



MÁS FUERTES JUNTOS

Promoción de la independencia económica de las mujeres a través de la interacción cultural y la educación

MANUAL DE FORMACIÓN

Un recurso de fortalecimiento de capacidades para cooperativas lideradas por mujeres y la sociedad civil



Co-funded by
the European Union



Cofinanciado por la Unión Europea • Una Asociación de Cooperación Erasmus+

ABARKA ONGD (España) • Zembul Kadın Kooperatifi (Turquía)



**Co-funded by
the European Union**

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, las opiniones expresadas son únicamente de los autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser responsables de ellos.


Índice

































| | |
|--|----|
| Introducción..... | 13 |
| I. Acerca del proyecto | 14 |
| II. Los socios | 15 |
| ABARKA ONGD — País Vasco, España | 15 |
| Zembul Kadın Kooperatifi — Dersim (Tunceli), Turquía | 15 |
| III. Módulos de Formación | 16 |
| Módulo 1 — Conceptos básicos del proyecto Erasmus+ | 17 |
| 🎯 Objetivos de aprendizaje | 17 |
| ◆ 1. ¿Qué es Erasmus+? | 17 |
| 🕒 Un poco de historia..... | 17 |
| 📍 ¿Para quién es Erasmus+? | 18 |
| 🌟 Erasmus+ es... | 18 |
| ◆ 2. Explicación de la estructura de Erasmus+ | 18 |
| 🏠 Las tres puertas principales de Erasmus+ | 18 |
| ◆ KA1 – Movilidad de Aprendizaje de los Individuos | 19 |
| ◆ KA2 – Cooperación entre Organizaciones e Instituciones | 19 |
| ◆ KA3 – Apoyo al Diálogo de Políticas y Juventud..... | 19 |
| 📍 Cómo encontrar dónde encajas..... | 20 |
| 📌 Resumen rápido – Erasmus+ en resumen..... | 20 |
| ◆ 3. ¿Quién puede solicitar y cómo?..... | 20 |
| ✅ ¿Quién puede solicitar? | 20 |
| 🔧 Lo que necesitas para empezar..... | 21 |
| 🔍 ¿Está lista tu organización?..... | 21 |
| 🧩 Cómo encontrar pareja (si es necesario) | 21 |

































| | | |
|---|--|----|
|  | Cómo solicitar – Paso a paso..... | 22 |
|  | Consejo extra: empieza poco a poco | 22 |
|  | 4. Ejemplos reales de proyectos – Historias de ABARKA ONGD | 22 |
|  | Ejemplo 1: AGE-TECH – Inclusión Digital para Estudiantes Mayores (KA210-ADU)..... | 22 |
|  | Ejemplo 2: SOIMP – Proyecto de Impacto Social 3.0 para Trabajadores Juveniles (KA153-YOU) 23 | |
|  | ¿Qué puedes aprender de estos proyectos? | 24 |
|  | Actividad práctica 1 – "Mapea tu idea" | 24 |
|  | Objetivo | 24 |
|  | Duración..... | 24 |
|  | Materiales necesarios | 24 |
|  | Instrucciones paso a paso | 24 |
|  | Resultados de aprendizaje | 25 |
|  | Ejemplo real de ABARKA | 26 |
|  | Actividad práctica 2 – "¿Con quién puedo trabajar?" | 26 |
|  | Objetivo | 26 |
|  | Duración..... | 26 |
|  | Materiales necesarios | 26 |
|  | Instrucciones paso a paso | 26 |
|  | PARTE 1: Entiende lo que aporta un buen compañero (15 min) | 26 |
|  | PARTE 2: La simulación – Consorcio de Construcción de Tus Sueños (35 min) | 26 |
|  | PARTE 3: Galería y comentarios (10–15 min) | 27 |
|  | Resultados de aprendizaje | 27 |
|  | Ejemplo real de ABARKA | 27 |
|  | Resumen final – Tus primeros pasos Erasmus+ | 27 |
|  | Erasmus+ es... | 28 |
|  | Puedes empezar desde donde estás..... | 28 |
|  | Los proyectos reales empiezan con problemas reales..... | 28 |
|  | Qué puedes hacer a continuación | 28 |
|  | Palabras para llevar contigo..... | 28 |
| | Módulo 2 — Capacidad Administrativa y Financiera..... | 30 |
|  | Objetivos de aprendizaje | 30 |
|  | 1. Por qué importa la administración en los proyectos sociales..... | 30 |
|  | ¿Qué es la "capacidad administrativa"? | 30 |
|  | Hablando de verdad: ¿Qué pasa sin ella? | 30 |









| | | |
|---|---|----|
|  | Por qué es importante para las cooperativas de mujeres | 31 |
|  | La administración como forma de atención | 31 |
|  | 2. Funciones administrativas básicas simplificadas | 31 |
|  | ¿Cuáles son los fundamentos? | 31 |
|  | 1 Reuniones: ¿Qué se decidió? | 32 |
|  | 2 Roles y responsabilidades: ¿Quién hace qué? | 32 |
|  | 3 Documentación: ¿Dónde está ese archivo? | 32 |
|  | 4 Flujo de comunicación: ¿Cómo nos mantenemos conectados? | 33 |
|  | Mini-lista de comprobación: ¿Funciona tu sistema de administración? | 33 |
|  | 3. Capacidad financiera: De la supervivencia a la estabilidad..... | 33 |
|  | Por qué muchas cooperativas tienen dificultades | 33 |
|  | Paso 1: Entiende de dónde viene el dinero | 34 |
|  | Paso 2: Sabe cuánto gastas (y por qué) | 34 |
|  | Paso 3: Aprende a presupuestar | 34 |
|  | Paso 4: Comunica económicamente | 35 |
|  | Paso 5: Construye resiliencia financiera | 35 |
|  | Resumen: 5 herramientas para fortalecer la capacidad financiera | 35 |
|  | 4. Herramientas y plantillas prácticas | 35 |
|  | 1. Plantilla básica de presupuesto..... | 35 |
|  | 2. Rastreador de gastos e ingresos | 36 |
|  | 3. Lista de verificación de documentos administrativos | 36 |
|  | 4. Planificador de Rol y Tareas | 36 |
|  | 5. Visual Canvas para la Planificación Financiera | 37 |
|  | BONUS: "Glosario de Finanzas para Personas Reales" | 37 |
|  | Actividad práctica 1 – "Elabora un mini presupuesto" | 37 |
|  | Objetivo | 37 |
|  | Duración..... | 38 |
|  | Formato del grupo | 38 |
|  | Materiales necesarios | 38 |
|  | Instrucciones paso a paso | 38 |
|  | PASO 1: Elige tu escenario (5 min) | 38 |
|  | PASO 2: Elabora tu presupuesto (30 min)..... | 38 |
|  | PASO 3: Compartir, Comparar y Reflexionar (15–20 min) | 39 |
|  | Resultados clave de aprendizaje | 39 |










| | | |
|---|---|----|
|  | Actividad práctica 2 – "Crea tu flujo administrativo" | 40 |
|  | Objetivo | 40 |
|  | Duración..... | 40 |
|  | Formato del grupo | 40 |
|  | Materiales necesarios | 40 |
|  | Instrucciones paso a paso | 40 |
|  | PASO 1: Lluvia de ideas para tareas administrativas (15 min) | 40 |
|  | PASO 2: Mapear el flujo (20 min)..... | 41 |
|  | PASO 3: Reflexionar y ajustar (10 min) | 41 |
|  | Informe (15 min) | 41 |
|  | Resultados de aprendizaje | 42 |
|  | Resumen final – "Raíces fuertes, crecimiento fuerte" | 42 |
|  | Lo que has aprendido en este módulo..... | 42 |
|  | Reflexiones finales | 42 |
|  | 3 mantras para llevar contigo | 43 |
|  | Qué puedes hacer a continuación | 43 |
| | Módulo 3 — Visibilidad Digital y Marketing Digital | 44 |
|  | Objetivos de aprendizaje | 44 |
|  | 1. ¿Qué es la Visibilidad Digital? | 44 |
|  | Visibilidad digital significa: | 44 |
|  | Qué no es la visibilidad digital:..... | 44 |
|  | Por qué importa la visibilidad en proyectos pequeños o liderados por mujeres..... | 44 |
|  | En la década de 2020, Visibilidad = Acceso..... | 45 |
|  | 2. Elegir los canales adecuados..... | 45 |
|  | ¿Qué es un canal digital? | 45 |
|  | Cómo elegir los canales adecuados para ti | 45 |
|  | Guía de comparación de canales (Simplificada) | 46 |
|  | Visibilidad ≠ actividad | 46 |
|  | 3. Contar historias para el impacto social | 46 |
|  | ¿Qué es una historia en este contexto?..... | 47 |
|  | El método narrativo en 4 partes | 47 |
|  | Añade una imagen visual cuando puedas..... | 47 |
|  | Frases que añaden corazón | 47 |
|  | Sé respetuoso, no extraccionista | 47 |

| | | |
|---|---|----|
|  | ¿Con qué frecuencia deberíamos compartir historias? | 48 |
|  | 4. Los fundamentos del marketing digital..... | 48 |
|  | Qué significa realmente el marketing digital | 48 |
|  | ¿Qué puedes "vender"? | 48 |
|  | Empieza por tu audiencia y tu mensaje | 49 |
|  | El poder de una mini campaña | 49 |
|  | Formatos que puedes usar | 49 |
|  | Evitar el agotamiento..... | 49 |
|  | Actividad práctica 1 – "Cuenta tu historia" | 50 |
|  | Objetivo | 50 |
|  | Duración..... | 50 |
|  | Formato del grupo | 50 |
|  | Materiales necesarios | 50 |
|  | Instrucciones paso a paso | 50 |
|  | Paso 1 – Elige un momento (10 min) | 50 |
|  | Paso 2 – Usa la plantilla de narración (25 min)..... | 50 |
|  | Paso 3 – Compartir y reflexionar (15–20 min) | 51 |
|  | Resultados..... | 51 |
|  | Actividad práctica 2 – "Diseña una mini campaña" | 51 |
|  | Objetivo | 52 |
|  | Duración..... | 52 |
|  | Formato del grupo | 52 |
|  | Materiales necesarios | 52 |
|  | Instrucciones paso a paso | 52 |
|  | Paso 1 – Elige tu enfoque (10 min) | 52 |
|  | Paso 2 – Rellenar el mini planificador de campañas (30 min) | 52 |
|  | Paso 3 – Presente y comentarios (15–20 min)..... | 53 |
|  | Resultados..... | 53 |
|  | Resumen final – "Visible con integridad"..... | 53 |
|  | Lo que has aprendido | 53 |
|  | Qué puedes hacer a continuación | 54 |
|  | 3 Mantras de cierre..... | 54 |
| | Módulo 4 — Igualdad de Género y Emprendimiento..... | 55 |
|  | Tema del módulo: | 55 |

| | |
|---|----|
|  Objetivos del módulo:..... | 55 |
|  Resultados del módulo: | 55 |
|  ¿QUÉ ES EL GÉNERO?..... | 55 |
|  Ejemplos:..... | 56 |
|  EJEMPLO DE HISTORIA..... | 56 |
|  ¿QUÉ ES EL EMPRENDIMIENTO? | 56 |
|  Características clave del emprendimiento:..... | 56 |
|  Tipos de emprendimiento:..... | 57 |
|  ACTIVIDAD | 57 |
|  PALABRAS CLAVE | 57 |
|  EVALUACIÓN ACTUAL DE LA CONCIENCIACIÓN DE GÉNERO Y EL EMPRENDIMIENTO..... | 57 |
|  Datos de Turquía:..... | 57 |
|  Principales desafíos:..... | 57 |
|  Contribución económica de la igualdad de género: | 57 |
|  CONCLUSIÓN..... | 58 |
|  ACTIVIDAD: "Cartel de Igualdad de Género y Emprendimiento" | 58 |
|  Objetivo: | 58 |
|  Pasos: | 58 |
|  Objetivos de aprendizaje: | 58 |
| Módulo 5 — Liderazgo en Cooperativas..... | 59 |
|  Objetivos de aprendizaje | 59 |
|  1. ¿Qué es realmente el liderazgo?..... | 59 |
|  2. Negocios tradicionales frente a liderazgo cooperativo..... | 60 |
|  3. Sesgo cultural y dinámicas de poder..... | 61 |
|  4. Habilidades para el liderazgo cotidiano | 62 |
|  Actividad Práctica 1 – "Historias de Liderazgo" | 63 |
|  Actividad Práctica 2 – "Nuestro Mapa de Liderazgo de Equipo" | 65 |
|  Resumen final – El liderazgo es un círculo, no una escalera | 66 |
| Módulo 6 — Prácticas de la Economía Social y Solidaria..... | 68 |
|  Objetivos de aprendizaje | 68 |
|  1. ¿Qué es la Economía Social y Solidaria? | 68 |
|  2. Principios clave de la economía social y solidaria | 69 |
|  3. Prácticas cotidianas de la economía social y solidaria | 70 |
|  4. Desafíos y contradicciones internas..... | 71 |

| | |
|--|----|
|  Actividad práctica 1 – "¿Dónde ya practicamos la solidaridad?" | 72 |
|  Objetivo | 72 |
|  Duración..... | 72 |
|  Formato del grupo | 73 |
|  Materiales necesarios | 73 |
|  Instrucciones paso a paso | 73 |
|  Resultados..... | 73 |
|  Actividad Práctica 2 – "Rediseñar una práctica a la manera SSE" | 73 |
|  Objetivo | 74 |
|  Duración..... | 74 |
|  Formato del grupo | 74 |
|  Materiales necesarios | 74 |
|  Instrucciones paso a paso | 74 |
|  Resultados..... | 75 |
|  Resumen final – Otra economía ya está ocurriendo..... | 75 |
| Módulo 7 — Inglés esencial para la gestión de proyectos y los viajes por la UE..... | 76 |
|  Objetivos de aprendizaje | 76 |
|  1. Proyecto Inglés – Vocabulario básico y expresiones..... | 76 |
|  2. Frases útiles en inglés para reuniones y correos electrónicos..... | 77 |
|  Plantillas de correo electrónico para proyectos de la UE | 77 |
|  Palabras para reuniones online o presenciales..... | 78 |
|  Frases adicionales para herramientas y plataformas online..... | 78 |
|  3. Presentándote a ti mismo y a tu proyecto..... | 78 |
|  Plantilla de Auto-Presentación..... | 79 |
|  Ejemplo: | 79 |
|  Ejercicio de práctica: tu pitch de 2 minutos..... | 79 |
|  Adaptación en grupo..... | 79 |
|  4. Inglés de viaje – Lenguaje práctico para desplazarse por la UE..... | 79 |
|  En el aeropuerto o la estación de tren..... | 79 |
|  En el hotel o hostel | 80 |
|  En la ciudad / Utilizando el transporte público..... | 80 |
|  Emergencias o situaciones de estrés | 80 |
|  Consejos culturales para un viaje tranquilo..... | 80 |
|  Actividad práctica 1 – "Conocer, Escuchar, Presentar"..... | 81 |

