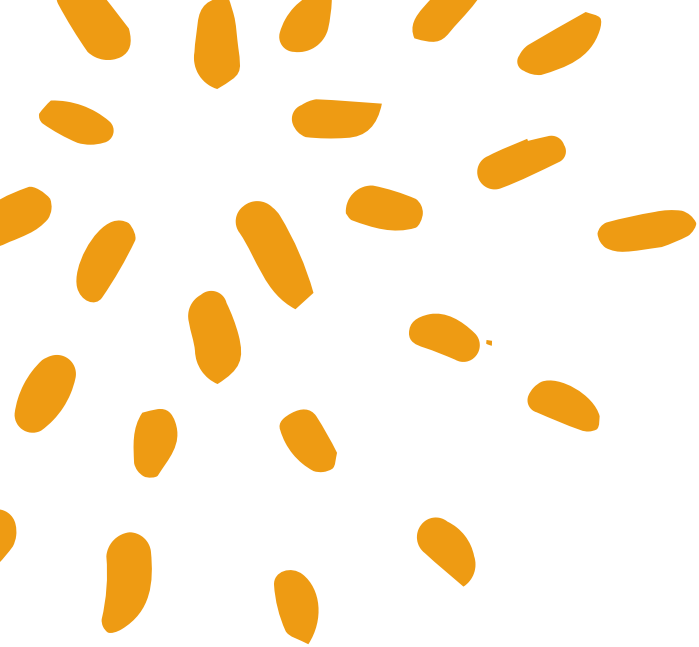


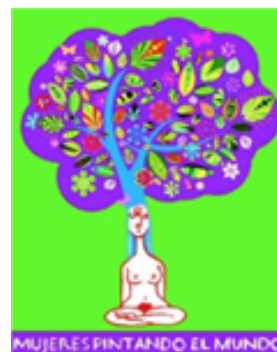
SISTEMATIZACIÓN

Taller de seguridad y autocuidado
feminista y cuidados digitales para
activistas LGTBI de América Latina

**Antigua Guatemala
10, 11 y 12 de julio 2024**



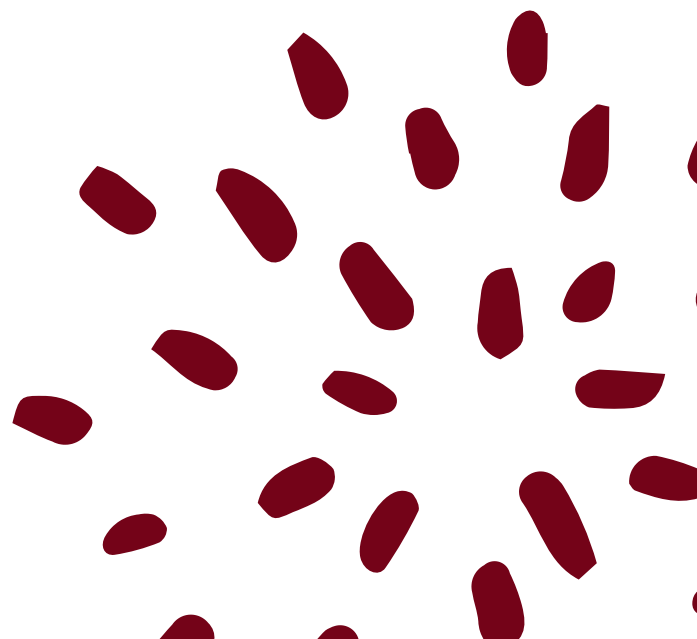
ENCUENTRO REALIZADO POR:



EN EL MARCO DE



**Sistematización
Rosa Eudelia Macz**



NUESTRA AGENDA

DÍA 1

**ENCONTRARNOS, CONOCERNOS,
ENREDARNOS**

DÍA 2

DIGITALES Y SEGUROS

DÍA 3

MIREMOS EL FUTURO

DESDE DÓNDE LLEGAMOS

Akãhatã junto a Mujeres al borde y Mujeres pintando el mundo prepararon este Taller amorosamente durante varios meses para recibir a les activistes de distintas organizaciones que llegaron de diversos países latinoamericanos.

DOMINICAN REPUBLIC

GUATEMALA

NICARAGUA

COSTA RICA

PARAGUAY

HONDURAS

PANAMA

COLOMBIA

URUGUAY

PERU

BRASIL



¿POR QUÉ NOS JUNTAMOS?

Objetivo: ampliar la protección a organizaciones LGTBI en Latinoamérica a través de la reflexión y acción conjunta sobre cuidados colectivos, autocuidado feminista y digital.







DÍA 1

**ENCONTRARNOS,
CONOCERNOS, ENREDARNOS**

OBJETIVOS:

- **CONOCER NUESTROS ACTIVISMOS PARA PODER TEJER REDES.**
 - **ANALIZAR NUESTROS CONTEXTOS Y SUS VIOLENCIAS.**
 - **TOMAR CONCIENCIA DEL AUTOCUIDADO.**
- 
- 

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

BIENVENIDA

Se les dio la bienvenida a les participantes, compartiéndoles que Akãhatã es una organización feminista que significa “cabeza dura” porque es un equipo de personas que creen en la dignidad de todes, por ello es que se tienen procesos de formación y capacitación en seguridad y autocuidado. El equipo de Akãhatã estuvo conformado por Rosa Posa, Selene Yang y Rosa Macz. Además, las organizaciones de Mujeres al borde (Claup Corredor) y Mujeres pintando el mundo (Karen Ramos) facilitando el Taller.

PRESENTACIÓN DE PARTICIPANTES

Nicaragua

- Activista y feminista, estar en este Encuentro es una esperanza para mí.

Uruguay

- Soy pansexual, estoy en el área de comunicación de la organización. Estar aquí es un privilegio porque surge la necesidad de la articulación.
- Soy de un colectivo Trans, pansexual, poliamorosa. Agradezco este espacio y tener la oportunidad de conocerles, salir del territorio es enriquecedor.

Honduras

- Activista y defensor de salud inclusiva, me han instrumentalizado por la persecución política. Acompañamos la medicina no capitalista.
- El área de activismo es la comunicación, es un placer estar aquí.
- Soy activista de DDHH, artista visual, trabajo en comunicaciones, uso el arte como herramienta.

Panamá

- Activista, trabajamos por los DDHH de todes, prevención del VIH.
- Soy bisexual, afrofeminista, me apasiona la salud mental y el derecho a decidir. Me interesa este taller por las interseccionalidades, quiero aprender sobre la seguridad.

Perú

- Vivo en una zona que han dejado de lado, soy invisibilizada por la capital. Estoy entrando al activismo más consciente de la situación política.

Brasil

- Soy activista de los hombres masculinos, trabajo como coordinador de un Instituto, estoy feliz de estar en este espacio.

República Dominicana

- Soy de un colectivo de hombres trans que trabajamos por la invisibilización. Me da mucha alegría estar aquí, cada vez que queremos participar nos cierran las puertas, me emocioné al venir al taller porque es una oportunidad para mí.
- Soy feminista, activista LGBTIQ, soy poliamorosa.
- Estoy emocionada de participar en el Taller porque es la primera vez que participo en una actividad como esta.

DÍA 1

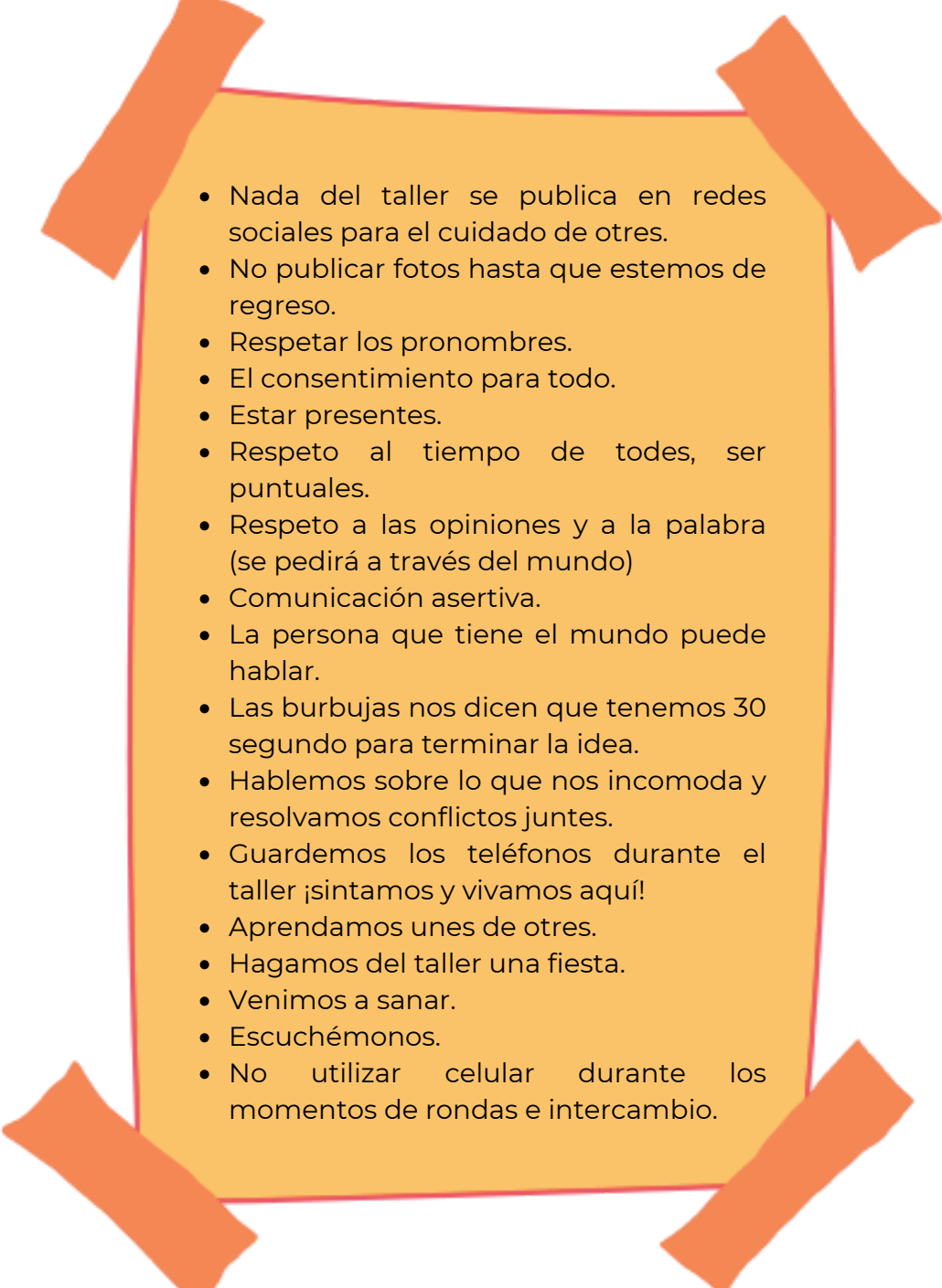
ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

