FOBAM
Bienestar y Avance de las Mujeres

BAJA CALIFORNIA
GOBIERNO DEL ESTADO

INMUJER
Instituto de la Mujer

FONDO PARA EL BIENESTAR Y EL AVANCE DE LAS MUJERES (FOBAM) 2023.

Gobierno del Estado de Baja California.

Instituto de la Mujer para el Estado de Baja California (INMUJERBC).

MUCPAZ-MF2 - Fortalecimiento de las Redes de Mujeres Constructoras de Paz a través de la elaboración del plan de acción comunitaria, capacitación especializada, formación como replicadoras y un foro público.

INFORME DEL PROCESO

MUCPAZ-2.2 - Realizar un proceso de capacitación para el fortalecimiento de las capacidades organizativas y de gestión de las Redes MUCPAZ, según las prioridades establecidas en el plan de acción comunitaria, considerando las cartas descriptivas señaladas en el documento “Paso a paso: guía para la implementación de las Redes MUCPAZ”.

NOVIEMBRE - DICIEMBRE 2023

“Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El INMUJERES no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas”

Introducción

Considerando que en Baja California se vive un contexto de violencia criminal, estructural, de género y feminicida, que los entornos territoriales violentos son indicadores del aumento de embarazos en adolescentes y niñas, el Instituto de la Mujer para el Estado de Baja California (INMUJERBC), con recursos del Fondo para el Bienestar y el Avance de las Mujeres (FOBAM) 2023, integró en su proyecto Baja California promueve e instrumenta acciones de prevención del embarazo adolescente y de la violencia en territorios vulnerables, de mayo a diciembre de 2023 la Meta *MUCPAZ-MF-2 Fortalecimiento de las Redes de Mujeres Constructoras de Paz a través de la elaboración del plan de acción comunitaria, capacitación especializada, formación como replicadoras y un foro público (En adelante Meta MUCPAZ-MF-2).*

Con la Meta MUCPAZ-MF-2 se busca abonar a la prevención de la violencia, impulsar liderazgos de mujeres y acompañar sus procesos organizativos, en territorios con alto índice de violencia en municipios estratégicos. En este documento se presentan los resultados de la acción MUCPAZ-2.2- Realizar un proceso de capacitación para el fortalecimiento de las capacidades organizativas y de gestión de las Redes MUCPAZ, según las prioridades establecidas en el plan de acción comunitaria, considerando las cartas descriptivas señaladas en el documento “Paso a paso: guía para la implementación de las Redes MUCPAZ”.

Objetivos

Objetivo general

Realizar un proceso de capacitación para el fortalecimiento de las capacidades organizativas y de gestión de las Redes MUCPAZ a través de la facilitación de herramientas para la gestión, la planeación estratégica y el autocuidado.

Objetivos específicos

1.Impartir un taller de fortalecimiento a la Red MUCPAZ Hittayhi para identificar necesidades y ofrecer herramientas para la gestión, la planeación estratégica y el autocuidado.

2.Impartir un taller de fortalecimiento a la Red MUCPAZ Guerreras Unidas para identificar necesidades y ofrecer herramientas para la gestión, la planeación estratégica y el autocuidado.

3. Impartir un taller de fortalecimiento a la Red MUCPAZ Felinas para identificar necesidades y ofrecer herramientas para la gestión, la planeación estratégica y el autocuidado.

Metodología del proceso de fortalecimiento

Para dar cumplimiento al objetivo general se plantearon los siguientes ejes de trabajo:

I. Procesos organizativos y de planeación estratégica.
II. Prevención de la violencia contra las mujeres y del embarazo adolescente
III. Autocuidado y cuidado colectivo como herramienta para la sostenibilidad.

Se siguió la siguiente ruta metodológica:

1.Detección de necesidades. En esta etapa se buscó identificar las fortalezas, necesidades, expectativas de las integrantes de cada Red. Para ello se gestionaron reuniones iniciales o de primer contacto con las redes. En estas reuniones se presentó el objetivo del fortalecimiento y se recogieron las expectativas y necesidades de las integrantes de las redes.

2.Diseño del taller de capacitación. Esta etapa implicó la incorporación de la información recopilada en la etapa de detección de necesidades para el diseño y planificación de cada uno de los talleres. Para ello fue necesario:

- Priorizar las necesidades expresadas por las mujeres integrantes de las redes en la reunión inicial.

- Contemplar el uso de estrategias de enseñanza-aprendizaje y de educación popular para el trabajo con las mujeres.

3. Realización de taller

El proceso de fortalecimiento implicó la realización de un taller que se impartió en tres sesiones con una duración de 3 horas cada una. En la primera sesión se abordó el eje uno relativo a procesos organizativos y de planeación estratégica. En la segunda sesión se reflexionó sobre violencia contra las mujeres. Mientras que en la tercera sesión se trabajó con el eje de autocuidado y cuidado colectivo como herramienta para la sostenibilidad.

Cartas descriptivas

CARTA DESCRIPTIVA	No. de Sesión 1 de 3
Nombre del taller/capacitación: Taller de fortalecimiento a redes MUCPAZ. Eje I. Procesos organizativos, de gestión y de planeación estratégica.	
Nombre de la/el facilitador: Mtra. Adriana Jaén Manuel	
Perfil de las/os participantes: Mujeres integrantes de las redes MUCPAZ.	
Objetivo General: Fortalecer las capacidades organizativas de las integrantes de cada red, en función de las necesidades propias y del trabajo que realiza cada grupo, para facilitar los procesos de gestión, planeación estratégica y autocuidado.	

RESULTADOS DE APRENDIZAJE	TEMAS	ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE O ACTIVIDADES A DESARROLLAR		TÉCNICA INSTRUCCIONAL	MATERIAL DIDÁCTICO	TIEMPO (Min.)
		Facilitador/a	Participantes			
Generar espacio de confianza para presentar los objetivos del taller y a las personas participantes.	Dinámica rompe hielo y presentación.	Dinámica "***si la red fuera una cocina yo sería…"*** Pedir a las participantes que se coloquen de pie, que se muevan en círculos y se presenten diciendo su nombre y el elemento que serían si la red fuese una cocina.	Las participantes realizarán la actividad presentándose e indicando por qué eligieron ese accesorio de cocina.	Vivencial	Música Bocina	20 min.
Recordar los objetivos y características de cada red en particular.	Una ventana al trabajo y esencia de la red	Recuperar en grupo las características y objetivo de la red. Abrir la participación para reflexionar en torno a preguntas que	Participan compartiendo sus opiniones en torno a preguntas detonadoras.	Expositiva y vivencial.	Papelógrafo Plumones	30 min

		permitan identificar los siguientes elementos: a) Forma de organización de la red. b) Retos, dificultades y oportunidades para la mejora. Las oportunidades se identificarán a partir de la actividad ***"las piedras en el camino"*** Guiar la elaboración de un decálogo de la red.	Identificarán retos y dificultades en el trabajo de la red y participarán en la dinámica "***las piedras en el camino".*** Elaborarán de forma colaborativa el decálogo de la red.			
Identificar cuáles son los principales problemas de la comunidad y los actores estratégicos.	Mapeo de contexto y actores.	Solicitar a las participantes que se dividan en dos equipos para realizar el mapeo de contextos y el de actores.	En equipos identificarán: Los principales problemas de su comunidad y a los actores estratégicos clasificándolos en neutros, aliados y opositores. Presentarán los resultados del mapeo al grupo.	Expositiva	Papelógrafo Plumones	60 min

Conocer algunos de los elementos de planeación estratégica.	Gestiones y planeación estratégica.	Abrir la actividad con la siguiente pregunta ¿Con qué elementos de planeación cuenta esta red? Explicar qué es y cuál es la Importancia de la planeación estratégica para el logro de objetivos.	Atenderán la exposición presentada por la facilitadora y reflexionarán sobre el trabajo que realizan y sus formas de organización.	Expositiva	Papelógrafo Plumones	60 min
Propuesta de Evaluación inicial (línea base) y evaluación final: Elaboración de insumos: mapeo de contextos y decálogo de la red.						**TIEMPO TOTAL** 3 horas

CARTA DESCRIPTIVA	No. de Sesión 2 de 3
Nombre del taller/capacitación: Taller de fortalecimiento a redes MUCPAZ. Eje II. Prevención de la violencia contra las mujeres y del embarazo adolescente.	
Nombre de la/el facilitador: Mtra. Adriana Jaén Manuel	
Perfil de las/os participantes: Mujeres integrantes de las redes MUCPAZ.	
Objetivo General: Fortalecer las capacidades organizativas de las integrantes de cada red, en función de las necesidades propias y del trabajo que realiza cada grupo, para facilitar los procesos de gestión, planeación estratégica y autocuidado.	

