The background features a stylized illustration of a woman's face with a gentle smile, wearing a vibrant, multi-colored patterned blouse. Her hands are visible at the bottom, also adorned with traditional patterns. The entire scene is framed by a dark blue background with a repeating geometric pattern and scattered yellow star-like motifs.

MUJERES

CON TODAS LAS LETRA-Z

Descubriendo el universo femenino de Centro y Suramérica
de la mano de cinco niños curiosos

UN PROYECTO
**NUESTRO
FLOW**

 Planeta

Mujeres con todas las letra-z. Descubriendo el universo femenino de Centro y Suramérica de la mano de cinco niños curiosos.

**Formato: Medio Oficio
15,5 x 21,5 centímetros**

**Concepción y edición
Nuestro Flow SAS - 2019**

**Diseño y diagramación
Nuestro Flow SAS - 2019**

Impresión

**Nuestro Flow SAS
www.mujerescontodasletras.com
Carrera 19 N. 36-34
Bogotá, Colombia
Todos los derechos reservados**

En esta guía, **Mujeres con todas las letras-z**, te presenta conceptos y ejercicios que pueden servir para apoyar la lectura del libro.

Su contenido puede adaptarse a diferentes contextos y públicos.



Índice

1. ¿Por qué es importante educar desde la **diversidad**?
2. Los **estereotipos** un problema que nos afecta a todos.
3. Hablemos de **memoria histórica**.
4. ¡Manos a la obra!

UN PROYECTO
**NUESTRO
FLOW**

1. ¿Por qué es importante educar desde la diversidad?

Diversidad

Variedad, infinidad o abundancia de cosas diferentes.

Desemejanza, disparidad o multiplicidad.



Totó La Momposina.
Colombia

Cuando hablamos de diversidad estamos cuestionamos la conformidad, las diferencias sociales y también las injusticias.

Es por esta razón que educar desde la diversidad permite reflexionar sobre prácticas, comportamientos y actitudes que han sido naturalizadas, se han instalado en nuestra cultura y que perjudican a grupos de personas que a través de la historia han sido amenazados o violados en sus derechos y han sido objeto de discriminaciones; este es el caso de las mujeres, de las comunidades negras, las comunidades indígenas, los judíos, ciertos grupos religiosos minoritarios, los homosexuales y lesbianas, los discapacitados, los pobres, los jóvenes y las personas pertenecientes a la tercera edad, etc

Cuando hablamos y educamos desde la diversidad significa que aceptamos la inter y multiculturalidad, significa que nos comprometemos a educar con conceptos como: responsabilidad social, ciudadanía activa, empoderamiento y participación ciudadana siendo fundamentales para construir seres humanos que contribuyan a la construcción de una sociedad equitativa y justa.

Educar desde la diversidad permite reconocer al otro/otra como sujeto del que necesito y por el que soy. Permite fortalecer la empatía y la responsabilidad sobre el otro/otra. Además de fortalecer el autoreconocimiento, pues al ser capaz de reconocer la diversidad del otro reconozco mi propia diversidad, la valoro y la acepto.

Mujeres con todas las letra-z nace respondiendo a la necesidad de dar a conocer la historia femenina invisibilizada de nuestra región, así como de la diversidad que en las mujeres habita. Mujeres diversas en sus quehaceres, en sus pensamientos, en sus luchas. Mujeres que rompieron estereotipos son las mujeres que hacen parte de este libro y quienes inspirarán a ser herramienta para educar a niñas, niños y jóvenes que no conocen sus historias.

Si te interesa esta cartilla es porque al igual que nosotros nos pensamos un mundo más solidario, respetuoso, justo y equitativo, así que disfrútala y ponla en práctica.

VENTAJAS

La inter y multiculturalidad

ACEPTAMOS

Al otro/a como sujeto para construirme como persona

RECONOCEMOS

Nuestra diversidad conceptos como:
Responsabilidad social, ciudadanía activa,
empoderamiento, participación ciudadana

APROPIAMOS

La empatía y la responsabilidad sobre el otro/a

FORTALECEMOS



DIVERSIDAD

VARIEDAD - ABUNDANCIA DE DIFERENCIAS
DESEMEJANZA - MULTIPLICIDAD



Mujeres
Comunidades negras
Comunidades indígenas
Judíos
Homosexuales (gays y lesbianas)
Discapitados
Personas en condición de pobreza
Jóvenes
Adultos de la 3ra edad

Actitudes y comportamientos discriminatorios.