DINÁMICA

Se empezó el taller con una dinámica en la que les participantes se movieron al ritmo de la música para ir generando complicidades y conectarse al espacio y tiempo.

ACUERDOS DE CONVIVENCIA

Para crear un ambiente de afecto y respeto, antes de iniciar el taller, se procedió a construir entre todes los acuerdos de convivencia para los tres días.

- 
- Nada del taller se publica en redes sociales para el cuidado de otros.
 - No publicar fotos hasta que estemos de regreso.
 - Respetar los pronombres.
 - El consentimiento para todo.
 - Estar presentes.
 - Respeto al tiempo de todes, ser puntuales.
 - Respeto a las opiniones y a la palabra (se pedirá a través del mundo)
 - Comunicación asertiva.
 - La persona que tiene el mundo puede hablar.
 - Las burbujas nos dicen que tenemos 30 segundo para terminar la idea.
 - Hablemos sobre lo que nos incomoda y resolvamos conflictos juntas.
 - Guardemos los teléfonos durante el taller ¡sentamos y vivamos aquí!
 - Aprendamos unes de otros.
 - Hagamos del taller una fiesta.
 - Venimos a sanar.
 - Escuchémonos.
 - No utilizar celular durante los momentos de rondas e intercambio.

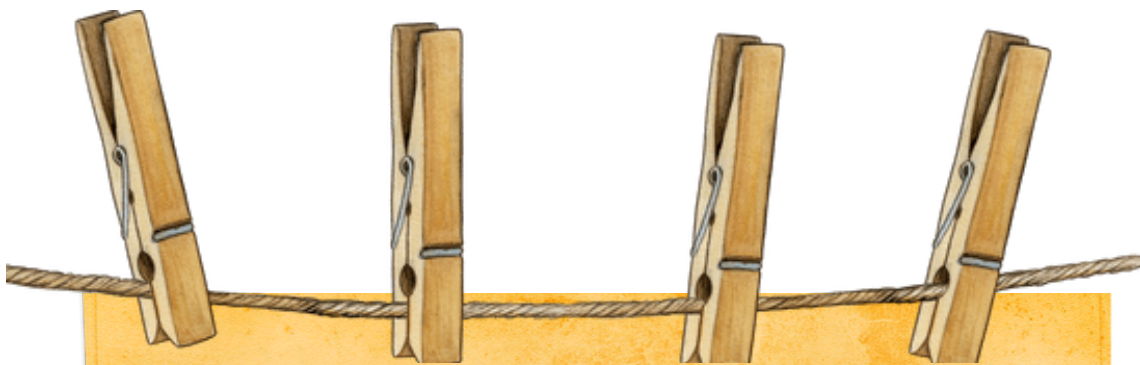
DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

¿POR QUÉ ME HICE ACTIVISTA?

Esta es una actividad que estimula el reconocimiento de las narrativas personales y las emociones que invitan a ser activistas, para ello, los participantes respondieron previamente, ¿qué significa ser activista? y compartieron fotografías y frases que identificaran sus historias.

Las imágenes y fotografías fueron colocadas en **EL TENDEDERO** para que los participantes recorrieran las imágenes y leyeran las historias, luego eligieran una imagen y una historia que conectara con la suya para luego adivinar de quién se trataba.

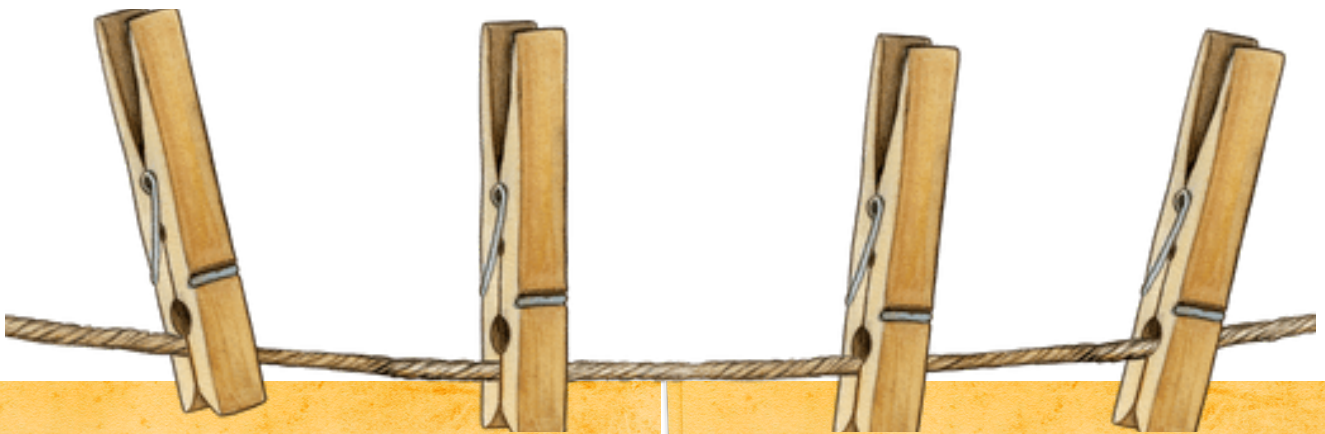


Desde que tengo memoria, siempre he sentido que mi verdadero ser estaba atrapado, esperando ser libre. Crecer como una mujer trans en Nicaragua no ha sido fácil, enfrentar la decisión de liberar mi femenino para descubrir el mundo al que verdaderamente pertenezco, han sido unas decisiones que hasta hoy las agradezco, pero también descubrí una fuerza dentro de mí que nunca supe que tenía. A los 14 años, conocí a un grupo de activistas que me enseñaron que nuestra lucha por la visibilidad y los derechos no solo era posible, sino necesaria. Encontré en ellos una familia, una red de apoyo que me inspiró a alzar la voz por las disidencias sexuales y de género. Recordar esos primeros pasos, llenos de miedo y esperanza, me mantiene firme en mi camino. Es esa energía y esas ganas de cambiar mi realidad para cambiar el mundo, me impulsaron y continúan impulsándome a luchar por un futuro más justo y lleno de amor para todes.

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

¿POR QUÉ ME HICE ACTIVISTA?



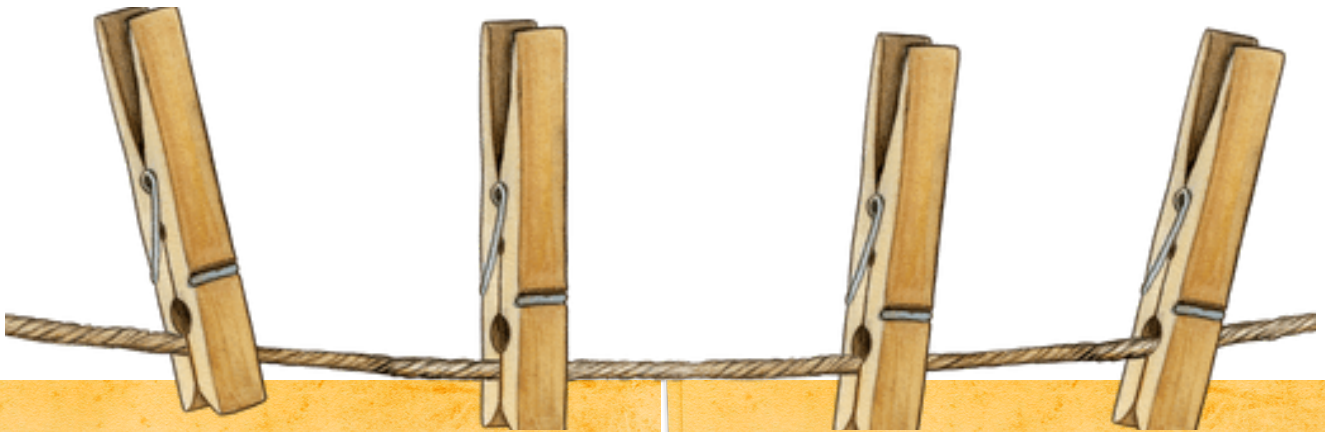
En el proceso de encontrarme descubrí lo que en este sistema significa ser una mujer, el conocer lo que es la interseccionalidad y las distintas formas en las que puedo ser discriminada por todo lo que hace a mi identidad me hizo abrir los ojos y querer aprender más para tener una participación activa en esta lucha permanente por conseguir nuestros derechos y conservar los que otros activistas han logrado. Quiero ser parte de los cambios que nos llevarán a ese futuro soñado.