RESULTADOS DE APRENDIZAJE	TEMAS	ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE O ACTIVIDADES A DESARROLLAR		TÉCNICA INSTRUCCIONAL	MATERIAL DIDÁCTICO	TIEMPO (Min.)
		Facilitador/a	Participantes			
Preparar condiciones para el desarrollo de la sesión y fomentar la integración entre las integrantes de la red.	Dinámica de inicio.	Guiar la realización de un baile grupal. Al interrumpirse la música una de las mujeres debe compartir alguna característica que el resto del grupo desconozca de ella.	Participarán en la dinámica	Vivencial	Música Bocina	20 min
Identificar al sistema patriarcal como el origen de las diferentes violencias.	Patriarcado	Explicar el concepto de patriarcado	Realizar preguntas en caso de tener dudas sobre el concepto.	Vivencial	Papelógrafo Plumones	30 min.
Comprender el fenómeno de la violencia	Violencia contra las mujeres ¿Qué es?	Explicar qué es la violencia.	Realizar preguntas en caso de tener dudas sobre el concepto.	Expositiva	Papelógrafo Plumones	30 min

Identificar los diferentes tipos y modalidades de violencia.	Tipos de violencia contra las mujeres. Modalidades de violencia contra las mujeres.	Explicar los tipos de violencia apoyándose en el violentómetro. Realizar actividad en la que las participantes identifiquen los tipos y modalidades de violencia mediante imágenes alusivas a cada uno de ellos.	Participar en la actividad relacionando los tipos y modalidades de violencia con las imágenes presentadas	Expositiva	Papelógrafo Plumones Imágenes Proyector	30 min
Reflexionar sobre su papel como Mujeres Constructoras de Paz frente al fenómeno de la violencia contra las mujeres.	Alternativas frente a la violencia contra las mujeres	Guiar la reflexión para responder a la pregunta detonadora ¿Qué podemos hacer frente a la violencia?	Reflexionar en grupo sobre cuál es su papel como mujeres constructoras de paz frente al panorama planteado.	Expositiva	Proyector	30 min
Propuesta de Evaluación inicial (línea base) y evaluación final: Actividad de repaso para identificar situaciones de violencia proponiendo rutas de acción.						**TIEMPO TOTAL** 3 horas

CARTA DESCRIPTIVA	No. de Sesión 3 de 3
Nombre del taller/capacitación: Taller de fortalecimiento a redes MUCPAZ. Eje III. Autocuidado y cuidado colectivo como herramienta para la sostenibilidad de la red.	
Nombre de la/el facilitador: Mtra. Adriana Jaén Manuel	
Perfil de las/os participantes: Mujeres integrantes de las redes MUCPAZ.	
Objetivo General: Fortalecer las capacidades organizativas de las integrantes de cada red, en función de las necesidades propias y del trabajo que realiza cada grupo, para facilitar los procesos de gestión, planeación estratégica y autocuidado.	

RESULTADOS DE APRENDIZAJE	TEMAS	ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE O ACTIVIDADES A DESARROLLAR		TÉCNICA INSTRUCCIONAL	MATERIAL DIDÁCTICO	TIEMPO (Min.)
		Facilitador/a	Participantes			
Reflexionar sobre la importancia del autocuidado para sostener el trabajo de la red.	Autocuidado y feminismo	Solicitar a las participantes elaborar una lista de las actividades que realizan en el día a día. Explicar el concepto de autocuidado y los tipos de autocuidado. Guiar la reflexión a partir de la pregunta detonadora ¿Por qué auto cuidarse?	Elaborarán su listado y compartirán en voz alta algunos listados. Compartirán sus opiniones en torno a la pregunta detonadora.	Vivencial	Música Bocina	30 min.

Conocer el concepto de autocuidado y reflexionar sobre la importancia en el marco del trabajo que realizan las Redes MUCPAZ.	Cuidado colectivo	Definir el concepto de cuidado colectivo y resaltar su importancia en el marco de procesos de lucha. Guiar la dinámica ***"El cuerpo como territorio"*** Solicitando a las participantes que identifiquen aquellas partes del cuerpo en las que se manifiesta el estrés o cansancio.	Participarán en la dinámica ***"El cuerpo como territorio"***	Expositiva y vivencial.	Papelógrafo con dibujo de silueta humana. Plumones Imágenes con emojis sonrientes y tristes Cinta adhesiva	30 min
Propiciar un espacio de participación grupal para el ejercicio de una dinámica que aproxime a las participantes al autocuidado y al cuidado colectivo.	Actividad sensorial de autocuidado y cuidado colectivo	Guiar la realización de la dinámica ***"Mi cuerpo en el mundo"*** Guiar la realización de actividad de foto bordado.	Participarán en la dinámica sensorial. Realizarán una pieza de foto bordado.	Vivencial.	-Flores -Vela -Aceites esenciales -Semillas u objetos con textura. -Fotografías -Estambre y agujas.	60 min
Propuesta de Evaluación inicial (línea base) y evaluación final: Insumo de las actividades y pieza de foto bordado.						**TIEMPO TOTAL** 3 horas

Informe de los resultados del proceso de fortalecimiento

1. Resultados del proceso de fortalecimiento a la Red Hittayhi

La Red MUCPAZ Hittayhi, perteneciente a la colonia Oaxaca, delegación Maneadero en el municipio de Ensenada, Baja California es una agrupación de mujeres, todas madres, dedicadas, la mayoría, a la jornada del campo y al trabajo del hogar no remunerado. Dicho grupo está conformado predominantemente por mujeres mixtecas provenientes de los poblados de San Martín Peras y San Martín Durazno, Oaxaca.

Para cumplir el objetivo del proceso de fortalecimiento indicado en la Meta MUCPAZ-MF2 y buscando atender la priorización de necesidades, en función del tiempo y características de la Red Hittayhi, se impartieron tres sesiones en los que se abordaron los siguientes temas.

Tabla 1. Contenido temático de talleres de Red Hittayhi

Núm. de sesión	Fecha	Eje /Tema
Sesión 1	10 de noviembre, 2023	**Eje I.** -Formas de organización y toma decisiones -Mapeo de contexto -Mapeo de actores estratégicos -Retos y dificultades para el trabajo organizativo de la red.
Sesión 2	22 de noviembre, 2023	**Eje I** -Planeación estratégica -Ejercicio de priorización de objetivos -Análisis de problemas a partir de la estrategia de árbol de problemas. -Niveles de participación -Decálogo de la Red Hittayhi

Sesión 3	29 de noviembre, 2023	**Eje III** -Autocuidado -Cuidado colectivo

Fuente: Elaboración propia

Sesión 1. Proceso organizativos y mapeos

Durante los trabajos de la sesión uno el primer resultado fue la precisión de que las mujeres que integran la red ya contaban con un trabajo organizativo previo que antecedió a la instalación formal de la red, este es un aspecto que ha favorecido la continuidad de trabajo de las integrantes.

En cuanto a los contenidos programados, relativos a la forma de organización y toma de decisiones, se encontró que la red opta por la horizontalidad. Lo que implica que la toma de decisiones se realiza de manera colectiva tomando en cuenta las opiniones de todas las integrantes.

La Red Hittayhi es una organización consolidada, que ha desarrollado diferentes procesos de intervención comunitaria, atendiendo a aspectos que consideran apremiantes para su localidad. Su estructura está sostenida en un modelo de centralidad de la responsabilidad de convocatoria en un grupo reducido de mujeres y sobre todo en una persona. Esta persona es quien asume, la mayoría de las veces, la función de convocar y coordinar las acciones y/o gestiones que realizan.

Las integrantes de la red externaron sentirse cómodas con ese modelo de trabajo. Se aprecian relaciones de confianza sólidas entre las integrantes de la red y la persona encargada de convocarles, así como con dos integrantes nuevas que han asumido la función de realizar gestiones y facilitar procesos.

La estructura de la red no cuenta con comisiones o funciones claramente definidas. Para el trabajo que realizan parten de la premisa de que todas las integrantes pueden participar en todas las actividades. Esto, aunque es positivo sobrecarga de actividades al núcleo central y/o a la persona que convoca. Por lo que es fundamental

avanzar hacia un modelo organizativo que descentralice las actividades y redistribuya el trabajo.

A partir de la dinámica *"las piedras en el camino"* se señalaron algunos **retos y dificultades** para el trabajo de la red, entre los que destacan:

- Falta de tiempo/ el tiempo no alcanza/ los horarios del trabajo
- El cuidado de los hijos
- La saturación de actividades en casa
- El cansancio
- Problemas de salud
- No contar con dinero suficiente para los traslados
- El horario de mis hijos
- El marido
- La salud
- Que instituciones solamente quieran utilizar la imagen de la red.

Como resultado de los mapeos se obtuvo que las integrantes de la red conocen ampliamente y son sensibles a las problemáticas de su comunidad y que cuentan con una amplia red de aliados, pero que también se enfrentan a actores que se oponen al trabajo que realizan lo que les ha ocasionado dificultades en las intervenciones ejecutadas.

Mapeo de contexto:

- Gente de fuera que no quiere el bienestar de la colonia
- Falta de servicios públicos
- No hay recolección de basura
- Falta de alumbrado y agua potable
- Desinterés por parte de vecinas y vecinos
- Violencias en contra de las mujeres
- Inseguridad / Crimen organizado
- Falta de recursos económicos
- Falta de empatía

- Políticos que condicionan los apoyos y lucran con la necesidad de las personas.
- Tiradero de agua en la calle
- Perros callejeros
- Falta de conciencia de las personas en el límite de velocidad

Mapeo de actores

Aliados	Neutros	Opositores
Iglesia la Semilla	La pasadita	Horcasitas
Las regias	El pipero	Personas que se hacen pasar por aliados
Instituto de la Mujer para el Estado de B.C.	La Comisión Estatal de los Derechos Humanos	Personas que robaron tubos
INEA	Delegación de Maneadero	
Baja Ed.		
Ana Chávez		
Campo esperanza		
Prevención del delito		
Fundadores del Castillo		
Lic. Reynaldo Magaña		
Pastor John		
Centro escolar El Castillo y maestros.		
Maestra Belem/UNAM		
Cesar Noyola		
Cristina Solano		
Lorena Bernal		

Sesión 2: Planeación estratégica

Durante la segunda sesión también se trabajó con el eje número dos. Específicamente se abordó el tema de planeación estratégica y se encontró que la red no cuenta con ningún insumo de planeación, por lo que la mayoría de sus

actividades son reactivas y/o responden a las necesidades del contexto. Esta situación somete a las integrantes de la red a sobrecargas de trabajo y estrés.

Una vez que se abordó la importancia de trazar estrategias organizativas, resaltando que permiten optimizar y eficientizar el tiempo y recursos de la red, las reflexiones giraron en torno a la magnitud de las necesidades y lo complejo de abordarlas en contextos de precariedad y abandono institucional.

