



FICHA DE PLANEACIÓN DE CADA SESIÓN PARA FACILITADORAS		
FECHA: Agosto 10 del 2019	LUGAR: Universidad Católica	DURACIÓN: 8.00 am a 12.30 M
RESPONSABLES: TODO EL EQUIPO		
PARTICIPANTES: 100 Escuelantes		
NOMBRE DE LA SESIÓN Y/O TEMA: PIEL ADENTRO, AUTORECONOCIMIENTO Y ESPIRALES DE VIDA		
OBJETIVO DE LA SESION: <ol style="list-style-type: none">1. Promover el ejercicio autobiográfico como estrategia de autoreconocimiento, de la búsqueda para identificar quienes somos, quienes hemos sido y quienes seremos.2. Recobrar la memoria de nuestra historia vital y de los acontecimientos, desde la reflexión individual que propicia la remembranza de la historia vital.3. Fortalecer la autovaloración, autodeterminación y autoestima como categorías de acción política feminista, claves de la salud emocional en la lucha contra los efectos del sistema patriarcal4. Lograr abordar la construcción del reconocimiento de la otra, el otro y lo otro como requisitos para el buen vivir.		
INDICADOR(ES): <p>Número de defensores en el grupo meta que están familiarizados con los mecanismos para manejar el estrés emocional debido al trabajo. También pueden identificar heridas emocionales a medida que la guerra y el patriarcado se van con ellos, así como también métodos y herramientas para enfrentar este estrés.</p> <p>80% del grupo beneficiario directo en esta fase usan y tienen conocimiento de conceptos, teorías y métodos para analizar la situación de la construcción local de la paz, con una visión crítica.</p>		
CONCEPTOS CLAVES (DEFINICIÓN O GUÍA CONCEPTUAL): <p>Autoreconocimiento. Autoestima. Historia De Vida. Memoria. Resiliencia. Espiral De Vida, Plan De Vida. Reconocimiento Del Otro Y La Otra. Buen Vivir.</p>		
RECOMENDACIONES PARA VARIACIONES: El grupo de apoyo llegará a las 7.30 para disponer el espacio y tener lista la mandala y materiales en el auditorio.		

TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDAD	TÉCNICAS / HERRAMIENTAS	MATERIALES Y REQUERIMIENTOS LOGÍSTICOS
<p>1. LLEGADA Y RECEPCIÓN. 8.00 am a 8:30 am 15 Minutos Auditorio</p>	<p>Se retoma la disposición de la mándala, se construye en clave del centro pieladentro, eje energético y movilizador de energía para el cambio, capacidad de transformación.</p> <p>Se firma listado de asistencia y completan documentos necesarios pendientes</p>	<p>Mándala</p>	<p>Telas para Mandala, flores, semillas, velas, fósforos, recipiente con agua Video beam y portátil Formatos de asistencia. Formatos de inscripción. Pildoras Conceptivas 3. Sonido. Recinto auditorio Silletería. Mesas. Pendones del proyecto. Refrigerios.</p>
<p>2. HILO CONDUCTOR 8:30 a 8:45 am 15 Minutos auditorio</p>	<p>Recuperación de la síntesis de memoria de la Sesión anterior, propiciando la participación de todas las personas que asistieron. Se les pregunta por la revisión del material de apoyo entregado en las PILDORAS CONCEPTIVAS, Y siendo el caso necesario, aclarar algunas dudas que surjan. Este ejercicio permite hacer un repaso de contenidos y sentidos de lo trabajado para articularlo a manera de introducción de la sesión presente.</p>	<p>Conversatorio. Lluvia de ideas. Intercambio de saberes. Pregunta sobre lo acontecido. Respuestas del auditorio</p>	<p>Hojas de papel o tablero. Marcadores Salón para 100 personas. Condiciones óptimas de ventilación e iluminación.</p>

