

GUÍA DE TRABAJO



PROSPERIDAD SOCIAL



**TODOS POR UN
NUEVO PAÍS**
PAZ EQUIDAD EDUCACIÓN



GUÍA DE TRABAJO



PROSPERIDAD SOCIAL



**TODOS POR UN
NUEVO PAÍS**
PAZ EQUIDAD EDUCACIÓN



Juan Manuel Santos Calderón

Presidente de la República

Tatyana Orozco de la Cruz

Directora General para la Prosperidad Social

Lina María Castaño Mesa

Directora General Agencia Nacional para la Superación de la Pobreza Extrema

Carolina Blackburn Cardona

Directora de Inversión Social Privada

Liliana Pulido Villamil

Directora de Gestión de Oferta Institucional

Juan Felipe Yepes Gonzales

Director de Innovación Social

Claudia Marcela Ruiz Carmona

Jefe Oficina Asesora de Planeación

Rocío Acosta Roza

Coordinadora Grupo de Relaciones Corporativas y Comunicaciones

Sandra Yanneth Bermúdez Marín

Asesora Dirección General Implementación Estratégica y Enfoque Diferencial

Supervisores:

Carlos Alberto Garzón Riveros

María Fernanda Torres Torres

Colaboradores:

Este documento fue elaborado con el apoyo del Centro de Estudios Médicos Interculturales —CEMI—, bajo la coordinación de la Dirección de Inversión Social Privada y del Grupo de Implementación Estratégica y Enfoque Diferencial de la Dirección General de la ANSPE.

Revisión y Aportes:

Equipo técnico ANSPE Nacional: DISP, DIGOI, DIPROM, GIEED y OAP.

Guía de trabajo

Módulo 1. Lo que podemos hacer en comunidad para escuchar a nuestras autoridades

Módulo 2. Lo que podemos hacer en familia para cuidar a nuestros niños

Módulo 3. Lo que podemos hacer para tener una buena alimentación

Textos: Centro de Estudios Médicos Interculturales (CEMI)

Diseño y diagramación: Ana María Zuluaga

Bogotá, diciembre de 2015

© Agencia Nacional para la Superación de la Pobreza Extrema (ANSPE)

© Centro de Estudios Médicos Interculturales (CEMI)

Se autoriza la reproducción de esta publicación con fines educativos y otros fines no comerciales sin permiso escrito previo de quien detenta los derechos de autor, siempre que se cite la fuente en su totalidad. Está prohibida la reproducción de esta publicación para la venta o para otros fines comerciales sin permiso escrito previo de quien detenta los derechos de autor.

CONTENIDO

4	Presentación
7	Cómo usar esta guía
8	Módulo 1: Lo que podemos hacer en comunidad para escuchar a nuestras autoridades
9	Sesión de trabajo comunitario n.º 1
14	Sesión de trabajo comunitario n.º 2
20	Sesión de trabajo comunitario n.º 3
24	Módulo 2: Lo que podemos hacer en familia para cuidar a nuestros niños
25	Sesión de trabajo en los hogares n.º 1
27	Sesión de trabajo en los hogares n.º 2
29	Sesión de trabajo en los hogares n.º 3
31	Sesión de trabajo en los hogares n.º 4
33	Módulo 3: Lo que podemos hacer para tener una buena alimentación
34	Sesión de trabajo comunitario n.º 4
37	Sesión de trabajo en los hogares n.º 5
40	Sesión de trabajo en los hogares n.º 6
41	Sesión de trabajo comunitario n.º 5

PRESENTACIÓN

En su tarea de diseño y coordinación del esquema y los mecanismos de implementación de la Estrategia Nacional de Superación de la Pobreza Extrema, la ANSPE (Agencia Nacional para la Superación de la Pobreza Extrema) ha tenido la responsabilidad de incluir a los grupos étnicos, en particular a los pueblos indígenas de Colombia. Con este objetivo, la Agencia ha formulado un Modelo Rural Étnico que forma parte de los lineamientos de acompañamiento comunitario de la Estrategia Red UNIDOS. Dicha estrategia busca establecer un proceso colectivo, participativo, incluyente y con enfoque diferencial para guiar la definición del acompañamiento institucional frente a las prioridades definidas conjuntamente con los beneficiarios.

Es paradójico que las comunidades indígenas estén incluidas en la categoría de pobreza extrema. En efecto, es preciso tener en cuenta las difíciles condiciones de vida a las que han sido sometidas debido al largo proceso de colonización, aculturación y pérdida de sus territorios y sus sistemas tradicionales de supervivencia. No obstante, muchas de estas comunidades han logrado sobrevivir y conservar mucho de su identidad indígena y cuentan con una serie de valores tangibles e intangibles que nos conduce a afirmar su verdadera riqueza. Los que poseen sus tierras aún tienen aire puro, aguas limpias, selvas y paisajes conservados, además de un enorme tesoro de conocimientos tradicionales derivados de sus leyes de origen y sus visiones de mundo.

Demasiado ricos, demasiado pobres también, los indígenas reclaman un acompañamiento del Estado colombiano que les permita recibir lo mejor de Occidente, sin por ello perder lo mejor de sus valores y de sus tradiciones ancestrales. Por eso la ANSPE ha visto la necesidad de que los cogestores sociales que se desempeñan en territorios en donde hay presencia de comunidades indígenas ofrezcan elementos adicionales de apoyo a problemas que han sido identificados por las mismas comunidades como prioritarios, proceso que ha de realizarse a partir de un respetuoso diálogo intercultural. Fue así como la Agencia recibió el llamado a colaborar con programas que contribuyan a la seguridad alimentaria, la protección de la primera infancia y el fortalecimiento de las autoridades tradicionales.

Diseñamos entonces un proyecto para «elaborar y validar una estrategia pedagógica en seguridad alimentaria, protección de la primera infancia y fortalecimiento de las autoridades tradicionales que refuerce las capacidades de los cogestores sociales en territorios indígenas». Para dicha tarea contamos con la colaboración del Centro de Estudios Médicos Interculturales (CEMI), una organización no gubernamental que ha trabajado desde hace varios años con pueblos indígenas y que tiene amplia experiencia en el diálogo intercultural dada su tarea de contribuir a la protección de la diversidad cultural, la conservación de la diversidad biológica y el mejoramiento de la salud humana.

Como resultado del proyecto, presentamos aquí un material pedagógico singular, pues no se trata simplemente de llevarles a las comunidades el modelo occidental de desarrollo, sino de procurar que puedan seguir viviendo según sus tradiciones. No se trata por tanto de fórmulas para que adopten los criterios ajenos y dejen los propios. En cambio hemos procurado construir reflexiones que alienten la interculturalidad y que permitan que, basados en el autocuidado, los indígenas oigan el consejo de sus autoridades ancestrales y tomen decisiones que les permitan gozar de una buena alimentación y de la sostenibilidad generacional al conseguir que sus hijos crezcan sanos y alegres con lo mejor de su identidad indígena.

Es difícil ofrecer reflexiones generales para la gran diversidad de pueblos indígenas que afortunadamente permanecen en Colombia. Sabemos que son casi dos millones de indígenas, cerca del 2% de la población nacional, con 87 grupos que se expresan en 64 lenguas indígenas pertenecientes a 13 familias lingüísticas. La mayoría, que habita en zonas rurales de casi 230 municipios repartidos en 27 departamentos, con tierras en resguardos indígenas legalmente constituidos, en parcialidades indígenas o en áreas no delimitadas legalmente, ocupa el 30% del territorio nacional. Algunos grupos tienen una amplia base poblacional, mientras que otros son minorías con gran riesgo de extinción. Algunos sostienen con fuerza sus tradiciones; otros están cerca de la condición campesina mestiza. Algunos apenas están en contacto inicial con el mundo occidental, mientras que otros ya están sumergidos en los criterios y valores de la economía de mercado. Son distintos los paisajes y ecosistemas en que habitan, así como diferentes son sus costumbres y los alimentos y plantas que consumen. Mientras hay indígenas que viven desplazados y perdidos en la maraña de los cinturones de miseria de las ciudades de los blancos, otros permanecen en sus exuberantes selvas, desiertos y páramos rebosantes de vida.

Es entonces una locura pretender que un solo lenguaje dé cuenta del fortalecimiento de autoridades, de la seguridad alimentaria y de la protección de la niñez de todos los pueblos indígenas de Colombia. Por ello la información aquí ofrecida debe ser adaptada y adecuada a la situación de cada pueblo, de cada familia y de cada individuo. Algunas reflexiones vienen bien a unos y no son compatibles para otros. Tendríamos que trazar un camino para cada cual, incluso en su propio idioma, tarea que nos resulta imposible por ahora. Permítannos pues ofrecerles este proyecto como un primer intento general que les sirva a todos y no excluya a ninguno.

Esta publicación propone el desarrollo de contenidos que se recogen en tres cartillas, cada una con su material de apoyo, y una guía explicativa sobre cómo usar los materiales en los hogares y las comunidades para la promoción de la seguridad alimentaria, la protección de la primera infancia y el fortalecimiento de las autoridades tradicionales. Queremos presentar algunas recomendaciones iniciales:

- En aquellas comunidades indígenas que cuentan con la presencia y el acompañamiento de un cogestor social de la ANSPE, será él quien, siguiendo la guía general del proyecto, promoverá su lectura y reflexión, de modo que todos aquellos que lean las cartillas puedan hacer ejercicios personales, familiares y comunitarios de reflexión. Pero allí donde no alcanzamos a llegar con cogestores sociales, confiamos en que la lectura de las cartillas promueva la reflexión y, quizás, líderes, profesores, jóvenes o mujeres entusiastas asuman la responsabilidad de su lectura y la realización comunitaria, familiar y personal.

- Para todos, recomendamos que lean las cartillas y procuren seguir los consejos que allí presentamos. Invitamos a los cogestores sociales y a los líderes a que se animen a tomar la guía explicativa y a intentar aplicarla en las familias y comunidades; el material de apoyo para cada cartilla podrá servirles para comprender mejor su contenido, información y consejos. En todos los casos, sepan que siempre habrá algún funcionario de la ANSPE listo y dispuesto para acompañarlos.

Para seguir siendo indígenas y vivir mejor vale la pena escuchar, respetar y valorar el sabio consejo de las autoridades tradicionales: los sabedores, las mamás, los médicos tradicionales. Para seguir siendo indígenas y vivir mejor es necesario cuidar y cultivar lo que el Creador nos ha dado: el territorio, los paisajes, las plantas. Para seguir siendo indígenas y vivir mejor hay que cuidar de todos los niños y las niñas, para que conserven su identidad como indígenas y como seres humanos ricos en tradiciones y cultura. No se trata de cerrarse al mundo moderno; se trata de que sigan viviendo con salud y alegría, de que aporten su voz para construir entre todos la Casa Común, nuestro planeta, con un Padre y una Madre de todos, aunque seamos hijos diferentes.

CÓMO USAR ESTA GUÍA

La presente **Guía** acompaña las **Cartillas 1, 2 y 3** que tratan sobre lo que podemos hacer en comunidad para escuchar a nuestras autoridades, lo que podemos hacer en familia para cuidar a nuestros niños y lo que podemos hacer para tener una buena alimentación así como los **Materiales de apoyo** que complementan las tres cartillas. Estos materiales pretenden ser de ayuda para que los cogestores sociales faciliten la reflexión de las personas en la comunidad y en los hogares.

La **Guía** ofrece las orientaciones necesarias para que el cogestor social logre, de manera exitosa, transmitir a los miembros de las comunidades con los que trabaje los contenidos teóricos de las **Cartillas**, siguiendo los ejercicios y las actividades propuestos en los **Materiales de apoyo**. Incluye las orientaciones para realizar cinco sesiones de trabajo comunitario y seis sesiones de trabajo en los hogares. Se recomienda que el cogestor social o cualquier facilitador que quiera utilizar los materiales lea con detalle las instrucciones proporcionadas para preparar con anticipación los contenidos y las ayudas que necesitará en cada sesión de trabajo. El lector verá que la guía de cada sesión brinda en detalle el paso a paso de los ejercicios que proponemos para ir realizándolos en orden y escalonadamente, ya que los tres temas están conectados y suponen un proceso.