Posteriormente se procedió a guiar un ejercicio de planeación estratégica, que, si bien no es definitivo, sirvió para que las integrantes de la red conocieran las etapas y herramientas que análisis que les pueden ser de utilidad para la planeación estratégica. Se solicitó que, a partir de la información del mapeo de contexto, eligieran uno de los problemas identificados para posteriormente analizarlo a través de la estrategia de árbol de problemas.

Parte de la complejidad de realizar este ejercicio consistió en encontrar que la mayoría de los problemas identificados son de carácter estructural, por lo que algunas de las reflexiones encontradas giraban en torno a la inviabilidad de intentar resolver ese problema. En el siguiente esquema puede observarse; en el tronco, el problema identificado; en las raíces, las causas que lo propician; y en la copa del árbol las posibles consecuencias.

Fuente: Elaboración propia con información obtenida en la sesión 2

Una vez que se analizó el problema elegido, se procedió a trabajar con las preguntas detonadoras para planear, mismas que pueden observarse en la tabla número 2. Este ejercicio permitió mostrar la utilidad de la planeación estratégica, de la distribución de tareas y de la necesidad de priorizar los temas o actividades a realizar por la red para evitar sobrecargas de trabajo y/o expectativas erróneas sobre lo que las demás integrantes pueden hacer.

Tabla 2. Resultados de ejercicio de planeación estratégica

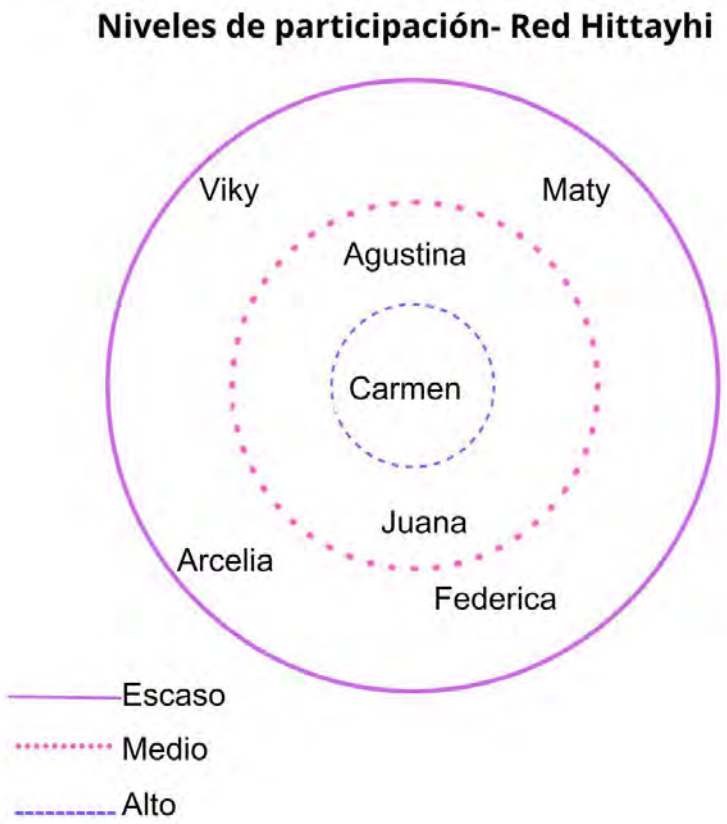
Problema elegido: No se respeta el límite de velocidad.			
¿Qué se puede hacer?	**¿Quién lo va a hacer?**	**¿Cuándo?**	**¿De qué actores nos podemos apoyar?**
-Campaña sembrar frases invitando a las personas a ser respetuosos y	Todas	Pendiente	El resto de vecinos

conscientes sobre los límites de velocidad. -Impartir pláticas con apoyo del área de prevención del delito. -Gestionar servicios de rondines -Gestionar apoyos para materiales.			Alumnos y maestros de instituciones educativas. Dirección de Seguridad Pública Municipal (DSPM). Policía Municipal Otros actores aliados

Fuente: Elaboración propia con información de la sesión 2

Finalmente se procedió a realizar la actividad para definir **niveles de participación** encontrando dificultad para auto reconocer el trabajo que cada integrante realiza. Asimismo, todas las participantes externaron su compromiso con la red y las actividades realizadas. Sin embargo, no había claridad sobre el tiempo que cada una puede dedicar a la red.

Por lo que, en un ejercicio de objetividad, se les solicitó que definieran el tiempo, en horas, que cada integrante estaría en condiciones de dedicar a la organización. Este ejercicio permitió enlazar los temas de la sesión número uno, en la que se dialogó sobre los retos y dificultades para el trabajo de la red y el tema de planeación estratégica pues permitió poner al centro el logro de objetivos en función de los recursos, materiales y humanos, disponibles.



Fuente: Elaboración propia con información obtenida en la sesión 2

Finalmente, y con la claridad que proporcionaron los mapeos, la definición de niveles de participación, el tiempo de dedicación personal que cada integrante puede ofrecer a la organización y la incorporación de algunos elementos de planeación estratégica, se guio la elaboración de un listado de características o elementos que permitiera definir la esencia de la red. Esta actividad se realizó utilizando el formato de decálogo.

El ejercicio se realizó en plenaria y con él se logró poner al centro las necesidades, expectativas y objetivos de la red. Esto fue de gran trascendencia porque permitió fijar las prioridades del trabajo de la organización y destacar la esencia, así como el perfil de la red. De esa manera las reflexiones y preocupaciones pasaron de centrarse en las problemáticas y necesidades materiales o de infraestructura de la comunidad a poner al centro el bienestar de las mujeres y la necesidad de articularse, cuidarse y acompañarse entre ellas.

Decálogo de la red Hittayhi
▪ Somos una red fuerte y unida. ▪ Trabajamos con transparencia y horizontalidad. ▪ Buscamos aprender sobre violencias. ▪ Queremos el bienestar de la colonia. ▪ Somos un grupo que comprende las posibilidades y necesidades de las demás integrantes. ▪ Tenemos el objetivo de crecer como red. ▪ Buscamos ser una red de apoyo y acompañamiento para otras mujeres ▪ Nos esforzamos para ser constantes

Sesión 3: Autocuidado y cuidado colectivo.

La última sesión del taller estuvo dedicada a abordar el tema de autocuidado y cuidado colectivo. Se presentó le definición de autocuidado y se pidió que respondieran la pregunta ¿por qué autocuidarse? Entre las respuestas destacan las siguientes: para aguantar, para poder cumplir con todos los quehaceres, para cuidar a mis hijos y atender las labores de la casa, y sólo una de las participantes externó que era importante cuidarse para estar bien.

Posteriormente se solicitó que elaborarán un listado de las actividades que realizan en un día común. De la actividad se obtuvieron los siguientes resultados. En un 80% las mujeres participantes indicaron que sus jornadas inician a las 5:00 am y culminan alrededor de las 8:00 o 9:00pm. Esto es 15 horas de trabajo. Únicamente dos personas externaron tomar descansos durante sus actividades del día a día.

Con este ejercicio se evidenciaron las largas jornadas de trabajo, remunerado y no remunerado, que realizan la mayoría de las integrantes de la red, lo que permitió abonar a la reflexión del porqué del autocuidado.

A partir de los listados generados se presentó el concepto de "*mujeres para otros"* de la antropóloga Marcela Lagarde lo que permitió reflexionar sobre las condiciones de

opresión y violencia que impone el sistema patriarcal a los cuerpos y vida de las mujeres y por ende de la necesidad e importancia del autocuidado.

Además, se enfatizó en la imperante necesidad de evitar que la militancia o participación en la red, u otras organizaciones, contribuya al desgaste y a la, ya de por sí, excesiva carga de trabajo de las mujeres. Para reflexionar sobre la importancia del autocuidado se abordaron algunos de los mitos, estereotipos y roles impuestos a las mujeres a partir de la figura de *madresposa.* Estas reflexiones permitieron trasladar los cuidados para otros, a la centralidad del cuidado para sí.

Para introducir a las mujeres a la práctica del autocuidado se realizó la dinámica "El cuerpo como territorio" retomando nuevamente la condición histórica de las mujeres. Para ello se pidió a las participantes que identificaran aquellas partes del cuerpo en las que se manifiesta dolor.

Posteriormente se presentó el concepto de cuidado colectivo, explicando que en contextos de violencia y opresión el cuidado colectivo permite romper la individualización que el capitalismo impone, invitando a la colectivización de las experiencias y desprivatizando el cuerpo.

La tercera a dinámica consistió en guiar un breve ejercicio sensorial titulado *"Sentipensar mi cuerpo en el mundo"* en el que se invitó a las participantes a sentipensarse a partir de fragancias, colores y texturas. Este ejercicio, aunque sencillo, permitió una aproximación al cuidado colectivo y al autocuidado a partir de desmitificar la idea del descanso. Finalmente se cerró la sesión con un ejercicio de foto bordado.

2. Resultados del proceso de fortalecimiento a la Red MUCPAZ Guerreras Unidas.

La Red “Guerras Unidas” se creó en el mes de septiembre del año 2022, en el municipio de Mexicali, Baja California, México. Inicialmente, la red estaba conformada por aproximadamente 15 mujeres adultas, residente del Fraccionamiento Valle de Puebla II Sección. Actualmente, la red “Guerrera Unidas” está conformada por aproximadamente 10-12 personas adultas, jóvenes y adolescentes, con edades entre los 10 a los 54 años, siendo mujeres de alrededor de 30 años en su mayoría, de las cuales, se dedica al hogar, al trabajo informal, o al trabajo en fábricas aledañas, como principal fuente de ingresos.

El proceso de fortalecimiento para la Red “Guerras Unidas” también tomó como base los tres ejes planteados en la propuesta inicial.

