



Mujeres rurales que Transforman: Herramientas para el Empoderamiento



Mujeres rurales que Transforman: Herramientas para el Empoderamiento

Sello Editorial Universidad de Pamplona
Universidad de Pamplona
Sede Principal Pamplonita, Km 1. Vía Bucaramanga
Ciudad Universitaria. Norte de Santander, Colombia
www.unipamplona.edu.co

Autoras

Neida Albornoz-Arias Ph.D

Investigadora principal. Estancia postdoctoral.

Universidad Simón Bolívar,
sede Cúcuta. Colombia.

Camila Rojas-Sanguino

Joven investigadora.

Universidad Simón Bolívar,
sede Cúcuta. Colombia.

Akever-Karina Santafé-Rojas Ph.D

Supervisora de la estancia

Universidad de Pamplona.

Autoridades

Ivaldo Torres Chávez Ph.D

Rector Universidad de Pamplona.

Aldo Pardo García Ph.D

Vicerrector de Investigaciones Unipamplona.

Caterine Mojica Acevedo

Jefe Sello Editorial Universidad de Pamplona.

Laura Angelica Buitrago Quintero

Diseño y diagramación

ISBN (Digital): 978-628-7656-47-5
ISBN (Físico): 978-628-7656-49-9
Recursos Visuales: CANVA
Diciembre 2024, Colombia.



Este documento corresponde a una Caja de Herramientas basada en metodologías para el empoderamiento de las mujeres rurales en la región del Catatumbo, producto del proyecto de investigación: "Propuesta de valor en la(s) unidad(es) productiva(s) de cacao de mujeres rurales, para superar las barreras que enfrentan a lo largo de la cadena productiva, mediante el empoderamiento individual y colectivo, en los municipios de Tibú y Sardinata, Departamento Norte de Santander, Colombia". Proyecto financiado por el Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación (MINCIENCIAS). [Código 102882 CT 235-2023]. Convocatoria 935. Programa Orquídeas. Mujeres en la Ciencia: Agentes para la Paz, ejecutado por la Universidad de Pamplona.



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz

Tabla de contenido

Agradecimientos	4
Presentación	5
¿Qué es el empoderamiento femenino?	6
Decálogo del trabajo en equipo de mujeres rurales	7

METODOLOGÍAS PARA EL FORTALECIMIENTO DEL EMPODERAMIENTO INDIVIDUAL

1. Autoestima y liderazgo personal	8
1.1 Taller de autoconocimiento	8
1.2 Construcción de confianza	10
2. Educación financiera	12
2.1 Microemprendimientos	12
3. Competencias digitales	14
3.1 Alfabetización digital	14
3.2 Comercio electrónico	16
3.3 Acceso a la información	18

METODOLOGÍAS PARA EL FORTALECIMIENTO DEL EMPODERAMIENTO COLECTIVO

1. Redes de colaboración y alianzas	20
2. Desarrollo de capacidades para la gobernanza y la incidencia política	22
2.1 Participación comunitaria y liderazgo	22
2.2 Derechos de las mujeres y acceso a la justicia	24
2.3 Evaluación de impacto comunitario	26

METODOLOGÍAS PARA LA SOSTENIBILIDAD Y EL DESARROLLO TERRITORIAL

1. Sostenibilidad ambiental	28
1.1 Agricultura sostenible	28

Referencias	30
--------------------------	-----------



Agradecimientos

Este producto corresponde a una Caja de Herramientas que ha sido posible al apoyo y colaboración de un grupo de mujeres rurales, tanto en el municipio de Tibú y como de Sardinata, Norte de Santander, Colombia. Ellas con su participación en las sesiones de trabajo de campo, sentaron las bases para el desarrollo de este producto, cuyo propósito es proporcionar recursos prácticos, conocimientos y habilidades que promuevan el fortalecimiento de las capacidades de las mujeres para influir en sus entornos personales, familiares y comunitarios.

Esta Caja de Herramientas está inspirada en la fuerza de la mujer, el arraigo al campo, la reconciliación y la acción colectiva; es testimonio del poder transformador del trabajo colaborativo de las mujeres rurales, busca transformar su realidad, apoyándolas en el ejercicio de sus derechos y en la construcción de una sociedad más equitativa y justa.

Con gratitud

- A las mujeres rurales del Corregimiento La Victoria, municipio de Sardinata, Colombia, beneficiadas y fundadoras de la Asociación de Mujeres Campesinas Cacaoterías La Victoria (ASOMUCAVIC) en el marco de este proyecto. Gracias a su colaboración y vecindad, hemos podido construir alternativas colectivas que fortalecen el tejido social mediante el empoderamiento femenino.
- A las mujeres rurales del municipio de Tibú, Colombia, beneficiadas y fundadoras de la Asociación de Mujeres Tibuyanas Cacaoterías del Catatumbo (ASOMUTICA) en el marco de este proyecto. Su compromiso y unión han sido fundamentales para hacer realidad este logro.
- A la Asociación Regional de Hogares Juveniles Campesinos de Norte de Santander, nuestro aliado estratégico en el territorio. Su acompañamiento y respaldo han sido cruciales para la implementación exitosa de este proyecto.
- Por las contribuciones a la transformación y el empoderamiento de las mujeres rurales en la región del Catatumbo.

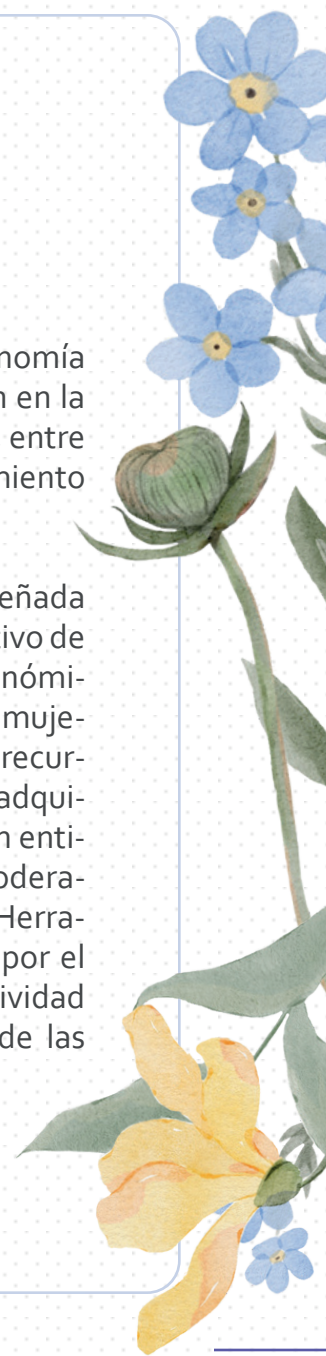
Presentación

Las mujeres rurales en el sector agrícola enfrentan más desafíos que los hombres para acceder a recursos productivos y participar equitativamente en las cadenas de valor agroalimentarias, enfrentando restricciones que limitan su autonomía económica, toma de decisiones y, por ende, el pleno desarrollo de sus capacidades para lograr un empoderamiento efectivo (Gonzaga et al., 2022).