Recuerde que antes de empezar a desarrollar las actividades es indispensable visitar a las autoridades de la comunidad y a las autoridades ancestrales con el fin de explicarles los talleres que se realizarán y solicitarles permiso y apoyo para su desarrollo.

MÓDULO 1

**LO QUE PODEMOS HACER EN COMUNIDAD
PARA ESCUCHAR A NUESTRAS AUTORIDADES**

SESIÓN DE TRABAJO COMUNITARIO N.º 1

REFLEXIONEMOS SOBRE LOS PRINCIPIOS Y VALORES DE NUESTRA LEY DE ORIGEN

Duración total: 3 horas

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Visite a la autoridad de la comunidad (capitán, cabildo gobernador, presidente de asociación, etc.) y a las autoridades ancestrales (sabedor, mayor, especialista de la cultura, etc.).
 - Solicite permiso y ayuda para convocar a reunión comunitaria.
 - Explique a las autoridades visitadas los **objetivos** de esta sesión de trabajo comunitario: **reflexionar en comunidad sobre los principios y valores de la Ley de Origen**.
 - Invítelos a que asistan, explicándoles que va a necesitar su ayuda para pensar juntos sobre estos temas.
2. Haga la convocatoria de la comunidad según los usos y costumbres.
3. Prepare con anticipación la sesión de trabajo:
 - Lea **todas** las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para la **Sesión de trabajo comunitario n.º 1**.
4. Lea la **Presentación** en la página 5 de la **Cartilla n.º 1**. Prepare una explicación corta sobre los contenidos de los tres módulos que se trabajarán en las sesiones de trabajo comunitario y en las sesiones de trabajo en los hogares: **volver a escuchar a las autoridades, cuidar mejor a nuestros niños, recordar cómo debe ser una buena alimentación**. Lea los **Capítulos 1 y 2** de la **Cartilla n.º 1**.
 - Haga una cartelera valiéndose de las **ilustraciones** y de las **cajas de resumen** que acompañan los dos capítulos. Opcionalmente puede leer los dos capítulos durante la sesión de trabajo.
5. Lea con anticipación el **Cuento 2** del **Material de apoyo n.º 1** y prepárelo como se indica más adelante en los numerales 8 y 9 de esta Guía.
6. Materiales necesarios para la sesión de trabajo:
 - Copia del formato de **Lista de Asistencia**. Puede fotocopiar el formato de **Lista de Asistencia** de la página 14 de esta Guía o hacer un formato a mano en una hoja si no dispone de fotocopia.
 - Papel para carteleras, marcadores de colores, cinta adhesiva
 - **Cartilla n.º 1** y **Material de apoyo n.º 1**

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Una vez reunida la comunidad, espere a que la autoridad salude y le dé la palabra.
 - A continuación salude y preséntese.
 - Solicite llenar el formato de Lista de Asistencia.
 - Explique la importancia de la lista de asistencia: en caso de que se tomen decisiones el control de asistencia es un excelente soporte de la participación efectiva de las personas de la comunidad en la toma de esas decisiones.
 - Pida a un líder, un joven o un profesor que colabore en el diligenciamiento de la lista de asistencia.

Duración: 5 minutos

2. Inicie la reunión explicando los contenidos de los tres módulos que se trabajarán en las sesiones de trabajo comunitario y en las sesiones de trabajo en los hogares: **volver a escuchar a las autoridades, cuidar mejor a nuestros niños, recordar cómo debe ser una buena alimentación.**
 - Advierta que el desarrollo de los tres módulos busca ser un ejercicio de **construcción colectiva**, es decir, que se invita a que todas las personas aporten para pensar y discutir juntos los temas con el fin de enriquecer los contenidos y adecuarlos a las particularidades de cada comunidad.
 - Aclare que las reuniones comunitarias se citarán oportunamente después de obtener el permiso de la autoridad competente.
 - Explique que también se adelantarán ejercicios en los hogares para lo cual pide permiso para las visitas casa por casa.

Duración: 5 minutos

3. A continuación haga una presentación sobre generalidades de Ley de Origen, Derecho propio, y principios y valores culturales (**Capítulos 1 y 2 de la Cartilla n.º 1**), utilizando la cartelera que preparó con anticipación. Garantice traducción en caso de que haya personas que no entiendan el español. Opcionalmente puede leer los dos capítulos.

Duración: 15 minutos

4. Invite a los mayores y sabedores presentes a que compartan con las personas reunidas lo que consideren conveniente sobre Ley de Origen y Derecho propio.
 - Advierta que más adelante se les pedirá su opinión para profundizar en otros temas, así que esta intervención será de aproximadamente 20 minutos. De todos modos, sea flexible con el tiempo en caso de que las autoridades se animen a explicar más.

Duración: 20 minutos

5. Anime a las personas de la comunidad a que pregunten a sus mayores y sabedores cualquier duda o necesidad de aclaración que haya surgido durante las dos presentaciones anteriores.

Duración: 10 minutos

6. El cogestor social recogerá en un acta los puntos principales de la reflexión, tanto de los mayores y sabedores como de las personas de la comunidad, y entregará copia a las autoridades.
 - Puede nombrar un secretario de la reunión que recoja esta memoria. Esto puede servir como ejercicio de formación para jóvenes y líderes.
7. A continuación explique que se hará un **ejercicio comunitario** para **pensar juntos** sobre los **principios y valores de la Ley de Origen** que vale la pena **proteger, recuperar y fortalecer.**
 - Advierta que las nociones de *principios* y *valores* son difíciles de explicar y de traducir, por lo que se propone el ejercicio que se adelantará con la colaboración de todos.
 - Si se hace con responsabilidad, es posible llegar a entender los conceptos e incluso definir los valores propios de la comunidad.
 - Explique también que los resultados de este ejercicio pueden servir como fundamento del Plan de Vida, del modelo de educación propia y de los reglamentos internos, en caso de que no los tuvieran.

Duración: 5 minutos

8. Lea el **Cuento 2 del Material de apoyo n.º 1 «El ají que nos quemó las manos».**
 - Lea despacio, con buena entonación y asegúrese de que el volumen de la voz sea el adecuado para que todos escuchen correctamente.
 - Si es necesario, pida la ayuda de un traductor para garantizar que todos entienden, especialmente las personas mayores.

Duración: 5 minutos

9. Después de leer el cuento invite a las personas a opinar sobre las enseñanzas que deja la narración.
- Según lo que discutan, complete las ideas con las que se presentan a continuación.

Para tener en cuenta

El cogestor social debe tener en cuenta las siguientes ideas y enseñanzas que propone la narración para orientar la discusión:

- * el dinero no lo es todo;
- * la pérdida cultural y especialmente la pérdida de los valores culturales trae muchos problemas a las comunidades;
- * la unión es indispensable para enfrentar la pérdida cultural y los problemas sociales derivados;
- * los valores son difíciles de definir pero los vivimos diariamente y es necesario enseñarlos a las nuevas generaciones;
- * las mujeres se pueden unir para reflexionar y enfrentar los problemas que ven a diario en sus hogares y para proponer caminos para todos.

Duración: 20 minutos

10. Organice por grupos y reparta pliego(s) de papel para cartelera y marcador(es) a cada grupo.
- * niños (que pueden estar acompañados por el profesor);
 - * abuelas, sabedoras y mujeres adultas y jóvenes;
 - * mayores, sabedores y autoridades;
 - * hombres adultos y jóvenes.

Duración: 5 minutos

11. Siga los siguientes pasos para realizar el ejercicio escalonadamente:
- Realice la primera pregunta: ¿Para seguir siendo indígenas, **qué es lo más valioso que tenemos?**
 - Dé tiempo para que discutan y respondan por grupos. Solicite que escriban las respuestas en la cartelera.

Duración: 10 minutos

12. Realice la segunda pregunta: ¿Qué es lo más valioso que tenemos, **que no tiene precio en dinero?**
- Oriente a los grupos para que subrayen las respuestas que ya están en la lista y que responden a esta pregunta.
 - Dé instrucciones para que, si aparecen **respuestas nuevas** que no se habían contemplado en la pregunta anterior, las **escriban** y las subrayen.

Duración: 10 minutos

13. Realice la tercera pregunta: ¿Qué es lo más valioso que tenemos, que no tiene precio en dinero, **que si se pierde nunca más se puede recuperar?**
- Oriente a los grupos para que encierran en un círculo las respuestas que ya estaban subrayadas y que responden a esta pregunta.
 - Dé instrucciones para que si aparecen respuestas nuevas que no estaban en la lista, las escriban, las subrayen y las encierran en un círculo.

Duración: 10 minutos

14. Invite a un representante de cada grupo para que presente su cartelera.
- Pegue las carteleras una al lado de la otra.
 - Empiece con el grupo de los niños, después el de las mujeres, en tercer lugar el de los hombres y por último los sabedores y mayores.

- Recoja los resultados de la última pregunta (las que están encerradas en un círculo) y escríbalas en una nueva cartelera.
- Invite a todas las personas a que revisen y aporten en caso de que piensen que falta algo **valioso que no tiene precio en dinero y que si se pierde nunca más se puede recuperar.**

Duración: 30 minutos

15. Haga entrega de la cartelera final a las autoridades y sabedores e invítelos a que tomen decisiones sobre qué hacer para recuperar, proteger y fortalecer los principios y valores para seguir siendo indígenas, teniendo en mente los resultados del ejercicio.
 - Haga una copia de esta cartelera con los resultados del ejercicio porque la va a necesitar para comenzar la siguiente sesión de trabajo.
16. Advierta que este es un primer ejercicio orientador y que quizás requerirán ejercicios y reuniones adicionales para llegar a decisiones.
 - Dé la palabra nuevamente a sabedores y autoridades en caso de que tengan comentarios adicionales.

Duración: máximo 30 minutos o el tiempo que reste para completar las tres horas preestablecidas.