Tabla 3. Contenido temático de talleres de Red Guerreras Unidas

Sesión	Fecha	Lugar	Eje/tema
Sesión 1	13 de octubre 2023	Casa de lidereza	Detección de necesidades
Sesión 2	04 de noviembre de 2023	Casa de lidereza	Eje I. Procesos organizativos, de gestión y de planeación estratégica.
Sesión 3	11 de noviembre de 2023	Casa de lidereza	Eje II. Prevención de la violencia contra las mujeres y del embarazo adolescente
Sesión 4	01 de diciembre de 2023	Casa de lidereza	Asesoría a líderes y voceras
Sesión 5	2 de diciembre de 2023	Casa de lidereza	Eje III. Autocuidado y cuidado colectivo como herramienta para la sostenibilidad

Fuente: Elaboración propia

Sesión1: Detección de necesidades.

Se programó y realizó una visita a dos líderes y voceras de la Red “Guerreras Unidas”, el día viernes 13 de octubre de 2023. El objetivo de esta reunión, era saber cómo estaba constituida la Red actualmente, y cuáles eran los temas de interés de las integrantes. Ambas líderes, refirieron que recientemente se habían sumado mujeres jóvenes y adolescentes, entre ellas, hijas de las integrantes fundadoras, así como otras mujeres jóvenes que llegaron a la Red por medio de las clases de Zumba. Es importante mencionar que dichas clases son promovidas e instruidas por una de las fundadoras de la Red, quien suele invitar a otras mujeres a sumarse a las “Guerreras Unidas”, con la intención de promover e informar a la población de Valle del Puebla, sobre la prevención de la violencia de género, y la importancia de trabajar para mejorar la comunidad en la que viven.

Por otra parte, compartieron logros y avances que han alcanzado de un año a la fecha, entre ellos: la recuperación del Parque “Las Canchitas”, ya que con el apoyo de Fundación Hogares lograron colocar un tejaban de lámina en el área de las gradas, mismas que fueran pintadas. Aunado a ello, rescataron un espacio aledaño al Parque “Las Canchitas”, donde actualmente es un comedor comunitario de DIF (Municipal y Estatal), el cual es atendido de manera voluntaria por dos integrantes de la Red “Guerreras Unidas”.

Además, firmaron un acta constitutiva en vinculación con el instituto de la Mujer del Estado de Baja California (Estatal), y con la Secretaria de Seguridad Ciudadana, con la intención de mejorar la calidad de vida de las mujeres residentes del fraccionamiento Valle del Puebla, Segunda Sección.

Si bien, tuvieron avances significativos en pro de la comunidad de Valle del Puebla, Segunda Sección, también comentaban que la violencia de género era un tema recurrente en el fraccionamiento, por lo que les parecía vital, contar con información o talleres para detectar y prevenir la violencia. Asimismo, comentaron que varias de las integrantes de la Red habían experimentado episodios de ansiedad y estrés

recientemente, por lo que el tema de autocuidado y cuidado colectivo llamó su atención.

Finalmente, se acordaron las sesiones, horarios y días de trabajo, esto, según las necesidades de la mayoría de las integrantes, por lo que decidieron se llevarán a cabo los días sábados, en un horario de 10:00 am a 12:30 pm, en la casa de unas lideres.

Sesión 2: Procesos organizativos, de gestión y de planeación estratégica.

El taller se llevó a cabo el día sábado 04 de noviembre de 2023, a las 10: am, en la casa de una de las líderes de la Red “Guerrera Unidas”, ubicada en la colonia Valle de Puebla, en el municipio de Mexicali, Baja California.

Este taller tuvo como objetivo fortalecer la composición de la Red "Guerras Unidas", promover la colaboración entre sus integrantes y desarrollar estrategias efectivas para alcanzar sus objetivos. Al final del taller, los participantes deben tener una comprensión más sólida de la red, sus desafíos y oportunidades, y estar preparados para trabajar de manera más eficiente juntos.

Se dio la bienvenida a todas las personas asistentes, se presentó la facilitadora, así como el resto de las participantes. Se pidió a cada persona mencionar su nombre y comentar cómo se unió a la red.

Posteriormente se establecieron algunos acuerdos de convivencia, entre ellos, destacó el respeto a la diversidad de ideas, la escucha activa, la colaboración, no acaparar la palabra, y la confidencialidad de lo hablado durante la sesión.

Adicionalmente, se hicieron varias preguntas detonadoras para conocer el contexto actual de la Red "Guerras Unidas". La participación se concentró en dos personas, voceras actuales de la red, quienes fueron las que contestaron la mayoría de las preguntas. Refirieron que si bien dentro de la red hay aproximadamente 20 personas, las más activas suelen entre 3-5 personas, por lo que la mayoría de las responsabilidades y actividades recaen sobre unas pocas, cuestión que ocasiona desgaste y una saturación de trabajo en un par de personas, quienes suelen encargarse de hacer las diligencias y gestiones administrativas para solicitar apoyos

como jornadas de salud comunitarias, despensas, vales de gas, recolección de basura en el espacio público, así como tener interlocución con instituciones públicas y privadas que brindan un sostén a la comunidad en general

Si bien, no tienen definida una estructura de trabajo, se expuso de manera breve, los pros y contras de una estructura vertical, y una horizontal. Las integrantes de la Red, acordaron organizarse de manera horizontal para delegar roles y responsabilidades, con la intención equilibrar el trabajo entre las integrantes de la Red.

También, se identificaron algunas instituciones gubernamentales y privadas que han sido aliados a lo largo de su formación, y que les han brindado diversos servicios:

- Gente Diversa A.C: Organización de la sociedad civil que brinda capacitaciones y asesoramiento en materia de prevención de la violencia de género, a las integrantes de la Red.
- Seguridad Ciudadana: Apoyo con jornadas de salud comunitarias, y un mural.
- Fundación Hogares: Ofrecen cursos gratuitos de serigrafía, carpintería, plomería, soldadura para la comunidad. Los cursos dependen de las necesidades y/o solicitudes de la población. También hicieron un mural.
- Municipio: Apoyó con la luz mercurial. Sin embargo, refieren que no instalaron las luces que les habían prometido, por lo que la luminaria es insuficiente.
- Fundación Ocupa: Apoyo con pintura y árboles para restaurar el parque “Las Canchitas”.
- DIF Estatal: Instalaron un comedor comunitario. Es importante mencionar que este comedor es atendido de manera voluntaria dos integrantes de la red “Guerrera Unidas”
- BISOM: Donación de juegos para el parque “Las Canchitas”. Aún no se ha instalado.
- Secretaria de Cultura: Se llevó el cinito comunitario. Actualmente están buscando teatro guiñol para infancias.
- INMUJER (Estatal y Municipal): Refieren que ha sido un pilar para su formación, ya que no solo les brindan capacitación o charlas sobre tema de interés, sino que les han acompañado durante su proceso (específicamente en

la formación del año pasado, y en el fortalecimiento que estaba llevando en ese momento).

Sesión 3: Prevención de la violencia contra las mujeres y del embarazo adolescente.

Este taller tuvo como objetivo identificar los tipos y las modalidades de violencia de género, que se experimentan en el espacio privado y comunitario. Se dio inicio recordando los acuerdos de convivencia, para posteriormente lanzar un par de preguntas detonadoras ¿Qué entienden por violencia? y ¿Cuáles son los tipos de violencia que conocen? Respecto a ello, la mayoría relacionaba la violencia con golpes e insultos, incluso, algunas de las integrantes compartieron episodios de violencia física y verbal, donde los golpes y los insultos eran comunes. Asimismo, refieren episodios de violencia institucional por parte de servidores públicos, ya que al intentar denunciar, solían recibir tratos hostiles y revictimizantes por diversas instituciones, entre ellas, la policía municipal, Ministerio Público y Fiscalía.

También se habló de cómo el machismo permea en nuestra vida cotidiana, y cómo existía una división de los roles sociales tradicionales, donde las mujeres y las niñas solían ser las más afectadas desde la infancia. Se hizo un ejercicio para identificar los roles y estereotipos que se inculcan desde la niñez. Las integrantes identificaron que desde la infancia se va formando a las niñas y los niños de manera diferenciada, ya que a las niñas se les suele asignar tareas de cuidado y del hogar, mientras que a los niños se les suele incentivar a ocupar el espacio público y no el privado. Si bien este ejercicio es muy simple, sirve para visualizar y ser consciente de cómo nos van moldeando para cumplir normativas de género a lo largo de nuestra vida.

En este taller se encontraba la hija de 10 años de una de las líderes/voceras de la red, la niña tomó la palabra y comentó que todas las personas podíamos desempeñar las actividades que quisiéramos, que ser niña no era un impedimento para realizar actividades socialmente vinculadas a actividades masculinas, ni a la inversa. Posteriormente, una señora adulta mencionó que era grato oír a las niñas y jóvenes hablar de esa manera, pues antes las cosas eran diferentes y los “trapos sucios se deben lavar en casa”. Ese refrán nos sirvió para dar paso a un breve análisis sobre la

importancia de hacer visibles nuestras violencias, siempre y cuando respetemos los procesos de cada una de las personas.

La violencia económica fue otro tema común, así como la violencia digital en las más jóvenes, quienes argumentaban que habían sido víctimas de estafas y chantajes por parte de sus exparejas, al intentar filtrar imágenes o videos sexuales en redes sociales.

Una de las líderes comentó que la violencia hacia la población LGBTTTIQ+ era un grave problema en la sociedad, ya que este grupo solía recibir descremación debido a su orientación sexual, lo cual le parecía inhumano, pues todas las personas deberían de tener los mismos derechos.

