tres participantes, cuál fue la frase que más les gustó y la razón. Cerrar la sesión virtual haciendo énfasis en la importancia del bienestar individual para el liderazgo propio y el colectivo.

## **SESIÓN 2: EL LIDERAZGO COLECTIVO**



### **Objetivo**

Fortalecer habilidades individuales en personas líderes/lideresas, a fin de que articulen la formación de redes de apoyo y liderazgos colectivos para promover la salud sexual y la salud reproductiva.

### **Mensajes Clave**

- ✓ El liderazgo se construye a partir del fortalecimiento del grupo o colectivo.
- ✓ Las y los líderes construyen su perfil a partir de desarrollar cualidades.
- ✓ Las estrategias de cuidado colectivo promueven la sostenibilidad del grupo.
- ✓ Una persona líder incorpora una mirada apreciativa en su vida.

**Duración:** 120 minutos

### **Preparación/Materiales:**

Hojas de papel recicladas  
Pinturas, marcadores

### **Desarrollo de actividades**



### **Actividad 1: Para empezar** (10 minutos)

Bienvenida a las y los participantes a la segunda sesión virtual, solicitar voluntarios que recuerde los temas tratados en la sesión anterior. Reforzar con los mensajes clave.



### **Actividad 2: Aprendiendo con el corazón** (30 minutos)

Cada persona en una hoja de papel dibujará y definirá su perfil de líder, ubicará principalmente sus cualidades positivas, se usarán pinturas y marcadores. Luego cada persona tendrá un tiempo de un minuto para compartir su perfil y comentar alguna experiencia significativa relacionada con el liderazgo.

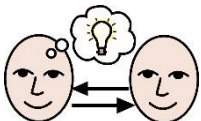
Concluidas las presentaciones de los perfiles, desde la facilitación se preguntará ¿cuáles son las dificultades de ser líder en el contexto del trabajo sexual? Escuchar algunas intervenciones. A partir de lo mencionado, reconocer la fuerza y valentía que ha tenido cada persona en su proceso de construirse como líder. Continuar el ejercicio planteando ¿Cuáles han sido las ventajas y oportunidades de estos liderazgos?, escuchar algunas intervenciones.

Plantear que existen dos tipos de liderazgos, los que son innatos y los que se construyen, hay personas que desde niñas o niños muestran que convocan, que juntan a las personas, a la vez, hay otras que por situaciones de la vida han asumido liderazgos, en ambos casos es importante trabajar en el desarrollo personal y en fortalecer algunas habilidades para la vida, como la escucha activa.

A continuación, se presentará un video se solicita poner atención e identificar, algunas de las cualidades de una persona líder:

<https://www.youtube.com/watch?v=LtMQDPAnauE>

En el chat las y los participantes ubicarán las cualidades identificadas, desde la facilitación, cerrar la actividad en listando las cualidades de una persona líder. Destacar que, como se vio en la actividad anterior, las personas presentes en las sesiones virtuales cuentan con estas.



### **Actividad 3: Poniéndole la cabeza** (40 minutos)

Mencionar que en la sesión anterior se trabajaron cinco estrategias para el autocuidado que aportan al liderazgo propio, en esta ocasión vamos a trabajar cinco estrategias para el cuidado colectivo, en contexto del trabajo sexual, que pueden ser impulsadas desde las personas líderes. Desde la facilitación, se indicará cada una de las estrategias y se solicitará



a las participantes ejemplos, tomando en cuenta el contexto de trabajo sexual y que tengan que ver con la promoción de la salud sexual y salud reproductiva.

### 1. Socialización del conocimiento

Generalmente las personas líderes tienen acceso a mayor información, en este aspecto es importante no solo socializarla, sino definir mecanismos para hacerlo y la forma de hacerlo (manejo de la intención y objetivos). Por ejemplo, es clave conocer los derechos sexuales y derechos reproductivos, y reconocerlos, es decir, comprender su significado, solo así podremos identificar cuando los ponemos en práctica y cuando se nos han vulnerado. También es importante crear rutas en casos de vulneraciones.

### 2. Cuidado colectivo

Para promover el cuidado colectivo, resulta indispensable el autocuidado de cada integrante, "tenemos que estar bien para seguir haciendo lo que hacemos", tener claridad de la dinámica del grupo o personas, generar facilidades, solución de problemas, cualquiera sea el espacio debe contar con acuerdos basados en el respeto y los límites. Se trata de cuidar la salud mental de las personas.

### 3. Identificación de prácticas de riesgo

En lo colectivo también existen prácticas de riesgo, es decir, que indiscutiblemente afectan de manera negativa, muchas veces están tan naturalizadas que se requiere un compromiso firme y constancia para erradicarlas. Entre las prácticas de riesgo más conocidas están: el chisme, la humillación, la burla, el suponer, la competencia, el acoso, la falta de confianza para delegar, el abuso de poder, entre otras.