NORMALIZAMOS

DESVENTAJAS

2. Los estereotipos un problema que nos afecta a todos.

Los estereotipos existen en todas las sociedades: el modo en que percibimos a los demás puede verse determinado por suposiciones simplistas sobre las personas, basadas en caracteres particulares como la raza, el sexo, la edad, etc.

Los estereotipos se basan en normas, prácticas y creencias sociales. Muchas veces son de orden cultural, y basados o promovidos por la religión, y reflejan las relaciones de poder subyacentes. Las creencias estereotipadas pueden ser rígidas, pero pueden cambiar y lo han hecho a lo largo del tiempo, lo que representa un desafío y una oportunidad.

Los estereotipos no siempre son inherentemente negativos, pero dado que son conjeturas que hacen caso omiso de las habilidades, oportunidades y entorno individuales e inherentes a la persona, casi siempre son perjudiciales.

Los estereotipos negativos entorpecen la habilidad de las personas de alcanzar su potencial ya que limita sus elecciones y oportunidades. Por ejemplo, estos están detrás de la discriminación de género declarada y encubierta, directa e indirecta, y recurrente que afecta de modo negativo la igualdad substantiva de jure y de facto que habría que garantizar a las mujeres. Se traducen en políticas, leyes y prácticas que causan daños a las mujeres sobre el terreno.

Algunos ejemplos de estereotipo son la diferencia de las remuneraciones según el sexo, la segregación ocupacional, la denegación de ascensos a puestos de liderazgo, el techo de cristal en diferentes profesiones, la precarización de las mujeres trabajadoras y la feminización de la pobreza, el tráfico de personas, los casamientos forzados,

la mutilación genital femenina, los asesinatos por honor, la violencia de género en el ámbito familiar, laboral y los espacios públicos, y los niveles más bajos en la ecuación de las oportunidades laborales.

Los estereotipos justifican la discriminación entre los géneros de manera amplia, y refuerzan y perpetúan los modelos históricos y estructurales de la discriminación.

Estereotipos de género

es una opinión o un prejuicio generalizado acerca de atributos o características que hombres y mujeres poseen o deberían poseer o de las funciones sociales que ambos desempeñan o deberían desempeñar.



El derecho internacional de los derechos humanos asigna a los Estados la obligación de eliminar la discriminación contra hombres y mujeres en todos los ámbitos de la vida.

Por otro lado, los hombres también sufren daños provocados por los estereotipos de género pues al tener que adaptarse a los roles masculinos de intereses competitivos y ambiciosos hace presión sobre ellos y les quita la alegría que da el ser padre o el tener relaciones íntimas respetuosas. Los estereotipos y las discriminaciones de género se nutren en esos roles y tienen un alto costo en lo que respecta al desarrollo, a la obstrucción de la democracia, a la denegación de los derechos humanos y al poner la paz y la seguridad en peligro. Por el contrario, los beneficios de la igualdad de género y del empoderamiento de las mujeres en todas estas áreas son conocidos y no se ponen en duda.

Los estereotipo entre niñas y niños y la desigualdad que las niñas empiezan a notarse desde temprana edad y tiene como principal consecuencia el embarazo adolescente y la baja autoestima.



Chavela
Vargas Lizano
Costa Rica



Situación de las MADRES ADOLESCENTES

Diferencias económicas, étnicas, sociales y educativas aumentan la posibilidad de embarazo



1 de 5 mujeres será madre antes de terminar la adolescencia

40% de los adolescentes a ha tenido relaciones sexuales



45% de las adolescentes embarazadas no planificó su embarazo

La mayoría de las adolescentes madres están fuera del sistema educativo



EL PROBLEMA DE LOS ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

TRATO A OTRO DE MANERA DIFERENTE Y PERJUDICIAL

MOTIVO: Género.

CONTEXTO ESCOLAR

BULLYING: CAUSANTE DE RECHAZO, DISCRIMINACIÓN, MALTRATO FÍSICO Y PSICOLÓGICO.