Sobre violencia sexual, algunas participantes mencionaron que era común en la infancia, y que había que trabajar en estrategias para que esto no sucedería, ya que solían ser personas cercanas a la familia quienes realizaban estos actos. Al abordar este tema, se informó que todas las personas tenían derecho a ser tratadas como víctimas, por lo que podían acudir a un hospital para recibir tratamiento profiláctico para la prevención de infecciones de transmisión sexual, y que el aborto por violación era un derecho en todo México, incluso sin haber realizado una denuncia, ya que existe la norma 046, norma que protege y garantiza este derecho en el país.

Una de las líderes entregó violentómetros a todas las integrantes de la red, dicho material, ayudó a identificar “red flags” o patrones de violencia en la pareja, pues algunas de las conductas que se mencionan en el violentometro están normalizadas.

También se habló de la violencia en el espacio público, y como el narco, específicamente el grupo “Los Rusos”, han venido a recrudecer la violencia principalmente en el Valle de Mexicali, y en las periferias, siendo Valle de Puebla una colonia afectada por este grupo, ya que refieren ver a varios jóvenes encapuchados que no son de la colonia, inclusive, un par de ellos entró al comedor comunitario solo a observar. Este hecho desató miedo en algunas de las integrantes de la red, pues son ellas quienes atienden el comedor comunitario, por lo que se pensó en pedir un botón de pánico a Seguridad Ciudadana, ya que el otro se encuentra en el Centro de

Desarrollo. Esta situación es preocupante, ya que han identificado que más jóvenes se han ido integrando a este grupo en la colonia.

Hacia al final se preguntó qué estrategias conocían o implementan en su entorno para reducir la violencia de género: Redes de apoyo entre vecinas, la propia Red "Guerreras Unidas", alianzas con Seguridad Ciudadana, INMUJER (estatal y municipal), escuadrón violeta, colocar botones de pánico en puntos estratégicos de la colonia, seguir sensibilizando a las personas en torno al tema de la violencia de género, ya que es una lucha constante.

Sesión 4. Asesoría a líderes y voceras

El objetivo de esta reunión, fue identificar las actividades que han realizado a lo largo del 2023 como Red, ya que desean hacer un cuaderno de memoria de trabajo, en el cual se visibilice y sistematice los logros que han obtenido como "Guerreras Unidas". A continuación, presentaremos una breve línea del tiempo con las actividades gestionadas por la Red.

- Enero 2023: Realizaron un convivio comunitario por el "Día de Reyes"
- Enero 2023: Se dio a conocer la Red "Guerreras Unidas" en una entrevista realizada en el Canal 66 (canal de televisión local)
- Febrero 2023: Taller sobre control de las emociones a todas las integrantes de la Red.
- Marzo 2023: Realizaron un mural alusivo al día de la mujer en el Parque "Las Canchitas"
- Marzo 2023: Acudieron C4 en Tijuana, para conocer su operatividad
- Febrero - marzo 2023: Asimismo, durante los meses de febrero y marzo del 2023, se llevó a cabo un taller de plomería al cual asistieron aproximadamente 15 personas, entre ellas integrantes de la Red, y al finalizarlo colocaron 5 tomas de agua en el Parque "Las Canchitas"
- Abril 2023: Gestionaron un "cine comunitario" para celebrar el día del niñx entre las comunidad de Valle de Puebla, Segunda Sección.
- Abril 2023: Firma de acta constitutiva en colaboración con el Instituto de la Mujer del Estado de Baja California.

- Mayo 2023: Recuperación del comedor comunitario junto a DIF Municipal y Estatal, el cual es atendido de manera voluntaria por dos integrantes de la Red "Guerreras Unidas".
- Mayo 2023: Firma el compromiso de la igualdad y bienestar para las mujeres y niñas, en colaboración con el Instituto de la Mujer del Estado de Baja California.
- Mayo 2023: Taller de punto naranja, en vinculación con el Instituto de la Mujer del Estado de Baja California.
- Junio 2023: Taller de fortalecimiento sobre prevención de la violencia de género
- Junio 2023: Taller "Manejo del duelo"
- Junio 2023: Firma de acta constitutiva en colaboración Secretaria de Seguridad ciudadana
- Julio 2023: Se colocó la alarma vecinal por parte de la Secretaria de Seguridad ciudadana
- Julio-agosto 2023: Se llevó a cabo un taller de soldadura, al cual asistieron aproximadamente 13 personas. Al finalizarlo colocaron un tejaban de láminas en las gradas del Parque "Las Canchitas".
- Septiembre 2023 : Taller de defensa personal
- Octubre 2023: Se llevó a cabo un taller de serigrafía, al cual asistieron 8 personas, todas pertenecientes a la Red "Guerreras Unidas"
- Octubre 2023: Asistieron a la actividad "Lucha contra el cáncer de mama", y fueron beneficiadas con mamografías.
- Noviembre 2023: Se llevó a cabo el taller de primero auxilios, al cual asistieron 4 integrantes de la Red "Guerreras Unidas"
- Noviembre 2023: Fueron parte de la actividad comunitaria "Pintando los Pueblas 3", evento en el que donaron 100 camisetas para los asistentes.
- Noviembre 2023: Una de las líderes/voceras participó en el "3er Encuentro Nacional de Redes Mucpaz" en Pachuca Hidalgo.
- Noviembre 2023: Participaron en una entrevista para dar a conocer la Red "Guerreras Unidas" en el proyecto "Vivienda y urbanización de los Pueblas".
- Diciembre 2023: Asistieron al Encuentro Estatal de Redes Mucpaz en Tijuana.

Sesión 5. Autocuidado y cuidado colectivo como herramienta para la sostenibilidad y cierre.

El taller inició preguntando a las personas asistentes, se procedió a preguntar qué significaba para las integrantes de la red Mucpaz Guerras Unidas, la palabra cuidado. La intención era reflexionar sobre el significado de esta categoría, y hacer visible a quienes cuidamos. La mayoría de las palabras, estaban relacionadas con el cuidado hacia otras personas, hijos e hijas, familia, mamá, mascotas, cosas materiales, entre otros. No obstante, mencionaron la importancia de cuidar las emociones, la alimentación, el físico y la comunicación, sin embargo, al preguntarles a quién(es) iban dirigidos estos cuidados, solo dos personas, de un total de 15, manifestaron que los cuidados se dirigían a ellas mismas.

Después de esto, se lanzó la pregunta detonadora ¿Por qué no priorizamos nuestro cuidado?, la mayoría argumentaba que primero “debían” ver por el bienestar de sus hijos e hijas, parejas, y familia en general, y después por ellas mismas, ya que si se prioriza el bienestar de una, se les tacha de “egoísta”. Esta declaratoria nos sirvió para cuestionar el derecho al cuidado personal, y cómo desde la infancia nos enseñan que debemos cuidar a otros u otras, antes que a nosotras mismas. Algunas compañeras compartieron las dificultades y retos que han enfrentado al intentar ponerse como prioridad, desde la exigencia de la pareja, reclamos por parte de sus hijos, incluso hasta rupturas / separaciones de amigos y parejas, situaciones que han resultado dolorosas.

Posteriormente, se preguntó cómo se cuidaban a sí mismas. Responder esta pregunta les costó un poco más, ya que estuvieron en silencio por un par de minutos. La primera persona en responder mencionó que “pensando en mi”, otra que, bailando, haciendo ejercicio, arreglarse para sí mismas (pintarse el cabello, maquillarse, pedicure, manicure, mascarillas para la piel), comprarse algo, comiendo sanamente y pasando el tiempo con sus amigas. Cada respuesta iba enriqueciendo la conversación, ya que algunas personas asentían y compartían experiencias personales con sus compañeras de al lado.

Posteriormente, se presentó a la facilitadora de técnicas de respiración, relajación e introducción a la reflexología podal. Iniciamos haciendo respiraciones ventrales pausadas, amplias y poco a poco más profundas, asimismo se mostraron algunos estiramientos básicos y fáciles de realizar en casa, con la intención de relajar y reconocer diversas partes de nuestro cuerpo. Adicionalmente, se brindó una pequeña charla-práctica para aprender a identificar puntos de presión en los pies, que les ayudan a disminuir malestares físicos y emocionales. Para ir cerrando esta segunda parte del taller, se indicó a las personas asistentes como realizar sales de baño caseras, con ingredientes sencillos. Esta actividad fue del agrado de muchas de las asistentes, ya que se sorprendieron al saber lo “fácil” que es realizar estas sales.

Hacia el final de la reunión, se les invitó a realizar una carta de auto-agradecimiento a todas las personas presentes en el taller. La intención de esta carta, era reconocer todo el trabajo y esfuerzo que han venido haciendo por ellas mismas y por las otras personas. Algunas de ellas mencionaron que jamás se habían agradecido a sí mismas, por lo que les pareció un ejercicio sanador, de gratitud y satisfacción personal.

3. Resultados del proceso de fortalecimiento a la Red MUCPAZ Felinas de la colonia Cañón Buenavista.

La Red MUCPAZ Felinas, con residencia en el poblado Cañón Buenavista (El Zorrillo), delegación Maneadero, es una agrupación de mujeres, todas ellas madres, una jornalera de campo y todas trabajadoras no remuneradas del hogar. Se trata de una red creada como parte de una de las metas del FOBAM en el ejercicio presupuestal 2022. Al inicio de su constitución estaba integrada por 10 mujeres adultas.

Para iniciar con el proceso de fortalecimiento se contactó a las integrantes de la red Felinas. Sin embargo, desde un inicio fue complicado entablar comunicación. En cuanto se logró hacer contacto, una de las integrantes informó que después del proceso de capacitación del año anterior únicamente se reunieron un par de veces más y que debido a que no tuvieron seguimiento ni acompañamiento para seguir organizándose, la red ya no se encontraba activa.