| | |
|--|----|
|  Objetivo | 81 |
|  Duración..... | 81 |
|  Formato del grupo | 81 |
|  Materiales necesarios | 81 |
|  Instrucciones paso a paso | 81 |
|  Papel de los hablantes fuertes de inglés..... | 82 |
|  Preguntas de informe | 82 |
|  Resultados..... | 82 |
|  Actividad Práctica 2 – "Inglés en movimiento" | 82 |
|  Objetivo | 82 |
|  Duración..... | 83 |
|  Formato del grupo | 83 |
|  Materiales necesarios | 83 |
|  Instrucciones paso a paso | 83 |
|  Resultados..... | 83 |
|  Resumen final – Habla para ser entendido, no para ser perfecto | 84 |
| Módulo 8 – Cultura y estructura social de Dersim | 85 |
|  Tema del módulo: | 85 |
|  Objetivos del módulo:..... | 85 |
|  Resultados de aprendizaje: | 85 |
|  2. ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE DERSIM..... | 85 |
|  3. ESTRUCTURA ÉTNICA Y RELIGIOSA | 85 |
|  4. COCINA DERSIM | 85 |
|  "La historia de un plato: Plato Gulik" Actividad | 86 |
|  5. TEMAS CULTURALES | 86 |
|  Geografía y características generales | 87 |
|  Actividad final: Panel de mosaico | 87 |
| Módulo 9 – Cooperativismo Social..... | 89 |
|  Tema del módulo: | 89 |
|  Objetivos del módulo:..... | 89 |
|  Resultados de aprendizaje: | 89 |
|  PROGRAMACIÓN | 89 |
|  ¿QUÉ ES EL COOPERATIVISMO?..... | 90 |
|  Definición e historia | 90 |

| | |
|--|-----|
|  Características clave:..... | 90 |
|  TIPOS DE COOPERATIVAS..... | 90 |
|  IMPORTANCIA DEL COOPERATIVISMO | 90 |
|  ¿QUÉ ES EL COOPERATIVISMO SOCIAL? | 91 |
|  Importancia:..... | 91 |
|  ACTIVIDAD 1: Ejercicio grupal basado en roles..... | 91 |
|  CONTRIBUCIONES DE LAS COOPERATIVAS SOCIALES A LA ECONOMÍA LOCAL | 92 |
|  EJEMPLOS DE COOPERATIVAS SOCIALES | 92 |
|  ACTIVIDAD 2: DISEÑAR UNA COOPERATIVA SOCIAL..... | 92 |
| Módulo 10 — Municipalismo basado en la solidaridad..... | 94 |
|  TEMA DEL MÓDULO..... | 94 |
|  OBJETIVOS DEL MÓDULO | 94 |
|  POSIBLES RESULTADOS | 94 |
|  PARTE 1 — ¿POR QUÉ NOS ORGANIZAMOS? | 94 |
|  1. Tener una voz fuerte..... | 95 |
|  2. Para alcanzar objetivos comunes..... | 95 |
|  3. Solidaridad y apoyo mutuo | 95 |
|  4. Justicia Social e Igualdad | 95 |
|  5. Para obtener poder político y económico..... | 95 |
|  6. Educación y Concienciación | 96 |
|  7. Para satisfacer las necesidades..... | 96 |
|  8. Para crear un cambio social | 96 |
|  PARTE 2 — ¿QUÉ ES EL MUNICIPALISMO BASADO EN LA SOLIDARIDAD? | 96 |
|  Características clave del municipalismo basado en la solidaridad..... | 97 |
|  Objetivos del Municipalismo Basado en la Solidaridad | 97 |
|  PARTE 3 — LOS NUEVE PILARES DEL MUNICIPALISMO BASADO EN LA SOLIDARIDAD | 97 |
|  Pilar 1 — Gobernanza Participativa | 97 |
|  Pilar 2 — Servicios Equitativos y Justos | 98 |
|  Pilar 3 — Solidaridad Social y Apoyo Mutuo..... | 98 |
|  Pilar 4 — Desarrollo Local Sostenible | 98 |
|  Pilar 5 — Cooperativismo y Economía Solidaria | 99 |
|  Pilar 6 — Servicios Sociales y Apoyo Comunitario | 100 |
|  Pilar 7 — Responsabilidad Medioambiental | 100 |
|  Pilar 8 — Seguridad Comunitaria | 101 |

| | |
|---|-----|
| Pilar 9 — Justicia Social e Igualdad | 101 |
| PARTE 4 — CONCLUSIÓN: LA INTERSECCIÓN ENTRE EL MUNICIPALISMO Y EL BIENESTAR SOCIAL | 102 |
| ACTIVIDAD 1 — SIMULACIÓN DE PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS | 102 |
| ACTIVIDAD 2 — UNA IDEA, UNA COMUNIDAD..... | 103 |
| GLOSARIO DE CONCEPTOS CLAVE | 105 |
| LECTURAS Y RECURSOS ADICIONALES | 105 |
| IV. Anexos — Kits de herramientas para talleres..... | 107 |
| Anexo 1 — Kit de herramientas administrativas y financieras (Módulo 2) | 108 |
| Presupuesto básico | 108 |
| Ingresos y gastos..... | 108 |
| Lista de verificación administrativa | 108 |
| Planificador de Rol y Tareas..... | 108 |
| Partes interesadas | 108 |
| Anexo 2 - Kit de herramientas de visibilidad digital para talleres..... | 109 |
| Hoja de trabajo sobre la estructura de la narración..... | 109 |
| Mini planificador de campañas..... | 109 |
| Hoja de trucos para la comparación de canales | 109 |
| Calendario de Publicaciones de Ejemplo | 110 |
| Glosario digital en lenguaje claro | 110 |
| Anexo 2b — Kit de Herramientas de Visibilidad Digital: Planificadores (Módulo 3)..... | 110 |
| Hoja de trabajo de narración | 110 |
| Planificador de campañas..... | 110 |
| Comparación de canales..... | 111 |
| Calendario de publicaciones | 111 |
| Glosario digital | 111 |
| Anexo 3 - Kit de herramientas de liderazgo para talleres cooperativos..... | 113 |
| Leadership Compass – Herramienta de autorreflexión | 113 |
| Plantilla de Mapeo de Liderazgo de Equipo..... | 113 |
| Glosario de términos de liderazgo (lenguaje sencillo)..... | 114 |
| Anexo 4 - Kit de herramientas de Economía Social y Solidaria (SSE) para talleres cooperativos | 115 |
| 1. Lista de verificación de prácticas de solidaridad..... | 115 |
| 2. Hoja de trabajo de autoevaluación grupal..... | 115 |
| 3. Glosario de términos SSE en lenguaje claro..... | 115 |
| 4. Reflexión y planificación de la acción | 116 |
| Anexo 5 - Kit esencial de herramientas en inglés para proyectos y movilidad de la UE..... | 117 |

| | |
|---|-----|
| 1. Hojas de frases..... | 117 |
| Reuniones | 117 |
| Correos electrónicos..... | 117 |
| Viajes | 117 |
| 2. Tabla de vocabulario – Términos del proyecto de la UE..... | 117 |
| 3. Plantillas de correo electrónico | 118 |
| Correo de presentación | 118 |
| Confirmación de participación..... | 118 |
| Pidiendo aclaraciones | 118 |
| 4. Indicaciones de diálogo | 118 |
| 5. Cartas de Escenario..... | 118 |
| Equipaje perdido..... | 118 |
| Parada equivocada de metro..... | 118 |
| Problema con la reserva de hotel | 118 |
| Reunión perdida | 119 |
| Solicitar reembolso | 119 |
| 6. Lista de verificación de autoevaluación | 119 |
| Referencias y fuentes | 120 |

Introducción

Bienvenidos al Manual de Formación Stronger Together — un recurso práctico e inclusivo creado dentro del proyecto Erasmus+ "Stronger Together: Promoviendo la independencia económica de las mujeres a través de la interacción cultural y la educación."

Este manual es el resultado de una colaboración transnacional entre ABARKA ONGD en el País Vasco (España) y el Zembul Kadın Kooperatifi en la región de Dersim (Tunceli) en Turquía. Reúne la experiencia vivida de cooperativas lideradas por mujeres, la investigación de campo realizada en ambos países y la experiencia colectiva de formadores, miembros de cooperativas y activistas comunitarios.

En el fondo, Stronger Together reconoce una verdad sencilla: el empoderamiento económico de las mujeres no puede separarse de la cultura, la educación y la solidaridad. Para las mujeres que navegan barreras interseccionales de género, idioma y exclusión institucional, el cambio real ocurre cuando las herramientas económicas se combinan con la confianza, la comunidad y la comprensión intercultural.

El manual está diseñado para un público amplio: miembros de cooperativas y fundadores, jóvenes y adultos aprendientes, formadores, coordinadores de proyectos y organizaciones de la sociedad civil. No se requiere conocimiento experto. Cada módulo está escrito para ser accesible, motivador y útil de inmediato, y va acompañado de kits prácticos que puedes adaptar a tu propio contexto.

Cómo usar este manual

- Los diez módulos pueden seguirse en secuencia o usarse de forma independiente, según tus necesidades.
- Cada módulo comienza con objetivos claros de aprendizaje y utiliza ejemplos reales, puntos de reflexión y actividades.
- Los anexos al final proporcionan hojas de trabajo, listas de comprobación, planificadores y glosarios listos para usar.
- A lo largo de todo el proceso, el enfoque se mantiene práctico: cada concepto se conecta con la acción en tu cooperativa o comunidad.

"No es un reto, sino una realidad." — Participante en Grupo Focal, Región Bidasoa, 2025

I. Acerca del proyecto

Stronger Together es una iniciativa transnacional Erasmus+ que promueve la independencia económica de las mujeres a través del desarrollo cooperativo, el intercambio cultural y la educación. El proyecto conecta redes de cooperación en toda Europa y más allá, con colaboraciones activas en el País Vasco (España) y la región de Dersim en Turquía.

La idea del proyecto surgió de una cooperación de larga data entre organizaciones que comparten una creencia común: que la educación y la cooperación son algunas de las herramientas más poderosas para la inclusión. Al reunir a mujeres de diferentes orígenes culturales y lingüísticos en un mismo espacio de aprendizaje, el proyecto fortalece tanto las capacidades individuales como la solidaridad colectiva.

Objetivos del proyecto

- Fortalecer la independencia económica y la capacidad emprendedora de las mujeres en las cooperativas.
- Desarrollar habilidades administrativas, financieras, digitales y de liderazgo dentro de las organizaciones dirigidas por mujeres.
- Fomentar el diálogo intercultural y el aprendizaje mutuo entre los socios españoles y turcos.
- Documentar y compartir buenas prácticas en la economía social y solidaria.
- Promover modelos de gobernanza inclusivos, participativos y democráticos en las cooperativas.

Fundamentos de investigación

Este manual se basa en investigaciones de campo realizadas dentro del proyecto: un grupo focal celebrado en la región de Bidasoa (País Vasco, España) en mayo de 2025, entrevistas en profundidad con miembros cooperativos en Turquía (2024–2025) y una encuesta de análisis de necesidades realizada con la red cooperativa de Zambul. Estos métodos complementarios exploraron la gobernanza y la participación, las barreras y motivaciones en torno a la independencia económica, la transición digital y las oportunidades de colaboración intercultural — y moldearon directamente los módulos que siguieron.

II. Los socios



ABARKA ONGD — País Vasco, España

ABARKA ONGD es una organización sin ánimo de lucro con sede en el País Vasco, España, dedicada a fomentar la inclusión social mediante iniciativas educativas que enfatizan la cooperación y el respeto cultural. Fundada en 2015 por Clotaire Ntienou, Naroa Ibarгойen y Beñat Aranburu, la organización surgió de esfuerzos colaborativos con la ONG camerunesa WEBDEV Foundation, centrándose en la educación, la salud y el empoderamiento de la mujer.

ABARKA imagina un mundo libre de discriminación, donde la educación actúe como catalizador para un cambio positivo. La organización diseña y coordina proyectos europeos, actividades de educación no formal e iniciativas comunitarias que reúnen a personas de diferentes edades, orígenes y procedencias. Dentro de Stronger Together, ABARKA lidera en el desarrollo de capacidades, el intercambio intercultural y el desarrollo de recursos de formación inclusiva.



Zembul Kadın Kooperatifi — Dersim (Tunceli), Turquía

Zembul Kadın Kooperatifi es una cooperativa de mujeres con sus raíces en la región de Dersim (Tunceli) de Turquía, un territorio conocido por su patrimonio cultural distintivo, su entorno natural y sus fuertes tradiciones de solidaridad. La cooperativa reúne a mujeres que producen, procesan y comercializan productos locales, mientras construyen autonomía económica y liderazgo colectivo.

Zembul trabaja para fortalecer la participación de las mujeres en la vida económica y social, para preservar y valorar la cultura local, y para crear medios de vida sostenibles basados en la cooperación en lugar de en la competencia. Dentro de Stronger Together, Zembul aporta una profunda experiencia práctica en el cooperativismo liderado por mujeres, el cooperativismo social y la organización comunitaria basada en la solidaridad — temas explorados directamente en los Módulos 8, 9 y 10 de este manual.

III. Módulos de Formación

Los siguientes diez módulos forman el núcleo del currículo Stronger Together. Cada uno puede utilizarse por sí solo o como parte de una vía de formación completa.


Módulo 1 — Conceptos básicos del proyecto Erasmus+

Comenzar con proyectos europeos impactantes e inclusivos

Objetivos de aprendizaje

Al final de este módulo, **podrás** hacerlo:

- Entiende qué es Erasmus+, por qué existe y para quién es.
- Identificar los principales tipos de proyectos de fondos Erasmus+ (KA1, KA2, KA3).
- Asegúrate de saber si tu organización es elegible y qué se necesita para solicitar.
- Explora ejemplos reales para inspirar tus propias ideas.
- Da los primeros pasos para diseñar tu propio proyecto Erasmus+.