CAUSAS

Construcción de una única historia patriarcal

CONSECUENCIAS

INDIRECTA

Pocas oportunidades
Baja autoestima
Normalización de la violencia

DIRECTA

Discriminación
Pobreza
Embarazo adolescente
Segregación ocupacional
Dependencia económica
Feminicidios



3. Hablamos de Memoria histórica

Memoria histórica

Es producto de un proceso colectivo de personas que buscan tener conciencia de la importancia de su pasado y es un aporte fundamental a la formación de la identidad de una sociedad.

Centro y Suramérica es una región con una gran diversidad en donde las mujeres son diversas entre sí, pero desafortunadamente a lo largo de la historia, desde la época de la colonia, la historia nos la han contado de manera incompleta y las mujeres siguen siendo objetos de violencia, maltrato y discriminación.

Por esto es muy importante educar desde la memoria histórica, pues es la herramienta que nos permite entender quienes somos, de dónde venimos, qué errores se han cometido en el pasado para no volverlos a cometer y de esta manera reconstruir memorias olvidadas, complejas y muchas veces difíciles de comprender pero necesarias para reconocer al prójimo y a nosotros mismos como parte de una misma historia.

En el contexto educativo es vital que la memoria histórica se entienda no como algo que quedó en el pasado, sino como una **práctica viva**, que incita a crear espacios de diálogo, reflexión, debate y respeto, donde todos los puntos de vista y experiencias son válidas y donde se busca construir una narrativa colectiva y plural, desarrollando paralelamente el pensamiento crítico y analítico.

Doris Salcedo.
Colombia



Espacios de diálogo, reflexión y debate
Creación de narrativas colectivas
Desarrollo de pensamiento crítico y herramientas analíticas
Construcción de sujetos comprometidos y concientes

ES
PRÁCTICA VIVA

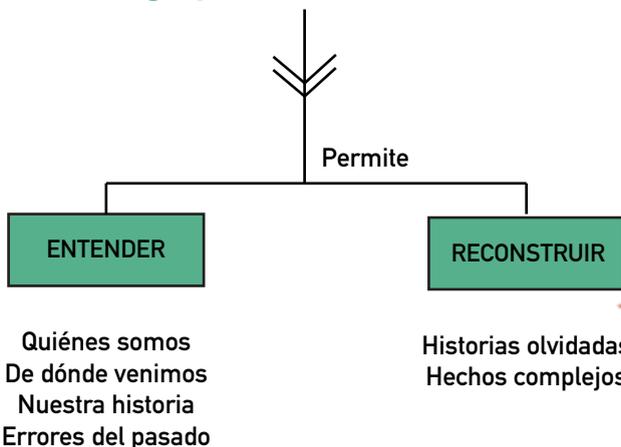
NO ES
HISTORIA DEL PASADO

● ● ● ● ● ● ● ●

MEMORIA HISTÓRICA

PROCESO COLECTIVO PARA ENTENDER EL PASADO Y FORMAR IDENTIDAD

● ● ● ● ● ● ● ●





4. ¡Manos a la obra!

Actividad 1

"Rompiendo estereotipos".

1. Para comenzar, puedes proponer al grupo que hagan un círculo tomados de la mano. Luego, invítalos a decir su nombre y a nombrar alguna actividad que creen o han escuchado que las mujeres NO son capaces de hacer.

Por ejemplo: Mi nombre es Ana y las mujeres no saben liderar.

2. Selecciona con los participantes tres de las historias del libro "Mujeres con Todas las Letra-z". Una vez terminada la lectura, responde con los participantes a las siguientes preguntas:

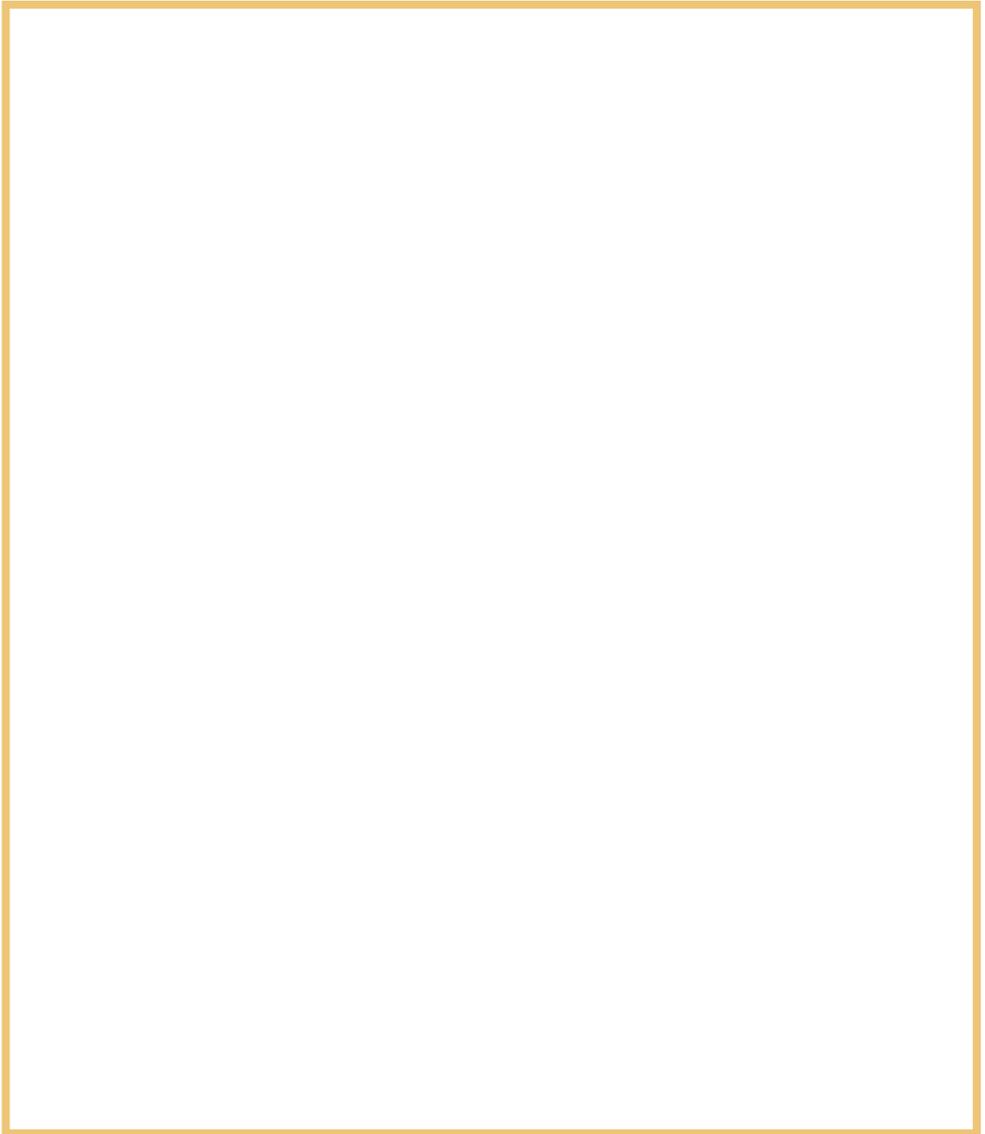
- ¿Qué hicieron las mujeres protagonistas y por qué sobresalieron en sus respectivas sociedades?

- ¿Qué cualidades destacan de las mujeres protagonistas de las lecturas?

- ¿Cuáles son algunos de los principales retos que las mujeres encontraron en sus vidas?

¿Qué barreras y estereotipos crees que estas mujeres debieron derribar para lograr alcanzar sus metas? ¿Cómo lo hicieron? ¿Cómo lo harían ustedes si estuvieran en su lugar?

Con la ayuda de dibujos, notas, colores, representa gráficamente a la mujer o a las mujeres inspiradoras de tu vida y comparte con tus compañeros las razones por las que la/las has escogido.

A large empty rectangular box with a thin orange border, intended for drawing or writing.

Visibilizar a las mujeres que nos inspiran, nos permite darles un lugar y reconocer su gran aporte en la construcción diaria de nuestras sociedades.

Actividad 3

"A poner a prueba tus destrezas y talentos"

Ahora sí, ¡a ponerse a prueba!