Se les explicó el objetivo y alcances del proceso de fortalecimiento. Sin embargo, refirieron su desinterés, al mismo tiempo que externaron inconformidad y enojo debido al abandono institucional, comentando que se sentían utilizadas por las instituciones pues en ocasiones anteriores, instancias municipales las citaron y cancelaron actividades a última hora.

Del total de las integrantes únicamente una persona refirió su interés y la necesidad de continuar con los trabajos organizativos en beneficio de las mujeres y la comunidad. De tal manera que en acuerdo con la coordinación del FOBAM se decidió hacer un esfuerzo por re-instalar la red incorporando a otras mujeres.

En ese tenor, personal de la oficina del Instituto de la Mujer para el Estado de Baja California realizó una reunión informativa con diferentes mujeres de la localidad en la que se les explicaron, de manera general, los objetivos de la Estrategia Nacional de Mujeres Constructoras de Paz, alentándolas a participar. La mayoría de las asistentes se mostraron interesadas por lo que se agendaron reuniones posteriores para iniciar los trabajos de instalación formal y capacitación de la red.

Sin embargo, debido a las condiciones territoriales de la localidad y características propias de las mujeres resultó sumamente complejo culminar con el proceso. Únicamente se logró tener la primera sesión informativa en la que se obtuvieron los siguientes resultados.

Sesión informativa para reinstalación de la Red

La reunión se llevó a cabo el día 26 noviembre del año en curso en casa de una lider de la comunidad. La sesión tuvo una duración de 3 horas y se contó con la participación de 14 mujeres. Durante la sesión se abordaron de manera general los siguientes temas en consonancia con los contenidos establecidos en la Guía para la implementación de las Redes-MUPAZ.

- ¿Qué son Redes Mucpaz?
- Objetivos de las redes Mucpaz

- Construcción de Paz
- Participación ciudadana

Posteriormente se procedió a dialogar sobre las necesidades de la comunidad encontrando como relevantes los siguientes temas:

- Violencia contra las mujeres
- Abuso sexual a infancias y adolescencias
- Violencia física a personas mayores de la comunidad
- Precariedad laboral y abandono institucional
- Embarazos no deseados
- Permanencia de usos y costumbres como el matrimonio arreglado.
- Uso de drogas y delincuencia

Las participaciones fueron nutridas y se centraron en reflexionar sobre las posibilidades para afrontar dichas problemáticas. En acuerdo se perfiló que el interés de las mujeres presentes es integrarse como una red nueva, con otro nombre, y convertirse en replicadoras para prevenir y atender la violencia contra las mujeres. La sesión finalizó acordando la fecha del siguiente encuentro.

Sin embargo, debido a la existencia de múltiples dificultades y al contexto de la comunidad no fue posible culminar el proceso con este grupo. A continuación, se presentan algunos de los retos y obstáculos identificados.

Retos para el trabajo en la colonia Cañón Buenavista:

- Recurrentes problemas de salud de las integrantes lo que implicó que en repetidas ocasiones pospusieran o cancelaran las sesiones de trabajo.
- Dificultad para trasladarse al lugar de las reuniones.
- Territorio disperso y de difícil acceso.
- Condiciones climáticas (lluvia) que dificultan la movilidad en la comunidad.
- Existencia de prácticas clientelares de otras instituciones, principalmente de carácter municipal, lo que somete a las mujeres a agendas que no son propias y les demanda tiempo y esfuerzo.

Tabla estadística

Con la realización de la acción MUCPAZ-2.2 se impactó a 77 personas, todas mujeres, distribuidas 39 en el municipio de Ensenada y 38 en Mexicali como se aprecia en las tablas 4, 5, 6 y 7.

Tabla 4. Número de participantes por municipio

Número de sesión	Cantidad de participantes	Mujeres	Hombres
Ensenada	39	39	0
Mexicali	38	38	0
Total de personas participantes: 77 personas			

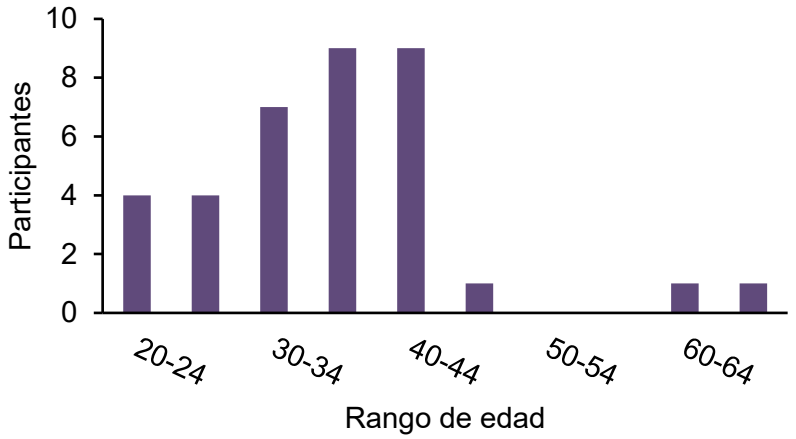
Fuente: elaboración propia

Tabla 5. Participantes de la Red Hittayhi- Ensenada

Número de sesión	Cantidad de participantes	Mujeres	Hombres
Sesión 1	11	11	0
Sesión 2	7	7	0
Sesión3	7	7	0
Total de personas participantes: 25 personas			

Fuente: elaboración propia

Gráfica 1. Rangos de edad- Red Hittayhi



Fuente: elaboración propia

Las edades de las participantes, en el proceso de fortalecimiento de la Red Hittayhi, del municipio de Ensenada, se reportan en la gráfica uno. Como puede observarse, cuatro participantes se encuentran en el rango de 20 a 24; cuatro más en el rango de

25 a 29 años, siete en el rango de 30 a 34; nueve en los rangos de 35 a 39 y en el de 40 a 44; y una participante en los rangos de 45 a 49, 60 a 64 y 65 a 70. Como puede observarse la mayoría de las participantes se encuentra en la adultez media.

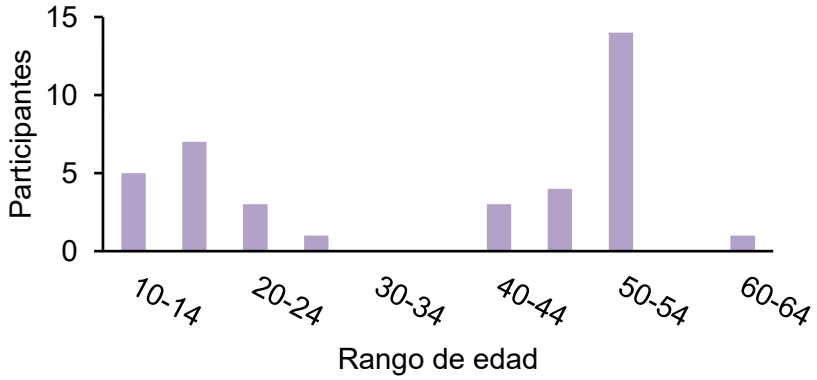
Tabla 6. Participantes de la Guerreras Unidas- Mexicali

Número de sesión	Cantidad de participantes	Mujeres	Hombres
Sesión 1	12	12	0
Sesión 2	13	12	0
Sesión 3	13	13	0
Total de personas participantes: 38 personas			

Fuente: elaboración propia

De la Red Guerreras Unidas destaca la participación de infancias y adolescencias como integrantes activas de la organización. En el rango de edad de 10 a 14 años participaron cinco adolescentes; en el de 15 a 19, siete más. En el rango de 50 a 54 se contó con catorce participantes.

Gráfica 2.Rangos de edad Red Guerreras Unidas



Fuente: elaboración propia

Tabla 7. Participantes de la Col. Cañón Buenavista- Ensenada

Número de sesión	Cantidad de participantes	Mujeres	Hombres
Sesión 1	14	14	0
Total de personas participantes: 14 personas			

Fuente: elaboración propia

Conclusiones y recomendaciones

En términos generales, se cumplió con los objetivos de la meta, ya que se logró impartir el fortalecimiento cumpliendo con el total de horas solicitadas a las Redes MUCPAZ “Hittayhi” y “Guerreras Unidas”. Sin embargo, no se logró la reinstalación de la red de la colonia Cañón Buenavista, por lo que es fundamental dar seguimiento ya que no sólo hay interés de las mujeres de organizarse; sino que se detectaron condiciones de violencia sumamente graves que es necesario atender.

En cuanto a las redes “Hittayhi” y “Guerreras Unidas” destacan por su sólida estructura organizativa, lo que les ha permitido posicionarse como un referente para su comunidad. Asimismo, las líderes y participantes lograron fortalecer habilidades relacionadas con el mapeo de actores, el mapeo de contexto, el análisis de problemas y la planeación de actividades en pro de su comunidad.

Referente a los retos, el propio contexto es parte de ellos, ya que el fraccionamiento Valle del Puebla, en Mexicali, y la colonia Oaxaca, en Ensenada, poseen altos índices de violencia e inseguridad en Baja California. Aunado a esto, en ambas redes, las integrantes han detectado la presencia de actores del crimen organizado y/o de personas externas que se oponen al progreso de la comunidad, lo que genera angustia y frustración entre la población y dificulta el trabajo de las redes.

Por otro lado, la falta de recursos económicos para financiar iniciativas dentro de la comunidad es otro reto que enfrentan las integrantes de ambas redes ya que son ellas y sus familiares, quienes habitualmente financian las actividades realizadas en su entorno. En ese sentido se reflexionó sobre la importancia de fortalecer las alianzas con actores e instituciones estratégicas.

Recomendaciones:

- Capacitación constante en temas de interés entre las integrantes de las Redes MUCPAZ.
- Continuar con procesos de fortalecimiento orientados a reforzar las habilidades de las redes.