 *Este módulo está hecho para ti: un adulto motivado, curioso por saber cómo las oportunidades de la UE pueden apoyar un aprendizaje significativo, la inclusión y el cambio en tu comunidad. No se requiere conocimiento experto, solo apertura para aprender y crecer.*

1. ¿Qué es Erasmus+?


Empecemos con el panorama general.

Erasmus+ es el programa emblemático de la Unión Europea para **educación, formación, juventud y deporte**. Abierta entre 2021 y 2027, ofrece financiación y apoyo para ayudar a personas y organizaciones **a aprender, enseñar, conectar y crear** más allá de las fronteras.

Pero es más que eso. Erasmus+ es **una herramienta para la transformación**. Empodera a personas de todas las edades y orígenes para:

- Desarrolla nuevas habilidades
- Adquiere experiencia internacional
- Promover la inclusión y la sostenibilidad
- Trabajar juntos por el cambio social

Ya seas profesor en una escuela rural, trabajador juvenil en un barrio urbano o parte de una ONG local que busca aumentar su impacto, **Erasmus+ puede abrir puertas**.

 El programa se basa en los valores clave de la UE:

- **Equidad e inclusión**
- **Sostenibilidad medioambiental**
- **Transformación digital**
- **Ciudadanía activa y participación**


No son solo palabras de moda: son el corazón de cómo se diseñan, seleccionan y evalúan los proyectos.

Un poco de historia

El Programa Erasmus comenzó en 1987 con solo 11 países. Permitía a los estudiantes de educación superior estudiar en el extranjero durante unos meses.

Con el tiempo, evolucionó. Se añadieron nuevos campos. Más personas podrían participar: profesores, aprendices, aprendices adultos, trabajadores juveniles, artistas, incluso entrenadores deportivos.

Actualmente, **Erasmus+ cubre 33 países del programa** y colabora con más de 160 países socios en todo el mundo.


 Más de 13 millones de personas han participado desde su lanzamiento.

¿Para quién es Erasmus+?

Erasmus+ es para:

- **Alumnos:** jóvenes, estudiantes, adultos, profesionales
- **Educadores:** profesores, formadores, mentores
- **Organizaciones:** escuelas, ONG, centros juveniles, municipios, asociaciones culturales, cooperativas, clubes deportivos...

Financia **tanto a individuos como a equipos, movilidad y cooperación, trabajo local y sueños transnacionales.**

 No necesitas hablar un inglés perfecto. No necesitas tener contactos en la UE. No hace falta que seas grande. Lo que necesitas es una **idea clara, una necesidad real y el valor para empezar.**

Erasmus+ es...

| No solo una subvención | Pero un viaje de aprendizaje para todos los implicados. |
|--------------------------|--|
| No solo para estudiantes | Pero para adultos que aprenden, personas desempleadas y voluntarios. |
| No solo por viajar | Sino sobre intercambio con propósito, solidaridad e impacto. |

A continuación: veremos cómo está estructurado Erasmus+, qué tipo de acciones puedes solicitar y cómo saber dónde encaja tu idea.

2. Explicación de la estructura de Erasmus+

A primera vista, el programa Erasmus+ puede parecer un **mapa complejo**. Pero no te preocupes: lo desglosaremos juntos de forma sencilla y práctica.

Imagina Erasmus+ como una gran casa con **tres puertas principales**, cada una conduciendo a diferentes tipos de oportunidades. Estas se llaman **Acciones Clave**, o KAs.

Las tres puertas principales de Erasmus+

| ACCIÓN CLAVE | LO QUE FINANCIA | PARA QUIÉN | PROPÓSITO PRINCIPAL |
|--|---|---|--|
| KA1: Movilidad de los individuos | Intercambios, visitas de estudio, formación en el extranjero | Jóvenes, estudiantes, profesores, personal, agentes juveniles | Aprendizaje personal e intercultural |
| KA2: Alianzas de Cooperación | Proyectos de cooperación, desarrollo de herramientas, prácticas compartidas | ONG, escuelas, gobiernos locales, organizaciones culturales | Innovación organizativa e impacto en la comunidad |
| KA3: Desarrollo de políticas y diálogo | Actividades de participación juvenil, redes y consultas | Organizaciones juveniles, think tanks, ONG | Influir en las políticas y apoyar los valores de la UE |

Echemos un vistazo más detallado a cada uno.

◆ KA1 – Movilidad de Aprendizaje de los Individuos

"Movilidad" significa ayudar a las personas a moverse, aprender y crecer.

Aquí es donde comenzó Erasmus+, y sigue siendo la acción más popular. Se trata de dar a **individuos o pequeños grupos** la oportunidad de **viajar al extranjero** (o recibir a otros) para aprender, enseñar, entrenar o intercambiar ideas.

Ejemplos:

- Un grupo de jóvenes de la España rural viaja a Finlandia para explorar la democracia digital.
- Un profesor de Italia asiste a un curso sobre educación inclusiva en Suecia.
- Un trabajador juvenil de Grecia se une a una experiencia de observación laboral en Portugal.

KA1 es ideal si:

- Quieres explorar **la educación no formal, los intercambios juveniles o el aprendizaje para adultos**.
- Empiezas poco a poco y quieres un **primer proyecto manejable**.

☰ *Consejo: Incluso una ONG pequeña o una escuela con experiencia limitada puede empezar con KA1. Es un gran punto de entrada.*

◆ KA2 – Cooperación entre Organizaciones e Instituciones

Aquí es donde ocurre la verdadera transformación a **nivel organizativo o comunitario**.

KA2 **financia proyectos que desarrollan, prueban o comparten nuevas prácticas**. Fomenta el trabajo en equipo entre países y sectores (educación, cultura, juventud, trabajo social...).

Existen dos tipos principales:

- **Alianzas de cooperación** (más grandes, estratégicas)
- **Asociaciones a pequeña escala** (más sencillas, ideales para principiantes)

Ejemplos:

- Varios centros comunitarios en Italia, Eslovenia y Francia crean un kit de herramientas para apoyar a los migrantes a través de cafés de idiomas.
- Un grupo de escuelas y ONG de cuatro países diseña un plan de estudios de educación climática para adolescentes.
- Una red de centros de educación para adultos desarrolla un programa de mentoría para adultos desempleados.

KA2 es ideal si:

- Ya trabajas con socios o quieres **crear algo duradero juntos**.
- Quieres escalar **tu** impacto.

☰ *Consejo: Si eres nuevo, empieza con una Asociación a Pequeña Escala (KA210). Menos papeleo, mismo impacto en la UE.*

◆ KA3 – Apoyo al Diálogo de Políticas y Juventud

El KA3 trata menos de trabajo de campo y más de **defensa, participación y cambio de sistemas**.

Incluye:

- Experimentos de política

- Actividades de diálogo juvenil
- Desarrollo de capacidades para redes

Ejemplos:

- Una organización juvenil organiza consultas locales con jóvenes desfavorecidos y lleva sus voces a un foro juvenil europeo.
- Un think tank lidera un proyecto sobre cómo integrar la sostenibilidad en la gobernanza escolar en toda Europa.

KA3 es ideal si:

- Eres una **red, plataforma o organización orientada a políticas**.
- Quieres **influir en estructuras y estrategias**.

Cómo encontrar dónde encajas

Pregúntate:

- ✓ ¿Quiero enviar/alocar a estudiantes o al personal? → KA1
- ✓ ¿Quiero crear algo nuevo con otros? → KA2
- ✓ ¿Quiero influir en las políticas o apoyar la participación cívica? → KA3

No necesitas dominar los tres. Empieza por el que mejor se adapte a tu **misión, capacidad y visión**.

Resumen rápido – Erasmus+ en resumen

- **KA1 = Movilidad** → Aprendizaje haciendo en el extranjero.
 - **KA2 = Cooperación** → Innovar juntos a través de fronteras.
 - **KA3 = Política y Diálogo** → Dar voz a las personas y cambiar sistemas.
- ✨ Erasmus+ no es un solo programa, son muchas puertas. Solo tienes que elegir el tuyo.

3. ¿Quién puede solicitar y cómo?

✨ *"No hace falta ser una gran organización para pensar en grande. Solo necesitas un propósito claro y un poco de orientación."*

Erasmus+ está diseñado para ser **accesible**. Ya seas un colegio en un pueblo rural, una organización juvenil en un barrio urbano o un grupo de voluntarios con un sueño, puedes postularte.

Pero antes de profundizar, aclaremos lo siguiente:

- **Quién es elegible**
- **Lo que necesitas empezar**
- **Cómo prepararse con sabiduría**

✓ **¿Quién puede solicitar?**

Erasmus+ está abierto a una amplia variedad de organizaciones y grupos informales.

| Solicitantes elegibles | Ejemplos |
|-----------------------------------|---|
| Organizaciones sin ánimo de lucro | Asociaciones juveniles, ONG, grupos culturales, cooperativas sociales |

| | |
|--------------------------------------|--|
| Escuelas y centros educativos | Educación primaria, secundaria, formación profesional y de adultos |
| Organismos públicos | Municipios, bibliotecas, consejos juveniles, gobiernos locales |
| Instituciones de educación superior | Universidades, facultades, organizaciones estudiantiles |
| Grupos informales de jóvenes | Para intercambios juveniles y proyectos de participación (no se requiere entidad jurídica) |
| Empresas (para acciones específicas) | Especialmente en VET y proyectos relacionados con la innovación |

💡 Aunque tu grupo no esté legalmente registrado, aún puedes solicitar bajo algunas acciones centradas en jóvenes como un "grupo informal de jóvenes".

🔧 Lo que necesitas para empezar

Antes de solicitar, tendrás que **registrar tu organización** y completar algunos pasos prácticos.

| Escalón | Qué significa | Dónde hacerlo |
|--|---|--|
| Consigue un OID (ID de organización) | Se necesita un ID único para solicitar | Portal de Financiación y Licitaciones de la UE |
| Ten un representante legal | Una persona legalmente responsable de firmar la solicitud | |
| Crea una cuenta de inicio de sesión en la UE | Para acceder al sistema de aplicaciones | |
| Revisa los plazos y formularios | Varía según la acción de clave y la llamada | |

Algunas organizaciones también solicitan **la acreditación Erasmus+**, especialmente en educación escolar, de adultos y de formación profesional para proyectos de movilidad en curso.

Pero no te preocupes: **aún puedes solicitar sin ella**, especialmente para proyectos a corto o piloto de KA1 y KA2.

🔍 ¿Está lista tu organización?

Utiliza esta **sencilla lista** de comprobación para evaluar tu punto de partida:

- Tenemos una idea clara relacionada con una necesidad local.
- Hemos identificado quiénes son nuestros beneficiarios.
- Tenemos algo de experiencia trabajando con comunidades o estudiantes.
- Estamos motivados para colaborar internacionalmente.
- Podemos gestionar presupuestos pequeños e informes.
- Estamos listos para dedicar tiempo y personas a un proyecto de 6 a 24 meses.

Si has marcado **al menos 4 casillas**, estás listo para empezar a preparar tu solicitud. Si no, no te preocupes: puedes **desarrollar tu capacidad primero** colaborando en el proyecto de otra persona.

🧩 Cómo encontrar pareja (si es necesario)

Los proyectos Erasmus+, especialmente el KA2, requieren **cooperación internacional**. Necesitarás al menos **una pareja de otro país**.

Aquí tienes formas sencillas de encontrarlas:

- **Plataforma SALTO:** <https://www.salto-youth.net/tools/otlas-partner-finding/>
- **EPALE (Educación de Adultos):** <https://epale.ec.europa.eu>
- **Plataforma de Resultados de Proyectos de la UE:** Consulta quiénes realizaron proyectos similares.
- **Días de Información Erasmus+ y seminarios web**
- **Grupos Erasmus+ en Facebook y LinkedIn**

💬 *"Las buenas alianzas empiezan con valores compartidos, no solo con plazos compartidos."*

Cómo solicitar – Paso a paso

1. Elige la acción adecuada (KA1, KA2, KA3) para tu idea
2. Lee atentamente la Guía del Programa
3. Registrar su organización (OID)
4. Iniciar sesión en el Portal de Financiación y Licitaciones de la UE
5. Descargar y completar el formulario de solicitud
6. Envía la entrega online antes de la fecha límite

Consejo extra: empieza poco a poco

Muchas organizaciones Erasmus+ exitosas comenzaron con un **intercambio juvenil, un taller de aprendizaje para adultos o un proyecto de acompañamiento laboral.**

Empezar por algo alcanzable te ayuda:

- Descubre cómo funciona el programa
- Construye confianza con los socios
- Gana experiencia para proyectos futuros de mayor envergadura

🌟 *"Las olas grandes empiezan con pequeñas ondas."*

📌 En la siguiente sección, daremos vida a todo esto con **ejemplos reales de proyectos Erasmus+**: qué hicieron, cómo lo hicieron y por qué funcionó.

4. Ejemplos reales de proyectos – Historias de ABARKA ONGD

"No hace falta ser grande para marcar la diferencia. Solo tienes que empezar donde estás, con lo que tienes."

Erasmus+ es más que financiación: es una herramienta para tender puentes. Estos dos ejemplos de **ABARKA ONGD**, una pequeña pero activa ONG con sede en el País Vasco, muestran cómo las ideas locales pueden convertirse en un impacto europeo.

Ejemplo 1: AGE-TECH – Inclusión Digital para Estudiantes Mayores (KA210-ADU)

Tipo de proyecto: KA2 – Asociación a pequeña escala en educación de adultos **Duración:** 16 meses

Socios: España (ABARKA), Grecia (líder), Turquía **Financiación:** 60.000 EUR

El reto: Muchos adultos mayores en toda Europa—especialmente en comunidades rurales o desfavorecidas—se sienten **excluidos del mundo digital**. Luchan con la tecnología y corren el riesgo de **exclusión social** a medida que los servicios y la comunicación se vuelven cada vez más digitales.

💡 **La idea:** Formar educadores de adultos y trabajadores juveniles para **apoyar mejor a los estudiantes mayores** en la adquisición de habilidades digitales básicas. El objetivo no era solo la formación tecnológica, sino también construir **confianza, empatía y conexión** a través del aprendizaje.

✨ **Lo que hicieron:**

- Reunión de inicio y evaluación de necesidades en Tesalónica.
- Curso de formación de formadores en Turquía sobre cómo trabajar con alumnos mayores.
- **Formación práctica con adultos mayores** en España.
- Creación de "Salas Digitales" – espacios seguros y familiares donde las personas mayores pudieran aprender sin miedo ni vergüenza.
- Desarrollo del **Manual DIGITELD**: una guía práctica para educadores que trabajan con poblaciones mayores.