Durante mi transición, me echaron de casa, tuve que encontrar estrategias para conseguir afectos que fortalecieran mi caminata y me ayudaran a no desistir. Pasé mucha necesidad física y emocional en ese proceso, muchas veces pensé estar solo, pero encontré en el activismo, afecto y objetivos de vida. Luchar por la visibilidad y los derechos de mi población me hizo crear un propósito de vida mientras intentaba sobrevivir a la calle y a los desafíos de la supervivencia trans.

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

¿POR QUÉ ME HICE ACTIVISTA?



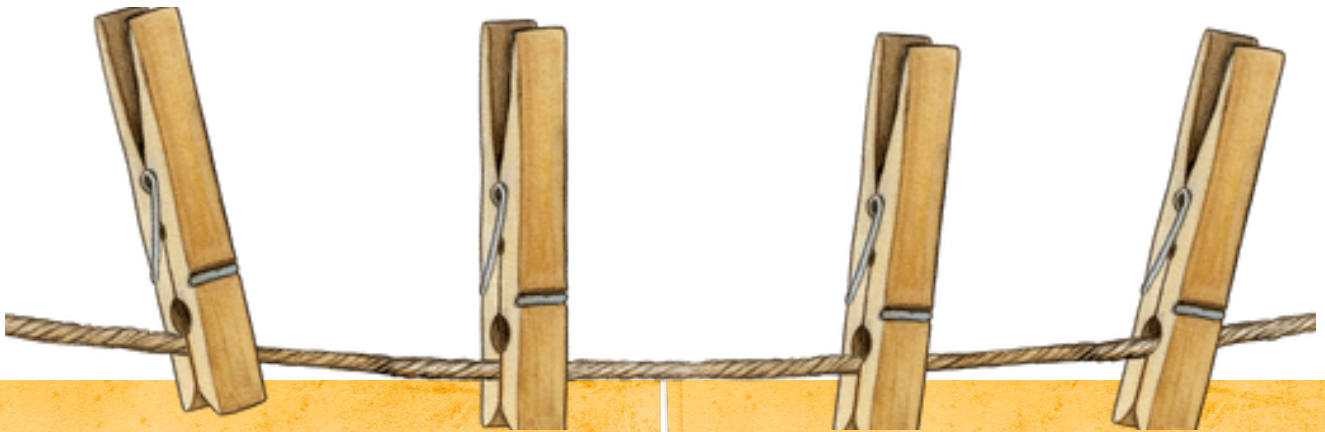
Una amiga me invitó a un encuentro de niñas, adolescentes y jóvenes, me gustó tanto que le pregunté a qué organización pertenecía y justo ella me comentaba que se buscaban jóvenes que les interesara convertirse en líderes activistas y ahí descubrí mi verdadera sexualidad (Bisexual) y tuve que pasar por un proceso de autodescubrimiento y reflexión sobre mis sentimientos y atracciones.

Desde que que tuve uso de razón de mi identidad siempre viví en una especie de burbuja diversa, donde todos los espacios eran cuidados y mi activismo (2017) iba más por la agremiación estudiantil y política, en 2018 milité y junté firmas por la Ley Trans, poco a poco empapándome del activismo, hasta que en 2020 varios golpes de realidad de la población trans y la pandemia me dieron una vuelta y comencé a ver otras realidades de los espacios que habito y habitaba, dándome cuenta de la violencia fuera de mis espacios decidiendo así involucrarme directamente con CTU ese mismo año.

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

¿POR QUÉ ME HICE ACTIVISTA?



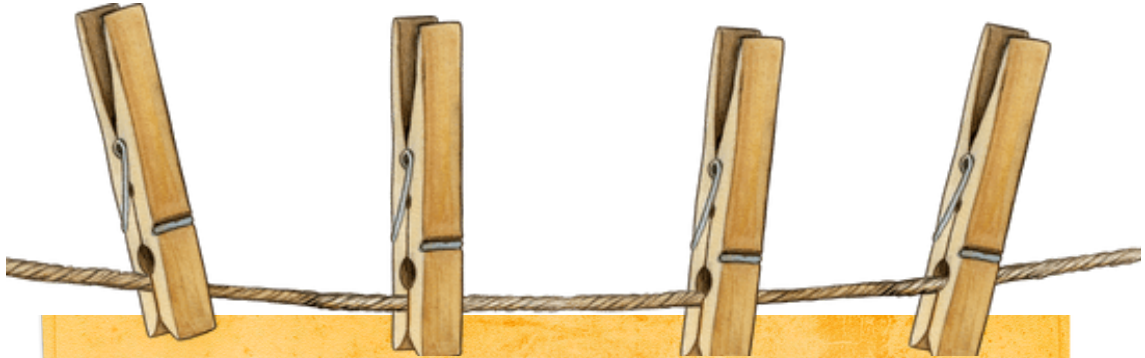
La invisibilidad de nuestra población Transmasculinas fue lo que me impulsó a hacer activismo. Porque dentro de la minoría somos la verdadera minoría, no sé si me explico bien, dicen que la minoría son la población "Trans". Pero en República Dominicana la minoría y la población más pequeña y vulnerables somos nosotros los hombres trans, de ahí nació nuestro colectivo, porque en RD no existía ningún movimiento que fuera de hombres trans y personas no binarias. No era el enfoque de ninguna organización en específico.

Cuando inicié mi vida sexual, me di cuenta de las expectativas que, en ese entonces, como mujer, tenía que cumplir con mi pareja. Esto me llevó a situaciones de agresión que pasé por alto por lo que pudieran pensar los demás. También empecé a notar la imposición de la maternidad, aún cuando no fuera deseada. Años después, reconociendo las violencias vividas, me acerqué al feminismo y al activismo por el aborto legal y seguro. Me interesé pronto por las identidades interseccionadas y reconocí mi orientación sexual no normativa y mi identidad de género fuera de lo binario que transiciona a lo masculino. Desde entonces me fui acercando más y más a las problemáticas de la comunidad y me identifiqué con ellas y encontré comunidad con amistades que me validan y con las que accionamos y acuerpamos juntas.

DÍA 1

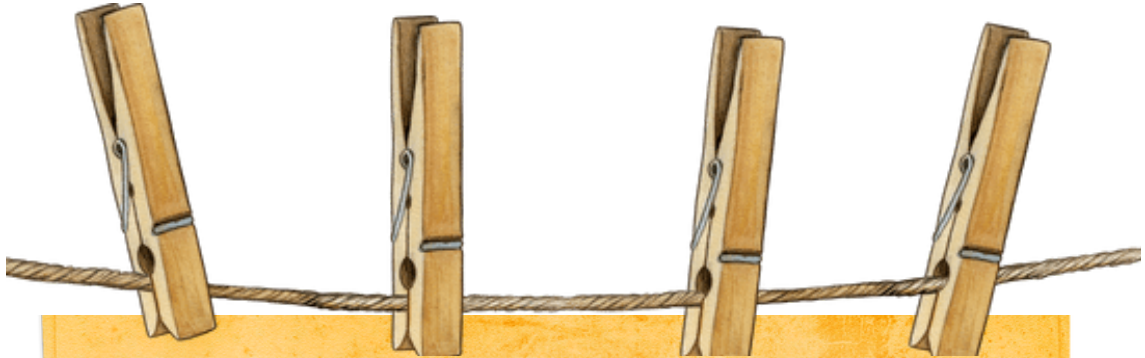
ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

¿POR QUÉ ME HICE ACTIVISTA?



Mi mamá siempre me dijo que era contestadora y que cuestionaba cada orden que me decían, que analizaba todo y que si no me hacía sentido no lo hacía. Una de las mujeres en la foto es mi madre y me mantuvo en grupos de activismo social desde que tengo memoria y empecé a crecer, a llamarme feminista y a descubrir que como me pintaban el mundo no me gustaba y decidí hacer activismo que me funcionara, a defender los derechos humanos. Soy mujer, soy negra, soy queer, no-monogama y ser esas cosas no están permitido en este país. A las mujeres siempre nos dicen que hacer con nuestros cuerpos y nuestras vidas haciéndonos infelices y yo decidí no vivir así y ayudar a mis compañeres a no vivir así. Mi historia no es de superación en realidad, pero es mía. Creo que el amor es lo que más me motiva a hacer activismo. Amar a quien yo quiera y ser como yo quiera.

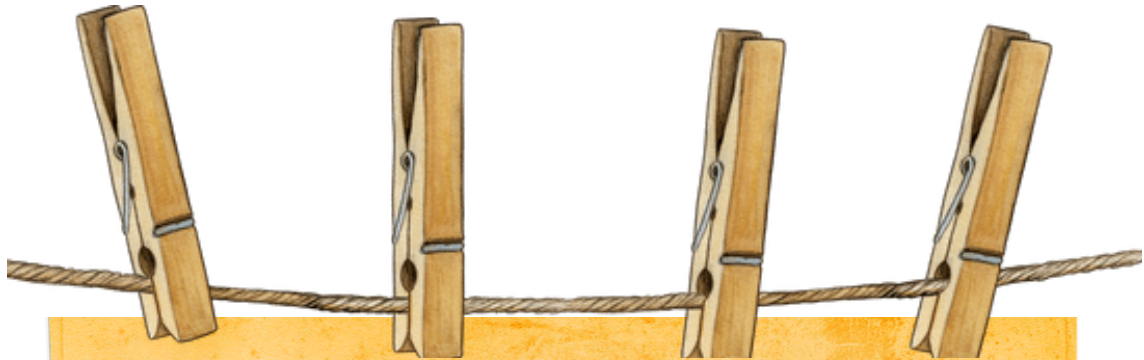
¿POR QUÉ ME HICE ACTIVISTA?