En respuesta a estos retos, el proyecto titulado *"Propuesta de valor en la(s) unidad(es) productiva(s) de cacao de mujeres rurales, para superar las barreras que enfrentan a lo largo de la cadena productiva, mediante el empoderamiento individual y colectivo, en los municipios de Tibú y Sardinata, Departamento Norte de Santander, Colombia"* se centró en fortalecer tanto las capacidades individuales como colectivas de las mujeres rurales. A lo largo de su implementación, se promovió la toma de decisiones, la asociatividad, el fortalecimiento de la autoestima y el liderazgo, el desarrollo de la confianza,

el aprendizaje de habilidades digitales, la economía circular y sostenibilidad ambiental, y la formación en la transformación de productos derivados del cacao, entre otras competencias esenciales para el empoderamiento de las mujeres rurales.

Por lo tanto, esta Caja de Herramientas ha sido diseñada en el marco del proyecto mencionado, con el objetivo de contribuir al fortalecimiento de la autonomía económica, la toma de decisiones y la participación de las mujeres rurales en el ámbito agrícola. A través de este recurso, se busca compartir y difundir el conocimiento adquirido, tanto para asociaciones de mujeres como con entidades que trabajen por la promoción del empoderamiento femenino en zonas rurales. La Caja de Herramientas compila las metodologías desarrolladas por el equipo de investigadoras, demostrando su efectividad para promover el empoderamiento económico de las mujeres rurales desde una perspectiva de género.



¿Qué es el empoderamiento femenino?

Se entiende como un proceso que permite a las mujeres elegir libremente su camino en la vida y participar activamente en la sociedad. (Kabeer, 1999). Para poder tomar decisiones, es esencial tener acceso a recursos, esto les permite ejercer su poder de decisión (agencia). Sin embargo, cuando las normas sociales limitan el acceso a recursos económicos, las mujeres pierden poder y ven restringida su capacidad para alcanzar bienestar. (Karimli et al., 2021).

Desde la perspectiva de capacidades de Nussbaum y Sen (1998), el empoderamiento está vinculado a la capacidad de vivir una vida que las mujeres consideren valiosa. Esto implica asegurar que tengan acceso a recursos como educación, salud y oportunidades laborales, que les permitan tomar decisiones informadas y autónomas. La sociedad tiene la responsabilidad de crear espacios que fortalezcan estas capacidades, garantizando que las mujeres puedan elegir libremente y de acuerdo con sus propios valores y aspiraciones. (Nussbaum, 2012). En resumen, el empoderamiento de la mujer rural, tanto individual como colectivo, está enfocado en:

1. Fomentar la autonomía

Ayudar a las mujeres a tomar decisiones informadas sobre sus vidas, economía, salud, derechos y participación en sus comunidades.

2. Promover la igualdad de género

Combatir las desigualdades y discriminaciones que limitan el acceso de las mujeres a recursos, oportunidades y toma de decisiones.

3. Desarrollar habilidades interpersonales y técnicas:

Facilitar el acceso a conocimientos y herramientas en áreas como liderazgo, emprendimiento, participación política, resolución de conflictos y gestión de proyectos.

4. Fortalecer redes de apoyo

Crear espacios de solidaridad y colaboración entre mujeres para que, de manera conjunta, puedan generar cambios estructurales y sostener movimientos por la equidad y el respeto en sus comunidades.

5. Promover la sostenibilidad de la paz territorial

En regiones rurales afectadas por conflictos, estas herramientas contribuyen a procesos de paz al empoderar a las mujeres como agentes clave para la reconstrucción social, la cohesión comunitaria y el desarrollo territorial inclusivo.

Decálogo del trabajo en equipo de mujeres rurales

1. Sororidad.

Mantener lazos de solidaridad y colaboración entre mujeres, unión de voluntades, apoyo, cuidado mutuo, con empatía y comprensión, reconociéndose entre sí desde sus historias compartidas de desigualdad y/o discriminación.

2. Autocuidado.

Reconocer la importancia de cuidarnos a nosotras mismas para poder cuidar a otras.

3. Escucha activa.

Prestar atención genuina a las voces y experiencias de todas las integrantes del grupo.

4. Respeto.

Reconocer y respetar las opiniones y decisiones de todas.

5. Equidad.

Buscar la igualdad de oportunidades y tratar a todas las mujeres con justicia (normas, pautas y criterios que orientan las relaciones entre las integrantes del equipo).

6. Diversidad.

Valorar y celebrar las diferencias individuales y culturales dentro del grupo.

7. Empoderamiento.

Fomentar la confianza y la autonomía de cada mujer.

8. Acción colectiva.

Trabajar juntas hacia metas y objetivos comunes.

9. Transformación.

Mostrarse abiertas a desaprender y al nuevo aprendizaje con miras a una evolución constante.

10. Persistencia.

No rendirse ante dificultades u obstáculos, seguir luchando por la igualdad y la justicia.

11. Redes y alianzas.

Establecer conexiones con otras organizaciones y comunidades para fortalecer el trabajo conjunto.

12. Capacidad de agencia.

Tomar decisiones y actuar de manera autónoma y consciente.

Metodologías para el fortalecimiento del empoderamiento individual

1. Autoestima y liderazgo personal

1.1 Taller de autoconocimiento

Procedimiento

Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo de este taller es fortalecer el autoconocimiento de las mujeres rurales, proporcionando un espacio seguro para que reconozcan sus capacidades, emociones, y valores, y cómo estos pueden contribuir a su bienestar personal y colectivo. El taller busca fomentar la autoestima, la confianza en sí mismas y la construcción de una identidad empoderada.



Tiempo

Aproximadamente
**2 horas y
20 minutos.**

Requerimientos

- Hojas grandes de papel o cartulina.
- Marcadores y colores.
- Hojas con el dibujo de un árbol (para la actividad 2).
- Cinta adhesiva (para pegar las hojas en la pared si se desea).
- Sillas dispuestas en círculo para la discusión grupal.

Apertura (20 minutos)

- **Bienvenida y presentación** de facilitadores.
- Breve explicación del objetivo del taller.
- Actividad de integración: Ronda de nombres y una palabra que las represente (por ejemplo, *"Soy María y soy resiliente"*).
- Creación de un ambiente seguro: Establecimiento de reglas de respeto, escucha activa y confidencialidad.

Profundización /Parte I (40 minutos)

Exploración del "Yo":

- Introducción al concepto de autoconocimiento y su importancia.

Actividad: "El Mapa de Mi Vida"



Objetivo:

Ayudar a las participantes a explorar y reconocer los momentos importantes de su vida que las han formado como son hoy.

Desarrollo:

- 1 Se entrega a cada participante una hoja grande de papel y colores.
- 2 Se les pide que dibujen un camino o río que represente su vida hasta ahora, donde marquen tres momentos importantes que las han definido (pueden ser momentos positivos o desafiantes).
- 3 Luego, se invita a cada mujer a compartir (si lo desea) uno de esos momentos con el grupo, explicando por qué lo eligió y cómo influyó en su vida.

Profundización Parte II

(50 minutos)

Reconociendo Fortalezas y Valores:

- Reflexión sobre cómo nuestras experiencias de vida construyen fortalezas personales.

Actividad: "Mis Raíces de Fortaleza"



Objetivo:

Identificar y fortalecer las cualidades, habilidades y valores de cada participante.