🌱 **Por qué funcionó:**

- Se dirigía a un **grupo concreto y ignorado** con métodos hechos a medida.
- Enfatizaba **la solidaridad y la empatía intergeneracional**.
- Involucraron a los municipios para integrar **los resultados localmente**.
- Se alineaba perfectamente con las prioridades Erasmus+ sobre **transformación digital y aprendizaje permanente**.

💬 "Nos dimos cuenta de que muchas personas mayores no estaban excluidas digitalmente por la falta de dispositivos, sino por la falta de apoyo humano."

📖 **Ejemplo 2: SOIMP – Proyecto de Impacto Social 3.0 para Trabajadores Juveniles (KA153-YOU)**

Tipo de proyecto: KA1 – Movilidad de Trabajadores Juveniles **Duración:** 12 meses **Socios:** España (ABARKA, líder), Italia, Croacia, Moldavia, Letonia, Portugal, Bulgaria **Financiación:** ~25.000 EUR

🧩 **El reto:** El desempleo juvenil en España sigue siendo **uno de los más altos de Europa**. Muchos jóvenes carecen no solo de oportunidades, sino también de la **mentalidad y las herramientas** para crear sus propios caminos, especialmente en comunidades con pocos recursos.

💡 **La idea:** Empoderar a los trabajadores juveniles para guiar a los jóvenes en el desarrollo **de ideas de emprendimiento social**. Dotarles de **herramientas reales**, confianza y conexiones para inspirar soluciones lideradas por jóvenes a problemas locales.

✨ **Lo que hicieron:**

- Realizó una **formación intensiva de 7 días** en Hondarribia (País Vasco) con 24 jóvenes de 7 países.
- Exploraron temas como:
- ¿Qué es una empresa social?
- ¿Cómo medimos el impacto social?
- Marketing y crowdfunding para pequeñas empresas.
- Desarrollé una **publicación** y una **metodología de taller basada en listas de verificación**.
- Cada socio organizó un **taller** local tras el proyecto para aplicar los aprendizajes en sus comunidades.


📖 **Herramientas creadas:**

- "Social Entrepreneurship Toolkit": una guía con teoría + práctica + ejemplos de la vida real.
- Mapas locales de empresas sociales de cada país socio.


- Modelo de negocio personalizado para proyectos sociales gestionados por jóvenes.

Por qué funcionó:


- Vinculaba el **aprendizaje no formal** con **necesidades económicas y sociales reales**.
- Priorizaron **herramientas prácticas y transferibles**.
- Fomentó el aprendizaje entre iguales y el intercambio entre países.

 "No solo hablamos de emprendimiento. Mapeamos, probamos y compartimos soluciones reales con las que los jóvenes pudieran identificarse."

¿Qué puedes aprender de estos proyectos?

- **No necesitas ser grande** para liderar un proyecto.
 - Empieza por una **necesidad local real**: brecha digital, desempleo juvenil, etc.
 - Elige el tipo de acción (KA1 o KA2) que se ajuste a tu **capacidad**.
 - Combina **actividades prácticas** con objetivos de impacto claros.
 - Mantén las herramientas simples, adaptables y compartibles.
-  En la siguiente sección, nos pondremos en contacto directo: explorarás tu propia idea y reflexionarás sobre dónde encaja en el universo Erasmus+.

Actividad práctica 1 – "Mapea tu idea"

 "Todo gran proyecto comienza con una pequeña pero honesta pregunta: ¿qué necesitamos realmente aquí?"

Objetivo

Para ayudar a los participantes a identificar un **problema o necesidad local**, vincularlo con **las prioridades Erasmus+** y esbozar los primeros elementos de una posible idea de proyecto.

Esta actividad es perfecta para:

- Recién llegados a Erasmus+
- Talleres con orígenes mixtos
- Lluvia de ideas en fase inicial de proyectos

Duración

1 hora (individual + sesión grupal)

Materiales necesarios

- Plumas y marcadores
- Copias impresas de la plantilla "Mapea tu idea" (o PDFs editables)
- Post-its (opcional)
- Un ambiente calmado y concentrado

Instrucciones paso a paso

PARTE 1: Reflexión en solitario (25 min)

Cada participante completa la siguiente hoja de trabajo. El objetivo no es **la perfección**, sino la honestidad y la claridad.

 **MAPEA TU IDEA – Plantilla**

| Sección | Preguntas orientadoras | Tus notas |
|---------------------------|---|-----------|
| 1. Problema local | ¿Cuál es un problema, necesidad o desafío en tu comunidad que realmente te importa? (Intenta ser específico) | |
| 2. Grupo objetivo | ¿Quién está directamente afectado por este problema? ¿Jóvenes, ancianos, migrantes, educadores, etc.? | |
| 3. Causas y consecuencias | ¿Qué causa el problema? ¿Qué ocurre si no se hace nada? | |
| 4. Tu inspiración | ¿Qué te gustaría cambiar o hacer de forma diferente? ¿Alguna experiencia pasada, modelo a seguir o evento que te haya inspirado? | |
| 5. Enlace Erasmus+ | ¿Esto se relaciona con una prioridad de Erasmus+? (por ejemplo, inclusión, habilidades digitales, sostenibilidad, participación...) | |
| 6. ¿Tipo de proyecto? | ¿Sería esto una movilidad (KA1)? ¿Una sociedad (KA2)? ¿Un diálogo juvenil (KA3)? | |
| 7. ¿Quién podría ayudar? | ¿Qué tipo de socios locales o internacionales necesitarías? (Escuelas, ONG, trabajadores juveniles, etc.) | |

 **PARTE 2: Compartir el grupo (25–30 min)**

Forma pequeños grupos de 3 a 5 participantes. Cada uno presenta su idea brevemente (máximo 5 minutos). Los otros:

- Haz **preguntas aclaratorias**
- Sugiere acciones Erasmus+ relevantes o proyectos similares
- Ofrece ánimos o conexiones

 *Consejo para facilitadores: Fomenta una mentalidad de "sí, y..." para apoyar el pensamiento creativo en lugar de la crítica.*

 **OPCIONAL – "Paseo por la Galería de Ideas" (15 min extra)**

Pega la plantilla completada de cada participante en la pared. Deja que todos paseen, lean ideas y dejen comentarios con post-its.

 **Resultados de aprendizaje**

Al final de la actividad, los participantes seguirán:


- Tener una comprensión más clara de un **problema real que les importa**
- Identifica si y cómo se alinea con las prioridades de Erasmus+
- Saber qué **tipo de acción de proyecto** (KA1, KA2, KA3) podría encajar

- Comiencen a formar su **propio viaje Erasmus+**

Ejemplo real de ABARKA

"En nuestro proyecto AGE-TECH, la idea partió de una simple observación: la gente mayor de nuestro pueblo evitaba todo lo digital. Que la incomodidad no tenía que ver con las habilidades, sino con el miedo. A partir de ahí, creamos todo un programa de formación para educadores para cambiar esa relación—con la tecnología, pero también con la confianza."

Actividad práctica 2 – "¿Con quién puedo trabajar?"

 *"Los grandes proyectos no se hacen solos—se hacen con las personas adecuadas alrededor de la mesa."*

Objetivo

Ayudar a los participantes a **imaginar, identificar, y simular** un partenariado Erasmus+ funcional y coherente con su idea de proyecto. Esta actividad desarrolla pensamiento estratégico, trabajo en equipo y visión transnacional.

Duración

1 hora (puede extenderse a 1,5 horas con el informe)

Materiales necesarios


- Partner Role Cards (pueden estar predefinidas o creadas por los participantes)
- Plantilla "Constructor de Asociaciones"
- Papelógrafo / pizarra para trabajo grupal
- Marcadores o post-its

Instrucciones paso a paso

PARTE 1: Entiende lo que aporta un buen compañero (15 min)

Facilitador/a presentan estas ideas clave:

- Los proyectos Erasmus+ **no son solo colaboraciones, son alianzas.**
- Los buenos socios aportan: ✓ Experiencia ✓ Roles ✓ complementarios Una conexión real con el tema ✓ del proyecto Capacidad para contribuir de forma significativa

 *No se trata de coleccionar logotipos—se trata de construir un equipo que haga el proyecto más fuerte.*

Participantes en la lluvia de ideas:

- ¿Qué cualidades buscaría en una gran pareja?
- ¿Qué puede **ofrecer mi propia organización** a cambio?

PARTE 2: La simulación – Consorcio de Construcción de Tus Sueños (35 min)

TAREA:

En pequeños grupos (3–4 personas), cada equipo diseña un **consorcio de 3 socios + 1 solicitante.**

Deben:

1. Elige un **tema de proyecto** (puede ser propio o ficticio).
2. Define el rol, la fortaleza de cada socio y de qué país procede.
3. Rellena la plantilla de "Constructor de Asociaciones".

CONSTRUCTOR DE ASOCIACIONES – Plantilla

| Función | Tipo de organización | País | Fortalezas | Contribución al proyecto |
|-------------|-------------------------------|------|---|--|
| Solicitante | (por ejemplo, ONG, municipio) | | (por ejemplo, experiencia en trabajo juvenil) | (por ejemplo, coordinación, actividades principales) |
| Compañero 1 | | | | |
| Compañero 2 | | | | |
| Compañero 3 | | | | |

El facilitador puede repartir **tarjetas de rol** si es útil:

- "Centro juvenil en la zona rural de Letonia"
- "Municipio con experiencia en apoyo a migrantes"
- "Escuela de ecodiseño en Italia"
- "ONG digital en Grecia"
- "Empresa social basada en el arte en Croacia"

PARTE 3: Galería y comentarios (10–15 min)

Cada grupo presenta su colaboración en 2–3 minutos. Otros pueden:

- Haz una pregunta
- Sugiere un contacto o herramienta real
- Valora el realismo del 1 al 5 (¡solo por diversión!)



Resultados de aprendizaje

Al final de la sesión, los participantes serán:

- Entiende qué hace que una colaboración Erasmus+ sea sólida
- Sabe cómo equilibrar roles y responsabilidades
- Ser capaces de **visualizar su proyecto como un esfuerzo de equipo**
- Identificar lagunas y siguientes pasos en su propia búsqueda de pareja



Ejemplo real de ABARKA

"Para nuestro proyecto AGE-TECH, no elegimos socios porque fueran famosos. Los elegimos porque tenían corazón—y trabajaban con la misma población que nos importaba: adultos mayores que quedaban atrás en el mundo digital. Esa misión compartida hizo posible la colaboración."



Resumen final – Tus primeros pasos Erasmus+

✨ "No necesitas saberlo todo para empezar—solo tienes que empezar con algo real."

En las últimas páginas, hemos explorado los **fundamentos de Erasmus+**, desde los cimientos del programa hasta historias reales y tus propias primeras ideas.

Repasemos los puntos clave:

◆ Erasmus+ es...

- Un **programa europeo** que apoya el aprendizaje, la colaboración y la inclusión a través de **la educación, la formación, la juventud y el deporte**.
- Basado en **acciones clave**: → KA1: Movilidad individual → KA2: Cooperación organizativa → KA3: Política y participación juvenil
- Arraigados en **los valores de la UE**: equidad, participación, transformación digital, sostenibilidad.

◆ Puedes empezar desde donde estás

Ya seas una ONG local, un trabajador juvenil, un profesor o un facilitador comunitario:

- **KA1** puede apoyar a tus alumnos y personal mediante intercambios y movilidad.
- **KA2** te ayuda a crear nuevas herramientas y alianzas para un cambio duradero.
- **KA3** te empodera para moldear la participación juvenil y el compromiso cívico.

💬 *"Grande o pequeño, rural o urbano, experimentado o nuevo—tu historia importa."*

◆ Los proyectos reales empiezan con problemas reales

Como se ve en los ejemplos de ABARKA ONGD:

- **La exclusión digital entre los adultos mayores** puede convertirse en la semilla de un proyecto de innovación intergeneracional.
- **El desempleo juvenil y el desinterés** pueden conducir a una educación emprendedora que empodera.

Si ves algo en tu comunidad que necesita cambiar, **ahí es donde empieza tu proyecto**.

◆ Qué puedes hacer a continuación

1. 📖 Revisa tu hoja de trabajo "Mapea tu idea". Aclara y amplía tu idea.
2. 🤝 Contacta al menos **con una posible pareja** este mes.
3. 📅 Consulta los **próximos plazos Erasmus+** en la web de tu Agencia Nacional.
4. 📝 Empieza a redactar tu idea en términos sencillos: problema, solución, impacto.
5. 🗺 Explorar proyectos Erasmus+ reales en la Plataforma de Resultados

💬 Palabras para llevar contigo

Terminemos con **3 pequeños mantras** para guiar tu camino Erasmus+:

🌱 **Empieza poco a poco, piensa en europeo.**

🚀 **No tienes que ser perfecto—solo tienes que ser auténtico.**

❤️ **Lo que hagas localmente puede repercutir en otras fronteras.**



Módulo 2 — Capacidad Administrativa y Financiera

Herramientas para fortalecer la sostenibilidad de proyectos cooperativos y sociales

Objetivos de aprendizaje

🧠 "Sin estructura, la pasión cansa. Sin presupuesto, incluso las mejores ideas se queman."

Al final de este módulo, podrás hacerlo:

- Comprende las **tareas administrativas principales** necesarias para gestionar una pequeña cooperativa o iniciativa comunitaria.
- Identifica formas sencillas de **organizar reuniones, decisiones y comunicaciones internas**.
- Utiliza herramientas básicas para **hacer un seguimiento de ingresos, gastos y flujo de caja**.
- Elabora un **presupuesto** realista que guíe tus actividades.
- Reflexiona sobre el papel de la **transparencia financiera y la confianza** en el crecimiento de proyectos sociales.
- Elige entre **plantillas ya hechas** para simplificar las tareas diarias.
- Fortalece tu capacidad para **planificar, informar y crecer de forma sostenible** —sin sentirte abrumado.

✨ Este módulo está especialmente diseñado para **cooperativas de mujeres, emprendedoras sociales y grupos de base** con experiencia administrativa limitada pero grandes ambiciones.

1. Por qué importa la administración en los proyectos sociales

Seamos sinceros: la mayoría de las personas que inician una iniciativa comunitaria, una cooperativa o un proyecto liderado por mujeres no lo hacen porque les guste el papeleo. Lo hacen porque quieren ayudar. Ven algo que necesita cambiar.

Pero sin una estructura clara—**aunque sea sencilla**—los proyectos empiezan a sufrir. La confusión crece. Las decisiones se vuelven poco claras. Se pierde dinero. Los voluntarios se sienten perdidos.