<p>3. SALUDO RITUAL NAHUA 8:45 a 9:45</p>	<p>COMO ESTAS RECIBIENDO LA LUZ DE ESTE NUEVO DIA?</p> <p>Saludo náhuatl a campo abierto. Los nahuas son un grupo de pueblos nativos de Mesoamérica, (México, Guatemala, Salvador y Nicaragua) Su lengua era el náhuatl. Nos dejaron el legado de su saludo a los 7 caminos.</p> <p>Ubicar un centro y en él un símbolo del piel adentro. Puede ser el copal.</p> <p>Recordar importancia de la respiración.</p> <p>Ubicar los 7 puntos clave del saludo en el oriente, poniente u oeste, norte, sur, cosmos, tierra y movimiento eterno.</p> <p>Dividir el grupo en tres subgrupos, cada uno representa un espiral: RELACIONES, CONSTRUCCIONES Y TRANSFORMACIÓN.</p> <p>Cada grupo se moverá desde el centro hacia afuera y viceversa, siguiendo a quien se pone al frente, quien se pone al frente cambia para cada saludo. El paso para el camino se acompasa con el tambor.</p> <p>SALUDO A LOS SIETE RUMBOS.</p> <p>ORIENTE: Saludamos a los guardianes del rumbo de la luz; lugar por donde sale el sol; lugar donde brota la flor y el nacimiento; Te ofrendamos humo de copal, toque de caracol y venerable toque de huehuetl O TAMBOR</p>	<p>Danza</p>	<p>Copal, sahumerio, yerbas eucalipto, romero, carbón, Tambor, guasá</p>
--	---	--------------	--



Solidaridad Práctica
- Por un mundo sostenible y solidario



**Proyecto
Paz Con
Equidad de
Género**

**Con el
apoyo
de:**



UNICATÓLICA
FUNDACIÓN UNIVERSITARIA CATÓLICA
LUMEN GENTIUM

	<p>PONIENTE u oeste: Saludamos a los guardianes del rumbo de las mujeres; lugar por donde desciende el sol; lugar de las mujeres guerreras; región de la venerable señora del maguey y de la serpiente de nubes, Te ofrendamos humo de copal, toque de caracol y venerable toque de huehuetl O TAMBOR</p> <p>NORTE: Saludamos a los guardianes del rumbo de la muerte; lugar en donde duerme el sol; lugar del viento de obsidiana, espejo humeante. Te ofrendamos humo de copal, toque de caracol y venerable toque de huehuetl O TAMBOR</p> <p>SUR: Saludamos a los guardianes del rumbo de las espinas luminosas; lugar donde el sol se posa a mitad del cielo; lugar del portentoso espejo humeante; Te ofrendamos humo de copal, toque de caracol y venerable toque de huehuetl O TAMBOR</p> <p>COSMOS: Saludamos al ombligo del cosmos, el amado Padre Sol, el águila que asciende, el de flechas de calor. Al cielo, Te ofrendamos humo de copal, toque de caracol y venerable toque de huehuetl O TAMBOR</p> <p>TIERRA: Ahora saludamos a nuestra amada Madre tierra, nuestra señora la de falda de serpientes, madre de nuestro sustento. Su color es el verde como el de toda naturaleza. Te ofrendamos humo de copal, toque de caracol y venerable toque de huehuetl O TAMBOR</p>		
--	---	--	--

MOVIMIENTO ETERNO: Saludamos al séptimo rumbo, el rumbo del movimiento eterno, del ombligo del creador y de nuestro corazón. Te ofrendamos humo de copal, toque de caracol y venerable toque de huehuetl O TAMBOR

Al final del movimiento se retorna a la calma en círculo y en silencio, y se conversa sobre la disposición al día y a la actividad, pidiendo la fortaleza de los 4 elementos de la naturaleza.

- **AL AIRE LA BÚSQUEDA DE LA LIBERTAD, NECESITAMOS CONOCER SIN MIEDO.**
- **AL AGUA: LA OPORTUNIDAD PARA QUE LOS SENTIMIENTOS FLUYAN, NECESITAMOS SER CUIDADOS Y CUIDAR**
- **A LA TIERRA: LA CAPACIDAD DE SENTIR. NECESITAMOS ENCONTRAR SEGURIDAD**
- **AL FUEGO: UNA LLAMA QUE ARDE CON LA INTUICIÓN. NECESITAMOS ENCONTRAR SENTIDO Y TRASCENDENCIA**