Desarrollo:

- 1 Cada participante recibe una hoja con el dibujo de un árbol sin raíces visibles.
- 2 Se les pide que, en el tronco del árbol, escriban tres cualidades o habilidades que valoren de sí mismas.
- 3 En las raíces (parte inferior de la hoja), deben escribir las experiencias o personas que las ayudaron a desarrollar esas cualidades (por ejemplo, "trabajo en el campo" o "mi abuela").
- 4 Al final, se hace una pequeña ronda donde las participantes pueden compartir sus fortalezas y agradecer a aquellas experiencias o personas que contribuyeron a su crecimiento.

Reflexión y cierre

(30 minutos)

- **Discusión grupal:**
¿Qué he aprendido sobre mí misma en este taller?
- **Invitación a compartir una reflexión final:**
"¿Cómo aplicaré lo que aprendí hoy en mi vida diaria?"
- **Cierre con una dinámica de agradecimiento colectivo.**



Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo de este taller es fortalecer la confianza en sí mismas y en las relaciones interpersonales de las mujeres rurales, generando un espacio donde puedan identificar sus capacidades y reconocer el valor de la colaboración y el apoyo mutuo. El taller busca desarrollar habilidades de comunicación, cooperación y autoestima, esenciales para su empoderamiento individual y colectivo.



Tiempo
2 horas

Requerimientos

- Bienvenida a las participantes.
- Presentación del objetivo del taller y explicación de su importancia.
- Dinámica de integración: Ronda de presentaciones donde cada participante comparte su nombre y una cualidad positiva que valoren de sí mismas.

Apertura (15 minutos)

- **Bienvenida y presentación** de facilitadores.
- Breve explicación del objetivo del taller.
- Actividad de integración: Ronda de nombres y una palabra que las represente (por ejemplo, "*Soy María y soy resiliente*").
- Creación de un ambiente seguro: Establecimiento de reglas de respeto, escucha activa y confidencialidad.

Profundización /Parte I (35 minutos)

Explorando la Confianza en Nosotras Mismas:

- Breve explicación sobre la importancia de la confianza personal y cómo se construye.

Actividad: "Mi Caja de Logros"

Desarrollo:

- 1 Se entrega a cada participante una hoja de papel y bolígrafos o colores.
- 2 Se les pide que dibujen una caja (simbolizando su "*caja de logros*") y dentro de ella escriban al menos tres logros o momentos importantes de sus vidas que las hagan sentir orgullosas.
- 3 Luego, cada participante puede compartir con el grupo uno de esos logros y cómo se sintieron en ese momento.
- 4 Reflexión grupal sobre cómo esos logros reflejan la fortaleza interna de cada una y pueden ser una base para construir más confianza en el futuro.

Profundización Parte II

(40 minutos)

Construyendo Confianza en el Grupo:

- Reflexión sobre la confianza interpersonal, el trabajo en equipo y la colaboración comunitaria.

Actividad: “La Red de Apoyo”

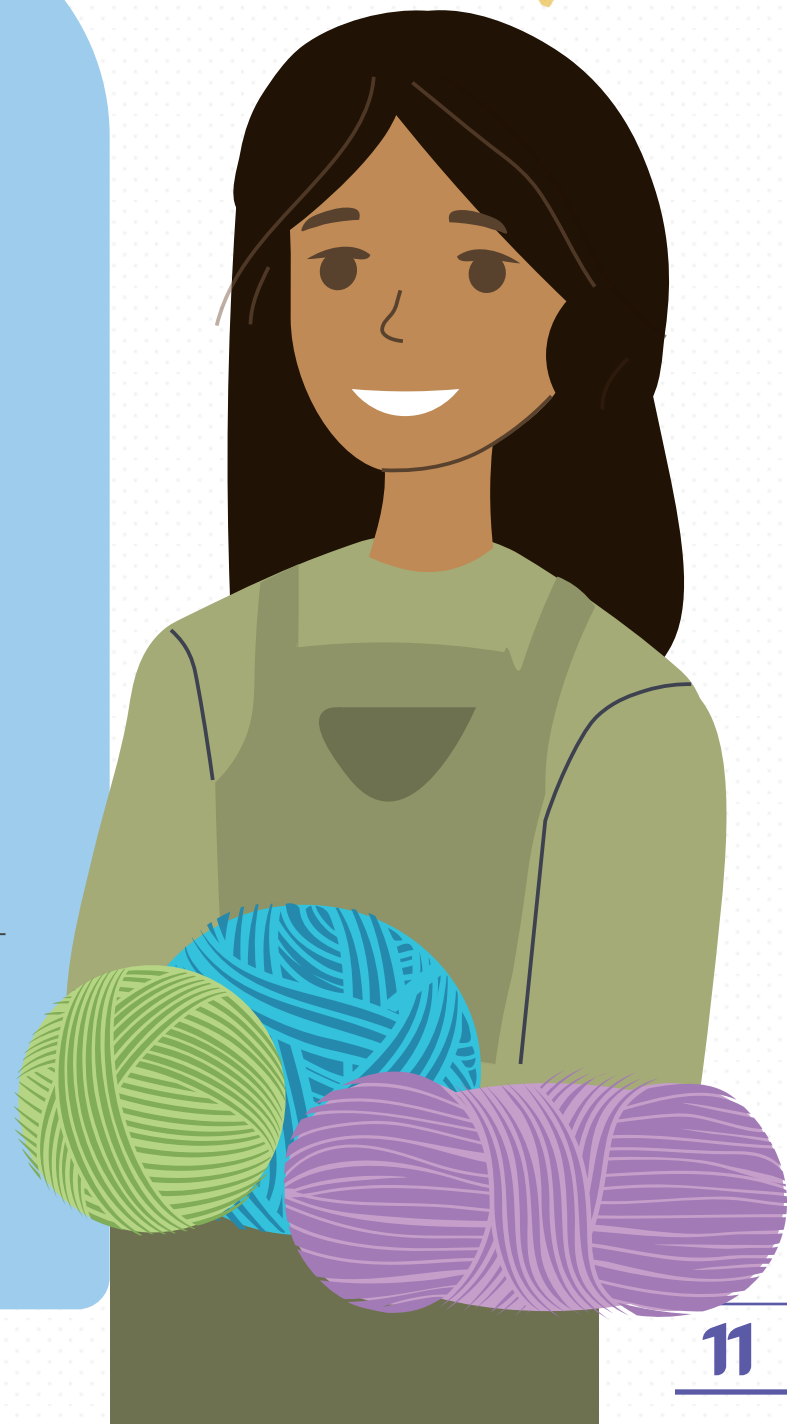
Desarrollo:

- 1 Las participantes forman un círculo y se les entrega un ovillo de lana o hilo.
- 2 Una de ellas empieza sosteniendo el ovillo, dice en qué aspecto puede ayudar a las demás y luego lanza el ovillo a otra participante, sosteniendo el hilo para crear una conexión entre ambas.
- 3 La persona que recibe el ovillo dice cómo puede contribuir o ayudar al grupo y lanza el ovillo a otra persona, manteniendo el hilo.
- 4 Esta dinámica continúa hasta que todas las participantes estén conectadas por el hilo, formando una red.
- 5 Reflexión final sobre cómo el apoyo mutuo fortalece a la comunidad y la confianza interpersonal.