17. Cierre la reunión agradeciendo la atención y el trabajo de todos.
 - Solicite a las autoridades y a la comunidad fijar fecha para la siguiente sesión de trabajo comunitario que tiene como propósito aprender **algunos aspectos sobre el Derecho occidental que protege la Ley de Origen y conocer los derechos fundamentales de los pueblos indígenas.**

LISTA DE ASISTENCIA

Actividad:

Fecha:

Lugar:

	NOMBRE	IDENTIFICACIÓN	COMUNIDAD	EDAD	SEXO	ETNIA	FIRMA
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							

SESIÓN DE TRABAJO COMUNITARIO N.º 2

APRENDAMOS SOBRE EL DERECHO OCCIDENTAL QUE PROTEGE LA LEY DE ORIGEN Y CONOZCAMOS LOS DERECHOS FUNDAMENTALES DE LOS PUEBLOS INDÍGENAS

Duración total: 3 horas

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Recuerde y **confirme** con anticipación con las autoridades y las personas en los hogares la segunda reunión comunitaria según las fechas que se fijaron en la anterior reunión.
2. Prepare con anticipación la sesión de trabajo comunitario:
 - Lea **todas** las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para preparar la **Sesión de trabajo comunitario n.º 2**.
3. Lea los **Capítulos 3 y 4** de la **Cartilla n.º 1**.
 - Haga una cartelera valiéndose de las **ilustraciones** y de las **cajas de resumen** que acompañan cada apartado. Los temas que preparará son:
 - * Convenio 169 de la Organización Internacional de Trabajo/Ley 21 de 1991
 - * Constitución Política de Colombia de 1991 (particularmente los artículos 7, 8, 10, 329 y 330).
 - * Declaración de Naciones Unidas sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas.
 - * Explique los cinco derechos fundamentales de los pueblos indígenas: identidad, territorio, libre determinación, autonomía y participación. Prepare con especial atención los **cinco derechos fundamentales de los pueblos indígenas**. Opcionalmente puede leer los capítulos durante la presentación, siguiendo la cartelera.
4. Tenga disponible la copia de la cartelera con los resultados del ejercicio de valores de la sesión pasada.
5. Lea con anticipación los **Cuentos 1, 5, 7 y 8** del **Material de apoyo n.º 1**.
6. Opcionalmente investigue por su cuenta en Internet o por otro medio que se le facilite:
 - * **Convenio 169 de la OIT:**
http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_norm/---normes/documents/publication/wcms_113014.pdf
 - * **Declaración de Naciones Unidas sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas:**
<http://www.unicef.org/spanish/policyanalysis/files/UNDrip-ProductV9a-Web-SP2-Reader.pdf>
 - * **Constitución Política de Colombia** Arts. 7, 8, 10, 13, 58, 63, 68, 70, 286-7, 329-30:
<http://www.constitucioncolombia.com/indice.php>
7. Materiales requeridos para la sesión de trabajo comunitario:
 - Papel para carteleras, marcadores de colores, cinta adhesiva
 - Copia de los **Cuentos 1, 5, 7 y 8** del **Material de apoyo n.º 1**
 - Copia del formato de **Lista de Asistencia**
 - 4 copias del **Cuestionario de repaso y autoevaluación sobre los derechos fundamentales de los pueblos indígenas** que se dan más adelante en esta Guía
 - Cartelera preparada para explicar los temas
 - Cartelera que recoge los valores que se trabajaron durante la sesión pasada

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Una vez reunida la comunidad, pida autorización para iniciar la reunión.
 - Anuncie la intención de presentar algunos aspectos del **Derecho occidental que protege la Ley de Origen** y de **los derechos fundamentales de los pueblos indígenas**.
 - Para comenzar, recuerde la primera reunión comunitaria en la que se reflexionó sobre Ley de Origen y Derecho propio; recuerde también los resultados principales del ejercicio comunitario sobre los valores culturales como fundamento del Derecho propio. Use para esto la cartelera o los apuntes que tomó en los que se recogen esos resultados.
 - Solicite llenar el formato de **Lista de Asistencia**.

Duración: 5 minutos

2. Utilizando la cartelera preparada previamente para esta sesión de trabajo, presente y explique los instrumentos de Derecho occidental para ayudar a proteger a los pueblos indígenas. Recuerde que los temas que debe tratar son los siguientes:
 - Convenio 169 de la Organización Internacional de Trabajo/Ley 21 de 1991
 - Constitución Política de Colombia de 1991 (particularmente los artículos 7, 8, 10, 329 y 330).
 - Declaración de Naciones Unidas sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas.
 - Explique los cinco derechos fundamentales de los pueblos indígenas: identidad, territorio, libre determinación, autonomía y participación.
 - Opcionalmente puede leer los dos capítulos de la Cartilla y apoyarse en la cartelera que preparó. Lea despacio y dé oportunidad de traducción si fuera necesario para garantizar que todos entienden.
 - Invite a que hagan preguntas y compartan reflexiones.
 - Advierta que el siguiente ejercicio tiene como fin explicar mejor los derechos de los pueblos indígenas.

Duración: 30 minutos

3. Para el siguiente ejercicio distribuya por grupos y reparta pliegos de papel para cartelera y marcadores a cada grupo. Entregue una copia de cada uno de los **Cuentos del Material de apoyo n.º 1** así:
 - * niños (que pueden estar acompañados por el profesor de la institución educativa): **Cuento 7**
 - * abuelas, sabedoras y mujeres adultas y jóvenes: **Cuento 1**
 - * hombres adultos y jóvenes: **Cuento 5**
 - * mayores, sabedores y autoridades: **Cuento 8**

Duración: 5 minutos

4. Dé instrucciones para que escojan un representante de cada grupo para que lea despacio, con buena entonación y asegurándose de que el volumen de la voz sea el adecuado para que todos escuchen correctamente.
 - Si es necesario, pida la ayuda de un traductor en cada grupo para garantizar que todos entienden, especialmente las personas mayores.
 - El cogestor social debe haber leído con anticipación los cuentos y las ideas y enseñanzas sugeridas a continuación.
 - Después de leer el cuento, pida que discutan en grupo sobre las enseñanzas que deja la narración. Pida en particular que señalen los derechos fundamentales a los que hacen referencia los cuentos. Pueden escribir en la cartelera para la socialización con toda la comunidad o simplemente en una hoja de papel, libreta o cuaderno, si no se dispone de papel para carteleras y marcadores.

Duración: 30 minutos

5. Reúna a toda la comunidad en plenaria y pida al representante de cada grupo que:
 - Cuente o lea el cuento, despacio y con buen volumen. De ser necesario pida traducción para garantizar que todos lo entienden.
 - Empiece con el grupo de los niños, después el de las mujeres, en tercer lugar el de los hombres y por último los sabedores y mayores.
 - Presente las ideas principales, las enseñanzas y los derechos fundamentales que identificaron en su grupo.
 - Permita un espacio no mayor de cinco minutos para que las demás personas opinen si tienen ideas adicionales.
 - Si lo ve necesario, el cogestor social puede completar la reflexión usando las ideas y enseñanzas que se ofrecen para cada cuento en las páginas 17-19 de esta Guía.
 - * Tenga en cuenta una duración máxima de 15 minutos para cada grupo.

Duración: 1 hora

6. Organice por grupos nuevamente y entregue a cada grupo una copia del **Cuestionario de repaso y autoevaluación** que está en la página 20 de esta Guía.
 - Pida al representante que lea cada pregunta y anime a las personas del grupo a responder, teniendo en cuenta lo que han aprendido en las dos sesiones de trabajo comunitario.
 - No es necesario escribir las respuestas: este pretende ser un ejercicio de repaso y autoevaluación.
 - Recomiende no demorar más de diez minutos para pensar sobre las preguntas de cada derecho fundamental: identidad, territorio, libre determinación, autonomía y participación.

Duración: 50 minutos

7. Al terminar el ejercicio de autoevaluación invite a los niños, a los padres de familia y a las autoridades indígenas a que soliciten a los maestros incluir estos temas en los currículos permanentes de las instituciones educativas para profundizar y garantizar así que todos los niños los aprendan.
8. Cierre la reunión agradeciendo la atención y el trabajo de todos.
 - Solicite a las autoridades y a la comunidad fijar fecha para la siguiente sesión de trabajo comunitario: **Ejercemos nuestro derecho a la autonomía escuchando a nuestras autoridades y recuperando las Casas de la Sabiduría.**

Para tener en cuenta

Ideas y enseñanzas que proponen los cuentos:

Cuento 1 «Ahora sí me gusta estudiar»

- * Importancia de la identidad y la cultura propias para sentir orgullo.
- * Valor de la autoridad que nace del dominio del conocimiento tradicional.
- * Importancia del ejemplo de los padres para infundir orgullo por ser indígenas y vivir la cultura propia.
- * Derecho a la identidad: cultura y tradiciones vivas; lengua propia que debe ser la primera lengua mientras que el español es la segunda lengua que se enseña en las escuelas; adecuación de la educación para fortalecer la cultura; nadie tiene derecho ni poder para separarnos de nuestras familias y comunidades, ni siquiera por motivos de salud o educación.
- * Derecho a la autodeterminación que se ve reflejado en las instituciones propias como los sabedores o especialistas de la cultura (sabedores, historiadores, contestadoras); el derecho a construir el modelo de educación propia que el padre de la narradora lidera para preservar la cultura; el derecho a mantener los modelos propios de subsistencia (por ejemplo calendario tradicional, ceremonias, cacería, etc.) y a querer seguir viviendo en su territorio

y según sus tradiciones y formas de subsistencia y que se debe ver reflejado en una educación pertinente que anime a quedarse en lugar de salir a la ciudad.

- * Derecho a la autonomía: la autoridad ancestral es a la vez la autoridad civil según las normas de la ley occidental; en el cuento, el payé (sabedor) es al tiempo autoridad ancestral según usos y costumbres y capitán que es la figura establecida por la legislación occidental para gobernar dentro de las comunidades o resguardos. Además, la narradora está orgullosa de ser aprendiz de contestadora, que es otra autoridad ancestral de las mujeres de la cultura tukano oriental, bajo la guía de su madre.
- * Derecho a la participación: la participación de los niños en las ceremonias rituales que es donde además aprenden la cultura, el respeto por sus autoridades, el orgullo de ser indígenas.

Cuento 5 «La pesadilla de Darwin»

- * Importancia de considerar previamente las características ambientales y las necesidades sociales y culturales cuando se van a ingresar proyectos de afuera a territorios indígenas.
- * Importancia de valorar lo propio como los recursos alimenticios que ofrece el territorio y los conocimientos y prácticas tradicionales que permiten su mejor aprovechamiento.
- * El derecho al territorio y a los recursos y servicios que ofrece, y la relación especial que han establecido los indígenas con los seres visibles e invisibles de la naturaleza para su adecuado manejo.
- * El derecho a la identidad que garantiza formas de pensamiento y de vida diferentes a las de Occidente, incluida una idea de desarrollo diferente, no centrada en el dinero sino en la correcta relación con el territorio.
- * Derecho a la autodeterminación: para escoger formas propias de desarrollo que estén de acuerdo con la cultura y la tradición, con las necesidades reales de las personas y con el cuidado del territorio. También, para adecuar la educación de modo que sea pertinente, como en el caso de la narración en la que se propone una investigación en el colegio sobre la utilidad de los proyectos productivos, tema que concierne directamente a las comunidades; o la investigación que realiza el narrador que tiene como fin beneficiar a la comunidad más que a su propio interés como investigador.
- * Derecho a la autonomía: se señala la importancia de consultar a las autoridades propias, en particular a las autoridades ancestrales que son las que tradicionalmente han manejado el territorio, para evaluar la pertinencia de proyectos traídos de afuera.
- * Derecho a la participación: que tiene dos niveles en este caso, la participación de todos en la discusión de los proyectos que se han de traer de afuera, es decir, el derecho a participar en las decisiones que los puedan afectar; y la necesidad de solicitar el consentimiento aun cuando se trate de proyectos que traen instituciones gubernamentales para beneficio de las personas de la comunidad.

Cuento 7 «Vicente no aprendió inglés»

- * Si no se toman medidas para evitar el desarraigo, es decir, estar lejos de la tierra y la comunidad propias, puede traer como consecuencia la pérdida de la identidad como indígenas.
- * Es responsabilidad de los padres garantizar que los hijos reciban la educación propia para tener identidad como indígenas, aprender las tradiciones como la historia propia y vivir la cultura en general.
- * Los mayores y ancianos tienen espacios especiales para enseñar la cultura, como el mambeadero al que se hace referencia en el cuento.

