

Habilidades para el trabajo colectivo y comunitario



Sumak Kawsay

EL BUEN VIVIR Y SUS 13 PRINCIPIOS PARA VIVIR BIEN O VIVIR EN PLENITUD:

Se trata de vivir una vida plena en armonía y equilibrio con la naturaleza, los ciclos naturales, la historia y todas las formas de vida. Este enfoque reconoce que no se puede alcanzar una vida plena si otros están sufriendo o si estamos dañando nuestro entorno natural.

No implica solo satisfacer nuestras necesidades individuales, sino también considerar el bienestar de la comunidad en su conjunto. Por ello, es necesario aprender a vivir en armonía con los demás y con el mundo que nos rodea, cuidar de la Madre Naturaleza y respetar la diversidad de la vida. Así, Sumak Kawsay se plantea como una alternativa al desarrollo convencional centrado en el crecimiento económico y sus principios están relacionados con la sostenibilidad, la equidad, la cultura y la armonía con la naturaleza.



Conozca los 13 principios aquí

Enfoques del convenio

ENFOQUES ANEXO TÉCNICO PROYECTO 2180 AÑO 2023



Enfoque Diferencial



Enfoque Interseccional



Enfoque Territorial



Enfoque de Derechos



Enfoque Sistémico



Enfoque de Género



Enfoque Étnico



Conózclos aquí

Herramientas de comunicación no violenta



La comunicación no violenta es una técnica que se basa en el mutuo entendimiento y la colaboración entre las personas, se caracteriza por la empatía, la asertividad, la claridad y la colaboración. La técnica se basa en cuatro principios fundamentales:

- 1 Cualquier situación debe poder observarse sin juzgar a los demás.
- 2 Todos deben aprender a expresar sus propios sentimientos.
- 3 Expresar sus necesidades.
- 4 Formular lo que espera del otro.



Consulte los modos y lenguajes de aplicarla



Instrumento fantástico

Es un cuestionario genérico creado por el Departamento de Medicina Familiar de la Universidad McMaster en Canadá para ayudar a los profesionales de la salud y personal relacionado con esta temática ya que permite medir el estilo de vida de una población específica. El cuestionario contiene 25 preguntas cerradas que exploran diferentes hábitos cotidianos como la actividad física, la dieta, el tabaquismo y el consumo de Sustancias Psicoactivas. En el caso colombiano fue validado con adultos y jóvenes y demostró ser confiable y válido para medir el estilo de vida.

El instrumento permite identificar de forma rápida y objetiva el estilo de vida, contribuyendo con la toma de conciencia sobre él y orientando de manera más efectiva las estrategias de mejora. Las problemáticas a superar se centran en el cuidado personal y la posibilidad de concientizarles al respecto a sus prácticas de vida.



Consulte aquí el instrumento

Educar en y para el conflicto

Los planteamientos que se retoman en este ítem pertenecen al **texto de Paco Cascón Soriano** con esta misma denominación publicada en el marco de la Cátedra UNESCO sobre Paz y Derechos Humanos.

La educación para la paz se centra principalmente en la prevención de conflictos, especialmente en lo que llamamos "provencción", que implica evitar que los conflictos se desarrollen o empeoren. En las primeras etapas de la vida, gran parte del esfuerzo educativo enseña a prevenir conflictos, mientras que, en edades más avanzadas, se considera un primer paso hacia la capacidad de abordar conflictos mediante la negociación y la mediación.



Aquí podrá encontrar las mejores actitudes ante un conflicto