Desde mi infancia me hacían sentir menos solo por mi orientación sexual, con el tiempo coloqué una barrera en mi vida lo cual bloqueaba todo comentario negativo y lo convertía en positivo. Conocí muchos jóvenes de la comunidad LGBTQ que eran vulnerables y se acomplejaban y deprimían por las críticas y las burlas. Desde ese momento quise hacer un cambio y apoyar emocionalmente a los jóvenes de mi alrededor siendo un ejemplo de superación que si yo pude y estoy de pie todos podemos hacerlo mientras tengamos vida.

Inicié con la edad de 18 años siendo activista en una organización sobre derechos humanos y prevención de VIH. En el 2022 inicié a trabajar en el programa regional centro americano de VIH hasta la fecha lo cual apoyo y asesoro a los jóvenes sobre prevención, derechos humanos, estigma y discriminación, salud mental, entre otros temas.

¿POR QUÉ ME HICE ACTIVISTA?

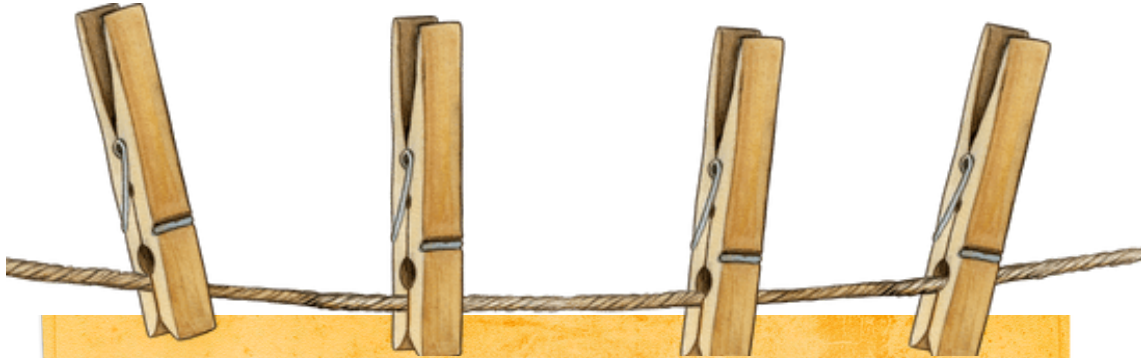


Como médico y como persona trans no tenemos un acceso seguro, integral ni de calidad en el sistema de salud pública. No contamos con médicos especialistas que brinden consulta para la terapia de reemplazo hormonal, por lo que, la mayor parte de la población trans hondureña se automedica.

Esto lo he vivido de manera personal. Cuando inicié mi terapia de reemplazo fue de manera personal, sí me informé y demás, sin embargo, por ser médico no me causaba ningún temor. Cuando busqué atención médica especializada se me negó. Recuerdo que mi última cita en búsqueda de una terapia bajo supervisión especializada, el médico me respondió: "si usted no tiene hipogonadismo, no le puedo indicar testosterona. Eso que usted quiere no puede ser posible porque va en contra de la medicina y de mis principios". Ese día me negaron el derecho a la salud por ser una persona no heterosexual ni cisgénero.

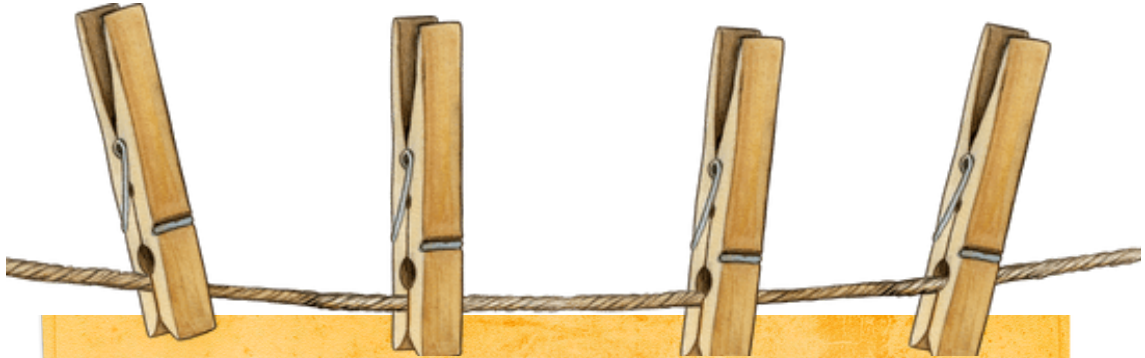
Desde entonces, a través de "Salud Inclusiva" he luchado para que exista más humanismo y dignidad para nosotrxs en temas de salud. En colectividad se lucha por un sistema de salud pública que nos permita a las disidencias existir, sentir y vivir en libertad siendo quienes somos.

¿POR QUÉ ME HICE ACTIVISTA?



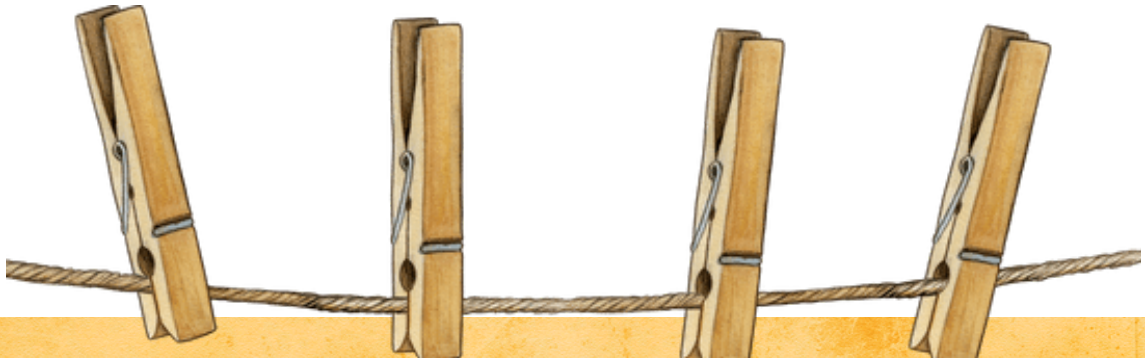
Mi proceso de autodescubrimiento empezó siendo adolescente, mientras activaba en la Fenaes (Paraguay). Allí conocí el movimiento Aireanas compartiendo un mini forista feminista. Habitar los feminismos fue el puntapié para cuestionar todo lo que pasaba a mi alrededor incluso mi identidad de "mujer" impuesta. Siempre fui la típica "Machorra" o "Torta Camionera" pero lo que siempre tuve presente es que el lugar de "Mujer no era para mí". No fue hasta hace 12 años que volví a vivir a Uruguay, donde aquello que era tan micro se volvió sumamente amplio, porque me sentía en un lugar seguro para poder ser realmente yo. Y no solo yo, sino mi hijo mayor de 13 años que es una transmascullinidad. Nuestros procesos fueron casi en paralelo, ambos salimos de esa caja donde nos sentíamos enclaustrados. Y así, desde la autogestión, buscando información, pude llegar al lugar donde anhelaba estar, ser en plenitud una persona trans no binaria. Y desde que rompí ese cascarón he podido conocer personas maravillosas que han sido hogar, faro, apapacho. Encontrar un colectivo hermoso que es familia.

Aprender a xaternar desde otro lugar, desaprender y aprender constantemente. Esto no es por mí, no me volví activista por mí, sino por mi hijo y todas las infancias y adolescencias disidentes. Con él empecé mi primer activismo. Es mi guía... y cuento con una familia hermosa que me soporta incondicionalmente.

¿POR QUÉ ME HICE ACTIVISTA?

Desde el momento que asumo mi identidad y expresión de género entiendo que voy a enfrentarme a una sociedad que no está preparada para reconocermme, por eso el activismo se vuelve parte de la vida de cualquier persona LGBTIQ+, en algún punto de tu vida, vas a enfrentarte a una situación en la que vas a tener que interceder por otras personas, hay un sentimiento de responsabilidad de educar y sensibilizar a las demás personas para que no tenga que ser yo quien me acostumbre al resto, sino el resto pueda verme y reconocermme como una más, como una sujeta de derechos. Mientras camino en esta transición, con mis acciones, vivencias y luchas voy abriendo el paso para quien viene detrás de mí y voy aprendiendo de quien ya está adelante, es un proceso de construcción que nos vuelve más empáticas(os), no me hice activista, la vida que me tocó vivir en este país me involucró en el activismo sin saberlo, todavía no me puedo llamar activista pues hasta dentro de nuestras comunidades hay que ser reconocida como tal, espero solamente ser una persona que ayude a otras a transitar en un mundo más seguro y que puedan gozar de esos derechos por los que tanto luchamos directa o indirectamente.

¿POR QUÉ ME HICE ACTIVISTA?



He ido tejiendo a lo largo de mi vida a través de diversas experiencias y aprendizajes. Esto me llevó a enfrentar diversas situaciones de discriminación y exclusión, lo que sin duda marcó mi camino.