- * El derecho a la identidad dice que la lengua propia es fundamental, además porque a través de ella se enseñan valores, historias, etc. Es tan importante que es deber de toda la Nación colombiana defender las lenguas de los grupos indígenas y garantizar que permanezcan en el tiempo. Para ello se debe asegurar la enseñanza de la lengua propia en las instituciones educativas; y el español debe ser considerado como una segunda lengua.
- * El derecho a la autodeterminación supone que los pueblos indígenas tienen derecho a recibir de parte del Estado los servicios como salud, educación, seguridad social, etc., pero estos servicios tienen que adecuarse para que respeten la integridad cultural. Por eso se deben también garantizar regímenes especiales para brindar becas y oportunidades especiales a los indígenas y minorías étnicas, y adecuar interculturalmente los programas académicos para que respeten las culturas, los idiomas y los derechos de los pueblos indígenas y para que reflejen la cultura y ayuden a preservarla.
- * Es deber constitucional del Estado defender los Derechos de los pueblos indígenas y garantizar que se enseñen a todos, como en el caso de Vicente que pudo asistir a un curso en el que le enseñaron los derechos especiales, individuales y colectivos. Los pueblos indígenas deben exigir el cumplimiento del deber que deriva de este derecho.
- * Derecho al territorio: cuando Vicente vuelve a su comunidad tiene derecho a que le sea asignado un terreno para tener su casa y sembrar.
- * Derecho a la autonomía: se menciona que cuando Vicente volvió a su tierra, sus autoridades le asignaron un terreno para sembrar. Allí se está ejerciendo el derecho a la autonomía y el gobierno propio cuando las autoridades indígenas definen asuntos internos del resguardo o de la comunidad.

Cuento 8 «Autogobierno»

- * Los pueblos indígenas tienen derecho a exigir que se enseñe en sus territorios todo lo referente al Derecho occidental que protege la Ley de Origen, el Derecho propio y las culturas indígenas en general.
- * Los líderes indígenas deben hacer un esfuerzo especial por dominar todo lo referente a la Legislación Especial Indígena y por garantizar que se cumpla en sus territorios.
- * No todo lo que viene de afuera es bueno. Para la muestra el ejemplo que toman los líderes indígenas de los políticos en municipios y regiones, viciados por la corrupción, los malos manejos electorales, el individualismo y el mínimo compromiso por el bien común. Por el contrario, hay más sabiduría en las instituciones propias, las autoridades ancestrales, la Ley de Origen, los principios, valores y normas que defienden el bien común y la especial relación de los indígenas con el territorio.
- * Sigue habiendo discriminación en el país en el hecho de que no se adecúen los programas educativos en territorios indígenas para que se incluyan los Derechos de los pueblos indígenas como parte obligatoria de los currículos.
- * Es importante entender la diferencia entre autoridad ancestral y autoridad tradicional.
- * El derecho a la autonomía se respeta cuando el gobierno es ejercido por las autoridades propias según los principios, los valores y las normas de la Ley de Origen y del Derecho propio, lo que se ha llamado usos y costumbres. En el caso de esta narración, queda claro que en la comunidad de donde procede Diego, la autoridad la ejerce el sabedor o su aprendiz, su elección no es democrática sino que respeta las formas propias de transmisión del conocimiento y por tanto de la autoridad, y que es deber de esa autoridad trabajar sobre todo por el bien de todos y no por el bien individual.

CUESTIONARIO DE REPASO Y AUTOEVALUACIÓN SOBRE LOS DERECHOS FUNDAMENTALES DE LOS PUEBLOS INDÍGENAS

IDENTIDAD

1. ¿Quién soy yo?
2. ¿Cuál es el origen de mi pueblo?
3. ¿Qué caracteriza a mi pueblo?
4. ¿Qué es lo más valioso que tenemos para vivir bien, que si se pierde ya no lo podemos recuperar?
5. ¿Qué significa que todos los seres humanos tenemos dignidad?
6. ¿Por qué tenemos derecho a conservar todo aquello que nos hace un pueblo diferente a otros pueblos?
7. ¿Por qué los indígenas tenemos otros derechos humanos que no tienen las personas de la cultura occidental?

TERRITORIO

1. ¿Qué hay en nuestro territorio que podemos ver?
2. ¿Qué hay en nuestro territorio que no podemos ver?
3. ¿Qué quiere decir que el resguardo es propiedad colectiva?
4. ¿Los derechos territoriales se refieren al resguardo o incluyen algo más que el resguardo?
5. ¿Qué autoridades saben manejar, cuidar y proteger el territorio?
6. ¿Cómo cuidan en su familia el territorio?
7. ¿Por qué el derecho al territorio es un derecho fundamental?

AUTONOMÍA

1. ¿Quién o quiénes toman las decisiones en la comunidad?
2. ¿Cómo se toman las decisiones en la comunidad?
3. ¿Qué autoridad maneja los conflictos internos?
4. ¿Cómo solucionan los conflictos internos?
5. ¿Quién o quiénes hacen los proyectos para la asignación de los recursos del Sistema General de Participaciones?

AUTODETERMINACIÓN

1. ¿Cómo contribuye a la buena vida saber vivir de lo que ofrece el territorio?
2. ¿Su familia conoce el Plan de Vida de su comunidad?
3. ¿Qué les enseñan las madres a los niños y a las niñas?
4. ¿Qué les enseñan los padres a los niños y a las niñas?
5. ¿Qué aprenden los niños de los mayores o ancianos?
6. ¿Por qué es importante que el conocimiento tradicional y la cultura no se pierdan?

PARTICIPACIÓN

1. ¿Cómo aportamos a la vida en comunidad?
2. ¿Con quiénes se consultan los proyectos que se proponen en beneficio de las comunidades y que vienen de afuera?
3. ¿Participaron ustedes en la elaboración del Plan de Vida?
4. ¿Por qué es importante que el Estado pida el consentimiento cuando se piensa realizar un proyecto que los pueda afectar en su comunidad?

SESIÓN DE TRABAJO COMUNITARIO N.º 3

EJERZAMOS NUESTRO DERECHO A LA AUTONOMÍA: RECONOZCAMOS Y APOYEMOS A NUESTRAS AUTORIDADES INDÍGENAS Y RECUPEREMOS LAS CASAS DE LA SABIDURÍA

Duración total: 3 horas

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Recuerde y **confirme** con anticipación con las autoridades y las personas en los hogares la tercera sesión de trabajo comunitario según las fechas que se fijaron en la anterior reunión.
2. Prepare con anticipación la sesión de trabajo:
 - Lea con anticipación **todas** las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para preparar la **Sesión de trabajo comunitario n.º 3**.
3. Lea los **Capítulos 5 y 6** de la **Cartilla n.º 1**, los **Capítulos 1 y 2** de la **Cartilla n.º 2** y los **numerales 1 y 2 del Material de apoyo n.º 2**.
 - Haga una cartelera valiéndose de las **ilustraciones** y de las **cajas de resumen** que acompañan cada apartado.
 - Prepare con especial atención las definiciones de **autoridades indígenas, autoridades ancestrales, autoridades tradicionales, Casas de la Sabiduría, medicina tradicional y los conceptos de salud y buena vida**.
4. Materiales requeridos para la sesión de trabajo comunitario:
 - Formato de **Lista de Asistencia**
 - Cartelera que ha preparado con anticipación para presentar los contenidos de la sesión
 - Hojas de papel en blanco, cuaderno o libreta y esfero para recoger las respuestas del ejercicio

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Una vez reunida la comunidad, pida autorización para iniciar la reunión.
 - Anuncie la intención de presentar algunas ideas para **identificar y reconocer a las autoridades indígenas** con el fin de invitarlos a todos a volver a escucharlas y obedecerlas.
 - Solicite llenar formato de **Lista de Asistencia**.

Duración: 5 minutos

2. Para el siguiente ejercicio necesitará leer y traducir —si es necesario— las preguntas que se encuentran a continuación en la página 24 de esta Guía: **Cuestionario sobre las autoridades**.
 - Solicite ayuda a un voluntario de la comunidad para escribir las respuestas y las ideas principales de la discusión.
 - Se formulará cada pregunta y se dará oportunidad para que respondan todas las personas en plenaria. El cogestor social tendrá que hacer de moderador para dar la palabra y manejar el tiempo para cada pregunta.
 - Se recogerán las ideas principales de la discusión y las respuestas conclusivas en una memoria que se entregará a las autoridades.

Duración: 1 hora

3. A continuación lea el **Cuento 4** del **Material de apoyo n.º 1 «Kumua Vii»**.
 - Lea despacio, con buena entonación y asegúrese de que el volumen de la voz sea el adecuado para que todos escuchen correctamente.
 - El cogestor social debe haber leído con anticipación el cuento y las ideas y enseñanzas sugeridas a continuación.
 - Si es necesario, pida la ayuda de un traductor para garantizar que todos entienden, especialmente las personas mayores.

Duración: 5 minutos

4. Invite a las personas presentes a dar sus opiniones sobre las ideas principales y las enseñanzas que deja esta narración.

Para tener en cuenta

El cogestor social debe tener en cuenta las siguientes ideas y enseñanzas que propone la narración para orientar la discusión:

- * La sabiduría la tienen unos pocos que han sido elegidos por el mundo del Espíritu.
- * Llegar a tener la sabiduría requiere esfuerzo, sufrimiento, sacrificio, tiempos muy largos de aprendizaje, sentido del servicio, desprendimiento.
- * La sabiduría viene de haber recibido el Espíritu del Conocimiento para rezar, pensar el mundo, negociar con el mundo espiritual y finalmente aconsejar a la comunidad y a las personas individuales. Por eso merecen respeto quienes tienen esta sabiduría.
- * La autoridad la da el conocimiento, así como el sufrimiento y el servicio.
- * Aunque haya habido una historia de desplazamiento, pérdida del territorio de origen, pérdida cultural, siempre hay algo que se puede recuperar, fortalecer y adaptar para seguir siendo indígenas, como en el caso de esta narración.
- * Es muy importante buscar intercambios con otros indígenas para dar y recibir fuerza, compartir conquistas, estar unidos en un solo pensamiento para seguir protegiendo lo que se ha logrado para los pueblos indígenas.
- * Es muy importante que los sabedores tengan sus Casas de la Sabiduría, es decir, esos lugares sagrados donde se realizan las ceremonias, los rituales, los rezos, las fiestas tradicionales, donde se vive y se enseña la cultura a los más jóvenes.
- * Por eso también es importante mantener el respeto por esos sitios que son sagrados.

Duración: 20 minutos

5. A manera de resumen, presente y explique los temas de los **Capítulos 5 y 6** de la **Cartilla n.º 1**.
 - Utilice la cartelera que ha preparado con anticipación.
 - Dé oportunidad para preguntas y aclaraciones.
 - Anime especialmente a los sabios o sabedores de la comunidad para que completen su intervención.
 - Opcional: si ve que no han quedado claras las ideas, puede volver a leer los **Cuentos 1 y 8** del **Material de apoyo n.º 1**. Tenga en cuenta las ideas y enseñanzas de las páginas 17-19 de esta Guía, particularmente lo que se refiere a diferencias entre autoridad ancestral y autoridad tradicional siendo esta última la figura establecida por la legislación occidental para gobernar dentro de las comunidades o resguardos.

Duración: 15-30 minutos (dependiendo de si ve la necesidad de leer los cuentos para ilustrar mejor la diferencia entre autoridad ancestral y otras autoridades indígenas)

6. Teniendo en mente los temas tratados hasta aquí, invite a identificar a las personas de la comunidad que se pueden considerar como **autoridades ancestrales**: sabedores, rezadores, pensa-

dores del mundo, especialistas de la cultura, madres de la agricultura, médicos tradicionales, curanderos, yerbateros, parteras o comadronas, sobanderos y sobanderas, ancianos y mayores.

- Si no la tienen, proponga la iniciativa de conformar una **Unión de Sabedores**.
- Si no la tienen, proponga la iniciativa de recuperar o construir la **Casa de la Sabiduría** en su comunidad.
- No olvidar que el término Casa de la Sabiduría es un genérico y que cada grupo étnico tiene un nombre propio para estos lugares.
- Permita la discusión sobre estas iniciativas. No espere llegar a soluciones definitivas, este ejercicio es apenas un estímulo para que en las comunidades se animen a considerar estas propuestas.