En grupo, seleccionen una letra del libro al azar y realicen la actividad propuesta según la letra que hayan seleccionado. Una vez cumplida la actividad, seleccionen otra letra y continúen hasta que el tiempo lo permita.

Ángela Restrepo: Actividad exterior. Vayan al parque o jardín más cercano y exploren la naturaleza presente: los árboles, las plantas, las flores, los animales... Lleven una libreta y lápices de colores para dibujar la flora y fauna que encuentren. Ángela Restrepo, bióloga colombiana, encontró en esta actividad su pasión por estudiar los microorganismos presentes en estos ecosistemas y contribuir al avance de la ciencia en su país.

Blanca Canales: Blanca Canales, líder de la independencia de Puerto Rico, dedicó su vida a defender con pasión las causas en las que creía.

Imaginen que alguna potencia mundial decidiera controlar su país y tomar todas las decisiones que afectarán sus vidas.

¿Como reaccionarían? ¿Qué causa defenderían? ¿En qué causas creen?

¿Cuáles serían sus propuestas para evitar que esto sucediera?

Cecilia Tait: Imaginen que están a pocos minutos de jugar la final de un torneo de volleyball muy importante. Antes de salir a la cancha deben organizar el partido, tal como lo hizo Cecilia Tait y sus compañeras en los Juegos Olímpicos de Seúl de 1988.

No olviden definir quién será el/la capitán/a; las posiciones de cada persona; las estrategias para trabajar en equipo, etc.

Chavela Vargas: Escriban una o dos estrofas de una ranchera, para dedicar a sus compañeros de clase. Si tienen dudas sobre las particularidades de este género musical, no duden en consultar a Chavela Vargas, cantante costarricense de nacimiento y mexicana de corazón.

Doris Salcedo: Con los elementos que encuentren a su alrededor, incluyendo la basura, dejen volar su imaginación para crear una escultura que represente el mundo en el que les gustaría vivir.

Déjense inspirar por el trabajo de la artista colombiana Doris Salcedo, quien a través de sus esculturas intenta retratar la crudeza de la violencia.

Eva Perón: Evita Perón se destacó por reivindicar los derechos de los trabajadores y de la población marginada de su país.

Ahora, es su turno de escribir un discurso para reivindicar los derechos de quienes más lo necesitan. ¿Sus voces a quiénes representarán?

Frida Kalho: Cada integrante del grupo deberá realizar un autorretrato. Frida Kahlo decía: “Me retrato a mi misma porque soy el motivo que mejor conozco”.

Gabriela Mistral: Escriban un poema de media página que hable de su realidad.

A través de los poemas también se puede retratar la sociedad, tal y como lo hizo la poetiza chilena Gabriela Mistral.

Hermelinda Urbina: Con hojas de papel y otros elementos que encuentren en el lugar en donde están, construyan un avión como el que voló por primera vez la piloto ecuatoriana Hermelinda Urbina.

¿Cuáles creen que son las cualidades y conocimientos más importantes que debe tener una persona al pilotear un avión?

Idea Vilariño: Escriban un poema de media página alusivo a la naturaleza. Este es un fragmento de un poema de la poetiza uruguaya Idea Vilariño, que seguramente les servirá de inspiración:

*Quando compre un espejo para el baño voy a verme la cara
voy a verme
pues qué otra manera hay decime qué otra manera de saber quién soy²⁰⁰⁶*

Juana Azurduy: Cada integrante del grupo deberá escribir cuál es su mayor miedo y compartirlo con el grupo.

Entre todos, buscarán estrategias para resolver el miedo más recurrente entre los participantes. Juana Azurduy, logró superar todos sus miedos, incluso el de participar y liderar las batallas que lograron la independencia de su país, Bolivia.

Karla Wheelock: Imagínense que en un mes deberán subir la cumbre más alta del mundo, el Monte Everest. Escriban la rutina de actividades físicas e intelectuales que deberán llevar a cabo para prepararse con éxito.

Karla Wheelock decía: “No sólo lo que comes te nutre o te hace daño, también lo que piensas”.

Lucila Gamero: Es hora de desempolvar la pluma. Escriban el fragmento inicial de lo que podría ser una novela alusiva a la mujer y la feminidad, los temas preferidos de la escritora hondureña, Lucila Gamero.