📌 *La administración no es enemiga de la creatividad—es lo que le da un hogar a la creatividad.*

🌱 ¿Qué es la "capacidad administrativa"?

La capacidad administrativa significa que tu proyecto puede:

- Organizar claramente su trabajo interno
- Comunicar quién hace qué y cuándo
- Llevar un registro de las decisiones y documentos clave
- Informar a financiadores o socios cuando sea necesario
- Evitar el caos y el agotamiento

En resumen, **significa que tu equipo puede respirar**.

💬 **Hablando de verdad: ¿Qué pasa sin ella?**

Tomemos dos pequeñas cooperativas como ejemplo.

- Uno guarda las decisiones en los mensajes de WhatsApp. Tras un desacuerdo, nadie sabe qué se acordó.

- El otro escribe resúmenes breves de cada reunión y guarda una carpeta con copias impresas en su centro comunitario.

Adivina cuál de los dos obtiene la subvención.

 *Cuando la confianza y la claridad desaparecen, la gente buena se va.*

Por qué es importante para las cooperativas de mujeres

Las iniciativas lideradas por mujeres y basadas en la comunidad suelen conllevar una presión adicional:

- Recursos limitados
- El tiempo se reparte entre cuidados, empleos y tareas domésticas
- Trabajo poco reconocido
- Agotamiento por inversión emocional


Un sistema administrativo claro:


- Reduce el estrés
- Construye liderazgo compartido
- Prepara a tu grupo para la financiación y el reconocimiento
- Crea **una sensación de seguridad y profesionalidad**

La administración como forma de atención

Piensa en las tareas administrativas como **una forma de cuidar**:

- Escribir cosas significa que valoras el tiempo de las personas.
- Presupuestar significa que valoras la energía de tu equipo.
- Planificar significa que crees en el futuro de tu iniciativa.

 "Nos cuidamos unos a otros haciendo el trabajo."

 A continuación: Te explicaremos lo que *realmente* necesitas hacer: no necesitas MBA. Solo una disposición para simplificar, organizar y adaptarse.

2. Funciones administrativas básicas simplificadas

 *"No necesitas ser un experto—solo necesitas un sistema que funcione para ti."*

Eliminemos el miedo de la palabra "**administración**". No necesitas software caro, inglés fluido ni formación legal. Necesitas **claridad, consistencia y herramientas que se sientan naturales para tu forma de trabajar**.

¿Cuáles son los fundamentos?

La mayoría de las pequeñas cooperativas y proyectos comunitarios necesitan gestionar **4 áreas administrativas clave**:


1. **Reuniones**
2. **Roles y responsabilidades**
3. **Conservación de documentos**
4. **Flujo de comunicación**

Vamos a ir paso a paso.

1 Reuniones: ¿Qué se decidió?

Sin antecedentes, las decisiones desaparecen. Esto no significa escribir informes largos. Significa escribir:

- Lo que se discutió
- Lo que se decidió
- ¿Quién hace qué qué
- Para cuando

 **Herramienta:** "Plantilla de notas de reuniones" Incluye: fecha, tema, decisiones, acciones, persona responsable, fecha límite.

 "Si no está escrito, nunca pasó."

2 Roles y responsabilidades: ¿Quién hace qué?

Incluso en grupos pequeños, la confusión crece cuando los roles no están claros. Define los roles básicos, aunque luego los cambies.

Estructura básica:

| Función | Lo que hacen |
|--------------------------------|---|
| Coordinador | Convoca reuniones, hace seguimiento, mantiene el calendario avanzando |
| Tesorero o Guardián del Dinero | Seguimiento de gastos e ingresos |
| Responsable administrativo | Lleva registros, documentos, lista de contactos |
| Comunicaciones | Comparte actualizaciones, prepara informes o correos electrónicos |

Estos puestos pueden rotar cada 3–6 meses para evitar el agotamiento.

 No tengas miedo de los roles: son acuerdos, no jerarquías.

3 Documentación: ¿Dónde está ese archivo?

No necesitas Google Drive si no usas ordenadores. Pero necesitas **un espacio para documentos**.

Opciones:

- Una carpeta o carpeta compartida en tu oficina
- Un grupo de WhatsApp solo para tomar decisiones y fotos de recibos
- Una carpeta digital con copias de seguridad

 Qué conservar:

- Propuestas de proyectos y subvenciones
- Presupuestos y ingresos
- Resúmenes de las reuniones
- Lista de contactos de miembros y socios
- Contratos o acuerdos de colaboración (si los hay)


 Piensa como tu yo del futuro: ¿dónde buscarías esto dentro de seis meses?

4 **Flujo de comunicación: ¿Cómo nos mantenemos conectados?**

Muchos grupos fracasan no por conflictos, sino por malentendidos.

Diseña un **flujo sencillo de información**:


- ¿Cómo se comparten las decisiones? (por ejemplo, en reuniones, WhatsApp)
- ¿Quién necesita saber qué?
- ¿Qué información es pública y qué es interna?

 **Ejercicio:** Dibuja tu "flujo de comunicación" con flechas. Pregunta: ¿Qué está funcionando bien? ¿Dónde perdemos a la gente?

Mini-lista de comprobación: ¿Funciona tu sistema de administración?

- Sabemos quién hace qué
- Tenemos un lugar (físico o digital) para guardar documentos
- Tomamos notas de las reuniones
- Tenemos una forma de compartir decisiones
- Sabemos a quién debemos informar y cómo

Si respondes "sí" a 4 de 5, ya lo estás haciendo bien. Si no, no hay vergüenza: simplemente empieza poco a poco y avanza.

 *"Nuestro sistema no tiene que ser perfecto. Tiene que ser real y compartir."*

3. Capacidad financiera: De la supervivencia a la estabilidad

 *"El dinero no es el propósito—pero sí el oxígeno."*

La capacidad financiera es más que solo dinero. Se trata de saber **cómo gestionar lo que tienes**, hacer que **dure** y comunicar su valor—**sin miedo, vergüenza ni confusión**.

Tanto si gestionas una donación de 300 € como una subvención de 30.000 €, la mentalidad es la misma: **respetar los recursos y úsalos con sabiduría**.

Por qué muchas cooperativas tienen dificultades

La mayoría de las pequeñas iniciativas no fracasan por falta de ideas, sino porque no pueden responder a estas preguntas:


- "¿De dónde viene nuestro dinero?"
- "¿Cómo lo vamos a gastar?"
- "¿Podremos sobrevivir los próximos 6 meses?"
- "¿Qué pasa si algo cambia?"

Esta sección te ayuda a crear hábitos sencillos y herramientas para **responder a esas preguntas con confianza**.

Paso 1: Entiende de dónde viene el dinero

Empieza por mapear tus **fuentes de ingresos**. La mayoría de los proyectos sociales tienen una mezcla de:

| Fuente | Ejemplos |
|--------------------------------|--|
| Contribuciones de los miembros | Cuotas mensuales, fondos compartidos |
| Servicios o productos | Formación, talleres, venta de alimentos, artesanía |
| Donaciones | De particulares o simpatizantes locales |
| Subvenciones | Erasmus+, municipio, fundaciones |
| Eventos | Cenas benéficas, rifas, ferias |

 Ejercicio: Dibuja tu "Árbol de Ingresos": cada rama es una fuente. ¿Cuáles son fuertes? ¿Cuáles necesitan riego?

Paso 2: Sabe cuánto gastas (y por qué)

Existen dos tipos de gastos:

- **Costes fijos** (alquiler, personal, seguros, plataformas mensuales)
- **Costes variables** (transporte, impresión, comidas, materiales para eventos)

 "Cada euro debería tener un propósito."

 Herramienta: **Columna básica de seguimiento de gastos** : Fecha | Ítem | Categoría | Cantidad | ¿Pagados por quién | Notas

El seguimiento no tiene por qué ser sofisticado, **solo consistente**.

Paso 3: Aprende a presupuestar

Un **presupuesto** es simplemente un **plan** para tu dinero. Responde:

- ¿Qué esperamos recibir?
- ¿Cuánto planeamos gastar?
- ¿Tendremos suficiente?

Ejemplo: Presupuesto para un taller comunitario


| Punto | Coste estimado | Notas |
|-------------|----------------|------------------------------|
| Lugar | 100 € | Alquiler de 1 día |
| Materiales | 80 € | Marcadores, tablas de cambio |
| Gastronomía | 120 € | 20 participantes |
| Transporte | 100 € | Autobús para mujeres locales |
| TOTAL | 400 € | |

 *Un presupuesto no te limita: te da libertad para planificar con confianza.*

Paso 4: Comunica económicamente

Si puedes explicar tus números de **forma sencilla y honesta**, la gente confiará en ti:

- Financiadores
- Miembros del equipo
- Donantes
- Comunidad

 Ejemplo de historia: Una cooperativa de tejido femenino aumentó las donaciones locales en un 40% **tras añadir un presupuesto visual de una página** a su boletín.

A la gente le encanta ayudar cuando ve:

- **Dónde va el dinero**
- **Qué cambio genera**

Paso 5: Construye resiliencia financiera

Pregúntate:

- ¿Y si perdemos nuestra mayor fuente de ingresos?
- ¿Tenemos 2 o 3 meses de ahorros?
- ¿Podríamos organizar una recaudación de fondos rápidamente si fuera necesario?

 *"La capacidad financiera no es cuánto dinero tienes, sino cuán tranquilamente puedes adaptarte."*

Resumen: 5 herramientas para fortalecer la capacidad financiera

1. **Árbol de ingresos** – visualiza tus fuentes
2. **Rastreador de gastos** – saber dónde va el dinero
3. **Hoja de presupuesto** – planificar eventos o periodos
4. **Narración financiera** – construye confianza a través de la claridad
5. **Preguntas sobre resiliencia** – prepárate para la incertidumbre

4. Herramientas y plantillas prácticas

 *"Las buenas herramientas no sustituyen el pensamiento—hacen que pensar sea más fácil de actuar."*

Esta sección es tu **kit de herramientas inicial**—diseñado para cooperativas, grupos comunitarios e iniciativas sociales con **tiempo y recursos limitados**, pero alta motivación.

Todas las plantillas son:

- Fácil de imprimir o usar digitalmente
- Diseñado para **equipos con baja alfabetización o multilingües**
- Totalmente editable en Excel, Google Sheets o PDF
- Destinado a apoyar—no reemplazar—tu juicio

Vamos a repasar cada uno.

1. Plantilla básica de presupuesto

"Antes de gastar, veamos qué necesitamos."

Un presupuesto es un plan, no una prisión. Esta plantilla te ayuda a desglosar los costes de eventos, proyectos o del año.

Incluye:

- Fuentes de ingresos + cantidades esperadas
- Gastos planificados (fijos + variables)
- Resumen: pérdidas, necesidades de reservas
- Columna de notas para cambios inesperados

Úsalo para:

- Pequeños eventos
- Planificación anual
- Solicitudes de subvenciones

 **2. Rastreador de gastos e ingresos**

"Rastrear tu dinero significa respetar tu tiempo."

Este sencillo rastreador evita sorpresas. Actualízalo semanalmente o mensualmente.

Columnas:

- Fecha
- Descripción (¿cuál era?)
- Categoría (materiales, transporte, etc.)
- Ingresos / Gastos
- ¿Pagados por quién
- Notas (por ejemplo, "dinero de la recaudación de fondos", "recibo adjunto")

Complemento opcional: codificación por colores para ingresos/gastos.


 **3. Lista de verificación de documentos administrativos**

"Perdemos menos cuando sabemos dónde viven las cosas."

Te ayuda a crear un **registro documental** de los momentos y documentos clave de tu proyecto.

Artículos sugeridos como los siguientes:

- Registro o acuerdo de grupo
- Acta de la reunión
- Presupuesto y rastreador
- Contratos de socios
- Informes, folletos, materiales de prensa
- Fotos y citas de actividades

 **Consejo:** Guarda copias tanto digitales (USB, nube, correo electrónico) como en papel si internet es inestable.

 **4. Planificador de Rol y Tareas**

"Los papeles claros evitan el agotamiento silencioso."

Esta tabla ayuda a definir responsabilidades a lo largo del tiempo.

| Función | Persona responsable | Tareas | Frecuencia | Notas |
|---------|---------------------|--------|------------|-------|
|---------|---------------------|--------|------------|-------|


| | | | | |
|----------------------------|-------|---------------------------------|--------------|-----------------------|
| Coordinador | Amina | Programar reuniones | Mensual | Rota cada 6 meses |
| Tesorero | Fatma | Actualizar presupuesto, recibos | Semanal | Suplente: Zeynep |
| Responsable administrativo | Leyla | Toma notas de reuniones | Cada reunión | Google Doc compartido |

5. Visual Canvas para la Planificación Financiera

Un póster imprimible que guía a tu equipo en la planificación con **bolígrafos y post-its**.

Las secciones incluyen:

- ¿Cuál es nuestro objetivo?
- ¿Qué necesitamos para lograrlo?
- ¿Cuánto costará?
- ¿Qué dinero tenemos?
- ¿Quién puede ayudarnos?

 Diseñado para su uso en sesiones grupales con alfabetización limitada. Añade dibujos, símbolos, colores—hazlo tuyo.


BONUS: "Glosario de Finanzas para Personas Reales"

Una lista sencilla y sencilla de 20+ términos financieros:


- Ingresos
- Gastos
- Beneficio neto
- Contribución en especie
- Flujo de caja
- Activos / pasivos

Con **ejemplos de la vida cotidiana** en cooperativas. Por ejemplo:

"Contribución en especie" = Pides sillas prestadas en la cafetería local en lugar de comprarlas. Es ayuda, no dinero, pero sigue contando como apoyo.

 Recordatorio: Las herramientas están aquí para servirte, no para controlarte. Toma lo que te ayude. Deja lo que no. Modifica lo que te parezca mal.

Actividad práctica 1 – "Elabora un mini presupuesto"

 "No puedes construir una casa sin un plano de planta—y no puedes llevar a cabo un proyecto sin presupuesto."

Objetivo

Para ayudar a los participantes a comprender la **estructura básica de un presupuesto de proyecto**, ganar confianza para crear uno y practicar la planificación **financiera realista**.

Esto no va de perfección, sino de **claridad, propiedad y experiencia práctica**.

Duración

1 hora (más 15 minutos opcionales de compartir)

Formato del grupo

Se puede hacer **individualmente**, en parejas o en **pequeños equipos** de 3 a 4 personas.