Duración: 15 minutos

7. Ofrezca las siguientes preguntas orientadoras para ejercicios posteriores que realicen por su cuenta, ojalá en el marco de la Casa de la Sabiduría y orientados por las autoridades indígenas, y en particular sabedores y sabedoras, médicos tradicionales, ancianos, etc.:
 - * ¿Qué hemos perdido que **ya no podemos recuperar**?
 - * ¿Qué hemos perdido o tenemos débil **pero podemos recuperar**?
 - * ¿Qué tenemos fuerte y **debemos proteger**?
- Entregue las preguntas escritas en una hoja para que quede como un posible compromiso de los sabedores y también de toda la comunidad.

Duración: 10 minutos

8. Finalmente, utilizando como guía los **Capítulos 1 y 2** de la **Cartilla n.º 2** y el **Material de apoyo n.º 2**, presente los conceptos de **medicina tradicional, salud y buena vida** que ha preparado con anticipación y permita la reflexión y la discusión sobre los temas tratados. En particular oriente la reflexión con las siguientes preguntas:
 - * ¿Quiénes son los médicos tradicionales, sabedores y sabedoras, ancianos, rezadores, parteras, sobanderos y sobanderas, curanderos y curanderas, etc. en la comunidad?
 - * ¿Todavía acuden las personas de la comunidad a los médicos tradicionales?
 - * ¿Escuchan y obedecen los consejos de los médicos tradicionales? ¿En qué circunstancias?
 - * ¿Conocen plantas medicinales, las siembran, las cuidan y las usan?

Duración: 30 minutos

9. Agradezca y dé por terminada la sesión.
 - Anuncie las siguientes sesiones de trabajo que se realizarán en los hogares, casa por casa, para trabajar el **Módulo 2: Lo que podemos hacer en familia para cuidar a nuestros niños**.
 - Explique la metodología de trabajo y pida colaboración para realizar los ejercicios de formación en los hogares.

Duración: 5 minutos

CUESTIONARIO SOBRE LAS AUTORIDADES

1. ¿Qué autoridades tienen en su comunidad hoy en día?
2. ¿Las autoridades de sus antepasados eran las mismas que existen hoy?
3. ¿Quiénes eran las autoridades en el pasado y quienes son en el presente?
4. ¿Cómo se llegaba a ser autoridad en el pasado y cómo se llega a ser autoridad hoy?
5. ¿Qué hacen las autoridades en el presente?
6. ¿Qué hacían las autoridades en el pasado?
7. ¿Qué autoridad los representa ante el Estado?
8. ¿Se hace trabajo comunitario en la comunidad?
9. ¿Qué autoridad organiza el trabajo comunitario?
10. ¿Existen sabios o sabedores en su comunidad? Por ejemplo pensadores del mundo, historiadores, tocadores de instrumentos sagrados, danzadores, contestadoras, madres de la agricultura, especialistas de la cultura, etc.
11. ¿Los sabedores tiene alguna autoridad?
12. ¿Existen autoridades en la comunidad que den guía y orientación para vivir con salud? Por ejemplo médicos tradicionales, rezadores, parteras, curanderos y curanderas, yerbateros y yerbateras, sobanderos y sobanderas, rezadores, etc.
13. ¿Los mayores o ancianos ejercen alguna autoridad?
14. ¿Tienen fiestas tradicionales o ceremonias en la comunidad?
15. ¿Quién o quiénes organizan las fiestas y ceremonias?
16. ¿Quién o quiénes deciden sobre el manejo del territorio de su comunidad?
17. ¿Cómo manejan el territorio de su comunidad?
18. ¿Quiénes transmiten los conocimientos tradicionales en su comunidad?
19. ¿Qué autoridad maneja los conflictos internos?
20. ¿Cómo solucionan los conflictos internos?
21. ¿Tienen algún reglamento interno oral o escrito?
22. ¿Hay en su comunidad o en su asociación un grupo de autoridades, consejo de mayores, unión de sabedores, unión de mujeres que brinde consejo y guía para la toma de decisiones que importan a todos?

MÓDULO 2

**LO QUE PODEMOS HACER EN FAMILIA
PARA CUIDAR A NUESTROS NIÑOS**

SESIÓN DE TRABAJO EN LOS HOGARES N.º 1

RECUPEREMOS LA MEDICINA TRADICIONAL Y RECORDEMOS QUÉ ES SALUD PARA LOS PUEBLOS INDÍGENAS

Duración total: 1 hora

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO:

1. Recuerde y **confirme** con anticipación la primera sesión de trabajo en los hogares según las fechas acordadas.
2. Prepare con anticipación la sesión de trabajo:
 - Lea todas las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para preparar la **Sesión de trabajo en los hogares n.º 1**.
3. Lea y prepare con anticipación los **Capítulos 1 y 2** de la **Cartilla n.º 2** y los **numerales 1 y 2 del Material de apoyo n.º 2**.
4. Lea con anticipación el **Cuento 3** del **Material de apoyo n.º 1**.
5. Materiales necesarios para la sesión de trabajo:
 - **Cartilla n.º 2, Material de apoyo n.º 1 y Material de apoyo n.º 2**

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO:

1. Una vez reunida la familia, salude y explique el objetivo de la primera sesión de trabajo en el hogar: **pensar juntos sobre el estado de la medicina tradicional y el concepto de salud de los pueblos indígenas**.

Duración: 5 minutos

2. Recuerde las conclusiones durante la reflexión y discusión que tuvo lugar al final de la Sesión de trabajo comunitario n.º 3 respecto de los **conceptos de medicina tradicional, salud y buena vida**.

Duración: 10 minutos

3. Revise con la familia el concepto de *autocuidado* según el numeral 2 del **Material de apoyo n.º 2**.
 - Después, anime la reflexión sobre la forma como las personas de la familia cuidan las relaciones consigo mismos, con los demás, con la naturaleza y con el mundo espiritual, siguiendo la guía que se ofrece en el numeral 2 del **Material de apoyo n.º 2**.

Duración: 20 minutos

4. A continuación lea el **Cuento 3 «Y ¿quién nos da permiso?»** del **Material de apoyo n.º 1**.
 - Lea despacio, con buena entonación y asegúrese de que el volumen de la voz sea el adecuado para que todos escuchen correctamente.
 - Si es necesario, pida la ayuda de un traductor en la familia para garantizar que todos entienden, especialmente las personas mayores.
 - Anime a que las personas de la familia comenten sobre las ideas y enseñanzas de la narración.
 - Complete, si es necesario, teniendo en cuenta las siguientes ideas y enseñanzas del **Cuento 3**.

Para tener en cuenta

El cogestor social debe tener en cuenta las siguientes ideas y enseñanzas que propone la narración para orientar la discusión:

- * La medicina tradicional está viva en las comunidades indígenas pero se encuentra amenazada por muchos factores.
- * Las mismas personas de las comunidades tienen la responsabilidad de defenderla y fortalecerla, creyendo y apoyando a los propios médicos tradicionales y especialistas de la cultura.
- * La medicina tradicional es muy importante porque tiene conocimientos y prácticas que han solucionado los problemas de salud desde antes de que llegara la medicina occidental.
- * No necesitan pedirle permiso a nadie para aplicar la medicina tradicional porque es un derecho fundamental de los pueblos indígenas defender, conservar y promover el conocimiento tradicional y las instituciones propias como la medicina tradicional y sus especialistas.
- * El Estado tiene el deber de ofrecer servicios de salud occidental a los indígenas pero también tiene el deber de adecuar los servicios de modo que se respeten y protejan efectivamente las culturas.
- * Es necesario que haya aprendices para que se transmitan los conocimientos y siga viva la medicina tradicional.
- * Las plantas medicinales son un regalo que los pueblos indígenas han sabido apreciar, cuidar, conocer y utilizar y por eso hay que defenderlas y conservarlas.

Duración: 20 minutos

5. Invite a la familia a consultar nuevamente a los sabedores de su comunidad. En particular aquellos aspectos de la pregunta anterior en los que hayan contestado que no tienen cuidados especiales.

Duración: 5 minutos

6. Agradezca la atención prestada y anuncie la próxima sesión de trabajo en los hogares: **Cuidados del niño sano.**

SESIÓN DE TRABAJO EN LOS HOGARES N.º 2

CUIDADOS DEL NIÑO SANO

Duración total: 1 hora

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Recuerde y **confirme** con anticipación la segunda sesión de trabajo en los hogares según las fechas acordadas.
2. Prepare con anticipación la sesión de trabajo:
 - Lea **todas** las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para preparar la **Sesión de trabajo en los hogares n.º 2**.
3. Lea y prepare con anticipación el **Capítulo 3** de la **Cartilla n.º 2**, páginas 13-19, que trata sobre los cuidados durante el embarazo, el parto y la dieta y los cuidados del niño sano.
4. Materiales necesarios para la sesión de trabajo:
 - **Cartilla n.º 2** y **Material de apoyo n.º 2**.

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Reúna a la familia, salude y presente el objetivo de la sesión de trabajo: **recordar en familia algunos cuidados para garantizar niños sanos**. Si en la familia no hay niños, advierta que el cuidado de los niños es una responsabilidad que todos en la comunidad deben asumir para estar atentos y ayudar con los hijos propios, los nietos y los niños de los familiares y vecinos.

Duración: 5 minutos

2. Usando como guía el **Material de apoyo n.º 2**, páginas 6-7, presente los temas que ha preparado con anticipación:
 - * Cuidados durante el embarazo, el parto y la dieta
 - * Cuidados del recién nacido: haga especial énfasis en lactancia materna
 - * Alimentación complementaria
 - * Crecimiento y desarrollo
 - * Vacunación
 - * Poliparasitismo
 - * Educación propia
 - * Protección

Duración: 30 minutos

3. Proponga la reflexión y discusión de los temas tratados. Se puede apoyar en las siguientes preguntas para orientar la reflexión:
 - * ¿Hay mujeres embarazadas en la familia?
 - * ¿Hay niños en la familia?
 - * ¿Las mujeres embarazadas de la familia reciben cuidados tradicionales?
 - * ¿Las mujeres embarazadas asisten al control prenatal?
 - * ¿Los niños recién nacidos reciben la leche materna? ¿Hasta qué edad?
 - * ¿Los niños de la familia han asistido al control de crecimiento y desarrollo en el puesto de salud?
 - * ¿Los niños de la familia han recibido rezos, ceremonias, rituales de parte de los sabedores de la comunidad?

- * ¿Los niños de la familia disponen de alimentos suficientes, balanceados y nutritivos?
- * ¿Alguno de los niños de la familia ha sido diagnosticado como desnutrido por los servicios de salud, el Bienestar Familiar o en la escuela?
- * ¿Los niños de la familia han recibido las vacunas del Plan Nacional de Inmunizaciones?
- * ¿Los niños de la familia han recibido otras vacunas naturales como purgas, limpiezas, dietas especiales, rezos?
- * ¿Los niños de la familia han recibido medicamentos antiparasitarios o plantas medicinales para desparasitar?
- * ¿Los niños de la familia han recibido la educación propia de parte de los padres, especialmente valores, normas ancestrales y la lengua propia?
- * ¿Los niños de la familia reciben enseñanzas de los mayores, sabedores o especialistas de la cultura?
- * ¿Los niños de la familia aprenden mediante el juego, el ejemplo, la imitación y las narraciones o por medio del castigo?
- * ¿Los niños de la familia son castigados físicamente?
- * ¿Sabe de niños abusados en la familia o en las casas de familiares y amigos?
- * ¿Cree que es necesario denunciar a las autoridades los maltratos y abusos de los niños en las familias?

Duración: 20 minutos

4. Invite a todas las personas de la familia a volver a preguntar a las mamás, abuelas, sabedoras y sabedores, médicos tradicionales, etc., para fortalecer y recuperar la medicina tradicional y sus especialistas.