Estamos listos para la jornada de construcción de espiral de vida



4. 9:45 a 10.00 am	REFRIGERIO	Agua de panela, café, aromáticas, galletas
5. 10:00 a 11: 00 am	CONSTRUCCIÓN ESPIRALES DE VIDA <p>Cada persona debe escoger un lugar dentro o fuera del salón en el que se ubicará para el ejercicio, donde se sienta cómoda, pueda trabajar, pensar y orientar su trabajo.</p> <p>Se explica la técnica de la espiral de Vida, (o línea de vida) indicando qué es, para qué sirve, como se realiza. Habiendo solventado alguna duda del auditorio, seguidamente a cada persona se le entrega un pliego de papel y marcadores, revistas, recortes y lo que cada persona haya llevado, para que identifiquen los hitos o acontecimientos más importantes en su vida, que considere relevantes, claves para definir quién es hoy en día. Bien por que fuesen eventos “positivos o negativos”. Allí ubican las fotos o imágenes que hayan traído para contarnos acerca de QUIEN ES, CÓMO HA SIDO, CÓMO CREE QUE HA CAMBIADO, ETC Se explica la diferencia entre el tiempo cronológico y el tiempo de los acontecimientos.</p> <p>Las facilitadoras orientan las preguntas, moderan las intervenciones y ayudan a la reflexión sobre la importancia del cambio como posibilidad de autodeterminación, relacionándola con el concepto de AUTO-ESTIMA, de CONCIENCIA INDIVIDUAL Y COLECTIVA, POSIBILIDADES Y CONSTRICCIONES PERSONALES, SINGULARES, COMUNITARIAS, SOCIALES. Autoreconocimiento. Autoestima. Historia De Vida. Memoria. Resiliencia. Espiral De Vida, Plan De Vida. Reconocimiento Del Otro Y La Otra. Buen Vivir.</p>	Papel kraf, colores, marcadores, cinta, fotografías, dibujos, revistas, periódicos, etc.

<p>6. 11:00 am a 11:30 am</p>	<p>Socialización colectiva. Uso sanador de MIEL ACEITE Y AGUA en cada grupo.</p> <p>Cada subgrupo regresa a círculo para expresar a modo de síntesis lo generado en el proceso de construcción de la espiral de vida de cada unx. Expresión de sentimientos y emociones, como se sintió? Que pudo reconocer?</p> <p>Se prepara una persona para entregar en el cierre una ofrenda en representación de la espiral que representa mencionado el aprendizaje colectivo de su espiral. Y se preparan todos para la quema de un elemento perturbador, un elemento que se quiere transformar, quemar, en señal de cambio, lo escribe en un pequeño papel.</p> <p>Recordar la representación de la espiral para la construcción de la ofrenda que se entregara a la mandala Pieladentro en el gran círculo.</p> <p>ESPIRAL DE LAS RELACIONES: ELEMENTO AIRE. SIMBOLO EQUIDAD</p> <p>ESPIRAL DE LAS CONSTRUCCIONES POLÍTICAS. ELEMENTO AGUA. SIMBOLO SORORIDAD</p> <p>ESPIRAL DE LA ACCION TRANSFORMADORA, ELEMENTO TIERRA. SIMBOLO TRANSFORMACIÓN.</p> <p>EL PIEL ADENTRO ES EL FUEGO Y SU SIMBOLO EL AMOR</p>	<p>Miel aceite , agua . ofrendas a entregar, papel, lapicero</p>
<p>7. 11:30 am a 12: 15pm</p>	<p>Círculo Grupal (si es posible se fijan las espirales en los muros previamente)</p> <p>1. Conversaciones e intercambio de estrategias feministas, y apuestas: *Promover el autoreconocimiento, la memoria de nuestra historia vital y de los acontecimientos, *fortalecer la autovaloración, autodeterminación y autoestima como categorías de acción política feminista, claves de la salud emocional en la lucha contra los efectos del sistema patriarcal.</p>	<p>Papel para quema, cerillas, vasija, velitas incienso. Cinta, espirales Píldoras</p>



Con el
apoyo
de:



	<p>*Lograr abordar la construcción del reconocimiento de la otra, el otro y lo otro como requisitos para el buen vivir. Compartir conceptos de affidamento, sororidad, resiliencia, resistencia, mentorazgo, etc claves para enfrentar el patriarcado. Apoyo en la píldora.</p> <p>2. Ofrecer la ofrenda por espiral</p> <p>3. Hacer la quema en el centro del espiral</p> <p>Cierre de la actividad.</p>	
8. 12:15 a 12:30	Evaluación	Formatos de evaluación