Mejor usarlo con:

- Educadores comunitarios
- Líderes cooperativos
- Emprendedores sociales
- Aprendices adultos que gestionan iniciativas a pequeña escala





Materiales necesarios

- Copias impresas o digitales de la **Mini Plantilla de Presupuesto**
- Tablas de palancas o papel grande (opcional para versiones en grupo)
- Bolígrafos, rotuladores, calculadoras o teléfonos
- Folleto: Ejemplo de presupuesto (para referencia)
- Cartas de escenario (proporcionadas más abajo)

Instrucciones paso a paso

PASO 1: Elige tu escenario (5 min)

Cada participante o grupo selecciona (o se le asigna) uno de los siguientes **escenarios ficticios pero realistas**:

| Escenario | Descripción |
|--|--|
|  "Taller Comunitario Local" | Un evento de un día para que 20 mujeres aprendan herramientas digitales básicas. |
|  "Empieza un huerto" | Un pequeño huerto urbano para que jóvenes y mayores cultiven alimentos juntos. |
|  "Cena de solidaridad" | Un evento de cocina para recaudar fondos para familias refugiadas. |
|  "Arte e Identidad" | Un taller de 3 días sobre expresión creativa para mujeres migrantes. |

Cada escenario tiene una descripción básica, objetivos y contexto. Siéntete libre de modificar según las realidades locales.

PASO 2: Elabora tu presupuesto (30 min)

Usando la **Plantilla de Mini Presupuesto**, cada grupo rellena:

- Lista de **gastos previstos**
- Costes estimados de cada artículo
- Posibles fuentes de **ingresos o apoyo en especie**

- Un resumen sencillo: → Gastos totales → Ingreso Total → Diferencia (¿excedente? ¿Déficit?) Pueden añadir notas sobre **la procedencia de los números** (por ejemplo, "presupuesto local de impresora" o "basado en eventos pasados").

Plantilla de Mini Presupuesto

| Punto | Categoría | Coste estimado | Notas |
|-----------------------|-----------|----------------|-----------------------------|
| Lugar | Fijado | 100 € | Salón comunitario, 1 día |
| Materiales | Variable | 60 € | Papel, bolígrafos, USB |
| Gastronomía | Variable | 120 € | Almuerzo sencillo + bebidas |
| Tarifa de facilitador | Fijado | 150 € | Líder de taller, 1 día |
| TOTAL | — | 430 € | |

Ingresos (opcional):

| Fuente | Tipo | Cantidad | Notas |
|-------------------|-----------|----------|--|
| Donación local | Efectivo | 100 € | Del patrocinador de la panadería |
| Venta de entradas | 10 € x 20 | 200 € | Las mujeres pagan una pequeña cantidad |
| En especie | Espacio | 100 € | Donado por el municipio |
| INGRESOS TOTALES | — | 400 € | 30 € de déficit para ajustar |

PASO 3: Compartir, Comparar y Reflexionar (15–20 min)

Pide a cada grupo que presente:

- Lo que eligieron priorizar
- Donde encontraron ahorros creativos
- ¿Qué les sorprendió?

El facilitador pregunta:

- ¿Qué fue lo más fácil? ¿El más difícil?
- ¿Te parecieron realistas los números?
- ¿Cómo ayudaría esto a tu proyecto en la vida real?

Resultados clave de aprendizaje

Al final de la actividad, los alumnos harán:

- Entiende la **estructura de un presupuesto básico**
- Siéntete más seguro a **la hora de estimar y planificar los costes**
- Ser capaz de explicar sus **necesidades financieras y planificar**
- Considera la presupuestación como una forma de toma de **decisiones colectiva**

 "En el momento en que lo vi todo en papel, me di cuenta: esto es posible."

Actividad práctica 2 – "Crea tu flujo administrativo"

 *"Si nadie sabe quién hace qué—no se hace nada."*

Objetivo

Para ayudar a los participantes a **trazar un sistema administrativo sencillo** para su proyecto o cooperativa:

- Identificar tareas recurrentes clave
- Define quién es responsable
- Aclarar el calendario y el desarrollo de las actividades
- Visualiza dónde puede haber soporte, lagunas o confusión

Esta actividad convierte **un trabajo invisible en trabajo compartido**.

Duración

1 hora (45 min de actividad + 15 min de debrief)

Formato del grupo

Es mejor hacerlo en **equipos de proyecto, parejas de trabajo o grupos pequeños de rol mixto** (por ejemplo, administración, comunicaciones, coordinación).

El facilitador debe guiar la reflexión y compartir ejemplos de pequeñas iniciativas reales.

Materiales necesarios

- Plantilla de mapa de flujo administrativo (hojas impresas o A3)
- Bolígrafos, post-its, rotuladores
- Opcional: pegatinas de colores (verde = vale, amarillo = inseguro, rojo = sobrecarga)
- Ejemplo de caso real (opcional)

Instrucciones paso a paso

PASO 1: Lluvia de ideas para tareas administrativas (15 min)

Pide a los grupos que enumeren todo lo que hacen **entre bastidores** para mantener su proyecto en marcha.

Prompt con categorías:

- Comunicación (correos electrónicos, redes sociales, llamadas telefónicas)
- Coordinación (planificación, seguimientos, planificación)
- Documentación (notas de reuniones, informes, recibos)
- Finanzas (actualizaciones presupuestarias, pagos, recibos)
- Gobernanza (toma de decisiones, rotación de roles, elecciones)
- Relaciones Externas (socios, financiadores, municipio)

 *Consejo: No te limites a enumerar "tareas grandes"—¡incluye las pequeñas!*

● PASO 2: Mapear el flujo (20 min)

Usando la **Plantilla de Flujo de Administración**, cada grupo:

- Coloca las tareas en una línea temporal: semanal / mensual / trimestral / anual
- Asigna cada tarea a un rol o persona específica
- Utiliza flechas o color para mostrar:
- Secuencia (¿qué depende de qué?)
- Superposiciones o cuellos de botella
- Responsabilidades compartidas vs. individuales

🧩 Ejemplo de diseño (simplificado):

| Tarea | Frecuencia | Persona responsable | Se necesita apoyo |
|--|--------------|---------------------|------------------------------------|
| Programar la reunión mensual | Mensual | Amina | Soporte administrativo |
| Toma actas | Mensual | Fatma | Apoyo de Leyla |
| Actualizar el seguimiento presupuestario | Semanal | Fatma | Necesita recibos de todos |
| Publica actualizaciones en IG | Quincenal | Zeynep | Contenido del coordinador |
| Preparar el informe trimestral | Cada 3 meses | Amina | Información financiera + actividad |

💡 ¡Usa post-its para que el mapa pueda cambiar! La flexibilidad es una fortaleza.

● PASO 3: Reflexionar y ajustar (10 min)

El facilitador pregunta:

- ¿Alguien está haciendo demasiado?
- ¿Hay tareas poco claras o no asignadas?
- ¿Las tareas ocurren demasiado tarde o con demasiada frecuencia?
- ¿Qué se puede simplificar o automatizar?
- ¿Quién necesita apoyo o respaldo?

Invita a los participantes a marcar:

- Lo que funciona bien
- ? Qué necesita claridad
- ⚠️ Qué genera estrés

🧠 Informe (15 min)

Preguntas clave:

- ¿Qué te sorprendió?
- ¿Qué resultaba difícil de nombrar?
- ¿Cómo podría compartirse esto con todo tu equipo?
- ¿Cuál sería una tarea que podrías **delegar o simplificar** el mes que viene?

El facilitador refuera:

"Una buena administración no es cuestión de control—se trata de claridad compartida y energía sostenible."

Resultados de aprendizaje

Al final de esta actividad, los alumnos podrán:

- Fíjate en la **carga de trabajo invisible** detrás de los proyectos
- Ten un mapa visual de quién hace qué y cuándo
- Huecos puntuales, riesgos y duplicaciones
- Sentirse más en control sobre su tiempo y energía
- Prepárate para compartir la carga administrativa **sin culpa ni confusión**

Resumen final – "Raíces fuertes, crecimiento fuerte"

 "No necesitamos hacerlo todo a la perfección. Debemos hacer lo esencial con cuidado."


Dirigir una cooperativa o un proyecto de base no es solo cuestión de pasión, sino de sostenibilidad. Y la sostenibilidad comienza con **bases internas sólidas**: una administración clara y unas finanzas de confianza.

Lo que has aprendido en este módulo

Ahora entiendes que **la capacidad administrativa y financiera** no es un lujo, es un salvavidas.

 Has explorado las **áreas administrativas principales**:

- Tomar notas sencillas de reuniones
- Asignación de roles con claridad
- Guardar documentos en un lugar seguro
- Construir sistemas de comunicación que sirvan, no que abrumen

 Has ganado confianza en:

- Seguimiento de gastos
- Elaborar un presupuesto básico
- Mapeando tus ingresos
- Preparación para la resiliencia financiera



 Has utilizado herramientas prácticas para:

- Crea un mini presupuesto
- Visualiza tu flujo administrativo
- Detectar lagunas, cuellos de botella y oportunidades de apoyo

 Y lo más importante: has visto cómo las **prácticas financieras y administrativas pueden reflejar tus valores**, no contradecirlos.

Reflexiones finales

La administración no se trata solo de informes. Las finanzas no son solo números. Ambos tratan de:

-  Fideicomiso
-  Claridad

- 🧡 Responsabilidad
- 🧠 Aprendizaje
- ❤️ Cuidado

◆ 3 mantras para llevar contigo

📌 "Lo que no rastreamos, no podemos proteger." 📌 "Cuando compartimos la responsabilidad, compartimos la fuerza." 📌 "Un presupuesto claro es una declaración de dignidad."

◆ Qué puedes hacer a continuación

1. **Elige una herramienta** de este módulo y empieza a usarla regularmente.
2. **Comparte tu mapa de flujo administrativo** con tu equipo y ajusta tu flujo conjunto.
3. **Actualiza tu presupuesto mensualmente**, aunque sea pequeño.
4. **Celebra las tareas "aburridas"** que mantienen vivo tu trabajo.
5. **Enseña a otra persona** una de las herramientas que has aprendido—así es como crecemos juntos.

💬 "Con raíces fuertes, tu iniciativa puede sobrevivir a las tormentas y florecer a través de las estaciones."

Módulo 3 — Visibilidad Digital y Marketing Digital

Ayudando a cooperativas y proyectos sociales a ser vistos, escuchados y apoyados en línea

Objetivos de aprendizaje

 "Si la gente no sabe lo que hacemos, ¿cómo pueden unirse, apoyarlo o creer en ello?"

Al final de este módulo, podrás hacerlo:

- Entiende qué significa **la visibilidad digital** en el contexto de proyectos sociales y cooperativos
- Distingue entre **visibilidad** y **marketing**, y cómo ambos sirven a tu misión
- Identifica los canales digitales que se adapten a tu **comunidad, cultura y capacidad**
- Cuenta tu historia de una **manera auténtica, sencilla y emocionalmente atractiva**
- Aplica los fundamentos de la divulgación digital: imágenes, sincronización, voz y coherencia
- Crea un **mini plan de visibilidad** que promueva tu iniciativa sin agotarte

Este módulo está diseñado para:

- Cooperativas de mujeres
- Iniciativas sociales en zonas locales o rurales
- Proyectos comunitarios con poco o ningún presupuesto digital
- Formadores y educadores que trabajan con aprendices adultos

1. ¿Qué es la Visibilidad Digital?

Empecemos con una verdad sencilla: **si tu proyecto es invisible, tu impacto es limitado**. No porque tu trabajo no sea poderoso, sino porque la gente no sabe que existe.

Visibilidad digital significa:

- La gente **sabe** que existes
- Entienden lo que haces
- Sienten una sensación de **conexión** o relevancia
- Es más probable que **apoyen, se unan o recomienden** tu trabajo

Qué no es la visibilidad digital:

- No se trata de hacerse viral
- No se trata de perseguir likes o tendencias
- No se trata de tener el logo "perfecto" ni de un diseño de alto presupuesto

 *Se trata de ser encontrable, comprensible y digno de confianza en línea.*

Por qué importa la visibilidad en proyectos pequeños o liderados por mujeres


Muchas cooperativas y grupos de base:

- Hago un trabajo increíble pero les cuesta ir más allá de su círculo
- Confía demasiado en el boca a boca
- Perder financiación o asociaciones porque no "parecen profesionales"

La visibilidad digital te ayuda a:

- Demuestra tu **credibilidad**

- Atrae **socios, donantes, clientes y aliados**
- **Documenta tu impacto** de formas que puedan reutilizarse (para informes, financiación, reclutamiento)

 "Antes pensábamos que la visibilidad era para las grandes ONG. Pero cuando compartimos nuestra historia en línea, tres mujeres de otras ciudades nos contactaron. Eso cambió la forma en que nos veíamos a nosotros mismos."

En la década de 2020, Visibilidad = Acceso

Hoy en día, muchas oportunidades, subvenciones y colaboraciones comienzan con:

"Te encontramos en internet y nos encantó lo que haces."

Si la gente no puede encontrarte—o si tu última publicación fue de 2018—puede que parezcas inactivo o inaccesible.

Eso no significa publicar todos los días. Significa:

- Mantener **actualizado uno o dos canales activos**
- Compartir tu historia con **tu propia voz**
- Ser **visible de una forma que encaje con tu ritmo y valores**

 Próximamente: Exploraremos cómo **elegir los canales digitales adecuados** para tu cooperativa o grupo, sin añadir estrés ni complejidad.

2. Elegir los canales adecuados

 "No necesitas estar en todas partes. Solo necesitas estar en un lugar que importe."

Muchos grupos pequeños se sienten abrumados por la idea de la divulgación digital. Instagram, Facebook, páginas web, boletines electrónicos, YouTube, TikTok, podcasts... Puede parecer demasiado.

¿La buena noticia? Solo necesitas **uno o dos canales bien elegidos** para crear visibilidad significativa.

¿Qué es un canal digital?

Un canal digital es cualquier espacio en línea donde tu iniciativa se comunica con el mundo exterior. Eso puede incluir:

- Redes sociales (Instagram, Facebook, YouTube, TikTok, Twitter/X)
- Aplicaciones de mensajería (WhatsApp, grupos de Telegram, Signal)
- Sitios web o blogs
- Boletines por correo electrónico
- Directorios o perfiles en línea
- Sitios web de periódicos locales o canales de radio

Cada uno tiene su propio ritmo, estilo y nivel de complejidad. **No** necesitas usarlos todos.