Duración: 5 minutos

5. Agradezca la atención prestada y anuncie la próxima sesión de trabajo en los hogares sobre **Cuidados del niño enfermo: Enfermedad Diarreica Aguda o diarrea.**

SESIÓN DE TRABAJO EN LOS HOGARES N.º 3

CUIDADOS DEL NIÑO ENFERMO: ENFERMEDAD DIARREICA AGUDA

Duración total: 2 horas

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Recuerde y **confirme** con anticipación la tercera sesión de trabajo en los hogares según las fechas acordadas.
2. Prepare con anticipación la sesión de trabajo:
 - Lea **todas** las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para preparar la **Sesión de trabajo en los hogares n.º 3**.
3. Lea y prepare con anticipación la Introducción y el apartado titulado **“Enfermedad Diarreica Aguda”** en el **Capítulo 3** de la **Cartilla n.º 2**, páginas 21-27.
 - Consiga algunas de las plantas sugeridas en las recetas para poder hacer las demostraciones en caso de que la familia no las tenga.
 - Tenga en cuenta que se sugiere un ejercicio de evaluación y un ejercicio de memorización de las **señales de alarma** y los **signos de deshidratación**. Cuando prepare los temas, diseñe estos ejercicios utilizando para ello las ilustraciones de la **Cartilla n.º 2** y el **Material de apoyo n.º 2**. Se le invita a ser ingenioso en este punto.
4. Materiales necesarios para la sesión de trabajo:
 - **Cartilla n.º 2** y **Material de apoyo n.º 2**.
 - Algunas de las plantas sugeridas en las recetas para poder hacer las demostraciones en caso de que la familia no las tenga.

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Reúna a la familia, salude y presente el objetivo de la sesión de trabajo: compartir con la familia **los cuidados del niño con Enfermedad Diarreica Aguda o diarrea**. Si en la familia no hay niños, advierta que el cuidado de los niños es una responsabilidad que todos en la comunidad deben asumir para estar atentos y ayudar con los hijos propios, los nietos y los niños de los familiares y vecinos.

Duración: 5 minutos

2. Usando como guía el **Material de apoyo n.º 2**, páginas 11-13, presente los temas que ha preparado con anticipación:
 - * Presentación de las dos enfermedades más frecuentes en la infancia
 - * Definición de Enfermedad Diarreica Aguda
 - * Síntomas que requieren cuidado especial
 - * Evitar la deshidratación
 - * Controlar el vómito
 - * Manejar la fiebre
 - * Señales de alarma
 - * Signos de deshidratación
 - * Alimentos recomendados durante la diarrea
 - * Remedios recomendados durante la diarrea:

- Para controlar el vómito
- Para evitar la deshidratación
- Para el manejo de la fiebre

Duración: 30 minutos

3. Invite a la familia a la cocina de la casa para hacer una demostración práctica de la preparación de los remedios.
 - Solicite los ingredientes y las plantas sugeridas para el control del vómito, el suero casero y el cocimiento para manejar la fiebre.
 - Recuerde que estos remedios pretenden hacer uso de ingredientes fáciles de conseguir.
 - Si no encuentra las plantas cerca, utilice las que ha llevado consigo.
 - Usando como guía el **Material de apoyo n.º 2**, páginas 12-13, y la **Cartilla n.º 2**, páginas 25-27, siga paso a paso la preparación de cada uno de los remedios asegurándose de que todos los miembros de la familia entienden cómo se preparan. Tenga cuidado con los niños pequeños cuando trabaje en el fogón.
 - Indique la forma correcta de administración de los remedios en cada uno de los casos.

Duración: 1 hora

4. A continuación haga un ejercicio de evaluación sobre señales de alarma y signos de deshidratación para asegurarse de que han sido aprendidos.
 - En caso de presentar dudas, utilice nuevamente las ilustraciones del **Material de apoyo n.º 2** para repasarlos.
 - Invite a que alguien en la familia tome apuntes, incluso apoyándose en las ilustraciones que sirven como íconos para recordar señales y signos.
 - Insista con un ejercicio de memorización.
 - Recuerde qué se debe hacer y por qué cuando un niño con diarrea presenta alguna de estas señales de alarma: **llevar inmediatamente al puesto o centro de salud más cercano porque corre peligro de morir.**

Duración: 20 minutos

5. Invite a todas las personas de la familia a volver a preguntar a las mamás, abuelas, sabedoras y sabedores, médicos tradicionales, etc. sobre plantas medicinales recomendadas para el control del vómito, el manejo de la diarrea y de la deshidratación y el manejo de la fiebre. También, sobre alimentos que no sean irritantes recomendados durante la diarrea.
 - En caso de no haber encontrado las plantas cerca de la vivienda, recomiende a la familia conseguir las y sembrarlas. [Advierta que en una sesión de trabajo más adelante se enseñará sobre preparación de tierra para sembrar plantas medicinales y otros alimentos de primera necesidad]

Duración: 5 minutos

6. Agradezca la atención prestada y anuncie la próxima sesión de trabajo en los hogares **Cuidados del niño enfermo: Infección Respiratoria Aguda o gripe.**

SESIÓN DE TRABAJO EN LOS HOGARES N.º 4

CUIDADOS DEL NIÑO ENFERMO: INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA

Duración total: 2 horas

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Recuerde y **confirme** con anticipación la cuarta sesión de trabajo en los hogares según las fechas acordadas.
2. Prepare con anticipación la sesión de trabajo:
 - Lea **todas** las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para preparar la **Sesión de trabajo en los hogares n.º 4**.
3. Lea y prepare con anticipación el **Capítulo 3** de la **Cartilla n.º 2 «Cuidados del niño enfermo»**. Para la sesión de trabajo n.º 4 se trabajará el apartado titulado «**Infección Respiratoria Aguda**», en las páginas 28-32.
 - Consiga algunas de las plantas e ingredientes sugeridos en las recetas para poder hacer las demostraciones en caso de que la familia no las tenga.
 - Tenga en cuenta que se sugiere un ejercicio de evaluación y un ejercicio de memorización de las señales de alarma. Cuando prepare los temas, diseñe estos ejercicios utilizando para ello las ilustraciones de la **Cartilla n.º 2** y el **Material de apoyo n.º 2**. Se le invita a ser ingenioso en este punto.
4. Materiales necesarios para la sesión de trabajo:
 - **Cartilla n.º 2** y **Material de apoyo n.º 2**.
 - Algunas de las plantas e ingredientes sugeridos en las recetas para poder hacer las demostraciones en caso de que la familia no las tenga.

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Reúna a la familia, salude y presente el objetivo de la sesión de trabajo: compartir con la familia **los cuidados del niño con Infección Respiratoria Aguda o gripa**. Si en la familia no hay niños, advierta que el cuidado de los niños es una responsabilidad que todos en la comunidad deben asumir para estar atentos y ayudar con los hijos propios, los nietos y los niños de los familiares y vecinos.

Duración: 5 minutos

2. Usando como guía el **Material de apoyo n.º 2**, páginas 14-16 presente los temas que ha preparado con anticipación:
 - * Recordar las dos enfermedades más frecuentes en la infancia: diarrea y gripa y sus características generales
 - * Definir Infección Respiratoria Aguda o gripa
 - * Síntomas más comunes de la gripa
 - * Manejo de condiciones especiales:
 - Manejo de la fiebre
 - Cuidados para evitar el frío
 - Manejo de las secreciones

- * Señales de alarma
- * Remedios caseros para el cuidado de la gripa:
 - Manejo de la fiebre: fricciones con cocimiento de plantas
 - Manejo de las secreciones: gotas nasales, jarabe para la tos
 - Para evitar el frío: infusiones de plantas calientes

Duración: 25 minutos

3. Invite a la familia a la cocina de la casa para hacer una demostración práctica de la preparación de los remedios.
 - Solicite los ingredientes y las plantas sugeridas para el manejo de la fiebre, el control de las secreciones (gotas nasales y jarabe para la tos) y la infusión de plantas calientes. [Recuerde que en la sesión pasada se preparó el cocimiento para el manejo de la fiebre; puede hacer el ejercicio nuevamente para verificar el aprendizaje o para dar la oportunidad de compartir lo que la familia haya averiguado con los abuelos o los sabedores.]
 - Recuerde que estos remedios pretenden hacer uso de ingredientes fáciles de conseguir.
 - Si no encuentra las plantas cerca, utilice las que ha llevado consigo.
 - Usando como guía el **Material de apoyo n.º 2**, páginas 15-17, y la **Cartilla n.º 2**, páginas 30-32 siga paso a paso la preparación de cada uno de los remedios asegurándose de que todos los miembros de la familia entienden cómo se preparan. Tenga cuidado con los niños pequeños cuando trabaja cerca del fogón.
 - Indique la forma correcta de administración de los remedios en cada uno de los casos.

Duración: 1 hora

4. A continuación haga un ejercicio de evaluación sobre señales de alarma de insuficiencia o falla respiratoria.
 - En caso de presentar dudas, utilice nuevamente las ilustraciones del **Material de apoyo n.º 2** en la página 15 para repasarlos.
 - Invite a que alguien en la familia tome apuntes, incluso apoyándose en las ilustraciones que sirven como íconos para recordar señales de alarma.
 - Insista con un ejercicio de memorización.
 - Recuerde qué se debe hacer y por qué cuando un niño con gripa presenta alguna de estas señales de alarma: **llevar inmediatamente al puesto o centro de salud más cercano porque corre peligro de morir.**

Duración: 20 minutos

5. Invite a todas las personas de la familia a volver a preguntar a las mamás, abuelas, sabedoras y sabedores, médicos tradicionales, etc., sobre plantas medicinales recomendadas para el cuidado de la gripa.
 - En caso de no haber encontrado las plantas cerca de la vivienda, recomiende a la familia conseguirlas y sembrarlas. [Advierta que en una sesión de trabajo más adelante se enseñará sobre preparación de tierra para sembrar plantas medicinales y otros alimentos de primera necesidad]

Duración: 10 minutos

6. Agradezca la atención prestada y anuncie el inicio de las sesiones de trabajo del **Módulo 3: Lo que podemos hacer para tener una buena alimentación.**

MÓDULO 3

**LO QUE PODEMOS HACER PARA
TENER UNA BUENA ALIMENTACIÓN**

SESIÓN DE TRABAJO COMUNITARIO N.º 4

RECUPEREMOS LA SOBERANÍA SOBRE TERRITORIOS, RECURSOS Y CONOCIMIENTOS

Duración total: 2 horas

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Visite a la autoridad de la comunidad (capitán, cabildo gobernador, presidente de asociación, etc.) y a las autoridades ancestrales (sabedor, mayor, especialista de la cultura, etc.).
 - Solicite permiso y ayuda para convocar a una nueva reunión comunitaria.
 - Explique a las autoridades visitadas los **objetivos** de esta sesión de trabajo comunitario: **reflexionar en comunidad acerca de la necesidad de recuperar la soberanía sobre territorios, recursos y conocimientos.**
 - Invítelos a que asistan, explicándoles que va a necesitar su ayuda para pensar juntos sobre estos temas.
2. Prepare con anticipación la sesión de trabajo comunitario:
 - Lea **todas** las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para preparar la **Sesión de trabajo comunitario n.º 4.**
3. Lea la **Introducción** y el **Capítulo 1** de la **Cartilla n.º 3**, páginas 9-12, y prepare una cartelera para presentar los contenidos de estas dos secciones valiéndose de las ilustraciones que acompañan el capítulo.
4. Lea con anticipación el **Cuento 6 «Territorio indígena»** del **Material de apoyo n.º 1.**
5. Materiales necesarios para la sesión de trabajo:
 - Copia del formato de **Lista de Asistencia**
 - Papel para carteleras, marcadores de colores, cinta adhesiva
 - **Cartilla n.º 3** y **Material de apoyo n.º 1**
 - Cartelera que ha preparado para presentar los contenidos de la **Introducción** y el **Capítulo 1**

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Una vez reunida la comunidad, pida autorización para iniciar la reunión.
 - Explique los **objetivos** de esta sesión de trabajo comunitario: **reflexionar en comunidad acerca de la necesidad de recuperar la soberanía sobre territorios, recursos y conocimientos.**
 - Solicite llenar el formato de **Lista de Asistencia.**

Duración: 5 minutos

2. A continuación haga una presentación de los consejos para **recuperar la soberanía sobre los territorios, los recursos y los conocimientos**, que se presentan en la **Cartilla n.º 3.**
 - Para esto, emplee la cartelera preparada previamente.