### 4. Comunicación asertiva

Existen distintos tipos de comunicación, un elemento fundamental es la escucha activa, existen distintas formas de escuchar (desde la pobreza, la defensa, la derrota, ataque, desde la abundancia), cada persona tiene una forma de escucha, a la vez, en los espacios de organización y sus líderes se requiere de una escucha asertiva, desde la abundancia, que se caracteriza por: no juzgar, dejar de lado estereotipos y formas de maltrato.

### 5. Definición de Redes de apoyo:

La vida nos presenta un sin número de retos, nos encontramos en la era de la comunicación e información, una de las características es la importancia de las redes. De manera aislada puede ser difícil causar incidencia, a la vez, en articulación con otras organizaciones o personas que tengan los mismos objetivos y ética se puede visibilizar la exigencia de demandas, otro aspecto relevante de las redes de apoyo es la prestación de servicios o acompañamientos para quien lo necesite, por ejemplo, servicios legales, ayuda humanitaria. Una buena práctica es construir redes de apoyo alrededor de procesos y no de personas.

Cerrar la actividad, mencionado que las cinco estrategias pueden ser puestas en marcha de manera simultánea, también pueden ser aplicadas para incluirlas en la vida de cada persona y enfocadas para promover la salud sexual y salud reproductiva.



#### **Actividad 4: Manos a la obra** (25 minutos)

Ejercicio de juego de roles: Entrevistando a una lideresa. La facilitadora indica que vamos a jugar al noticiero. En primer lugar, se formarán parejas tomando la distancia de un metro y con el uso de mascarillas, cada pareja decide quien será la entrevistada y quien la entrevistadora, la facilitadora entregará las preguntas, se toman un tiempo para conversar sobre la respuesta y los detalles de la entrevista, luego se dará paso a las entrevistas en vivo.

Preguntas:

- ✓ ¿cuáles son las estrategias de cuidado colectivo más relevantes desde su punto de vista para fortalecer las acciones de las trabajadoras sexuales de la ciudad de Quito?
- ✓ Algunas organizaciones y espacios colectivos se ven afectadas por prácticas de riesgo ¿Qué podría hacerse para que cada organización evite estas prácticas?
- ✓ ¿Qué acciones debería poner en marcha una lideresa para promover las estrategias de autocuidado colectivo?

La facilitadora tomará nota de las ideas principales de las entrevistas, cerrará la actividad socializándolas de manera breve y reconociendo que cada persona tiene saberes, que son de aporte y utilidad para los procesos organizativos.



#### **Actividad 5: cierre** (10 minutos)

Socializar, que desde la psicología se trabaja con el concepto de “la mirada apreciativa”. En resumen, la mirada apreciativa consiste en reconocer que todas las personas tienen un valor, tienen aspectos positivos y pueden transformar las situaciones y prácticas que no les benefician. Para cerrar el taller se les invita a realizar una mirada apreciativa de sí mismas/os como líderes. Quien lo desee puede socializar. Desde la facilitación se socializa la mirada apreciativa del grupo y se indica que es indispensable que una persona líder incorpore una mirada apreciativa en su vida.

## SESIÓN 3: EL LIDERAZGO PARA LA PARTICIPACIÓN



### **Objetivo**

Fortalecer habilidades para la vida a fin de que se constituyan en estrategias de autocuidado y cuidado colectivo, en el contexto de trabajo sexual, y para la promoción de la salud sexual y salud reproductiva.

### **Mensajes Clave**

- ✓ Las habilidades para la vida son estrategias de cuidado y autocuidado de las personas.
- ✓ Las habilidades para la vida se pueden aprender aún en la edad adulta.
- ✓ La clave para adquirir una habilidad para la vida es practicarla de manera continua, así se convertirá en un hábito.

**Duración:** 120 minutos

### **Preparación/Materiales:**

Papelote  
Hojas de reciclaje  
Marcadores

### **Desarrollo de actividades**



#### **Actividad 1: Para empezar** (15 minutos)

Bienvenida a las y los participantes, indicar que en las dos sesiones anteriores se trabajaron estrategias de autocuidado y cuidado colectivo, estrategias clave para fortalecer los liderazgos y la cohesión de los colectivos u organizaciones. En esta última sesión se va a abordar las habilidades para la vida como estrategias, tanto de autocuidado como de cuidado colectivo.



#### **Actividad 2: Aprendiendo con el corazón** (35 minutos)

De manera colectiva se elabora la definición de habilidades para la vida, solicitando la participación de voluntarias/as.