Reflexión y cierre

(30 minutos)

- **Discusión grupal:**
¿Cómo podemos mantener la confianza en nosotras mismas y en nuestras relaciones después del taller?
- **Dinámica final de agradecimiento colectivo y compromiso de apoyo mutuo.**



Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo de este taller es proporcionar a las mujeres rurales los conocimientos y herramientas básicas para la creación de emprendimientos sostenibles. A través de actividades prácticas, se busca que las participantes identifiquen sus habilidades, reconozcan oportunidades en su entorno, y diseñen un plan de negocio básico para impulsar ideas emprendedoras que contribuyan a su empoderamiento económico y al desarrollo de sus comunidades.



Tiempo

Aproximadamente
2 horas

Requerimientos

- Hojas de papel o cuadernos.
- Plantillas impresas para el plan de negocio.
- Bolígrafos, lápices y marcadores.
- Pizarrón o rotafolio (para tomar notas durante las discusiones).
- Sillas dispuestas en círculo.

Apertura
(20 minutos)

- **Bienvenida y presentación** de facilitadores.
- **Explicación del objetivo del taller:** Cómo el emprendimiento puede ser una herramienta de independencia económica y transformación comunitaria.
- **Dinámica de presentación:** Cada participante dice su nombre y una idea de negocio o habilidad que le gustaría desarrollar.

Profundización
/Parte I
(30 minutos)

¿Qué es un emprendimiento?

- Introducción sobre qué es el emprendimiento y sus características.

Actividad: “Descubriendo Mis Oportunidades”



Objetivo:

Ayudar a las participantes identificar habilidades y recursos locales que pueden ser aprovechados para el emprendimiento.

Desarrollo:

- 1 Se entrega a cada participante una hoja dividida en dos columnas. En la primera columna deben escribir al menos tres habilidades o conocimientos que tienen (por ejemplo, hacer artesanías, cocinar, cultivar).
- 2 En la segunda columna deben anotar recursos disponibles en su comunidad (tierra, productos locales, materiales naturales).
- 3 Luego, en pequeños grupos, comparten sus listas e intercambian ideas sobre cómo combinar sus habilidades y recursos para crear posibles ideas de negocio.
- 4 **Reflexión final grupal:** ¿Qué ideas de emprendimiento podrían surgir a partir de lo que identificaron?

Actividad: “Creando un Plan de Negocio Básico”

Profundización Parte II (50 minutos)



Objetivo:

Desarrollar un plan básico que sirva como guía inicial para un emprendimiento.

Desarrollo

- 1 Se proporciona una plantilla con los elementos esenciales de un plan de negocio:
 - Nombre del emprendimiento.
 - Producto o servicio.
 - Público objetivo.
 - Recursos necesarios.
 - Costo estimado y precio de venta.
 - Estrategia de promoción.
- 2 Las participantes trabajan en parejas o grupos pequeños para rellenar la plantilla con una idea de negocio que les gustaría desarrollar.
- 3 Una vez completado el plan, las participantes presentan brevemente su idea al resto del grupo.
- 4 Se cierra con una breve discusión sobre los pasos a seguir para implementar el plan y buscar apoyo (asesorías, financiación, redes).
- 5 Explicación paso a paso sobre los elementos esenciales de un plan de negocio.

Reflexión y cierre (25 minutos)

- **Discusión grupal:**
¿Qué desafíos ven para iniciar sus propios emprendimientos y cómo podrían superarlos?
- **Conclusión y palabras motivacionales sobre la importancia de la perseverancia en el emprendimiento.**



Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo del taller es proporcionar a las mujeres rurales habilidades básicas de alfabetización digital, de modo que puedan acceder a las tecnologías, utilizarlas de manera efectiva y aprovechar las herramientas digitales para su vida cotidiana y el desarrollo de sus proyectos personales o comunitarios. Se busca que adquieran confianza en el uso de dispositivos como smartphones, computadores y aplicaciones básicas.



Tiempo
2 horas

Requerimientos

- Teléfonos inteligentes o computadores (si las participantes no cuentan con dispositivos, se puede buscar apoyo para proporcionar algunos durante el taller).
- Acceso a internet (Wi-Fi o datos móviles).
- Pizarrón o rotafolio (para apuntar las instrucciones clave).
- Cargadores de dispositivos (para asegurar que todos los dispositivos tengan suficiente batería).

Apertura

(15 minutos)

- **Bienvenida y presentación** de facilitadores.
- **Explicación del objetivo del taller:** La importancia de la alfabetización digital en el mundo actual y cómo puede mejorar la calidad de vida y oportunidades de las participantes.
- **Dinámica de presentación:** Cada mujer comparte su nivel de conocimiento en el uso de tecnologías (básico, intermedio, avanzado) y una expectativa que tiene para el taller.

Profundización
/Parte I

(40 minutos)

Introducción a la Tecnología y Dispositivos Básicos:

- Breve explicación sobre las partes y funciones de un teléfono inteligente y una computadora.

Actividad: "Conociendo mi dispositivo"



Objetivo:

Familiarizar a las participantes con las funciones básicas de sus teléfonos inteligentes o computadores.

Desarrollo:

- 1 Cada participante utiliza su propio teléfono o dispositivo. Si no tienen uno, se les proporciona uno de los dispositivos disponibles.
- 2 Se les enseña las funciones básicas: encender y apagar, ajustar el volumen, conectarse a internet (Wi-Fi), abrir aplicaciones y escribir mensajes.
- 3 Las facilitadoras guían paso a paso a cada participante, asegurándose de que todas logren realizar cada acción de manera independiente.
- 4 Al final, se realiza una breve ronda donde las participantes comparten qué función les fue más difícil y qué aprendieron de su dispositivo.

Actividad: “Navegación Básica en Internet y Uso de Aplicaciones”

Profundización Parte II

(50 minutos)



Objetivo:

Enseñar a las mujeres a usar un navegador de internet y realizar búsquedas útiles y seguras.

Explicación sobre cómo conectarse a internet, navegar de manera segura y usar aplicaciones útiles.

Desarrollo

- 1 Se explica brevemente cómo abrir un navegador (Google Chrome, Safari, etc.) y se muestra cómo ingresar a una página web.
- 2 Cada participante, usando su dispositivo o uno proporcionado, realiza una búsqueda en internet de un tema de interés práctico (por ejemplo, precios de productos agrícolas, recetas, o servicios de salud).
- 3 Se enseña a reconocer sitios confiables y a evitar sitios sospechosos o fraudes.
- 4 Las participantes comparten con el grupo la información que encontraron y discuten cómo podrían aplicar lo aprendido en su vida diaria.

Reflexión y cierre

(25 minutos)

- **Discusión grupal** sobre los desafíos más comunes que enfrentan al usar tecnologías.
- **Preguntas finales y repaso** de los temas clave del taller.

Cierre con una dinámica de agradecimiento y motivación para seguir aprendiendo.



3.2 Comercio electrónico

Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo del taller es que las mujeres rurales adquieran conocimientos básicos sobre comercio electrónico, permitiéndoles usar plataformas digitales para vender productos o servicios de manera efectiva. Se busca que aprendan a identificar oportunidades en el mercado digital, crear perfiles atractivos para sus productos, gestionar ventas en línea y establecer estrategias de atención al cliente.