Un momento crucial en mi camino hacia el activismo fue cuando conocí con un grupo de personas LGBTIQ+ que se organizaban para defender sus derechos. Me sentí inspirado por su valentía y determinación, y me uní a ellos en su lucha por la igualdad y la justicia.

Mi formación como artista visual y diseñador gráfico me ha brindado la posibilidad de utilizar el arte como una herramienta poderosa para visibilizar las realidades de las personas LGBTIQ+, denunciar la discriminación y promover la inclusión. A través de mis obras, busco generar espacios de reflexión y diálogo que contribuyan a la construcción de una sociedad más justa y equitativa.

El arte puede ser una forma de resistencia y reivindicación. Los hombres trans que crean y comparten su arte están reclamando su espacio y su voz en una sociedad que a menudo los margina. Al hacerlo, están desafiando las narrativas negativas y estereotipos, y mostrando la diversidad y riqueza de sus vidas.

El arte de los hombres trans no solo lucha por sus derechos humanos, sino que también actúa como un puente entre sus vivencias y la sociedad en general. A través del arte, se puede sensibilizar y educar a las personas sobre las realidades que enfrentan los hombres trans, al mismo tiempo que se celebra el amor y la resiliencia que los define.

Como activista y defensor de los derechos humanos, me comprometo a luchar por la plena inclusión de las personas LGBTIQ+ en todos los ámbitos de la vida social. Trabajo para que se reconozcan y respeten nuestros derechos fundamentales, como el derecho a la identidad de género, el acceso a la salud y la educación, y la libertad de expresión y asociación.

Mi historia como activista de las disidencias sexuales y de género es un reflejo de las experiencias de muchas personas LGBTIQ+ alrededor del mundo. Es una historia de lucha, resistencia y esperanza. A través de mi activismo, busco contribuir a la construcción de un futuro más brillante para todas las personas, independientemente de su identidad de género.

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y
ENREDARNOS

¿POR QUÉ ELEGÍ ESTA HISTORIA E IMAGEN?

Esta historia la escogí porque me llamó la atención hablando de su mamá, es difícil ver a una madre apoyando, aspiro ser esa persona que acompaña a sus hijos en el camino que elijan.

En esta imagen hay dos chicas disfrutando su día, me parece importante porque las mujeres no tenemos derecho a disfrutar por estar cumpliendo roles sociales. Las mujeres se tienen que disfrutar, por eso me gustó la foto.

La historia se refiere de cuando inició su vida sexual...las mujeres tenemos la carga de lo público y lo privado. Conocí la historia de una activista feminista que aguantó violencia y no fue capaz de decirlo porque era feminista y era vergonzoso. Lo de la maternidad debe ser elegida.

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

¿POR QUÉ ELEGÍ ESTA HISTORIA E IMAGEN?

Esta imagen me gustó porque veo mujeres cis, trans, no binaries, personas que no han sido tomadas en cuenta por su opinión. Soy la hermana menor de familia, siempre me sentí relegada, encontrar mi voz es importante. La voz debe ser escuchada.

La historia que elegí me llamó la atención porque dice que no se puede llamar activista porque dentro de su comunidad debe ser reconocida como tal. Entiendo que somos activistas desde el momento que nacimos.

Esta historia me llamó la atención porque me gusta el arte, el arte es una herramienta poderosa porque a través de este podemos cambiar el mundo.

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

¿POR QUÉ ELEGÍ ESTA HISTORIA E IMAGEN?

Esta imagen me impactó porque hay un grupo de personas trans, me gustó porque en mi país por ser homosexual, negro y gordo, no hay trabajo para estas personas, a menos que seas estilista o decoradora, te debes tirar a la prostitución. Luchamos para concientizar de que todos somos iguales, no importa la preferencia sexual.

La historia dice que durante su transición la echaron de su casa. Este escrito me identifica en la vida, en este momento lo estoy viviendo porque en mi país estoy desempleada, no tengo cómo pagar la universidad, mi salud mental está complicada. Las trans en Nicaragua no tenemos acceso a atención psicológica.

He elegido esta historia porque vivo lo mismo en Brasil, a pesar de muchas conquistas, no acceder a espacios de salud, es una forma de matarnos a las personas disidentes.

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

¿POR QUÉ ELEGÍ ESTA HISTORIA E IMAGEN?

Elegí la imagen que dice justicia distributiva y también porque sale la mamá, esa relación que tiene con su mamá quisiera para todo el mundo. Ahora tengo una relación con mi mamá, pero porque se enfermó, a veces me dicen que ella es linda, pero no saben el proceso doloroso que tuve que pasar desde abuso sexual y que me botaran de casa.

La historia refiere que como mujer tans no ha sido fácil, por ello me gustó porque en República Dominicana nos inspiró a ser la voz por nosotros mismos, comprender que dentro de las masculinidades somos diversos, no tenemos un patrón.

Elegí esta foto porque nuestra expectativa de vida es de 35 años, hace 2 semanas en Bolivia un compa se suicidó, es fuerte entender el proceso por el que pasan nuestras identidades. Tenemos que tener reparaciones para nuestras identidades. A muchos compañeres les debemos mucho para que hoy estemos sentades.

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y
ENREDARNOS

¿POR QUÉ ELEGÍ ESTA HISTORIA E IMAGEN?

Esta historia habla del activismo, de las diversas situaciones de discriminación y exclusión. Esta historia me hizo comprender que como activista, el arte es una herramienta para luchas, que podemos hacer muchos cambios.

La historia dice que desde su infancia lo hacían sentir menos por su orientación sexual, pero lo negativo lo convirtió en positivo. En mi país es un tabú tener otra orientación sexual, uno mismo tiene que reconocerse y bloquear comentarios negativos. Felicito a esta persona que hace este tipo de trabajo con VIH porque en mi país apartan a las personas que tienen esta enfermedad.

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y ENREDARNOS

CIERRE DEL TENDEDERO

Luego de compartir cada una la razón del porqué eligió la imagen o la fotografía, se hizo un cierre con un círculo, encendiendo una vela y colocando la imagen que eligió junto a la historia para honrar a cada una y darle una intención colectiva del fuego que se enciende juntas.

Se les compartió una bolsa con hierbitas para cargarla de energía para la persona de la cual se leyó la historia y se compartió la fotografía, dando las últimas palabras de cierre por compartir los activismos y el reconocimiento del ser.

MOVIMIENTO

Después de cerrar el tendedero se puso en movimiento el cuerpo bailando y pasando la energía de dos a tres.



ESPEJITO, ESPEJITO, ¿QUÉ TANTO ME CUIDO?

Se les compartió un espejo a cada activiste, quienes fueron respondiendo a las siguientes preguntas con emoticones:

1. *La mayor parte del día y de la noche, ¿la dedicas a tu activismo?*
2. *¿Eres capaz de desconectarte sin culpa de los mensajes o llamadas telefónicas, whatsapp, correo, etc. para descansar?*
3. *Cuando te sientes enferme y tienes mucho trabajo, ¿te detienes para consultar a alguien que te pueda ayudar con tu salud física y/o mental?*
4. *¿Recibes una remuneración económica justa por tu activismo que ayude a tu calidad de vida?*
5. *¿Debes resolver tu economía con otros empleos y además de ello te sobrecargas con tu activismo?*
6. *¿Cuentas con alguna afiliación a una entidad que ofrezca servicios de salud para ser atendido en caso de enfermedad?*
7. *¿Cuanto más tiempo inviertes en tu activismo, más reconocide y valiose te sientes?*
8. *¿Conoces lo que deseas y sueñas para ti misma?*
9. *¿Haces planes para cuidar de ti, para darle un momento de placer a tu cuerpo?*
10. *¿Te expones constantemente a situaciones y lugares de riesgo, porque no te importa mucho lo que pueda pasar contigo?*
11. *¿Constantemente les hablas a otros sobre cuidarse, consentirse, valorarse y poco aplicas para tu vida cotidiana?*
12. *¿Es frecuente que tu pareja, amistades o familia te reclamen por el poco tiempo que compartes con ellos por estar dedicada en exclusiva a tu activismo?*
13. *¿Tienes alguna pasión o hobby que no se vincule a tu trabajo como activiste y que practiques regularmente?*
14. *¿Algunas veces se pasa el día en tus actividades y te das cuenta que no has comido nada?*
15. *¿Relacionas alguna enfermedad o síntoma que hayas sentido en tu cuerpo o mente, con algunas emociones que se produzcan en tu rol de activiste como el miedo, la rabia, la tristeza, la impotencia, ansiedad, depresión, entre otras?*
16. *¿Tienes algún ahorro para realizar lo que deseas?*
17. *¿Piensas que si por alguna razón no puedes realizar el trabajo que tienes en tu organización, nadie más podría hacerlo?*
18. *¿Duermes bien y con tranquilidad?*
19. *¿Consideras que tu sexualidad es placentera, o está afectada por tu activismo?*
20. *¿Es para tu organización importante el autocuidado físico y digital y lo incluye entre sus actividades principales?*
21. *Cuando llegan recursos económicos sean grandes o pequeños a tu organización, ¿se destina un porcentaje para el mejoramiento de las condiciones de sus colaboradores, por ejemplo capacitaciones para el equipo, salidas a divertirse, apoyos para los transportes, remuneraciones, entre otras?*
22. *¿Cuando viajas a representar a tu organización ¿consideras importante que te apoyen con viáticos y del mismo modo para tus compañeres?*
23. *Cuando algune de tus compañeres manifiesta estar cansado emocional o físicamente y se toma una pausa, ¿consideras que está fallando como activiste?*
24. *¿Eres capaz de reconocer públicamente el trabajo de tus compañeres?*
25. *¿Eres capaz de reconocer públicamente tu propio trabajo?*



¿CUÁL ES NUESTRA REFLEXIÓN DE NOSOTRES MISMES?