Cómo elegir los canales adecuados para ti

Haz estas 5 preguntas:


1. ¿A quién queremos contactar? (por ejemplo, mujeres jóvenes, compradores locales, donantes, financiadores, otras cooperativas)
2. ¿Dónde están ya activos en línea?
3. ¿Qué tipo de contenido nos gusta crear? (fotos, textos cortos, vídeos, notas de voz, eventos)

4. ¿Cuánto tiempo podemos dedicar realísticamente a la semana?
5. ¿Quién en nuestro equipo se siente seguro gestionándolo?

Una vez que respondes a estas preguntas, tu canal ideal se vuelve mucho más claro.

Guía de comparación de canales (Simplificada)

| Canal | Fortalezas | Mejor para | Consideraciones |
|----------------------------------|---|--|--|
| Instagram | Visuales, populares entre los jóvenes, los hashtags aumentan el alcance | Eventos, manualidades, narración, detrás de cámaras | Necesita publicaciones regulares + buenas fotos |
| Facebook | Ideal para públicos mayores, eventos y comunidad | Eventos públicos, compartir enlaces, visibilidad con los financiadores | Menor implicación de los jóvenes |
| Grupos de WhatsApp | Fácil de usar, rápido, basado en la comunidad | Actualizaciones internas, recordatorios, grupos de taller | No es ideal para la divulgación pública |
| Boletines por correo electrónico | Personal, directo, bueno para donantes/socios | Actualizaciones mensuales, recaudación de fondos, informes | Necesita lista de correo, tiempo para escribir |
| Página web o blog | Hogar permanente, útil para la credibilidad | Página acerca de mí, actividades pasadas, información de contacto | Necesita alojamiento, actualizaciones cada pocos meses |
| YouTube | Tutoriales en vídeo, entrevistas, narración | Vídeos de entrenamiento, testimonios, mostrando resultados | Requiere habilidades de rodaje y edición |

 "Empezamos con Instagram y WhatsApp, porque eso es lo que ya usaban nuestros miembros y compradores."

Visibilidad ≠ actividad

Ser visible no significa publicar todos los días.

Significa:

- Publicar intencionadamente cuando algo importa
- Responder a los mensajes con cuidado
- Mantener tus páginas **vivas**, no perfectas

Consejo: Incluso **una publicación por semana** con una foto clara y un relato corto es suficiente para generar confianza con el tiempo.

A continuación: Cómo contar historias que **conecten emocionalmente, muestren impacto y motiven a la gente para apoyarte o unirse a ti.**

3. Contar historias para el impacto social

 "La gente no recuerda los logos. Recuerdan sentimientos, rostros e historias."

En el mundo digital, contar historias es tu superpoder. No necesitas un título en marketing para contar una historia poderosa: necesitas honestidad, propósito y el valor para mostrar a las **personas detrás del proyecto**.

¿Qué es una historia en este contexto?

Una historia es más que un informe. Es un **momento, experiencia o transformación real** compartida de una manera que otros pueden sentir.

Es cuando escribes:

- "Hoy hemos dado la bienvenida a Fatma en nuestro taller. Dijo que era la primera vez que usaba el correo electrónico."
- En lugar de: "Celebramos una sesión de alfabetización digital con 14 participantes."

Uno es el de datos. La otra es la *dignidad*.

El método narrativo en 4 partes

Utiliza esta estructura sencilla para guiar tus publicaciones, artículos o vídeos cortos:

1. **El problema** – ¿Qué problema estás abordando?
2. **El pueblo** – ¿Quién está implicado? (proteger la privacidad cuando sea necesario)
3. **The Action** – ¿Qué hicisteis juntos?
4. **El cambio** – ¿Qué ocurrió, mejoró o avanzó?

 Ejemplo:

"En nuestro barrio, muchas mujeres migrantes se sienten aisladas e invisibles. El mes pasado, invitamos a 12 de ellos a un círculo de narración. Para algunos, era la primera vez que hablaban delante de otros. Al final, pidieron repetirlo. Ahora nos vemos cada dos semanas."

Esto es sencillo, poderoso y emocionalmente cierto.

Añade una imagen visual cuando puedas

Una foto. Un dibujo. Un breve vídeo de vídeo. Incluso una nota escaneada escrita por un participante.

Estas son **ventanas a tu trabajo**.

No necesitan ser profesionales. Tienen que ser reales.

Frases que añaden corazón

Pregunta a tus participantes o miembros del equipo:

- "¿Qué te sorprendió?"
- "¿Cómo te ha hecho sentir esto?"
- "¿Qué les contarías a otros sobre esta experiencia?"

Luego incluye citas cortas como:

"No creía que pudiera hacer esto. Ahora quiero ayudar a los demás."

Puedes mantenerlos en el anonimato, si es necesario. La voz sigue importando.

Sé respetuoso, no extraccionista

La narración ética consiste en **compartir el poder**, no en usar el dolor de las personas para quedar bien.

- Siempre pide permiso para fotos y citas
- Nunca publiques imágenes que muestren a personas en apuros sin contexto
- Evita presentar a tu grupo como "salvadores": céntrate en **la colaboración y la dignidad**
- Eleva las voces, no solo números


 "No cuentes historias sobre personas. Cuenta historias con la gente."

¿Con qué frecuencia deberíamos compartir historias?

- Una vez al mes ya es genial
- Vincúlalos a eventos clave, actividades o hitos personales
- Guarda tus mejores historias para usarlas de nuevo en boletines, informes y propuestas de financiación

A continuación: exploraremos los fundamentos del marketing digital, sin presiones, jerga ni manipulaciones. Solo una comunicación clara y con propósito que ayude a que tu trabajo crezca.

4. Los fundamentos del marketing digital

 "Marketing no significa vender tu alma. Significa compartir tu voz—con claridad, propósito y cuidado."

Muchas personas en cooperativas o proyectos sociales se sienten incómodas con la palabra "marketing". Suena corporativo, frío o manipulador.

Pero aquí está la verdad: el **marketing es simplemente comunicación—con intención**. Se trata de ayudar a la gente a entender, apoyar o unirse a lo que haces.

Qué significa realmente el marketing digital

Para iniciativas sociales, marketing significa:

- Hacer visibles tus actividades
- Compartiendo tus valores e **invitando a participar**
- Promocionar eventos, productos, servicios o causas de **manera respetuosa, clara y creativa**

Cuando se hace con integridad, el marketing es:

- Narración
- Invitación
- Conexión

No lo es:

- Promesas falsas
- Tácticas de presión
- Obsesión con los números

¿Qué puedes "vender"?


- Un evento próximo (por ejemplo, taller, charla, feria)
- Un nuevo producto (por ejemplo, productos hechos a mano, oferta de formación)
- Una campaña de recaudación de fondos
- Una historia que quieres que más gente escuche
- Tu grupo en general (para nuevos miembros, voluntarios o aliados)

Empieza por tu audiencia y tu mensaje

Haz estas dos preguntas esenciales:

1. **¿A quién queremos contactar?** ¿Mujeres locales? ¿Jóvenes? ¿Donantes? ¿Vecinos? ¿Periodistas?
2. **¿Qué queremos que hagan?** ¿Unirse, donar, compartir, asistir, comentar, seguir?

Ahora: crea un mensaje que les hable a ellos, no solo a ti.

 Ejemplo: En lugar de: "ABARKA te invita a su décimo evento anual." Intenta: "¿Buscas un espacio seguro para encontrarte, aprender y crecer? Únete a 20 mujeres este domingo para historias reales, comida caliente y conversación honesta."


El poder de una mini campaña

Una "campaña" es simplemente un esfuerzo corto y enfocado para alcanzar un objetivo.

Puede ser de 3 días, 1 semana o 1 mes.

Estructura básica:

- ¿Cuál es el objetivo?
- ¿A quién queremos contactar?
- ¿Qué mensajes queremos compartir?
- ¿En qué plataformas?
- ¿Qué materiales necesitamos? (folleto, publicación, foto, nota de audio)


 Ejemplo: Mini campaña para un taller

Objetivo: 20 mujeres se inscriben en el taller de marzo **Público:** Mujeres de 18 a 45 años en la zona **local Canales:** Instagram, grupos de WhatsApp, póster en el espacio comunitario **Mensajes:**

- Día 1: "¿Creciste sintiendo que los ordenadores no eran para ti?"
- Día 3: Vídeo del último evento
- Día 6: "¡Últimos 5 puestos! Únete a nosotros para conectar, reír y aprender de verdad."

Formatos que puedes usar

- Una foto con un breve pie de foto
- Una nota de voz (en WhatsApp o Telegram)
- Un vídeo de 1 minuto con subtítulos
- Un cartel compartido online e impreso
- Un mensaje personal para 5 personas pidiéndoles que lo compartan más

 Consejo: La gente responde mejor cuando el mensaje se siente *personal* y *humano*, no perfecto y pulido.


Evitar el agotamiento

- Elige 1 o 2 canales. No más.
- Reutiliza tus historias y materiales en diferentes plataformas
- Programa con antelación si puedes (usa herramientas como Meta Business Suite para Instagram/Facebook)
- Toma descansos sin culpa

El marketing no es el trabajo. Es **lo que ayuda a otros a descubrir tu trabajo.**

A continuación: convirtamos todo este aprendizaje en acción con una actividad práctica: diseñar juntos una **Mini Campaña** .

Actividad práctica 1 – "Cuenta tu historia"

 *"Una historia, contada con el corazón, puede hacer más de mil estadísticas."*

Esta actividad ayuda a los participantes a practicar el método narrativo de la Sección 3, utilizando su propia experiencia, memoria o momento de proyecto. Es sencillo, creativo y empoderador, incluso para quienes no se sienten seguros con la escritura o las herramientas digitales.

Objetivo

Para ganar confianza al contar una historia real y emocionalmente resonante sobre tu grupo, iniciativa o impacto.

Duración

1 hora (más 15–20 minutos de ronda opcional de compartida)

Formato del grupo

Funciona de forma individual, en parejas o en pequeños círculos narrativos

Materiales necesarios

- Plantilla de narración **impresa o digital**
- Marcadores, bolígrafos, papel
- Opcional: teléfono con cámara para fotos o vídeos
- Ejemplos reales de inspiración (de módulos anteriores o proyectos anteriores)

Instrucciones paso a paso

Paso 1 – Elige un momento (10 min)

Pide a los participantes que piensen en un **momento real** de su proyecto que les haya emocionado. No el mayor éxito—solo algo real.

Pregúntales:

- "¿Cuándo te sentiste orgulloso?"
- "¿Quién dijo algo que se te quedó grabado?"
- "¿Hubo algún punto de inflexión que cambiara las cosas?"
- "¿Alguien te sorprendió—quizá incluso a ti mismo?"

Si no se les ocurre un momento, déjales elegir un evento pasado (por ejemplo, taller, visita, celebración) que tuviera un significado emocional.

Paso 2 – Usa la plantilla de narración (25 min)

Los participantes escriben o esbozan su historia usando el **método de 4 partes**:

| Parte | Prompt | Tu historia |
|----------------|--|-------------|
| 1. El problema | ¿Qué problema o situación estabas enfrentando? | |
| 2. El pueblo | ¿Quién estuvo involucrado? ¿Qué sentían o hacían? | |
| 3. La acción | ¿Qué hizo vuestro grupo para responder? | |
| 4. El Cambio | ¿Qué pasó como resultado? ¿Qué cambió, aunque sea un poco? | |

Anímalos a mantenerlo sencillo: 1 o 2 frases por parte son suficientes.

Pueden escribir en su propio idioma. La traducción puede hacerse más adelante si es necesario.

Los participantes también pueden **dibujar**, grabar una nota de voz o crear un pequeño diseño de publicación en papel.

Paso 3 – Compartir y reflexionar (15–20 min)

Los participantes leen o describen su historia en pequeños grupos.

Pide a los oyentes que respondan con:

- ¿Qué sentiste?
- ¿Qué parte destacó?
- ¿Te imaginas esta historia compartida en tu página social o en tu cartel?


Retroalimentación opcional del facilitador:

- "Esto funcionaría muy bien en Instagram como una publicación con una imagen fuerte."
- "Esa cita podría ser la apertura de un boletín."
- "Ya tienes tu próximo mensaje de folleto."

Resultados

Al final de esta actividad, los participantes seguirán:

- Han creado una historia útil sobre su proyecto
- Siéntete más seguro contando historias online o en papel
- Reconocer el valor emocional de **sus propias voces y experiencias**

 "Pensaba que no teníamos nada especial que decir. Pero ahora me doy cuenta—tenemos muchas historias. Y son poderosos."

Actividad práctica 2 – "Diseña una mini campaña"

 "Si quieres que a la gente le importe, tienes que invitarlos —claro, sencillo y con tu voz."

Esta actividad ayuda a los alumnos a convertir ideas en acción mediante un plan de campaña breve y enfocado. Es sin presión, visual y completamente adaptable para grupos con poco tiempo o habilidades digitales.

Objetivo

Crear un plan realista y de visibilidad digital de bajo presupuesto para un evento, mensaje o momento de proyecto próximo.

Duración

1 hora (o dividida en dos sesiones de 30 minutos)

Formato del grupo

Pequeños equipos o parejas trabajan juntos para diseñar una mini campaña

Materiales necesarios

- Plantilla impresa o digital **de mini planificador de campañas**
- Marcadores, post-its, bolígrafos
- Artículo A3 o Google Docs compartido
- Teléfono o dispositivo para ver ejemplos digitales

Instrucciones paso a paso

Paso 1 – Elige tu enfoque (10 min)

Cada equipo elige un **objetivo real o ficticio de campaña**.






Ejemplos:

- Promociona un evento
- Comparte una historia de éxito
- Recaudar fondos para una pequeña necesidad
- Celebra un hito colectivo
- Reclutar nuevos miembros o participantes

Fomenta objetivos realistas y **emocionalmente significativos**:

No: "Consigue 1.000 me gusta" Sino: "Haz que 20 mujeres se inscriban en nuestro taller" o "Haz visible nuestro trabajo para 3 posibles donantes"

Paso 2 – Rellenar el mini planificador de campañas (30 min)

| Sección | Preguntas para guiar | Entrada de ejemplo |
|--|--------------------------------------|---|
|  Objetivo | ¿Qué quieres conseguir? | "10 nuevas mujeres se inscriban en el taller de marzo" |
|  Público | ¿A quién quieres contactar? | Mujeres de 20 a 40 años, viviendo en la zona, usando Instagram y WhatsApp |
|  Mensaje | ¿Qué quieres que escuchen o sientan? | "Este espacio es para ti. Eres bienvenida y no estás sola." |
|  Cronología | ¿Cuántos días? ¿Qué fechas? | 1-7 de marzo, publicación 3x |
|  Canales | ¿Dónde compartirás? | Historias de Instagram + póster en el |

| | | |
|-------------|-----------------------|---|
| | | centro comunitario |
| 📺 Contenido | ¿Qué vas a compartir? | - 1 cita de un participante anterior - 1 vídeo corto - 1 última publicación recordatoria |
| 👉 Roles | ¿Quién hará qué? | Amina: escribe publicaciones Fatma: haz fotos Zeynep: comparte en grupos de WhatsApp |

💡 ¡Anima a dibujar! Usa flechas, colores, emojis: haz que el plan sea visual y amigable para el equipo.