Tiempo
2 horas

Requerimientos

- Teléfonos inteligentes o computadores con acceso a internet (se puede gestionar la disponibilidad de dispositivos).
- Cámaras o celulares para tomar fotos. Plantillas impresas para el perfil de producto.
- Bolígrafos y papel.
- Pizarrón o rotafolio para anotar ideas clave.
- Conexión a internet (Wi-Fi o datos móviles).

Apertura
(15 minutos)

- **Bienvenida y presentación** de las facilitadoras.
- **Explicación del objetivo del taller:** Cómo el comercio electrónico puede abrir nuevas oportunidades de negocio y mejorar la economía local.
- **Dinámica de presentación:** Cada participante menciona el tipo de producto o servicio que le gustaría vender en línea.

Profundización
/Parte I
(30 minutos)

Parte 1: Introducción al Comercio Electrónico:

- **Explicación de los conceptos básicos:** ¿Qué es el comercio electrónico?, plataformas de venta (Marketplace, redes sociales, tiendas en línea).
- Ejemplos de mujeres rurales exitosas que han usado el comercio electrónico para vender sus productos.

Actividad: “Explorando Plataformas Digitales”



Objetivo: Familiarizar a las participantes con diferentes plataformas de comercio electrónico y redes sociales como herramientas de venta.

Desarrollo:

- 1 Se muestran diferentes plataformas de comercio electrónico populares (Mercado Libre, Amazon, Etsy) y redes sociales como Facebook e Instagram para ventas.
- 2 Se explica cómo funcionan cada una, las ventajas y desventajas, y los requisitos básicos para abrir una cuenta.
- 3 Las participantes, usando un dispositivo (smartphone o computador), exploran una de las plataformas guiadas por la facilitadora. Se les pide que naveguen por productos similares a los que ellas ofrecerían.
- 4 Reflexión grupal sobre cuál plataforma les parece más accesible o relevante para su comunidad.

“Creación de un Perfil de Producto Atractivo”

Profundización Parte II (50 minutos)



Objetivo:

Enseñar a las participantes a crear perfiles de productos atractivos para vender en línea.

Explicación de los elementos clave para crear un perfil de producto atractivo: Fotos de calidad, descripciones claras, precios adecuados y atención al cliente.

Desarrollo

- 1 Se les entrega una plantilla con los elementos de un perfil de producto (nombre del producto, descripción, precio, fotos, y condiciones de venta).
- 2 Cada participante trabaja en crear un perfil para un producto que desee vender. Deben escribir una descripción clara, elegir un precio adecuado y tomar o buscar una foto atractiva del producto (se les puede proporcionar celulares o cámaras).
- 3 Después de completar el perfil, se realiza una presentación breve donde cada participante muestra su perfil y recibe retroalimentación del grupo y las facilitadoras sobre cómo mejorarlo.
- 4 Se cierra con una breve explicación sobre la importancia de la atención al cliente y el seguimiento de las ventas en línea.

Reflexión y cierre (25 minutos)

- **Discusión grupal:**
¿Qué desafíos y oportunidades ven al vender productos en línea?
- Preguntas finales y resumen de las ideas clave.
- Cierre con palabras motivacionales sobre la perseverancia en el mundo digital.



3.3 Acceso a la información

Procedimiento

Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo de este taller es empoderar a las mujeres rurales mediante el uso de la tecnología para acceder a información clave sobre derechos, salud, y oportunidades de desarrollo económico y legal. A través de actividades prácticas, se busca que las participantes aprendan a navegar en plataformas gubernamentales y otros recursos en línea para obtener permisos, certificaciones, y cumplir con requisitos legales como los relacionados con INVIMA, DIAN, y ESALES.



Tiempo
Aproximadamente
2 horas

Requerimientos

- Teléfonos inteligentes o computadores con acceso a internet.
- Guías impresas o en formato digital con instrucciones paso a paso para los trámites (permisos de INVIMA, registros en DIAN, etc.).
- Proyector y pantalla para mostrar ejemplos en vivo de las plataformas gubernamentales.
- Pizarrón o rotafolio para anotar ideas clave y pasos importantes.

Apertura (20 minutos)

- Bienvenida a las participantes y presentación del equipo facilitador.
- Explicación del objetivo del taller: La importancia del acceso a la información para garantizar derechos, mejorar la salud y facilitar el emprendimiento.
- Dinámica de presentación: Cada participante menciona un aspecto de su vida o negocio en el que le gustaría recibir más información o apoyo tecnológico.

Profundización /Parte I (35 minutos)

Introducción al Acceso a la Información:

- Breve explicación sobre el acceso a la información como derecho fundamental.
- Presentación de las plataformas y entidades clave: INVIMA, DIAN, ESALES, certificaciones de origen, y otras plataformas relacionadas con salud y oportunidades de desarrollo.

Actividad: “Explorando Portales Gubernamentales”



Objetivo:

Familiarizar a las participantes con las principales plataformas gubernamentales para acceder a información sobre derechos y oportunidades de desarrollo.

Desarrollo:

- 1 Se proyecta una presentación o video donde se muestra cómo navegar las páginas web de INVIMA, DIAN, ESALES, y otras relacionadas.
- 2 Cada participante, con apoyo de la facilitadora, explora una de estas plataformas desde su dispositivo (teléfono o computador). El objetivo es aprender a buscar información sobre permisos, certificaciones, o trámites relacionados.
- 3 Se les pide que identifiquen la información que consideran más útil para sus necesidades (por ejemplo, requisitos para obtener un permiso INVIMA o para acceder a certificados de origen).
- 4 Reflexión grupal sobre la accesibilidad y usabilidad de estas plataformas, identificando las mayores dificultades encontradas y cómo se pueden resolver.

Profundización Parte II

(45 minutos)

Uso de la tecnología para navegar información específica:

- Introducción al uso de la tecnología para realizar trámites y acceder a recursos en línea.

Actividad: “Guía Paso a Paso para Solicitar un Permiso de INVIMA o Consultar Trámites de DIAN”



Objetivo:

Enseñar a las participantes el proceso para realizar trámites específicos en línea.

Desarrollo

- 1 Se elige un trámite común, como la solicitud de un permiso sanitario INVIMA o la consulta de trámites ante la DIAN.
- 2 Cada participante sigue las instrucciones en su dispositivo móvil o computador para realizar el trámite. Se les proporciona una guía escrita o un formato con los pasos detallados.
- 3 Se guía a las participantes a través de todo el proceso, desde el registro en la plataforma hasta la descarga de los documentos necesarios.
- 4 Las participantes que logran completar el proceso comparten su experiencia con el grupo y se resuelven las dudas que surjan.

Reflexión y cierre

(25 minutos)

- **Discusión grupal:** sobre los retos encontrados al buscar información y cómo superarlos.
- Preguntas y respuestas sobre el uso de las plataformas.
- Cierre con motivación para continuar explorando herramientas tecnológicas.



Metodologías para el fortalecimiento del empoderamiento colectivo

1. Redes de colaboración y alianzas

Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo del taller es empoderar a las mujeres rurales en la creación y fortalecimiento de redes de colaboración y alianzas estratégicas, promoviendo el intercambio de recursos, experiencias y conocimientos que les permitan mejorar sus proyectos y aumentar su impacto social y económico. Se busca que las participantes comprendan la importancia de trabajar en red y desarrollen habilidades prácticas para establecer alianzas efectivas.



Tiempo

Aproximadamente
1 hora y
50 minutos.