Duración: 15 minutos

3. Invite a los asistentes más jóvenes a reconstruir el calendario tradicional con ayuda de las personas mayores y los sabedores.
 - Para esto puede empezar preguntando por las características que marcan cada época del año (lluvias, cosechas, etc.) y relacionar estas épocas con los meses del año.

- Pregunte por los animales y plantas alimenticias abundantes en cada época como peces, animales de cacería, plantas alimenticias de las chagras, parcelas, huertas y monte, plantas medicinales, etc.
- Pregunte por enfermedades que acompañan las épocas y las normas, ceremonias, rezos o rituales que se deben hacer para prevenirlas.
- Entre todos los asistentes elijan a una o más personas que vayan recogiendo los datos que resulten del ejercicio.
- Esta información se puede registrar más fácilmente dibujándola.
- Solicite ayuda a alguno de los jóvenes que tenga facilidad para el dibujo; pídale que dibuje un círculo en el papel de cartelera que represente el año y lo divida en las épocas que le sean indicadas por los mayores; ilustre las características de cada época y dibuje los animales, plantas de la chagra (parcela o huerta) y plantas que crecen en el monte y que son abundantes.

Duración: 30 minutos

4. Aproveche este ejercicio para preguntar por las plantas que antiguamente se sembraban en las chagras o cultivos tradicionales, los animales que servían de alimento en el pasado y que han dejado de ser consumidos, así como las plantas alimenticias que se recolectaban en la selva, el monte o el desierto y que ya no son recolectadas.
 - Pregunte los motivos por los cuales ya no se siembran, recolectan y/o consumen estas plantas y estos animales y si hay manera de que se puedan volver a conseguir y sembrar.
 - Consigne esta información en carteleras.

Duración: 15 minutos

5. Lea el **Cuento 6 «Territorio Indígena»** del **Material de apoyo n.º 1**.
 - Lea despacio, con buena entonación y asegúrese de que el volumen de la voz sea el adecuado para que todos escuchen correctamente.
 - Si es necesario, pida la ayuda de un traductor para garantizar que todos entienden, especialmente las personas mayores.

Duración: 5 minutos

6. Después de leer el cuento, dé un espacio para opinar sobre las enseñanzas que deja la narración.

Para tener en cuenta

El cogestor social debe tener en cuenta las siguientes ideas y enseñanzas que propone la narración para orientar la discusión:

- * En la narración se muestra con claridad esa relación especial que tienen los indígenas con el territorio. De ahí que, aunque se esté hablando de un barrio de desplazados en la ciudad, se puede también hablar de **territorio indígena o tradicional** que es el que habita un pueblo indígena y en el que establece unas relaciones especiales de manejo para vivir la tradición y la cultura, aunque no sea su territorio de origen. Incluye también el territorio que usa material o espiritualmente aunque no habite en él.
- * De ahí que, incluso fuera del territorio de origen se puede vivir la cultura y mantener la identidad como indígenas.
- * También se muestra cómo la madre de familia enseña a sus hijos y a las demás personas del barrio algunos de los aspectos del autocuidado para tener buena vida, es decir, salud según la definición integral que aprendimos en las sesiones de trabajo en los hogares: establecer buenas relaciones consigo mismo, con los vecinos, con la naturaleza y con el mundo espiritual.
- * Específicamente se evidencia respeto y cuidado con la naturaleza y el agua, evitando talar

todos los árboles, permitiendo que vivan y se reproduzcan los animales, sembrando plantas y cuidando la laguna.

- * «El indio sin tierra no es nada», parece decir la protagonista cuando demuestra que incluso en el desplazamiento puede sembrar alimentos básicos —yuca, batata, ají, cebolla, plantas medicinales y plantas ornamentales— y cuidar sitios como la laguna para poder tener otros alimentos adicionales como la sardinas.
- * Además demuestra cómo es posible apropiarse de tecnologías de afuera, como las camas de siembra, para adaptarse a las nuevas condiciones sin por ello renunciar a seguir siendo indígenas.
- * La importancia de adaptar otras tecnologías como la separación, clasificación y reciclaje de basuras con el fin de solucionar un problema que están viviendo en muchas comunidades indígenas al traer alimentos y productos de afuera.
- * La posibilidad incluso de generar ganancias económicas de manera tal que se respete la naturaleza y se pueda seguir siendo indígena, como el turismo de naturaleza que plantea la narradora.
- * El valor del trabajo con ánimo y con la participación de todos para crear comunidad.
- * La importancia del ejemplo para enseñar a los hijos los valores culturales.
- * El valor del trabajo por el servicio y el bien común sin pensar en el beneficio individual solamente.

Además de tener en cuenta las ideas y enseñanzas, el cogestor social puede dirigir algunas preguntas como las siguientes para llegar a conclusiones entre todos:

- * ¿Cuáles de los elementos mencionados en el cuento tenemos en nuestra comunidad y no valoramos?
- * ¿Qué recomendaciones de las indicadas en el cuento podemos tener en cuenta para mejorar nuestra comunidad?
- * ¿Cómo están los ríos y fuentes de agua de la comunidad? ¿Qué podemos hacer para conservarlos o mejorar su estado?
- * ¿Cómo estamos manejando las basuras en nuestra comunidad?
- * ¿Estamos sembrando nuestra comida?

Duración: 50 minutos

7. Agradezca y dé por terminada la sesión.
 - Anuncie las siguientes sesiones de trabajo que se realizarán en los hogares, casa por casa, para trabajar el **Módulo 3: Conozcamos las características de una buena alimentación.**

SESIÓN DE TRABAJO EN LOS HOGARES N.º 5

CONOZCAMOS LAS CARACTERÍSTICAS DE UNA BUENA ALIMENTACIÓN

Duración total: 1 hora 15 minutos

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Recuerde y **confirme** con anticipación la quinta sesión de trabajo en los hogares según las fechas acordadas.
2. Prepare con anticipación la sesión de trabajo:
 - Lea **todas** las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para preparar la **Sesión de trabajo en los hogares n.º 5**.
3. Lea y prepare con anticipación el **Capítulo 2** de la **Cartilla n.º 3** en las páginas 13-18.
 - Prepare una cartelera con los contenidos de este capítulo valiéndose para ello de las **ilustraciones** y las **cajas de resumen** de la **Cartilla**. Esta cartelera le puede servir para la **sesión de trabajo n.º 5** en todos los hogares, así que resulta recomendable hacerla en un material duradero como cartulina.
4. Lea con anticipación el **Cuento 5 «La pesadilla de Darwin»** del **Material de apoyo n.º 1**.
5. Materiales requeridos para la sesión de trabajo en el hogar:
 - **Cartilla n.º 3, Material de apoyo n.º 1 y Material de apoyo n.º 3**
 - Cartelera preparada con anticipación
 - Papel para cartelera, marcadores, cinta adhesiva
 - Opcional: pliego de cartulina

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Reúna a la familia, salude y presente el objetivo de la sesión de trabajo: **conocer las características de una buena alimentación**.

Duración: 5 minutos

2. Con la ayuda de la cartelera elaborada previamente presente los temas preparados:
 - * Características de una buena alimentación: nutritiva, balanceada, completa, agradable, limpia
 - * Clasificación de los alimentos según su origen: animal, vegetal, mineral
 - * Clasificación de los alimentos según sus propiedades nutricionales: formadores, energéticos, reguladores

Duración: 20 minutos

3. Dé oportunidad para preguntas y aclaraciones.

Duración: 5 minutos

4. Con la ayuda de los ejemplos mostrados en la **Cartilla n.º 3** y en el **Material de Apoyo n.º 3** invite a los participantes a enumerar los alimentos formadores, energéticos y reguladores consumidos en el hogar.
 - En un pliego de papel para cartelera anote los distintos alimentos que vayan enumerando los miembros del hogar, agrupándolos según sus características nutricionales. Puede utilizar columnas como las del ejemplo abajo o dibujar un diagrama de pastel en cartulina copiando el **Material de apoyo n.º 3**. Puede pedir ayuda a algún miembro de la familia.

Formadores	Energéticos	Reguladores

Duración: 10 minutos

5. Teniendo en cuenta el ejercicio anterior, invite a todos los participantes a reflexionar acerca de qué tan nutritiva, balanceada y completa es su dieta.
 - Algunas de las preguntas que se pueden proponer para animar esta reflexión son:
 - * ¿La familia consume suficientes alimentos formadores en la **semana**?
 - * ¿La familia consume suficientes alimentos reguladores en el **día**?
 - * ¿La familia dispone **diariamente** de un alimento energético?
 - * ¿Qué otros alimentos pueden consumir para hacer la alimentación más completa?
 - * ¿Cómo se pueden obtener estos alimentos?
 - * ¿Hay alimentos formadores, energéticos y reguladores disponibles en su territorio que haya dejado de consumir por considerarlos atrasados, primitivos o de pobres?
 - * En el pasado, ¿se consumían los mismos alimentos? ¿Se consumía una mayor o menor variedad de alimentos que ahora? ¿Por qué?
 - Si se evidencian problemas en la alimentación del hogar, anime a los padres de familia a consultar a los mayores y sabedores para que orienten sobre la mejor manera de recuperar alimentos tradicionales que se han perdido.
 - Invite a las personas del hogar a que completen la cartelera o el diagrama de pastel en la medida en que recuerden alimentos que dejaron por fuera de la lista o si los consiguen en el futuro para mejorar la alimentación según las orientaciones del ejercicio y las consultas a los mayores y sabedores.

Duración: 20 minutos

6. A continuación lea el **Cuento 5** del **Material de apoyo n.º 1 «La pesadilla de Darwin»**.
 - Lea despacio, con buena entonación y asegúrese de que el volumen de la voz sea el adecuado para que todos escuchen correctamente.
 - Si es necesario, pida la ayuda de un traductor para garantizar que todos entienden, especialmente las personas mayores.

Duración: 5 minutos

7. Proponga pensar juntos las ideas y enseñanzas de esta narración poniendo especial énfasis en la primera enseñanza de las enumeradas a continuación.

Para tener en cuenta

- * Importancia de valorar lo propio como los recursos alimenticios que ofrece el territorio y los conocimientos y prácticas tradicionales que permiten su mejor aprovechamiento.
- * Importancia de considerar previamente las características ambientales y las necesidades sociales y culturales cuando se van a ingresar a territorios indígenas proyectos de afuera.
- * El derecho al territorio y a los recursos y servicios que ofrece, y la relación especial que han establecido los indígenas con los seres visibles e invisibles de la naturaleza para su adecuado manejo.

- * El derecho a la identidad que garantiza formas de pensamiento y de vida diferentes a las de Occidente, incluida una idea de desarrollo diferente, no centrada en el dinero sino en la correcta relación con el territorio.
- * Derecho a la autodeterminación: para escoger formas propias de desarrollo que estén de acuerdo con la cultura y la tradición, con las necesidades reales de las personas y con el cuidado del territorio. También, para adecuar la educación de modo que sea pertinente, como en el caso de la narración en la que se propone una investigación en el colegio sobre la utilidad de los proyectos productivos, tema que concierne directamente a las comunidades. O la investigación que realiza el narrador que tiene como fin beneficiar a la comunidad más que satisfacer su propio interés como investigador.
- * Derecho a la autonomía: se señala la importancia de consultar a las autoridades propias, en particular a las autoridades ancestrales que son las que tradicionalmente han manejado el territorio, para evaluar la pertinencia de proyectos traídos de afuera.
- * Derecho a la participación: que tiene dos niveles en este caso, la participación de todos en la discusión de los proyectos que se han de traer de afuera, es decir, el derecho a participar en las decisiones que los puedan afectar; y la necesidad de solicitar el consentimiento comunitario aun cuando se trate de proyectos que traen instituciones gubernamentales para beneficio de las personas de la comunidad.