- Reconocimiento de nuestro propio autocuidado y de otras personas que hacemos activismo, ya que dentro de la comunidad es bastante complicado. En Honduras, en la comunidad Trans, si no haces trabajo sexual, si no has tenido activismo, si no has vivido violencia sexual, no puedes hacer activismo, si me quieres hablar de VIH, debes tener VIH. Es complicado porque no es lo mismo el activismo de una compañera Trans del área urbana que del área rural. La primera pregunta me gustó porque no nos estamos cuidando. Son preguntas fuertes porque no nos estamos cuidando, sentir que no lo estamos dando todo, trabajar por las demás personas, carga.
- Los pequeños espacios que podemos encontrar siempre están vinculados a la misma población, no podemos disfrutar el momento en otros espacios porque hay gente que se burla. Se reconoce que el autocuidado es importante, las herramientas de este taller son importantes. Es difícil encontrar equilibrio en mi espacio personal, yo sigo trabajando.
- Pensé que tenía que venir a este encuentro para replicarlo porque todo el momento que tengo libre es para cuidar a los demás, nunca me he cuidado, estamos 24 horas pensando en la otredad. Si no nos cuidamos, cómo vamos a cuidar a los demás. Debo aprender estas prácticas para mi persona y luego pasarlo a los demás.
- La psicóloga me dijo que debía reconocer las emociones, me llamó la atención porque en mí no está floreciendo el ámbito económico. A los 16 años estaba buscando fondos para apoyar, pero me enfermé, se me cayó el cabello, no lo podía dejar porque sentía que me llenaba. Hasta que llegué a otro espacio donde me sentí abrazada.
- Me he cuestionado por mi activismo porque me llena, pero hay días que no lo quiero hacer y hay días que me desgasta. A veces me frustró, son cosas de hablarlo con el equipo.
- En mi organización se le da importancia a la salud mental, nos desconectamos del mundo, de las redes, del correo, yo duermo a las dos de la tarde, he aprendido que primero yo, segundo yo y tercero yo.
- La gran mayoría de caritas no son buenas, no son positivas, el activismo en mi vida es lo que me mantiene vivo porque cuando tuve muchos intentos de suicidios, participé en muchos talleres.



¿CUÁL ES NUESTRA REFLEXIÓN DE NOSOTRES MISMES?

- El activismo en Honduras es difícil porque si hay una persona de 30 años y lo cuestiono ya me puse al mundo en contra. Hay personas feministas que me han señalado que tienen un discruso violento, toda esa carga como hombre trans me ha llevado al autosabotaje. Soy médico y no puedo ejercer, los espacios están dominados por los gays, cuándo nos van a visibilizar a los trans y bisexuales. La última pregunta me despertó muchas cosas porque siento que no he hecho nada.
- Muchas cosas me dieron risa, debo reconocer a la organización aunque me gustaría que me tomaran en cuenta para otras cosas, pero la respeto porque es la única que respetó mi historia desde que me asumí como mujer. En la misma comunidad LGTBI no fui aceptada porque no tenía una historia, dejé el activismo hasta hace 2 años que entré a la organización donde me aceptaron me amaron y no me juzgaron. Antes me decían que era una aliada, hace 2 años que busqué mi propia identidad y espiritualidad, no soy rica, pero puedo rechazar algo que no quiera hacer aunque no coma. así me educué. Me siento agradecida rodeada de ustedes, mi historia siempre la voy a contar siempre que pueda.
- En la comunidad LGTBI mientras más bajo es el escalafón, más activista sos, no es la misma vivencia de un hombre blanco, gay y cis que una mujer negra. Todos hemos pasado dolores, me ha pasado lo mismo, me han llegado a decir blanco, tuve el cabello largo y recibí comentarios de que debería haberme avocado a la feminidad porque tengo potencial, es una cadena alimenticia a la inversa. A la activista que tiene muchos años, hay que glorificarla.
- Llevo 3 años con las organizaciones con las empecé, buscamos la manera de apoyarnos y de darnos viáticos, me sentía culpable. Trabajé en una organización, nadie quería trabajar ahí, yo decía que no me dieran nada, que no me pagaran, solamente estaba agradecida. En ese lugar trabajé como formadora, asistente, psicóloga, era muy pesado, duré 3 meses porque me empezaron a tratar mal, hasta que no aguanté. A las beneficiarias, las trataban mal, las amenazaban de que no les iban a dar bolsas de alimentos si no asistían a los talleres. Todo esto me hizo sentir mal porque me sentía culpable por querer tener algo mejor.

DÍA 1

ENCONTRARNOS, CONOCERNOS Y
ENREDARNOS

EN CONCLUSIÓN

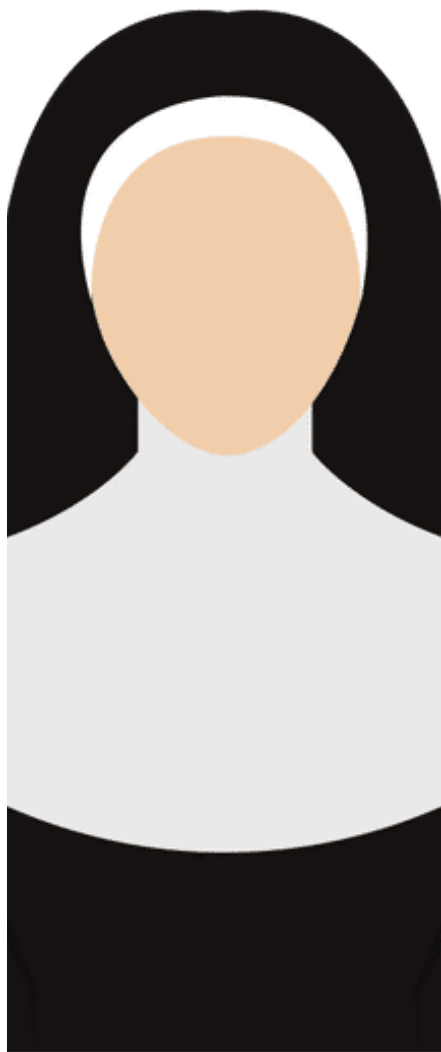
¡Primero yo, segundo yo y tercero yo!

- Antes de cuidar a otros, debo cuidarme yo primero.
- Nos sentimos culpables por querer algo mejor en nuestras vidas
- No hay que vivir algo terrible en tu vida para que te reconozcan como activista.
- En cada acción que realizamos siempre debemos pensar en uno mismo, antes que los otros.
- Es importante reconocer las emociones
- Es válido cuestionar el activismo para no cargarnos
- El activismo le da sentido a la vida, pero debemos cuidarnos.
- Los activistas que no llevamos muchos años debemos de ser reconocidos y respetados.

LA MONJA

COLGÁ TUS MALOS HÁBITOS

En este ejercicio se entregó a cada una, un hábito pequeño para que reflexionara sobre lo que frecuentemente realiza en su activismo y va en contra de su autocuidado.



La Monja interna es un ser que nos habita y que nos muestra: “Dios, patria y familia”, todo lo llevamos dentro.

La religión está en nuestras culturas y lo mejor que podemos hacer es sacrificarnos, a él (Jesús) lo torturaron y es nuestro mejor ejemplo. Seamos cristianos o no, el sacrificio está metido en nuestras cabezas: el sacrificio es porque después te vas a merecer algo; el goce no está bien, tiene culpa; quien goce no merece nada; quien sufre, merece mucho.

La inquisición logró entrar en nuestra mente, tiene que ver en nuestro mundo porque “el Señor” está en la cruz y es lo mejor. Nuestro activismo es sacrificio porque algo bueno nos va a pasar después.

Con la patria, sucede lo mismo, los soldados se mueren por la patria, quienes mueren son los pobres, no quienes mandan. La patria es morir, es de la masculinidad.

En la familia, las esposas tienen que vivir para sus hijos y marido.

Nosotras tenemos una organización y tenemos que sacrificarnos para otras, aunque estemos enfermas, debemos de levantarnos para otras.

Dios, patria y familia, es facista y nos habita dentro. En el activismo es importante ser reconocidos, cuanto más nos sacrificamos, nuestra vida tiene sentido. La monja interna nos hace sentir culpables cuando no nos sacrificamos.

Cuanto más alegría acumulemos, vamos a estar mejor para otras. Hay personas que abandonan cosas personales por su activismo, así es que, ¿qué malos hábitos van a colgar y abandonar el día de hoy? <https://akahataorg.org/wp-content/uploads/2024/01/La-monja-interna.pdf>

LA MONJA

COLGÁ TUS MALOS HÁBITOS

La vida de sacrificio,
es para someternos.
Es mejor hacer
activismo vivas que
muertas.

¡Vivas, pero felices!

Estamos acostumbrados a
que ser activista, es
dejar de hacer tus
actividades. El primer
año, descuidé un
semestre de la
carrera.

He tenido que
sacrificar el tiempo
de mi mamá porque
si no vives en la
capital, el activismo
no funciona.

Aparentar una
personalidad para
los demás. Cuando
me siento estresado
no sé a donde ir
porque no me di
tiempo.

Quiero terminar las
cosas que empiezo,
quiero terminar la
escuela. No sentirme
empujado por
alguién más, sino por
mi propia voluntad.

Quiero dejar de
sentirme mal por
decir que no, quiero
mi propio espacio.