*Habilidades para la vida:* aptitudes, prácticas necesarias para tener un relacionamiento positivo con nosotros mismos/as y con los demás, permiten enfrentar retos de la vida diaria.

Aunque algunas habilidades para la vida en su mayoría las aprendemos cuando somos niños o niñas, no se lo hace de manera consciente, o simplemente no se las relaciona con la forma

como vamos construyendo nuestra identidad. Lo positivo es que estas habilidades podemos aprenderlas aún si somos personas adultas. Las habilidades para la vida son: autoconocimiento, empatía, resiliencia, comunicación asertiva, relaciones interpersonales, manejo de problemas y conflictos, pensamiento creativo, pensamiento crítico, manejo de emociones y sentimientos, manejo de tensiones y estrés.

En las sesiones anteriores se ha trabajado: autoconocimiento, comunicación asertiva y elementos para establecer relaciones interpersonales, por lo que a continuación trabajaremos las habilidades de: empatía, resiliencia, manejo de problemas y conflictos, pensamiento creativo, pensamiento crítico, manejo de emociones y sentimientos, manejo de tensiones y estrés.

Solicitar a las y los participantes escoger una de las habilidades, la que consideran tienen incorporada en sus vidas. A partir de esa habilidad se escribirá un cuento corto con su título. Desde la facilitación se leerá el siguiente ejemplo:

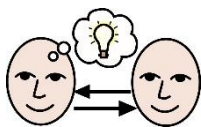
### El día en que las mariquitas volaron

Cuando me encuentro triste, no me gusta compartirlo, ni decirle a nadie; sin embargo, se me hace un hueco en la panza. No me gusta sentirme así, por lo que pregunté a algunas personas y me dijeron que debo aprender a manejar mis emociones, no ir a los extremos; no decir nada como me pasa a mí o de expresar mi tristeza de una forma que asuste a quienes me quieren o me haga daño.



Hoy empecé a contarle a mi amiga Taty, lo que sentía y es cierto el hueco en la panza se hizo más chiquito. Mientras miraba las flores pensé, si las mariquitas manejan sus pequeñas alas para ir de flor en flor, cómo yo no voy a poder manejar mis emociones. Si puedo.

En la sesión se socializarán los cuentos, y se puede fotografiarlos para compartirlos.



### **Actividad 3: Poniéndole la cabeza** (25 minutos)

A continuación, se revisarán cada una de las habilidades para la vida y se identificará formas de incluirlas en la vida:

HABILIDAD	AUTOCUIDADO	CUIDADO COLECTIVO
Empatía	Siendo bondadoso/a con uno mismo.	Acompañar a las personas que lo necesitan
Resiliencia	Conocer las fortalezas propias	Plantearse metas comunes
manejo de problemas y conflictos	Dimensionar los problemas	Articular soluciones colectivas
pensamiento creativo	Pintar, cantar, leer	Buscar respuesta inesperada

pensamiento crítico	Leer e informarse de manera selectiva	Analizar el contexto en el que vivimos
manejo de emociones y sentimientos	Reconocer lo que se siente y buscar alternativas para desahogarse.	Tener un espacio de autocuidado donde se escuche y se retroalimente de manera sorora.
manejo de tensiones y estrés	Moverse	Moverse en grupo, separar ámbitos de la vida

Se comparte el cuadro, se pide dar lectura y desde la facilitación se comparte ejemplos de acciones referentes a las habilidades para la vida, relacionadas a la promoción de la salud sexual y salud reproductiva, las y los participantes pueden hacer preguntas en caso de dudas, también se puede comentar.

Cerrar la actividad mencionando que la clave para adquirir una habilidad es practicarla de manera continua, para que se convierta en un hábito.



#### **Actividad 4: Las manos a la obra** (25 minutos)

A partir de los contenidos entregados, se realizará el siguiente ejercicio, cada persona identificará cual es la habilidad para la vida que le gustaría integrar en su vida, y que le apoyará para fortalecer su liderazgo. Para lograrlo va a realizar un plan corto:

Habilidad	Qué voy a hacer	Tiempo

Realizada la actividad, se solicitará reflexionar sobre la manera en la que mi habilidad para la vida aportaría a mi espacio colectivo. Solicitar personas voluntarias que socialicen sus trabajos.

Cerrar socializando, que el liderazgo es una responsabilidad, que se manifiesta con acciones, no siempre perfectas, a la vez, de los aprendizajes se mejoran las formas de convivir, con uno mismo/a y con el mundo que nos rodea.



#### **Actividad 5: cierre** (20 minutos)

Se socializará el catálogo de estrategias. Cada participante escogerá una para explicarla como lo haría en su organización o compañeras. Para cerrar el proceso se solicita que cada persona identifique un aprendizaje significativo de los temas abordados y lo comparta. Desde la facilitación se agradece la participación.