Requerimientos

- Hojas grandes de papel o rotafolios para anotar redes y proyectos.
- Marcadores y bolígrafos.
- Proyector o pantalla para mostrar ejemplos de redes de colaboración exitosas.
- Guías impresas con consejos sobre cómo establecer alianzas.

Procedimiento

Apertura (20 minutos)

- **Bienvenida y presentación** de facilitadores.
- Explicación del objetivo del taller: Cómo las redes de colaboración pueden mejorar sus oportunidades de desarrollo.
- **Dinámica de presentación:** Cada participante menciona una red o grupo con el que ya colabora o ha colaborado y un beneficio obtenido de esa experiencia.

Profundización /Parte I (40 minutos)

Introducción a las Redes de Colaboración y Alianzas:

- Explicación de qué son las redes de colaboración y alianzas, sus características y beneficios.
- Ejemplos de redes exitosas de mujeres rurales en el ámbito local, nacional e internacional.
- Discusión sobre los elementos clave para crear redes efectivas: confianza, comunicación, objetivos comunes, y sostenibilidad.

Actividad: “Mapeo de Redes Potenciales”



Objetivo:

Ayudar a las participantes a identificar redes y alianzas que podrían ser beneficiosas para sus proyectos.

Desarrollo:

- 1 Se les pide a las participantes que piensen en su contexto local y escriban en hojas de papel los grupos, organizaciones o individuos con los que podrían colaborar (ej. grupos de mujeres, ONGs, instituciones gubernamentales, etc.).
- 2 Cada participante comparte sus ideas con el grupo, y se anotan en una pizarra o rotafolio.
- 3 Se guía a las participantes a categorizar las alianzas potenciales (por ejemplo: recursos, conocimientos, financiamiento, etc.).
- 4 Se finaliza con una reflexión sobre cómo estas redes pueden apoyarlas en sus objetivos individuales y colectivos.

Profundización Parte II

(50 minutos)

- Estrategias para Establecer Alianzas:

Actividad: "Simulación de Presentación de Proyectos"



Objetivo:

Practicar habilidades de presentación para atraer aliados y colaboradores.

Desarrollo:

- 1 Las participantes se dividen en grupos pequeños y se les pide que elijan un proyecto o iniciativa que desean presentar para atraer aliados. Deben definir claramente el objetivo del proyecto, los beneficios de colaborar y qué tipo de apoyo necesitan.
- 2 Cada grupo tiene 10 minutos para preparar una breve presentación de su proyecto (5 minutos por grupo) y una explicación de cómo podría beneficiarse de las alianzas.
- 3 Los grupos presentan sus proyectos al resto de las participantes, quienes pueden hacer preguntas y brindar sugerencias.
- 4 La facilitadora proporciona retroalimentación sobre la claridad de las presentaciones y la importancia de destacar los beneficios mutuos al establecer alianzas.
- 5 Presentación de estrategias para identificar y acercarse a potenciales aliados: investigación, comunicación efectiva, y construcción de relaciones.

Reflexión y cierre

(30 minutos)

- Discusión grupal: sobre las oportunidades y desafíos de trabajar en red.
- Preguntas finales y repaso de los conceptos clave.
- Cierre con motivación sobre la importancia de mantener y fortalecer redes de colaboración.



Desarrollo de capacidades para la gobernanza y la incidencia política

2.1 Participación comunitaria y liderazgo

Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo de este taller es empoderar a las mujeres rurales para que reconozcan su papel en la participación comunitaria y desarrollen habilidades de liderazgo. Se busca fomentar la autoconfianza y la capacidad de influir positivamente en sus comunidades, así como promover la colaboración y el trabajo en equipo para abordar los retos locales.



Tiempo

Aproximadamente
1 hora y
40 minutos.

Requerimientos

- Hojas grandes de papel o rotafolios para anotar ideas.
- Marcadores y bolígrafos.
- Tarjetas con escenarios para el juego de roles.
- Proyector o pantalla para mostrar ejemplos de liderazgo y participación comunitaria.

Procedimiento

Apertura (15 minutos)

- **Bienvenida y presentación** de facilitadores.
- Explicación del objetivo del taller: La importancia de la participación y el liderazgo en el desarrollo comunitario.
- **Dinámica de presentación:** Cada participante comparte su nombre y un ejemplo de una líder o figura inspiradora en su comunidad.

Profundización /Parte I (30 minutos)

Conceptos de Participación Comunitaria y Liderazgo:

- Definición de participación comunitaria y sus beneficios.
- Características de un buen líder y el papel del liderazgo en el empoderamiento de las mujeres.
- Discusión sobre ejemplos de liderazgo femenino en sus comunidades.

Actividad: “Definición Colectiva de Liderazgo”



Objetivo:
Construir un
entendimiento colectivo
sobre el liderazgo.

Desarrollo:

- 1 Se organiza a las participantes en pequeños grupos y se les pide que discutan y escriban en un papel las características que consideran esenciales para un buen líder en su comunidad.
- 2 Cada grupo comparte sus ideas con el resto, y la facilitadora anota las características en un rotafolio.
- 3 Se reflexiona sobre la importancia de estas características y cómo pueden ser aplicadas por cada una de las participantes en su contexto diario.
- 4 Al final, se realiza una breve discusión sobre los mitos y realidades del liderazgo femenino.

Profundización Parte II

(40 minutos)

Habilidades de Liderazgo:

- Presentación de habilidades clave para el liderazgo efectivo: comunicación, escucha activa, resolución de conflictos y trabajo en equipo.

Actividad: “Juego de Roles de Liderazgo”



Objetivo:

Practicar habilidades de liderazgo en situaciones reales

Desarrollo:

- 1 Se crean escenarios que simulan situaciones comunes en la comunidad donde se requiere liderazgo (por ejemplo, organizar un evento comunitario, resolver un conflicto entre vecinos, o liderar un proyecto local).
- 2 Las participantes se dividen en grupos y se les asigna un escenario. Cada grupo discute cómo abordarían la situación y los roles que asumirían (líder, seguidor, mediador, etc.).
- 3 Cada grupo tiene 10 minutos para preparar una breve representación de su escenario.
- 4 Se presentan las simulaciones y se brinda retroalimentación sobre las habilidades de liderazgo observadas, así como sugerencias para mejorar.

Reflexión y cierre

(25 minutos)

- Reflexión sobre cómo aplicar lo aprendido en sus vidas y comunidades.
- Preguntas finales y repaso de los conceptos clave.
- Cierre motivacional sobre el poder de las mujeres en el liderazgo comunitario.



2.2 Derechos de las mujeres y acceso a la justicia

Procedimiento

Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo de este taller es empoderar a las mujeres rurales en el conocimiento de sus derechos y brindarles herramientas para acceder a la justicia. Se busca fomentar la comprensión de las normativas que protegen sus derechos, así como proporcionar estrategias prácticas para hacer valer estos derechos en su vida diaria y en su comunidad.



Tiempo
1 hora y
40 minutos

Requerimientos

- Hojas grandes de papel o rotafolios para anotar ideas y clasificar mitos y realidades.
- Tarjetas con afirmaciones para la actividad de mitos y realidades.
- Escenarios escritos para la simulación de denuncia.
- Proyector o pantalla para mostrar información sobre derechos y recursos legales.
- Folletos informativos sobre derechos de las mujeres y acceso a la justicia.