¡Fin del día!



DÍA 2

DIGITALES Y SEGURES

OBJETIVOS:

- ENTENDER EL CUIDADO DIGITAL Y FEMINISTA COMO UNA HERRAMIENTA PERSONAL Y COLECTIVA.
- INCORPORAR PRÁCTICAS DE CUIDADO DIGITAL EN LA VIDA COTIDIANA.

RECAPITULACIÓN DEL DÍA 1



Para empezar el segundo día se hizo un recorrido del día anterior, recordando a los participantes que al iniciar el encuentro se establecieron algunos acuerdos de convivencia, posteriormente cada uno compartió un pedazo de su historia que llevó a conocer cómo nació su activismo y/o los retos que les ha tocado llevar por el mismo.

También se compartió que la mayoría reflexionó que por su activismo han dejado de hacer cosas que les gusta y se han cargado o sentido culpables al no estar trabajando por otros, por lo que se concluyó que estar en el Taller no era casualidad, sino se tomó como un regalo para esos cuerpos que han estado trabajando por la dignidad y defensa de los Derechos Humanos.

¡JUEGO A PIN AL PON!



EL LUGAR QUE HABITAS-PROTECCIÓN, SEGURIDAD Y CUIDADO DIGITAL

Para reflexionar acerca del cuidado en la vida cotidiana, se les pidió a los participantes que dibujaran el espacio donde se sienten más a gusto a partir de las siguientes interrogantes:

- ¿Qué tenemos en nuestros espacios que nos hacen sentir seguros?
- ¿Qué hay en nuestros espacios que nos hacen sentir cuidados?

Ese lugar seguro podría ser una persona, un lugar abstracto, un espacio representara estar seguro y cuidado.

Un ejemplo de las diferencias entre seguridad, protección y cuidado: una casa con ventanas, techo y puerta es seguridad; al ponerle llaves a la puerta sería la protección y contar con una cama, representa el cuidado.

DIALOGO DEL DIBUJO



1. ¿Qué diferencias encuentras entre lo que te hace sentir seguro y lo que te hace sentir cuidado en ese lugar/lugares que habitas?
 2. ¿Qué de lo que aprendiste o de lo que vives en ese lugar “siempre” llevas contigo y hace parte de tu forma de entender los cuidados? (Por ejemplo cocinar, la relación con los aromas, mantener limpio el espacio, hacer un altar... etc).
 3. ¿Dónde estás tú en ese lugar que dibujaste?
 4. ¿En tu dibujo hiciste referencia o pensaste en otros seres allí que te den cuidado y/o seguridad? (lo personal y lo colectivo)
- Lo representé con una mancuerna, mi casa es un lugar seguro, pero el otro lugar donde recargo mi energía es el gimnasio.
 - Mi lugar seguro es el corazón que ponemos en la terapia grupal, el salón donde nos reunimos a ver una película, aquí están los nombres de las personas con quienes me siento bien. Mi abuelito, mi tía y mi perro fueron mis paños de lágrimas.
 - La habitación es mi espacio seguro, cuando empecé mi transición compartía habitación con mi hermano, lo que soy es producto de la familia que tengo.

DIÁLOGO DEL DIBUJO

- Mi abuela materna es mi mamá porque mi madre biológica me abandonó. Cuando estoy cargado emocionalmente, me voy con mi mamá, ella es mi lugar de paz. La protección la siento con mis gatas, me siento protegido por ellas porque una de ellas me acompañó en los momentos más difíciles, mi compañera también me da protección. El cuidado es la lectura, me ayuda a salir de la realidad, es otra forma de vivir, cuando quiero estar solo, leo.
- Tener un diario es mi lugar seguro, nunca me atreví a escribir lo que pensaba, siempre quise la privacidad, nunca tuve una habitación propia, hasta ahora. Cuando entré a la primera organización a hacer mi activismo, me compré mi diario y empecé a escribir. Cuando voy a las actividades, no lloro, pero me llevó la carga de las participantes, quiero aprender a manejar las emociones.
- Soy un universo de muchas cosas, a mi alrededor hay perros, gatos y plantas. Entiendo que mi vida se complementa con otros seres. La vida es más linda con mate, para mí es lo central de mi vida.
- Mi casa es mi lugar seguro, el árbol lo relacioné con mi organización. Cuando estoy bajo un árbol siento paz y tranquilidad. Mi madre es mi lugar seguro, cuando estoy cansada, ella me da ánimo para hacer las cosas, tengo una relación amorosa con mis padres.
- Me siento cuidada por mis amigas, pero no segura todo el tiempo. Representé la música y el arte porque cuando era pequeña cantaba, luego de un tiempo empecé a cantar, empecé a sentirme segura. Me siento cuidada y segura conmigo misma. Mi padre me culpó de la separación de ellos (padres), aunque soy hermosa, me sentí abandonada. Todo el mundo me dice que soy sexi porque soy negra, pero eso es racismo.
- Soy masculino y femenino a la vez, me gusta ser como soy, quiero empezar el proceso de hormonas, ahora estoy seguro de lo que quiero conmigo mismo. Mis gatos me acompañan y cuidan mucho, en mi casa no me preguntan cómo me siento.
- Mi lugar seguro es mi abuelita, ella es incondicional, gracias a ella tuve la universidad, siempre está para darme un abrazo. No sabía si venir al taller porque está hospitalizada, pero me dijo que debía de venir a aprender. Me represento como una mariposa porque sus colores son hermosos, mi frase es: "no importa lo que estemos pasando, mañana será bonito".
- Mi casa es mi lugar seguro con mis perros, cuando empecé mi transición mi familia me echó de la casa.





BINGO DE SEGURIDAD DIGITAL

En esta actividad cada uno de los participantes debía escuchar la pregunta y anotar la respuesta en su libreta:

1. *¿Tengo contraseñas para entrar a mis teléfonos o computadores?*
2. *¿Tengo contraseñas para acceder a apps sensibles en sus celulares?*
3. *¿Tengo una contraseña única para cada cuenta?*
4. *¿Tengo contraseñas alfanuméricas o tienen más de 15 caracteres?*
5. *¿Cambio mis contraseñas periódicamente?*
6. *¿Utilizo ventanas privadas/incógnitas para navegar en redes inseguras?*
7. *¿Respaldo mis datos?*
8. *¿Actualizo los permisos que le doy a las aplicaciones que tengo instaladas?*
9. *¿Utilizo factor de doble autenticación en mis perfiles?*
10. *¿No dejo mis dispositivos sin atender?*
11. *¿Mando nudes tapando mi cara o señas con las que me puedan reconocer?*
12. *¿Conozco organizaciones en la región que brinden apoyo en seguridad digital?*
13. *¿Borro los perfiles viejos, que ya no utilice?*

COMENTARIOS SEGURIDAD DIGITAL

- Tenemos riesgo digital si nos roban la computadora y encuentran datos sensibles cuando no tenemos la información encriptada.
- No pensamos que cerca de nosotros pueden haber personas que nos puedan causar algún daño.
- No todos debemos de tener las contraseñas, puede ser solo para el equipo de comunicación.
- Se pueden agregar al chat de whatsapp a las personas de mucha confianza.
- Las decisiones se deben tomar colectivamente, no se deben publicar fotografías para cuidarnos.
- Al momento de realizar una actividad en línea, no se comparte el link a cualquier persona para evitar exponernos.
- Es importante que nos preocupemos de guardar la información de las personas en lugares seguros.
- No se pide el nombre legal de las personas para no exponerlas, tenemos una base de datos con respaldo.

LABORATORIO DE CUIDADOS DIGITALES



En esta parte del taller se acomodó un espacio para que todos los participantes pudieran instalar en sus dispositivos softwares de cuidados digitales y matrices de seguridad que les fortalezca su activismo y protección de sus organizaciones.

OBRAS TEATRALES

Luego de finalizar el laboratorio, se pidió a los participantes que prepararan una obra de teatro donde debían de presentar una situación que les representara riesgos en el ejercicio de sus derechos y los cuidados colectivos en medidas de seguridad que debían considerar utilizando el manual de cuidado digitales que se les compartió.



Situación 1: una persona de la organización traicionó al colectivo. Debemos de saber a quiénes estamos invitando a nuestras reuniones, además no dejar el celular sin contraseña. En este caso, la única persona que tenía la información de la organización fue violentada, por eso es importante que unas dos personas conozcan la información.

Situación 2: proteger los rostros en las fotografías para evitar la identificación de los activistas.

Es importante tener prácticas de autocuidado previamente establecidas, esto nos tocó trabajar en el manual de cuidados digitales. Aunque no nos garantiza la protección completa, es importante la prevención para no exponernos más de lo que estamos expuestos, ya que por nuestro activismo hemos sido violentados. Los rostros de quienes participan en las marchas o de quienes hacen arte, no deben ser expuestos.

¡Fin del día!







DÍA 3

MIREMOS EL FUTURO

OBJETIVOS:

- **IMPLEMENTAR ESTRATEGIAS DE PROTECCIÓN BASADAS EN LAS REFLEXIONES SOBRE LA SEGURIDAD.**
 - **COLOCAR ELEMENTOS PARA LLEVAR ADELANTE PLANES DE PROTECCIÓN Y CUIDADO COLECTIVO FEMINISTA EN LAS ORGANIZACIONES.**
- 
- 

RECAPITULACIÓN DEL DÍA 2

El día empezó con el juego de las sillas donde se pidió a los participantes que se sentaran mirando hacia afuera mientras bailaban alrededor, pero se sacaba una cada vez y la persona que quedaba sin silla debía de responder una práctica de cuidado digital que aprendió el día anterior.