Duración: 10 minutos

8. Agradezca la atención prestada y anuncie la próxima sesión de trabajo en los hogares: **Recordemos lo que podemos hacer en familia para tener una mejor alimentación.**

SESIÓN DE TRABAJO EN LOS HOGARES N.º 6

RECORDEMOS LO QUE PODEMOS HACER EN FAMILIA PARA TENER UNA MEJOR ALIMENTACIÓN

Duración total: 1 hora

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Recuerde y **confirme** con anticipación la sexta sesión de trabajo en los hogares según las fechas acordadas.
2. Prepare con anticipación la sesión de trabajo:
 - Lea **todas** las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para preparar la **Sesión de trabajo en los hogares n.º 6**
3. Prepare con anticipación los **Capítulos 3 y 4** de la **Cartilla n.º 3**.
 - Utilice como guía didáctica el **Material de apoyo n.º 4**.
 - Prepare una cartelera con las ideas principales del **Capítulo 4 «Aprendamos a reconocer la desnutrición»**. Esta cartelera puede ser usada para todas las visitas a los hogares por lo que se recomienda hacerla en un material durable como cartulina.
4. Materiales requeridos para la sesión de trabajo en el hogar:
 - **Cartilla n.º 3 y Material de apoyo n.º 4**
 - Cartelera que ha preparado sobre la Desnutrición

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Reúna a la familia, salude y presente el objetivo de la sesión de trabajo: **recordar lo que podemos hacer en familia para tener una mejor alimentación.**

Duración: 5 minutos

2. Utilice como guía didáctica el **Material de apoyo n.º 4** para presentar de manera lenta y detallada cada una de las ideas indicadas en el **Capítulo 3** de la **Cartilla n.º 3**.
 - Anime a los participantes a comentar y a dar ejemplos de cada una de las diez frases y revisar qué tanto se están cumpliendo estas consejos de autocuidado.
 - Invite a la familia a comprometerse a adoptar todas o algunas de estas recomendaciones.

Duración: 40 minutos

3. Utilizando la cartelera que ha preparado con anticipación, presente los contenidos del **Capítulo 4** de la **Cartilla n.º 3 «Aprendamos a reconocer la desnutrición»**. Recomiende que alguno de los presentes tome apuntes para poder repasar en familia estos conceptos:
 - * Definición
 - * Características
 - * Señales de alarma
 - * Qué hacer ante las señales de alarma

Duración: 15 minutos

4. Agradezca la atención prestada y anuncie la última sesión de trabajo comunitario: **Sembremos nuestra comida.**

SESIÓN DE TRABAJO COMUNITARIO N.º 5

SEMBREMOS NUESTRA COMIDA

Duración total: 3 horas 15 minutos

PARA PREPARAR LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Visite a la autoridad de la comunidad (capitán, cabildo gobernador, presidente de asociación, etc.) y a la autoridad ancestral (sabedor, mayor, especialista de la cultura, etc.).
 - Solicite permiso y ayuda para convocar a reunión comunitaria.
 - Explique a las autoridades visitadas los **objetivos** de esta sesión de trabajo comunitario: **Sembremos nuestra comida**.
 - Advierta que esta es la última sesión de trabajo comunitario que cierra el **Módulo 3 «Lo que podemos hacer para tener una buena alimentación»**.
 - Explique la actividad práctica de elaboración de cama de siembra que se realizará para que **las autoridades definan el sitio** que crean más conveniente.
 - Invite a las autoridades para que estén presentes animando esta última sesión de trabajo comunitario.
2. Haga la convocatoria de la comunidad según los usos y costumbres.
3. Prepare con anticipación la sesión de trabajo:
 - Lea **todas** las orientaciones que se ofrecen a continuación en la Guía para preparar la **Sesión de trabajo comunitario n.º 5**.
4. Lea el **Capítulo 5** de la **Cartilla n.º 3**.
 - Prepare una cartelera con los contenidos de este capítulo. Apóyese en las **ilustraciones y las cajas de resumen** de la Cartilla:
 - * Recordemos que el suelo es un ser vivo que también necesita alimento
 - * Curemos el suelo
 - * Aprendamos a separar basuras
 - * Aprovechemos la basura orgánica
 - * Elaboremos camas de siembra: explicar solamente la utilidad de la cama de siembra ya que se hará un ejercicio práctico para aprender a elaborarla.
5. Solicite ayuda a algunas personas de la comunidad para alistar los materiales que necesita para la cama de siembra, según las indicaciones del **Capítulo 5** de la **Cartilla n.º 3**.
6. Materiales necesarios para la sesión de trabajo:
 - Copia del formato de **Lista de Asistencia**
 - **Cartilla n.º 3**
 - Papel para carteleras, marcadores de colores, cinta adhesiva
 - Bolsas, carretillas o canecas
 - Material orgánico bien picado y sin cocinar, ceniza, hojas de leguminosas, restos de la poda de árboles y arbustos, pala, machete, tierra, agua, estacas, cuerda, tierra abonada (si se dispone de ella), plantas para sembrar en la cama de siembra.

DURANTE LA SESIÓN DE TRABAJO

1. Una vez reunida la comunidad, pida autorización para iniciar la reunión.
 - Explique el objetivo de la sesión de trabajo que es ofrecer algunas ideas sobre **manejo del suelo para poder sembrar nuestra comida**.
 - Solicite llenar el formato de **Lista de Asistencia**.

Duración: 5 minutos

2. Utilizando la cartelera elaborada previamente, presente y explique los contenidos del **Capítulo 5** de la **Cartilla n.º 3**.

Duración: 15 minutos

3. A continuación explique el siguiente ejercicio práctico para aprender a separar basuras.
 - Divida a la comunidad por grupos y asígneles diferentes zonas.
 - Pida a cada grupo que recoja las basuras de la zona asignada y que las lleve en bolsa, carretilla, caneca, etc. a un sitio acordado de acopio.
 - Recomiende tener precauciones sobre todo con latas, metales oxidados, vidrios y residuos peligrosos como pilas, bombillos y envases de venenos y agroquímicos.
 - Pida la ayuda de cuatro voluntarios para hacer la clasificación y separación de la basura así:
 - * Residuos orgánicos
 - * Residuos reciclables
 - * Residuos ordinarios
 - * Residuos peligrosos
 - El cogestor social tendrá que estar atento para orientar la clasificación según lo que ha estudiado en la Cartilla.

Duración: 1 hora

4. Invite a hacer un primer ejercicio de reflexión comunitaria sobre qué hacer con la basura generada en los hogares y en la comunidad, como la que se ha recogido durante el ejercicio práctico.
 - Advierta que probablemente no llegarán a decisiones finales con este ejercicio, pero que es un primer paso para pensar juntos el manejo de las basuras en los hogares y la comunidad.
 - Recomiende elegir un comité conformado por representantes de la comunidad que siga animando la reflexión y movilizand las decisiones incluso en los niveles gubernamentales locales y departamentales.
 - Utilice papel para cartelera para recoger las ideas que vayan surgiendo en la discusión.
 - El cogestor social orientará la discusión teniendo en cuenta las siguientes precisiones:
 - * Los residuos orgánicos crudos pueden ser utilizados para elaborar abonos: camas de siembra, composteras o simplemente regados sobre cultivos y sementeras.
 - * Los residuos de comida cocinada no deben usarse para elaborar camas de siembra porque atraen ratas y otros animales. Se recomienda usar esos residuos para alimentar animales domésticos.
 - * Los residuos ordinarios pueden eventualmente enterrarse lejos de las fuentes de agua si no se dispone de basurero y recolección por el servicio de aseo municipal.
 - * Los residuos reciclables y los residuos peligrosos pueden acumularse bien empacados para ser llevados a sitios habilitados por los municipios para su manejo adecuado.
 - * La efectiva disposición de basuras comienza por la adecuada separación y clasificación de basuras en el hogar.
 - * Se debe gestionar ante las Secretarías de Salud y Medio Ambiente municipal

o departamental u otras dependencias como la Personería, las Corporaciones Autónomas Regionales, etc., para que se organice un mecanismo de recolección de residuos peligrosos y residuos reciclables.

Duración: 30 minutos

5. Para el último ejercicio práctico, invite a la comunidad a reunirse en el sitio elegido por las autoridades o la comunidad para elaborar la cama de siembra.

Para tener en cuenta

Bien sea con las autoridades o con los participantes decida con anticipación el lugar en el que se establecerá la cama de siembra. Se proponen las siguientes opciones:

- * Institución educativa: el gestor social podrá invitar al profesor del área ambiental o a otros profesores interesados, así como a los estudiantes y padres de familia; los miembros de la comunidad educativa pueden aportar los materiales necesarios; los alumnos podrán hacerse responsables del cuidado de las plantas que se siembren.
 - * Puesto de salud: otra opción es elaborar la cama de siembra en predios del puesto de salud; invitar al personal de salud a sembrar un botiquín básico de plantas medicinales; animar a que solicite a los sabedores compartir conocimientos básicos para ir adecuando interculturalmente el servicio de salud occidental.
 - * Casa de la Sabiduría (que es la casa ceremonial, ritual, sagrada): con permiso, ayuda y consejo de los sabedores, médicos tradicionales o especialistas de la cultura.
6. Divida a los participantes en dos grupos:
 - El primer grupo se encarga de trazar el área, retirar la tierra y soltar la tierra del fondo.
 - El segundo grupo se encarga de picar el material orgánico y de ponerlo en las capas indicadas.

Duración: 5 minutos

7. Siga los pasos indicados en el **Capítulo 5**, en la sección «**Elaboremos camas de siembra**» de la **Cartilla n.º 3**.

Duración: 1 hora

8. Invite a los participantes a que siembren en la cama plantas que se hayan investigado con los mayores y sabedores en los ejercicios previos:
 - * para el cuidado de la gripa
 - * para el cuidado de la diarrea
 - * para el manejo de la fiebre
 - * para evitar parásitos
 - * cualquier otra planta que consideren conveniente

Duración: 5 minutos

9. Al terminar solicite a los participantes que definan los encargados de cuidar y regar las plantas.

Duración: 5 minutos

10. Proponga a todos los miembros de la comunidad que elaboren camas de siembra en sus casas, en especial si no tienen chagras, huertas o terrenos para sembrar alimentos y plantas medicinales.
 - Invítelos a sembrar plantas alimenticias y medicinales:
 - * Plantas medicinales para el cuidado de la diarrea y de la gripa, para el manejo de la fiebre y para desparasitar.
 - * Condimentos naturales como ají, cebolla, ajo, tomate, achiote.

- * Una planta o un árbol frutal para disponer de una fruta todos los días:
 - Para tierra fría puede ser tomate de árbol, curuba, mora, uchuva, ciruela, durazno, frambuesa, manzana de agua, breva, etc.
 - Para tierra templada puede ser granadilla, maracuyá, guayaba, anón, naranja, mandarina, limón, etc.
 - Para tierra cálida puede ser naranja, mandarina, limón, mango, banano, carambolo, coco, etc.

Duración: 10 minutos

11. Cierre la reunión agradeciendo la atención y el trabajo de todos.
 - Anuncie que pasará visitando los hogares para llevar un control un control de camas de siembra elaboradas y plantas sembradas (para el que puede utilizar el formato de la página 49); y para solucionar dudas que hayan surgido al finalizar los tres módulos.



PROSPERIDAD SOCIAL



**TODOS POR UN
NUEVO PAÍS**
PAZ EQUIDAD EDUCACIÓN