Apertura (15 minutos)

- **Bienvenida y presentación** de facilitadores.
- Explicación del objetivo del taller: la importancia de conocer los derechos y cómo acceder a la justicia.
- Dinámica de presentación: cada participante comparte su nombre y una expectativa sobre el taller, así como una situación en la que haya sentido que sus derechos no fueron respetados.

Profundización /Parte I (30 minutos)

Conocimiento de los Derechos de las Mujeres:

- Presentación de los derechos de las mujeres, enfocándose en los derechos humanos, derechos reproductivos y derechos laborales.
- Discusión sobre los derechos que están consagrados en la legislación nacional e internacional.

Actividad: "Mitos y Realidades sobre los Derechos"



Objetivo:
Identificar y desmitificar creencias erróneas sobre los derechos de las mujeres.

Desarrollo:

- 1 Se divide a las participantes en pequeños grupos y se les entrega una lista de afirmaciones relacionadas con los derechos de las mujeres (algunas verdaderas y otras falsas).
- 2 Cada grupo discute y clasifica las afirmaciones como mitos o realidades.
- 3 Cada grupo comparte sus conclusiones con el resto, y la facilitadora proporciona información adicional para corregir conceptos erróneos.
- 4 Se genera un espacio de preguntas y respuestas para resolver dudas sobre los derechos de las mujeres.

Profundización Parte II (40 minutos)

Acceso a la Justicia

- Explicación de los mecanismos de acceso a la justicia, incluyendo la importancia de la denuncia y el acompañamiento legal.
- Presentación de instituciones y organizaciones que apoyan a las mujeres en su acceso a la justicia.

Actividad: “Simulación de Denuncia”



Objetivo:

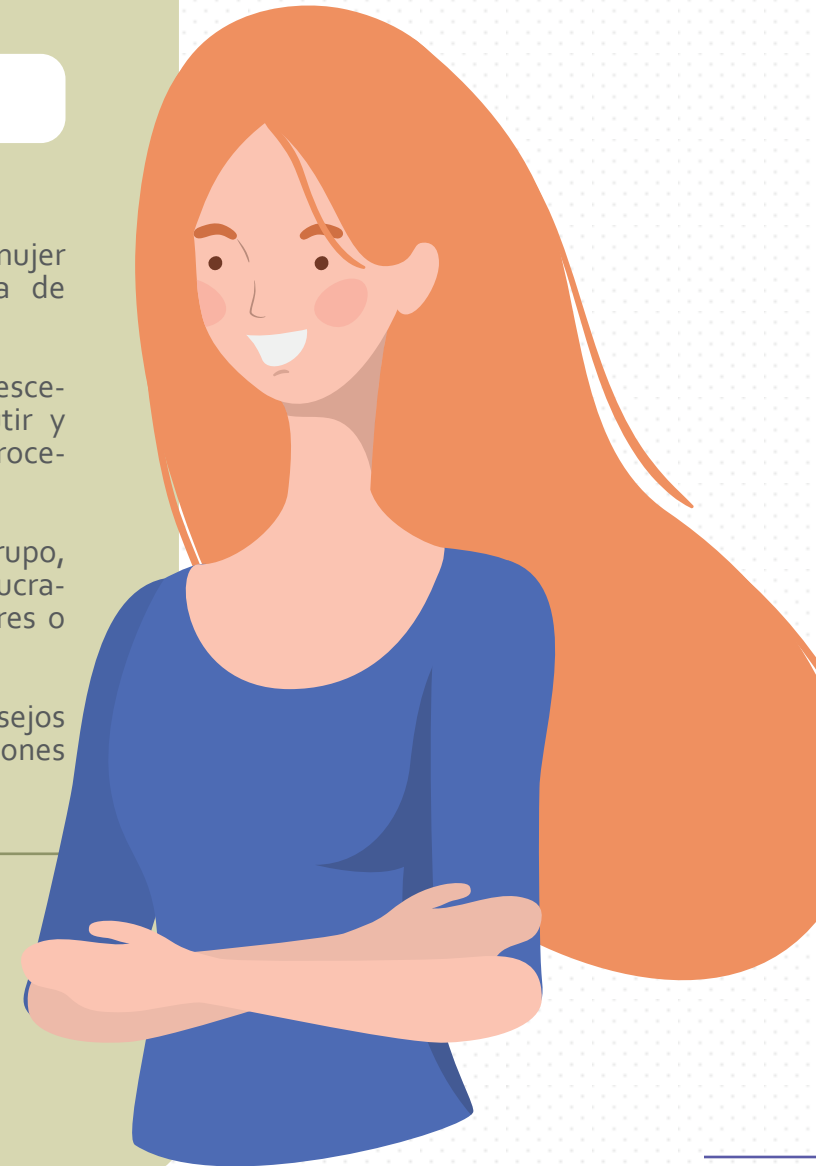
Practicar el proceso de denuncia para empoderar a las participantes en el acceso a la justicia.

Desarrollo:

- 1 Se presentan diferentes escenarios en los que una mujer podría necesitar hacer una denuncia (violencia de género, acoso laboral, etc.).
- 2 Las participantes se dividen en grupos y eligen un escenario para representar. Cada grupo debe discutir y preparar una breve dramatización que muestre el proceso de denuncia.
- 3 Las participantes presentan sus simulaciones al grupo, destacando los pasos a seguir, las emociones involucradas y cómo pueden buscar apoyo de otras mujeres o instituciones.
- 4 La facilitadora ofrece retroalimentación y consejos sobre cómo hacer una denuncia efectiva y las opciones de apoyo disponibles.

Reflexión y cierre (25 minutos)

- Reflexión sobre cómo aplicar lo aprendido en sus vidas y comunidades.
- Preguntas finales y repaso de los conceptos clave.
- Cierre motivacional sobre la importancia de hacer valer sus derechos.



2.3 Evaluación de impacto comunitario

Procedimiento

Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo de este taller es capacitar a las mujeres rurales en el concepto y la práctica de la evaluación de impacto comunitario. Se busca que las participantes comprendan la importancia de medir los resultados de sus iniciativas y proyectos, y adquieran herramientas para realizar evaluaciones que les permitan tomar decisiones informadas y mejorar sus acciones en la comunidad.



Tiempo
1 hora y
40 minutos

Requerimientos

- Hojas grandes de papel o rotafolios para anotar impactos y planes de evaluación.
- Marcadores y bolígrafos.
- Preguntas guía impresas para la actividad de identificación de impactos.
- Ejemplos de indicadores para diferentes tipos de proyectos.
- Proyector o pantalla para mostrar información sobre evaluación de impacto y ejemplos de herramientas.

Apertura (15 minutos)

- **Bienvenida y presentación** de las facilitadoras.
- **Explicación del objetivo del taller:** La relevancia de la evaluación de impacto en el desarrollo comunitario.
- **Dinámica de presentación:** Cada participante comparte su nombre y una iniciativa comunitaria en la que ha participado.

Profundización /Parte I (30 minutos)

Introducción a la Evaluación de Impacto:

- Definición de evaluación de impacto y su importancia en el contexto comunitario.
- Tipos de evaluación: evaluación formativa y sumativa.
- Discusión sobre cómo la evaluación puede influir en la toma de decisiones y la sostenibilidad de proyectos.