- La actividad que más impactó fue la instalación de software, ya que por un error se puede afectar a la organización.
- Impactaron las historias de violencia que han vivido los participantes sólo por el hecho de ejercer sus Derechos Humanos.
- Se aprendió que la aplicación de accesnaw puede ayudar a bajar fotos de las redes.
- Se recalcó que es importante mantener las contraseñas largas para el cuidado digital.
- Se debe evitar tener foto de perfil en las redes sociales, además de no compartir las ubicaciones.
- Los aprendizajes en cuidado digital se compartirán con los otros activistas de sus organizaciones.

FACTORES DE SEGURIDAD Y RIESGO ACTIVISTA CORRE POR TU VIDA PERSONAL Y ORGANIZACIONAL

Cada persona necesita conocer sus factores de riesgo de acuerdo a su contexto, también es importante que reconozca lo que le hace fuerte y lo que constituye una amenaza tanto individual como de su organización, por ello, en la siguiente actividad se pidió a los participantes que escribieran lo que les hace sentir inseguros y/o no cuidados y lo que les hace sentir seguros y/o cuidados.

¿QUÉ ME HACE SENTIR INSEGURO Y NO CUIDADO?

- El Estado. El contexto del país (Nicaragua).
- Al ver un policía o militar.
- Falta de recursos económicos y de oportunidades.
- El sistema de educación y de leyes.
- El amarillismo que nos vende el gobierno.
- No tener mi celular a la mano o que no tenga forma de comunicarme.
- El autosabotaje.
- Sentirme sola/solo/ vigilada.
- Etiquetas
- Espacios pequeños y con mucha gente sin salida.
- El acoso de personas transfóbicas. comentarios transfóbicos.
- La vía pública, algunos barrios o colonias.
- Pintar y mostrar mis lienzos.
- Salir sola. Salir a antros/discos.
- Cuando no hay personas LGTBIQ+.
- Cansarnos y renunciar.
- Mi cuerpo no hegemónico.
- Tomar transporte público para ir al trabajo.
- Las personas, la mentira, las opiniones, la incertidumbre, la falta de justicia.
- Diferencia en el acceso a Derechos.
- Que pasen frente a la organización y la vean rara.
- Competir por algo que no vemos.
- Punitivismo.

¿QUÉ ME HACE SENTIR SEGURO Y CUIDADO?

- Cuando la comunicación es buena. Comunicación asertiva. Poner palabras.
- Guatex de latex y lubricante.
- Mi casa/hogar/mi habitación, familia, pareja, perrajes, gimnasio, gatos, ropa, piedras.
- Mi familia de sangre y otros elegidos.
- Mi equipo de trabajo.
- Con los protocolos de seguridad y prevención aprendidas.
- Ser escuchada. Confidencialidad.
- El amor, el cariño, el respeto que nos brindan, sobre todo la paz. La alegría.
- Mis amigos, el cuidado, honestidad y amor verdadero.
- Tener un grupo de whatsapp donde hablamos de cosas triviales, mandar nuestra ubicación y confirmar nuestra llegada a casa.
- Mi vehículo para desplazarme, aislarme y darme un momento a solas.
- Seguridad física y legal que me brinda la organización. La oficina de la organización.
- Colectividad.
- Red de apoyo terapéutico, capacitaciones y acompañamiento. El disfrute y autocuidado
- Preguntar.
- Mi mamá. Mi compañera de vida.
- Habitar mi cuerpo, ser yo mismo y estar conmigo.
- Energía

EL NOTICIERO

En este momento del taller se organizaron los participantes para presentar un noticiero televisivo con información de incidentes, amenazas, factores de seguridad y riesgos potenciales.



Las presentaciones se basaron en las siguientes situaciones:

- 1.El sol de antigua: denuncia pública por el despido de un activista, esto representa un retroceso en los Derechos Humanos por la persecución política.
- 2.Vandalismo a estatua de Cristóbal Colon: el entrevistado manifiesta que las personas deben proteger su identidad para el cuidado colectivo de la organización.

NUESTRA SEGURIDAD COLECTIVA

Para realizar esta actividad se pidió a los grupos que eligieran una organización para que contara los aprendizajes y estrategias que han practicado para cuidarse, aminorar riesgos, protegerse de las amenazas, para luego entre todos analizar lo que hace falta para el cuidado colectivo.

LO QUE TENEMOS	¿QUÉ NOS HACE FALTA?
<ul style="list-style-type: none">• Contraseñas diferentes en las R.R.S.S.• Incentivo constante en autocuidado.• Contraseña de acceso a 3 personas.• Trabajo 3 días a la semana.• Procesos formativos continuos.• Plan de seguridad en marchas.• Consentimiento para publicar fotos.	<ul style="list-style-type: none">• No tienen licencias de programas.• Mejor organización del espacio físico (para no ver cuando se trabajan documentos).• Cámaras de vigilancia.• Control del acceso a las llaves.• Plan de acción contra violencias (racismo, clasismo, homolebbitransfobia, otras).• Financiamiento para mejorar condiciones de las personas activistas y la organización.

NUESTRA SEGURIDAD COLECTIVA

LO QUE TENEMOS	¿QUÉ NOS HACE FALTA?
<ul style="list-style-type: none">• Cifrado de comunicaciones (signal/cifrado de correo).• Autenticación de dos factores 2FA.• Comunicación segura.• Sensibilización y capacitación.• Evaluación de riesgos.• Uso de alias y pseudónimos.	<ul style="list-style-type: none">• Encriptación de documentos importantes.• VPN• Comunicación segura por Driar.• Fortalecimiento de vínculos.• Monitoreo de actividades con Rise Up.

LO QUE TENEMOS	¿QUÉ NOS HACE FALTA?
<ul style="list-style-type: none">• Seguridad• Un equipo interdisciplinario.• Capacitación en Derechos Humanos, estigma, discriminación, docencia instituciones públicas y privadas.	<ul style="list-style-type: none">• Espacio físico.• Conocimientos sobre seguridad.• Asesoría legal.• Autocuidado.

LO QUE TENEMOS	¿QUÉ NOS HACE FALTA?
<ul style="list-style-type: none">• Descentralización• Alianzas• Sororidad	<ul style="list-style-type: none">• Fondos• Espacio físico• Equipo interdisciplinario• Asesoría legal• Personería Jurídica• Capacitaciones preventivas• Autocuidado• Seguridad• Seguimiento participantes

NUESTRA SEGURIDAD COLECTIVA

LO QUE TENEMOS	¿QUÉ NOS HACE FALTA?
<ul style="list-style-type: none">• Equipo capacitado.• Herramienta de protección de datos.• Seguridad física, alarma, monitoreo.• Contactos con organizaciones de seguridad.• Seguimiento a denuncias a casos de violencia digital.• Acercamiento institución gubernativa.	<ul style="list-style-type: none">• Compromiso colectivo.• Apoyo para capacitaciones.• Manual de contingencia.• Jornadas de sanación colectiva.• Fondos para seguridad digital.

LO QUE TENEMOS	¿QUÉ NOS HACE FALTA?
<ul style="list-style-type: none">• Trabajo PPL.• Trabajo en educación.• Equipo de comunicación.• Descentralización.• Articulación.• Áreas de trabajo.• Democratización de conocimientos.• Reconocimiento social e internacional.	<ul style="list-style-type: none">• Fondos.• Espacio físico.• Compromiso colectivo.• Acuerdos colectivos.• Tiempo, descanso.• Personería jurídica.• Acuerdos de autocuidado.• Espacios de sanación.



EVALUACIÓN

Para conocer la opinión de los participantes respecto al desarrollo del taller se les preguntó, qué les aportó y si tuviera recomendaciones.

- El hecho de haberme movido facilita el aprendizaje, fue como juego, pero aprendimos mucho.
- Agradecer al equipo, ser parte de este encuentro me inspiró mucho, fue la primera vez que me subí a un avión. La energía fue muy bonita, llevo energía y esperanzas en medio de la crisis y desgracias.
- Llevo emociones encontradas, hubo momentos bonitos, pero también nostalgia porque me sentí muy seguro que me dieran la oportunidad de expresarme, le agradezco a cada uno. Desde que entré sentí el olor a incienso. Me sentí emocionado que las personas compartieran cosas de su vida personal.
- Necesitaba este espacio seguro, le agradezco a todo el equipo. Me voy lleno de emociones, amor y conocimiento.
- Quiero implementar lo que aprendí aquí, necesito su asesoría para implementar las medidas de seguridad y podamos capacitarnos en Panamá.
- La sorpresa fue muy grata, quiero resaltar la humanidad, la transparencia con que se desarrolló el taller. Cada una de las personas que llegamos aquí, no fue por casualidad, sino que es causal para darnos cuenta que debemos de seguir en lo que hacemos. Tienen una energía bonita, me llevo algo lindo de cada una de las personas.
- Soy nuevo en el activismo, sentía miedo al saber que le podía pasar algo a algún compañero, pero ahora saber que tenemos herramientas digitales para el cuidado, lo agradezco. El acceso a la información es importante.
- Desde el primer día estuvieron pendientes de mí, la sonrisa de Clau se contagiaba, no quiero despedirme de nadie. Necesitaba este taller, confirmo que quiero ser activista. El etnocentrismo y colonialismo nos quiere separados, pero sus aportes serán reivindicados.
- Replicaré este proceso porque pocas veces tenemos espacios donde nos sentimos seguros. Estoy agradecido con todos.

CIERRE AMOROSO



¡Fin del taller!