- Que los procesos de fortalecimiento sean amplios y permitan el abordaje oportuno de los temas de interés para las integrantes de las redes.
- Ofrecer incentivos para las mujeres o redes que culminen con los fortalecimientos de tal forma que se motive la participación.
- Ofrecer capacitaciones para que las integrantes de las Redes MUCPAZ sean replicadoras y capacitadoras de redes de reciente creación.
- Brindar jornadas de salud comunitarias constantemente, esto, según las necesidades de la población.
- Apoyo económico etiquetado para las actividades de las Redes MUCPAZ.
- Que exista interlocución entre las dependencias de gobierno que apoya las actividades de las Redes Mucpaz, con la intención de no saturar los tiempos y labores de las integrales de dichas redes.
- Crear encuentros estatales de las Redes Mucpaz de manera periódica, liderados por las integrantes, para atender y dar prioridad a sus necesidades.

Bibliografía

Instituto Nacional de las Mujeres, (2023), “Paso a paso, MUCPAZ. Guía para la implementación de las Redes-MUPAZ”, http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/RevCCI_121023.pdf

Instituto Nacional de las Mujeres, (2021), “Mucpaz. Redes de Mujeres Constructoras de Paz”, https://www.gob.mx/inmujeres/acciones-y-programas/red-de-mujeres-constructoras-de-paz-mucpaz

Facebook, “Red Mucpaz Mujeres Guerreras Unidas - Mexicali”, https://www.facebook.com/profile.php?id=100089064972245

Secretaria de Seguridad Ciudadana, (2023), “Diagnóstico por colonia, entidad Mexicali”, https://www.seguridadbc.gob.mx/contenidos/estadisticas3.php#

El Imparcial, (2023), “Incrementa 37% número de detenidos por violencia familiar”, https://www.elimparcial.com/mexicali/mexicali/Incrementa-37-numero-de-detenidos-por-violencia-familiar-20231012-0033.html

Mapeo de actores

Es una herramienta que nos permite tener claridades.

Se enfoca en entender:

1. **En qué escenarios se mueve nuestra organización**. ¿cuáles son organizaciones aliadas?, ¿cuáles son las organizaciones opositoras?

2. Cómo generamos un escenario que permita **priorizar el cuidado colectivo**; tomando en cuenta cuáles son nuestras: **potencialidades y vulnerabilidades.**

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

FOBAM | BAJA CALIFORNIA | INMUJER | corazón

Mapeo de actores

Es importante tomar consciencia sobre cómo es vista nuestra organización, cómo es visto socialmente el tema que trabaja la organización, de cuáles son las amenazas existentes y los factores protectores.

También debemos pensar posibles escenarios futuros y si estos constituyen una amenaza o una potencialidad.

El mapeo de actores/as permite saber con quiénes contamos para armar una estrategia de protección y quiénes pueden significar una amenaza para nosotras como organización.

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

A mapear

En grupo identificar a los actores relevantes de o para la comunidad y para el trabajo que realiza la red.

Realizar en un papelógrafo un cuadro de actores/as por medio de una lluvia de ideas, este contempla tres tipos de actores; aliados, neutros y opositores. Para llenarlo hacemos una lluvia de ideas y ubicamos a cada actor en una de las categorías.

Aliados → Neutros → Opositores

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

Actividad 1.
Elaborar decálogo de la red

Materiales: Papelógrafo, plumones, fotografías, cinta adhesiva.

Procedimiento para la actividad: Para repasar el objetivo y características de esta red realizar dinámica de lluvia ideas en la que cada mujer comparta, de manera verbal, una característica que define a la red.

La persona facilitadora anotará dichas ideas en un papelógrafo. Con esta información las integrantes de la red, elaborarán un decálogo que podrán ilustrar con fotografías y/o recortes de imágenes alusivas al trabajo de la red.

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

Gestiones y planeación estratégica.

¿Con qué elementos de planeación cuenta esta red?

La Planeación Estratégica es un proceso de reflexión, análisis y diseño que resulta en acciones alineadas a criterios de efectividad, basadas en los cambios que la organización busca generar.

Cuando las organizaciones no trabajan desde la Planeación Estratégica, existe el riesgo de operar por medio de acciones reactivas y descoordinadas que, en casos extremos, pueden generar efectos adversos no detectados.

La planeación es un proceso vivo que requiere de constantes adaptaciones y evaluaciones para adaptarse a diferentes etapas de trabajo de una organización.

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

FOBAM | BAJA CALIFORNIA | INMUJER Instituto de la Mujer | Con el corazón por delante.

Para lograr un impacto social mayor y que nuestra labor sea sustentable en el largo plazo es necesario: Organizarse y planear.

Planear permite alcanzar objetivos.

Organizarnos

Tener claridad.
Tomar decisiones.
Distribuir tareas

Planificar

¿Qué se quiere hacer?
¿Cuándo?
¿Quién lo va a hacer?
¿Cómo?
¿Qué se necesita?

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

EJE II.
Prevención de la violencia contra las mujeres y del embarazo adolescente

Objetivo:

Fortalecer herramientas para detectar, prevenir y actuar frente a la violencia de género.

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

Es cualquier acción o conducta, basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado.

La violencia feminicida es la forma más extrema de éste tipo actos, que se configura además como **una violación a derechos humanos** pues la muerte de la víctima tiene un impacto social (familia y comunidad) y político (las instituciones fallan en su responsabildiad de prevenir la violencia).

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

TIPOS DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

De acuerdo con la LGAMVLV, existen diferentes tipos de violencia:

- ➔ Violencia psicológica
- ➔ Violencia emocional
- ➔ Violencia física
- ➔ Violencia patrimonial
- ➔ Violencia económica
- ➔ Violencia sexual

Y cualesquiera otras formas análogas que lesionen o sean susceptibles de dañar la dignidad, integridad o libertad de las mujeres

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

MODALIDAES DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

Se refiere a los contextos en los que se pueden manifestar los tipos de violencia contra las mujeres:

- ➔ Violencia familiar
- ➔ Violencia laboral y docente
- ➔ Violencia en la comunidad
- ➔ Violencia institucional
- ➔ Violencia feminicida

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

Eje III.
Autocuidado y cuidado colectivo como herramienta para la sostenibilidad de la red.

Objetivo:

Fortalecer las capacidades de autocuidado y fomentar el cuidado colectivo para afianzar el trabajo de la red.

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

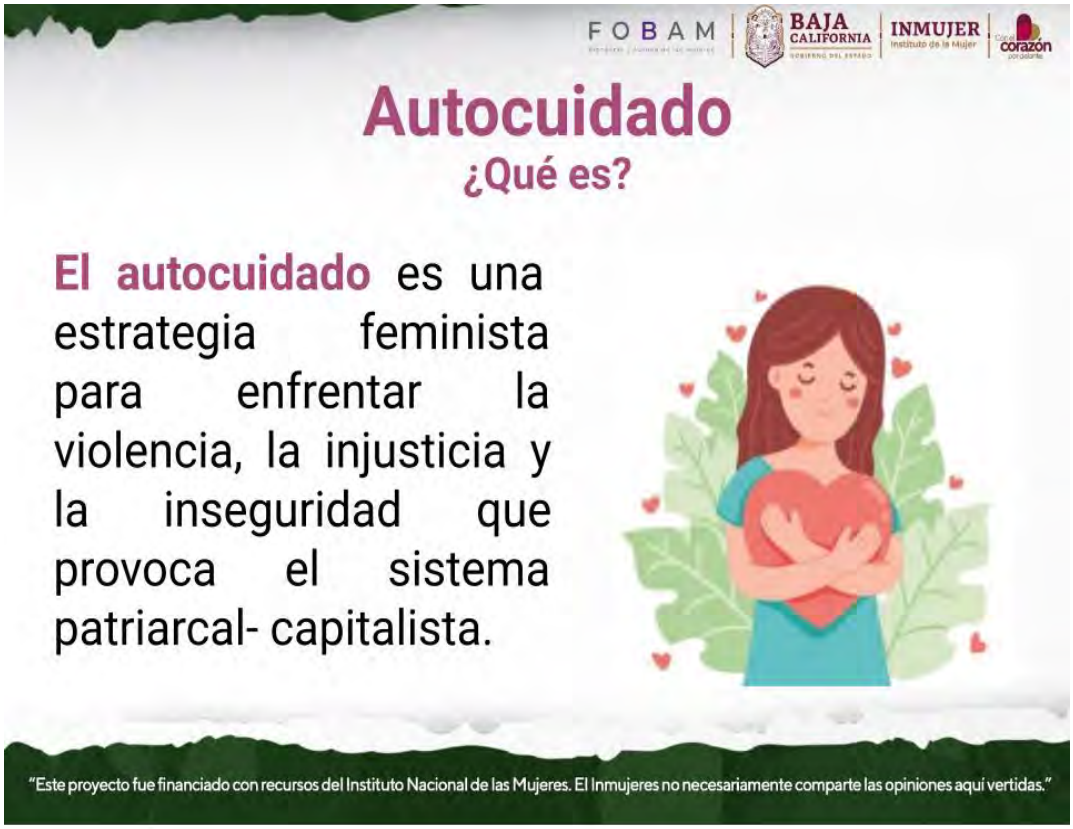
Actividad 1.

Elaborar un listado, lo más exhaustivo posible, de las actividades que realizan en un día común.

Compartir en voz alta algunos listados.

Abrir la reflexión.