Actividad: “Identificación de Impactos”



Objetivo:

Ayudar a las participantes a identificar los impactos de sus iniciativas comunitarias.

Desarrollo:

- 1 Se divide a las participantes en grupos pequeños y se les pide que discutan un proyecto o iniciativa que hayan llevado a cabo en su comunidad.
- 2 Cada grupo debe identificar los impactos positivos y negativos que su proyecto ha tenido en la comunidad y los beneficiarios.
- 3 Se les proporciona una hoja con preguntas guía para facilitar la discusión, como:
 - ¿Qué cambios se han observado?
 - ¿A quiénes ha beneficiado el proyecto?
 - ¿Ha habido algún impacto negativo?
- 4 Cada grupo comparte sus hallazgos con el resto del taller, y la facilitadora anota los impactos en un rotafolio.

Profundización Parte II (40 minutos)

- Herramientas y Métodos de Evaluación (40 minutos):**
- Presentación de herramientas y métodos para la evaluación de impacto (cuestionarios, entrevistas, grupos focales, indicadores).
 - Cómo seleccionar indicadores relevantes para evaluar el impacto de un proyecto.

Actividad: “Diseño de un Plan de Evaluación”



Objetivo:

Desarrollar un plan básico de evaluación para un proyecto comunitario.

Desarrollo:

- 1 Las participantes se mantienen en los mismos grupos y eligen uno de los proyectos discutidos anteriormente.
- 2 Cada grupo debe diseñar un plan de evaluación que incluya:
 - Objetivos de la evaluación.
 - Indicadores que medirán el impacto (cuantitativos y cualitativos).
 - Métodos de recolección de datos (cuestionarios, entrevistas, etc.).
- 3 Cada grupo presenta su plan de evaluación al resto del taller, recibiendo retroalimentación de las facilitadoras y de las demás participantes.
- 4 La facilitadora finaliza esta actividad compartiendo consejos sobre cómo llevar a cabo la evaluación en la práctica.

Reflexión y cierre (25 minutos)

- Reflexión grupal sobre la importancia de la evaluación continua en el desarrollo de la comunidad.
- Preguntas finales y repaso de los conceptos clave.
- Cierre motivacional sobre el poder de la evaluación para transformar proyectos comunitarios.



Metodologías para la sostenibilidad y el desarrollo territorial

1. Sostenibilidad ambiental

1.1 Agricultura sostenible

Procedimiento

Orientaciones de uso



Objetivo

El objetivo de este taller es capacitar a las mujeres rurales en prácticas de agricultura sostenible, promoviendo técnicas que mejoren la productividad agrícola, protejan el medio ambiente y aseguren la seguridad alimentaria. Se busca fomentar el uso de recursos naturales de manera responsable y empoderar a las participantes para que implementen estas prácticas en sus cultivos.



Tiempo

Aproximadamente
1 hora y
40 minutos.

Requerimientos

- Hojas grandes de papel o rotafolios para anotar prácticas y planes de cultivo.
- Marcadores y bolígrafos.
- Listas impresas de prácticas agrícolas sostenibles y no sostenibles.
- Ejemplos de planes de cultivo sostenible para mostrar a las participantes.
- Proyector o pantalla para mostrar información sobre agricultura sostenible y técnicas.

Apertura (15 minutos)

- **Bienvenida y presentación** de facilitadores.
- Explicación del objetivo del taller: La importancia de la agricultura sostenible para la salud del planeta y la economía local.
- **Dinámica de presentación:** Cada participante comparte su nombre y una práctica agrícola que utiliza en su trabajo diario.

Profundización /Parte I (30 minutos)

Introducción a las Redes de Colaboración y Alianzas:

- Definición de agricultura sostenible y sus principios.
- Discusión sobre la importancia de la sostenibilidad en la producción agrícola, incluyendo beneficios económicos, ambientales y sociales.
- Ejemplos de prácticas agrícolas sostenibles (rotación de cultivos, uso de abonos orgánicos, conservación de agua, etc.).

Actividad: "Explorando Prácticas Sostenibles"



Objetivo:
Identificar y discutir
prácticas agrícolas
sostenibles.

Desarrollo:

- 1 Se divide a las participantes en grupos pequeños y se les proporciona una lista de prácticas agrícolas (algunas sostenibles y otras no).
- 2 Cada grupo debe clasificar las prácticas en dos categorías: "Sostenibles" y "No sostenibles".
- 3 Después de la clasificación, cada grupo presenta sus conclusiones y se lleva a cabo una discusión sobre por qué ciertas prácticas son más sostenibles que otras.
- 4 La facilitadora complementa la información y proporciona ejemplos adicionales de prácticas sostenibles.

Profundización Parte II (40 minutos)

Herramientas y Técnicas para la Agricultura Sostenible:

- Presentación de herramientas y técnicas específicas para implementar prácticas sostenibles en sus cultivos.
- Discusión sobre la gestión de recursos hídricos y la conservación del suelo.

Actividad: “Plan de Cultivo Sostenible”



Objetivo:

Desarrollar un plan de cultivo que incorpore prácticas sostenibles.

Desarrollo:

- 1 Cada grupo elige un tipo de cultivo que desean trabajar (por ejemplo, hortalizas, frutas, granos).
- 2 Las participantes discuten y diseñan un plan de cultivo que incluya:
 - Prácticas sostenibles para implementar (rotación de cultivos, uso de abono orgánico, etc.).
 - Estrategias para la conservación del agua y el suelo.
 - Planificación de la siembra y cosecha.
- 3 Cada grupo presenta su plan al resto del taller, explicando las decisiones tomadas y los beneficios esperados de su implementación.
- 4 Se genera un espacio para la retroalimentación y la facilitadora ofrece consejos adicionales sobre cómo llevar a cabo el plan en la práctica.

Reflexión y cierre (25 minutos)

- Reflexión grupal sobre la importancia de aplicar lo aprendido en sus prácticas agrícolas.
- Preguntas finales y repaso de los conceptos clave.
- Cierre motivacional sobre el impacto positivo de la agricultura sostenible.



Referencias

- Gonzaga, G. L., Alesna, W. T. & Cagasan, E. G. (2022). Women's experiences of a livelihood project after Haiyan: A phenomenological study. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 83: 103402. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2022.103402>
- Kabeer, N. (1999). Resource, agency, achievements: Reflections on the measurement of women's empowerment. *Development and Change*, 30(4): 435-464. <https://doi.org/10.1111/1467-7660.00125>
- Karimli, L., Lecoutere, E., Wells, C.R. Ismayilova, L. (2021). More assets, more decision-making power? Mediation model in a cluster-randomized controlled trial evaluating the effect of the graduation program on women's empowerment in Burkina Faso. *World Development*, 137: 105162. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2020.105159>
- Nussbaum, M. y Sen, A. (1998). La calidad de vida. [*Quality of life*]. México, Fondo Cultura Económica. <https://journals.openedition.org/polis/8073>
- Nussbaum, M. (2012). *Las mujeres y el desarrollo humano*. [*Women and human development*]. Herder Editorial. <https://doi.org/10.2307/j.ctvt7x63g>



ISBN (Digital): 978-628-7656-47-5
ISBN (Físico): 978-628-7656-49-9

ISBN: 978-628-7656-49-9