Madres de Plaza de Mayo: Con los ojos vendados, los miembros del grupo deberán encontrar en un tiempo límite un objeto muy preciado que una/uno de sus integrantes esconderá al principio del ejercicio. El tiempo es limitado, así que deberán rápidamente organizarse y pensar en estrategias que les permitan lograr el objetivo, a través de la colaboración y el trabajo en equipo.

Al finalizar el tiempo, se invitara al grupo a abrir la discusión y a conversar acerca de los momentos que más angustia generaron; las dificultades de estar con los ojos vendados; la sensación producida por la oscuridad; las estrategias más y menos adecuadas que usaron; las lecciones aprendidas, etc.

Para las Madres de la Plaza de Mayo, vencer el miedo y salir a la calle a buscar a sus hijos y nietos desaparecidos no fue fácil. El no sentirse solas y tomar la decisión de acompañarse para salir en grupo todas las semanas sin descanso y sin perder la esperanza, fueron clave para recuperar la identidad de decenas de niñas y niños.

Ngreikamoro de Kayapó: Inventen la receta de una medicina natural para curar algún mal. Expliquen a sus compañeros sus propiedades.

Compartan este conocimiento como Ngreikamoro lo hacía en su comunidad.

Na Coca: En su ciudad existen muchas niñas y niños viviendo en condiciones de extrema pobreza. Piensen en 2-3 soluciones que ofrezcan respuesta a esta problemática y en potenciales planes de acción. ¿Por dónde habría que comenzar? ¿Cuáles son las acciones claves que se necesitan para lograr los objetivos? ¿Quiénes deben participar en este trabajo? ¿Cuáles son las principales problemas y oportunidades para llevar a cabo su plan?

Omara Portuondo: Compongán una canción dedicada a lo que más les guste de la costa atlántica o pacífica del país. ¿Qué tipo de música podría acompañar la letra? ¿Qué instrumentos deberían incluirse?

Omara Portuondo es una cantante oriunda de Cuba, una isla que tiene todo el sabor tropical que podrá inspirarte.

Prudencia Ayala: Prudencia Ayala se lanzó a la presidencia de El Salvador en 1930, cuando las mujeres aún no tenían el derecho al voto, y menos a presentarse como candidatas presidenciales.

Si ustedes fueran Prudencia, ¿cual sería su discurso para que votaran por ustedes como presidenta del país?

Quitéria de Jesús: Identificar ejemplos de actividades (3-5) que durante años nos han dicho que no son aptas para las mujeres. Luego, hacer el mismo ejercicio pero con actividades “no aptas” para hombres.

Por ejemplo, Quitéria de Jesús, soldado brasileña, pasaba sus días cazando y montando a caballo, actividades que en esa época, eran consideradas “no correctas” para las mujeres.

Rigoberta Menchú: Imagínense que las invitan a un congreso muy importante sobre medio ambiente y que deben preparar los mensajes clave de su intervención frente a los gobiernos del mundo entero.

¿Qué prioridades ambientales identificarías para Centro y Suramérica? ¿Cómo podría la región contribuir a la lucha contra el cambio climático y la protección de la biodiversidad?

Si necesitas un poco de inspiración, puedes escuchar el discurso de Rigoberta Menchú, activista guatemalteca, al recibir el premio Nobel de la Paz en 1992.

Susana Baca: Su misión es escribir una o dos estrofas de una canción que hable de tus raíces afro.

¿Qué elementos destacarían de la cultura y riqueza afrodescendiente? ¿Qué tipo de música podría acompañar la letra? ¿Qué instrumentos deberían incluirse?

A través de la música, Susana Baca, cantante afroperuana, no solo encontró un vehículo para expresarse sino también para ser embajadora de su herencia afrodescendiente y darla a conocer al mundo entero.

Toto La Momposina: Totó La Momposina, cantante colombiana, ha dedicado su vida a explorar géneros musicales como la cumbia, el porro y el mapalé y convirtiéndose en una de las más grandes representantes del folclor de nuestro país.