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

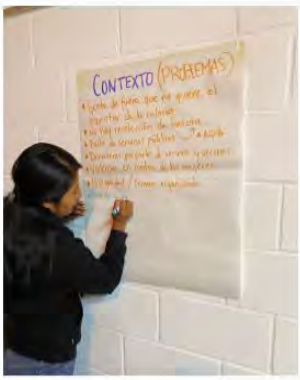

Autocuidado
¿Qué es?
El autocuidado es una estrategia feminista para enfrentar la violencia, la injusticia y la inseguridad que provoca el sistema patriarcal- capitalista.
"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

Tipos de autocuidado
Físico
Dormir
Descansar
Comer sano
Hacer deporte
Emocional
Autoperdón
Positividad
Autocompasión
Resilencia
Manejo de estrés
Social
Saber pedir ayuda
Ser escuchado/a
Dar afecto
Relaciones sanas
Cognitivo
Meditación
Conexión con la naturaleza
Disfrutar del silencio
Leer
Estudiar
"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

A nuestro papel histórico se le suman otros roles:

Integrante de organizaciones sociales

Líder comunitaria



"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

Las circunstancias y el sistema patriarcal nos orillan a adoptar y reproducir discursos que nos oprimen aún más.

- ➔ ***Tienes/tengo que ser fuerte.***
- ➔ ***Debes/debo aguantar por mis hijos o mi familia.***
- ➔ ***Yo puedo con todo.***
- ➔ ***"Por la lucha todo"***

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

NO, las mujeres no tenemos que poder, cargar o aguantar todo.

Está bien parar, detenerse un poco para sanar, agarrar fuerzas y luego seguir.

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

¿Por qué auto-cuidarse?

Las opresiones que vivimos recaen sobre nuestros cuerpos y nos producen **dolor.**

No hay recetas para autocuidarse.

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

Actividad 2. El cuerpo como territorio.

¿En qué partes de nuestro cuerpo se manifiesta el dolor?

- Trazar la silueta de una de las personas participantes.
- Cada integrante identificará en qué partes de su cuerpo se manifiesta el dolor y lo señalará en la silueta.
- ¿Qué hacemos cuando sentimos cansancio,dolor?

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

Cuidado colectivo

El cuidado como una práctica colectiva feminista nos permite **romper la individualización que el capitalismo nos impone**, transformando aquello en una **colectivización de las experiencias**, **desprivatizando el cuerpo** y reflexionando sobre las formas en que los contextos históricos, políticos y económicos afectan los modos de experimentar el mundo.

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

La colectivización del cuidado abre la puerta al debate sobre la

construcción de comunidad

También sobre la necesidad de que **las militancias no sean construidas como espacios de sacrificio y desgaste** sino de:

- ➔ Cooperación colectiva
- ➔ Acompañamiento
- ➔ Bajo la idea de que la construcción de otro mundo es posible en lo concreto.

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

¡Gracias!

"Este proyecto fue financiado con recursos del Instituto Nacional de las Mujeres. El Inmujeres no necesariamente comparte las opiniones aquí vertidas."

Evidencia fotográfica

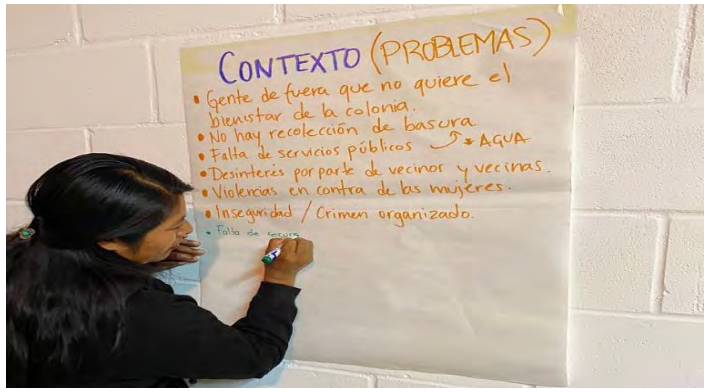
Evidencia de fotográfica de talleres con Red MUCPAZ Hittayhi

Evidencia fotográfica*	
Nombre de actividad: Reunión inicial con integrantes de Red MUCPAZ Hittayhi. **Lugar y fecha de realización:** Col. Oaxaca, Maneadero, Ensenada, B.C. 26 de septiembre de 2023 **Responsable de actividad:** Adriana Jaén Manuel	

* La IMEF es la responsable del tratamiento de los datos personales proporcionados por la población beneficiada, así como cumplir a cabalidad lo dispuesto en la Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares. Usted podrá consultar el aviso de privacidad integral en: http://www.transparenciabc.gob.mx/Areas/showFileDocumentoSujetoSO?IdSujeto=21&url=INMUJER%20BC%202018%20%20Aviso%20de%20Privacidad%20Integral-.pdf

Evidencia fotográfica*

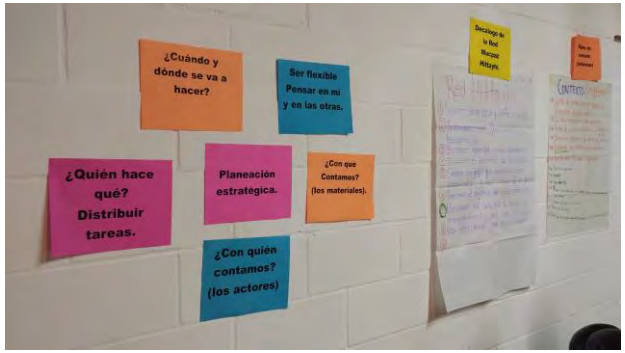
Nombre de actividad: Primera sesión de taller de fortalecimiento a Red MUCPAZ Hittayhi.
Lugar y fecha de realización: Col. Oaxaca, Maneadero, Ensenada, B.C. 26 de septiembre de 2023
Responsable de actividad: Adriana Jaén Manuel



* La IMEF es la responsable del tratamiento de los datos personales proporcionados por la población beneficiada, así como cumplir a cabalidad lo dispuesto en la Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares. Usted podrá consultar el aviso de privacidad integral en: http://www.transparenciabc.gob.mx/Areas/showFileDocumentoSujetoSO?IdSujeto=21&url=INMUJER%20BC%202018%20%20Aviso%20de%20Privacidad%20Integral-.pdf

Evidencia fotográfica*

Nombre de actividad: Segunda sesión de taller de fortalecimiento a Red MUCPAZ Hittayhi.
Lugar y fecha de realización: Col. Oaxaca, Maneadero, Ensenada, B.C. 26 de septiembre de 2023
Responsable de actividad: Adriana Jaén Manuel



* La IMEF es la responsable del tratamiento de los datos personales proporcionados por la población beneficiada, así como cumplir a cabalidad lo dispuesto en la Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares. Usted podrá consultar el aviso de privacidad integral en: http://www.transparenciabc.gob.mx/Areas/showFileDocumentoSujetoSO?IdSujeto=21&url=INMUJER%20BC%202018%20%20Aviso%20de%20Privacidad%20Integral-.pdf

Evidencia fotográfica*	
Nombre de actividad: Tercera sesión de taller de fortalecimiento a Red MUCPAZ Hittayhi. **Lugar y fecha de realización:** Col. Oaxaca, Maneadero, Ensenada, B.C. 26 de septiembre de 2023 **Responsable de actividad:** Adriana Jaén Manuel	

* La IMEF es la responsable del tratamiento de los datos personales proporcionados por la población beneficiada, así como cumplir a cabalidad lo dispuesto en la Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares. Usted podrá consultar el aviso de privacidad integral en: http://www.transparenciabc.gob.mx/Areas/showFileDocumentoSujetoSO?IdSujeto=21&url=INMUJER%20BC%202018%20%20Aviso%20de%20Privacidad%20Integral-.pdf

Evidencia de fotográfica de talleres con Red MUCPAZ Guerreras Unidas

Evidencia fotográfica*	
Nombre de actividad: Taller de fortalecimiento para la Red Mucpaz Guerras Unidas. Eje I - Procesos organizativos, de gestión y de planeación estratégica. **Lugar y fecha de realización:** 04 de noviembre de 2023, Col. Valle de Puebla, Mexicali, Baja California. **Responsable de actividad:** Adriana Jaén Manuel	

* La IMEF es la responsable del tratamiento de los datos personales proporcionados por la población beneficiada, así como cumplir a cabalidad lo dispuesto en la Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares. Usted podrá consultar el aviso de privacidad integral en: http://www.transparenciabc.gob.mx/Areas/showFileDocumentoSujetoSO?IdSujeto=21&url=INMUJER%20BC%202018%20%20Aviso%20de%20Privacidad%20Integral-.pdf

Evidencia fotográfica*
Nombre de actividad: Taller de fortalecimiento para la Red Mucpaz Guerras Unidas. Eje II Prevención de la violencia contra las mujeres y del embarazo adolescente. **Lugar y fecha de realización:** 11 de noviembre de 2023, Col. Valle de Puebla, Mexicali, Baja California. **Responsable de actividad:** Adriana Jaén Manuel

* La IMEF es la responsable del tratamiento de los datos personales proporcionados por la población beneficiada, así como cumplir a cabalidad lo dispuesto en la Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares. Usted podrá consultar el aviso de privacidad integral en: http://www.transparenciabc.gob.mx/Areas/showFileDocumentoSujetoSO?IdSujeto=21&url=INMUJER%20BC%202018%20%20Aviso%20de%20Privacidad%20Integral-.pdf

Evidencia fotográfica*

Nombre de actividad: Taller de fortalecimiento para la Red Mucpaz Guerras Unidas. Eje III Autocuidado y cuidado colectivo.
Lugar y fecha de realización: 02 de diciembre de 2023, Col. Valle de Puebla, Mexicali, Baja California.
Responsable de actividad: Adriana Jaén Manuel

* La IMEF es la responsable del tratamiento de los datos personales proporcionados por la población beneficiada, así como cumplir a cabalidad lo dispuesto en la Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares. Usted podrá consultar el aviso de privacidad integral en: http://www.transparenciabc.gob.mx/Areas/showFileDocumentoSujetoSO?IdSujeto=21&url=INMUJER%20BC%202018%20%20Aviso%20de%20Privacidad%20Integral-.pdf