Escojan uno de los tres géneros musicales arriba mencionados y compongan una canción que celebre la riqueza musical del país, combinando, entre otros, elementos africanos e indígenas, tal y como lo hace Totó.

Urania Montás: Imaginen que pronto deberán ofrecer una clase sobre uno de sus temas preferidos (la temática puede escogerse libremente).

La clase debe ser animada y promover el diálogo y la discusión de los asistentes, para lo cual deberán preparar algunas preguntas que ayuden a orientar la conversación.

Pueden inspirarse en Urania Montás, profesora de la República Dominicana, quien lideró diferentes iniciativas para enseñar a sus alumnas desde la creatividad, la crítica, el estudio y el espíritu democrático.

Violeta Parra: Con la ayuda de Internet, busquen y escojan una canción compuesta e interpretada por Violeta Parra, cantante chilena.

En grupo, analicen la letra de la canción para entender qué quiso expresar Violeta sobre su época. ¿Sería posible decir que las letras de Violeta todavía siguen vigentes?

Wac Chanil Ajaw: Imaginen que acaban de nombrarlos líderes de una comunidad indígena que habita en un barrio periférico de la ciudad y cuya lengua y costumbres están amenazadas de desaparecer.

Discutan en grupo e identifiquen conclusiones frente a las siguientes preguntas: ¿Qué estrategias pondrían en marcha para proteger su cultura e idioma? ¿Por qué es importante que no desaparezca su lengua? ¿Qué acciones requieren para poner sus planes en marcha? ¿Por dónde deberían empezar?

Xenia Judith Saavedra

Con la ayuda de plastilina, arcilla o algún otro material que tengan a la mano (papel, plástico, etc.), creen una escultura. La temática es libre. Al finalizar, compartan el resultado del trabajo con su grupo y escuchen sus comentarios e interpretaciones frente a la intención de la obra.

Si requieren de inspiración, no duden en explorar el trabajo de Xenia Saavedra, escultora panamense.

Yolanda Blanco: Escriban un poema corto sobre alguno de los temas alrededor de los cuales se desarrolla la obra literaria de la poeta nicaragüense Yolanda Blanco: la naturaleza, la mujer, la injusticia y la importancia de las relaciones humanas.

Compartanlo con amigos y familiares.

Zoraida Luces de Febres

Actividad exterior. Vayan al parque o al jardín más cercano y realicen un proceso de observación de la flora presente. De acuerdo a su apariencia y otros elementos, intenten clasificar las plantas y flores por familias, así como Zoraida Luces de Febres con la familia de las gramíneas (cereales-trigos).



Actividad 4

" Mi propuesta "

En esta sección, te invitamos a explorar otras maneras de abordar las temáticas de las que habla "Mujeres con Todas las Letra-z" y que fueron tratadas con las actividades.



Bibliografía

La siguiente bibliografía puede complementar algunas de las actividades propuestas anteriormente.

- Onu mujeres México. (2017). Reflexión sobre discriminación y estereotipos de género. México. Recuperado de <http://mexico.unwomen.org/es/noticias-y-eventos/articulos/2017/08/quinta-sesion-grupo-de-reflexion>

- Onu mujeres. (2011). Cómo contrarrestar la discriminación de género y los estereotipos negativos sobre el género: respuestas de políticas eficaces. Recuperado de <http://www.unwomen.org/es/news/stories/2011/7/countering-gender-discrimination-and-negative-gender-stereotypes-effective-policy-responses>

- Naciones Unidas.Derechos Humanos. Oficina del alto comisionado (2014). Los estereotipos de género y su utilización. Recueprado de <https://www.ohchr.org/sp/issues/women/wrgs/pages/genderstereotypes.aspx>

- La prensa. (2018). ONU: América Latina con alta tasa de embarazo adolescente. Washington. Recuperado de https://www.prensa.com/salud_y_ciencia/ONU-America-Latina-embarazo-adolescente_0_4974252590.html

-Habitat. (2017). SE DETECTAN DESDE LA INFANCIA ESTEREOTIPOS DE GÉNERO QUE CONDICIONAN EL VÍNCULO DE NIÑAS CON LA CIENCIA Y LA TECNOLOGÍA. Buenos Aires, Argentina. Recuperado de <http://revistahabitat.com/?p=3359>