🟡 Paso 3 – Presente y comentarios (15–20 min)

Cada equipo comparte su idea de campaña en 3 minutos.

El facilitador y sus compañeros responden:

- "¿Qué funciona bien?"
- "¿El mensaje es claro y humano?"
- "¿Algún punto ciego o sobrecarga?"

Si el tiempo lo permite, haz una simulación rápida: publica la imagen en una pizarra o en un grupo de chat e imagina que pasas desplazándote—¿te detiene?

💡 Resultados

Al final de esta actividad, los alumnos podrán:

- Entiende qué hace que una **campaña digital sea clara y alcanzable**
- Ser capaz de **planificar el contenido y la divulgación por roles**
- Tener un **formato reutilizable** para promocionar eventos o momentos futuros
- Sentirse capaz de compartir su trabajo con intención, no con estrés

💬 "Antes, me sentía invisible. Ahora siento que sé cómo invitar a la gente a lo que estamos construyendo."

✅ Resumen final – "Visible con integridad"

💬 "La visibilidad no es para hacer ruido. Se trata de ser real, coherente y acogedor."

No necesitas convertirte en influencer digital. No necesitas una gramática perfecta ni herramientas de diseño caras. Necesitas **creer en tu historia**, saber a quién quieres llegar y encontrar un ritmo que encaje con tu realidad.

En este módulo, has aprendido que **la visibilidad digital y el marketing** no son solo para grandes marcas o grandes ONG. Son para **cooperativas, proyectos de base, grupos de mujeres y para ti**.

🔹 Lo que has aprendido

- ✅ La **diferencia** entre ser visible y ser popular
- ✅ Cómo **elegir canales digitales** que se adapten a tu tiempo, herramientas y personas
- ✅ Cómo **contar una historia** real: con estructura, emoción y respeto

- ✓ Los fundamentos del **marketing digital orientado a un propósito**
- ✓ Cómo diseñar una **mini campaña** con objetivos, mensajes y acciones claros
- ✓ Que la gente no solo apoya proyectos, sino que apoya a los humanos que los respaldan

◆ **Qué puedes hacer a continuación**

1. Elige **una historia** de tu proyecto y compártela con tus propias palabras
2. Prueba **con una publicación por semana**, en redes sociales o en un grupo de WhatsApp
3. Involucra a tu equipo: **rota los roles, recoge presupuestos, haz fotos**
4. Usa el **Mini Planificador de Campañas** para tu próximo evento
5. Dilo en voz alta cuando dudes de tu valor: *"Nuestro trabajo importa. La gente merece verlo."*

◆ **3 Mantras de cierre**

📌 *"Hacer marketing con cuidado no es manipulación. Es una invitación."* 📌 *"Las historias son más poderosas que las estadísticas."* 📌 *"Hacemos visibles nuestros proyectos—para que nuestras comunidades también se sientan vistas."*

Módulo 4 — Igualdad de Género y Emprendimiento

Tema del módulo:

Igualdad de género y emprendimiento femenino: oportunidades, desafíos y soluciones Este módulo explora cómo la igualdad de género afecta al mundo del emprendimiento, los obstáculos y oportunidades a los que se enfrentan las mujeres emprendedoras, y estrategias para desarrollar modelos de emprendimiento sostenibles desde una perspectiva de igualdad de género.

Objetivos del módulo:

1. **Concienciar sobre la igualdad de género:** Ayudar a los participantes a comprender la importancia de la igualdad de género y su impacto en los negocios, especialmente en el emprendimiento.
2. **Empoderar a las mujeres emprendedoras:** Identificar los desafíos a los que se enfrentan las mujeres emprendedoras y desarrollar enfoques orientados a soluciones para aumentar sus oportunidades.
3. **Vincular el emprendimiento y la igualdad de género:** Presentar el emprendimiento no solo como una actividad económica, sino también como una herramienta para la transformación social y demostrar su relación con la igualdad de género.
4. **Emprendimiento social e igualdad de género:** Enseñar a los participantes cómo desarrollar iniciativas sostenibles y socialmente beneficiosas que prioricen la igualdad de género.

Resultados del módulo:

1. **Perspectiva de igualdad de género:** Los participantes comprenderán la importancia de la igualdad de género en el emprendimiento y sus beneficios económicos y sociales.
2. **Desafíos a los que se enfrentan las mujeres emprendedoras y soluciones:** Las participantes identificarán las principales barreras que enfrentan las mujeres emprendedoras y desarrollarán estrategias para superarlas.
3. **Comprender la relación entre la igualdad de género y el emprendimiento social:** Los participantes estarán equipados con los conocimientos y habilidades necesarios para crear empresas sociales sostenibles alineadas con los principios de igualdad de género.

¿QUÉ ES EL GÉNERO?

El género se refiere a los roles, responsabilidades y expectativas que una sociedad atribuye a mujeres, hombres y otras identidades de género. A diferencia del sexo biológico (nacer mujer o varón), el género abarca las reglas sociales que dictan cómo debe comportarse uno.

Ejemplos incluyen frases como "Las mujeres son emocionales" o "Los hombres deben ser fuertes." Estos forman parte del pensamiento basado en el género. Sin embargo, cada persona tiene talentos, emociones e intereses diferentes. La igualdad de género significa que mujeres y hombres tienen derechos, oportunidades y libertad igualitarios.

Los roles de género pueden crear desigualdades, como el acceso limitado a la educación para las mujeres o la supresión emocional que se espera de los hombres. Estas construcciones sociales pueden dificultar que las personas alcancen su máximo potencial.

Ejemplos:

- **Juguetes:** Las niñas suelen recibir muñecas y juegos de cocina, mientras que los niños reciben coches y robots. Pero todos los niños deberían ser libres de jugar con lo que quieran.
- **Ocupaciones:** Creencias como "Las mujeres son enfermeras, los hombres son médicos" siguen existiendo. En realidad, cualquiera puede ejercer cualquier profesión.
- **Tareas domésticas:** En muchas sociedades, se espera que las mujeres hagan las tareas domésticas y el cuidado de los niños, mientras que los hombres no. Sin embargo, estas responsabilidades deben compartirse.
- **Expresar emociones:** A los chicos se les dice "Los hombres no lloran", mientras que se espera que las niñas sean emocionales. Todo el mundo debería ser libre de expresar sus sentimientos.
- **Deportes y aficiones:** El fútbol y el baloncesto se consideran deportes masculinos, la danza y la gimnasia como mujeres. Todos deberían seguir sus intereses.
- **Carrera y liderazgo:** Las mujeres en puestos de liderazgo suelen ser vistas como "inapropiadas" o "problemáticas", mientras que el liderazgo masculino se normaliza. El liderazgo debería basarse en las habilidades, no en el género.

EJEMPLO DE HISTORIA

El sueño emprendedor de Elif y Ahmet Elif y Ahmet crecieron en un pueblo pequeño y siempre soñaron con montar sus propios negocios. Elif quiere combinar artesanías tradicionales con diseño moderno; Ahmet está interesado en la agricultura ecológica. Ambos enfrentan desánimos por parte de sus familias: a Elif le dicen que es arriesgado para una mujer, y a Ahmet lo menosprecian por trabajar la tierra. A pesar de la resistencia, lanzan sus negocios. Elif colabora con mujeres locales para producir bolsos y accesorios hechos a mano. Ahmet transforma productos orgánicos locales en snacks saludables. Al principio, el crecimiento es lento y el apoyo es mínimo. Pero usando las redes sociales, promocionan su trabajo y atraen clientes. Solicitan plaza en un programa que ofrece fondos para mujeres emprendedoras y jóvenes agricultores, obteniendo el apoyo que necesitan. Finalmente, Elif emplea a mujeres locales y Ahmet promueve la agricultura ecológica, ganándose el respeto de la comunidad.

Preguntas de discusión:

- ¿Habrían sido las mismas reacciones si Elif hubiera sido hombre y Ahmet mujer?
- ¿Qué se puede hacer para incluir a más mujeres en el emprendimiento y hombres en la agricultura?
- ¿Cómo afectan los estereotipos de género a las decisiones emprendedoras?
- ¿Fueron efectivas las estrategias de Elif y Ahmet? ¿Qué más podrían haber hecho?

¿QUÉ ES EL EMPRENDIMIENTO?

El emprendimiento es el proceso de desarrollar e implementar una nueva idea de negocio. Un emprendedor identifica una necesidad o problema y crea una solución, generando valor económico. Incluye lanzar nuevos negocios, así como mejorar modelos existentes o entrar en nuevos mercados.

Características clave del emprendimiento:

1. Asunción de riesgos
2. Reconocimiento de Oportunidades
3. Innovación

4. Independencia
5. Creación de valor

Tipos de emprendimiento:

1. **Emprendimiento comercial:** orientado al lucro (por ejemplo, abrir una cafetería).
2. **Emprendimiento social:** Resolver problemas sociales (por ejemplo, cooperativas de mujeres).
3. **Emprendimiento tecnológico:** Soluciones basadas en tecnología (por ejemplo, aplicaciones móviles).
4. **Emprendimiento verde:** Empresas sostenibles con el medio ambiente.

ACTIVIDAD

PALABRAS CLAVE

Oportunidad – Riesgo – Innovación – Solución – Visión – Independencia – Creatividad – Crecimiento – Liderazgo – Valor

Indicación: Usando las palabras anteriores, forma una definición de lo que significa para ti el emprendimiento.

EVALUACIÓN ACTUAL DE LA CONCIENCIACIÓN DE GÉNERO Y EL EMPRENDIMIENTO

- Las oportunidades no siempre son iguales para mujeres y hombres. Las mujeres pueden enfrentarse a desafíos como el acceso limitado a la financiación, la presión social y la falta de redes de apoyo.
- Promover la igualdad de género permite que más mujeres participen en el ecosistema emprendedor.
- Políticas de apoyo, acceso a financiación y esfuerzos de concienciación pueden empoderar a las mujeres emprendedoras.

Datos de Turquía:

- **Participación en la Fuerza Laboral (TÜİK 2022):** Mujeres: 28% – Hombres: 62,8%
- **Propiedad empresarial (Banco Mundial 2018):** Los hombres poseen 5 veces más negocios que las mujeres.

Principales desafíos:

- Roles y prejuicios de género
- Expectativas tradicionales (por ejemplo, responsabilidades domésticas)
- Acceso limitado al capital, interés de los inversores y presencia de sesgo en el negocio

Contribución económica de la igualdad de género:

La igualdad de género promueve la justicia social y también impulsa el crecimiento económico, la diversidad laboral y la independencia financiera de las mujeres.

CONCLUSIÓN

Aunque se han avanzado en igualdad de género y emprendimiento femenino en Turquía, los datos muestran desigualdades continuas. Fortalecer las políticas y los mecanismos de apoyo es esencial para apoyar a las mujeres emprendedoras y promover la igualdad de género.

ACTIVIDAD: "Cartel de Igualdad de Género y Emprendimiento"

Objetivo:

Los participantes expresan visualmente lo que aprendieron y pensaron sobre la igualdad de género y el emprendimiento.

Pasos:

1. **Diseña el cartel:** Utiliza símbolos, colores, mensajes y eslóganes relacionados con la igualdad de género y la igualdad de oportunidades en el emprendimiento.
2. **Presentación:** Comparte y explica el significado de cada póster en las presentaciones grupales.
3. **Retroalimentación y discusión:** Evalúa qué imágenes y mensajes han sido efectivos y comenta las mejoras.

Objetivos de aprendizaje:

- Expresión visual del vínculo entre género y emprendimiento
- Concienciación sobre las desigualdades y oportunidades
- Desarrollo de soluciones creativas para un entorno laboral inclusivo

Módulo 5 — Liderazgo en Cooperativas

Poder con, no poder sobre – Crecimiento del liderazgo entre culturas y equipos

Objetivos de aprendizaje

"En las cooperativas, el liderazgo no consiste en guiar a los demás. Se trata de ayudar al grupo a liderarse a sí mismo."

Al final de este módulo, podrás hacerlo:

- Entiende qué significa liderazgo dentro de una estructura cooperativa: no como control, sino como cuidado, visión y responsabilidad compartida
- Reconoce cómo la cultura, el idioma y la tradición influyen en los estilos de liderazgo, las dinámicas de poder y la participación grupal
- Identifica y reflexiona sobre tus propias fortalezas, miedos y áreas de crecimiento en el liderazgo
- Apoyar a otros en el desarrollo de su propio liderazgo sin dominación ni vergüenza
- Facilitar la toma de decisiones colectiva, gestionar la energía del grupo y gestionar los conflictos de manera respetuosa y culturalmente sensible
- Diferenciar entre los modelos tradicionales de liderazgo empresarial y los valores del liderazgo cooperativo, liderado por mujeres y basado en la comunidad

Este módulo se basa en las experiencias vividas de equipos multiculturales, cooperativas intergeneracionales y proyectos de base. Te invita a reimaginar el liderazgo como algo profundamente humano, colectivo y sostenible.

1. ¿Qué es realmente el liderazgo?

En muchas culturas, el liderazgo todavía se imagina como una persona delante, sosteniendo la bandera. Alguien fuerte, seguro de sí mismo, educado—alguien que "sabe qué hacer".

Pero en las cooperativas, especialmente en las dirigidas por mujeres o arraigadas en la comunidad, el liderazgo se ve y se siente muy diferente.

El liderazgo no consiste en ser el más ruidoso o el primero en hablar. Se trata de crear un espacio donde los demás se sientan escuchados. Se trata de mantener la visión en los momentos difíciles, no de abrirse paso a la fuerza. Se trata de notar lo que el grupo necesita—a veces antes incluso de decirlo.

En Turquía, el liderazgo suele estar moldeado por valores profundos de respeto, edad y responsabilidad. En España, el liderazgo puede llevar ecos de pasión política, identidad colectiva o personalidad carismática. En ambos contextos, y en muchos otros, la historia cultural influye en cómo reaccionamos ante el liderazgo y cómo nos vemos a nosotros mismos como líderes.

Por ejemplo, algunos miembros del equipo pueden haber sido enseñados a no interrumpir nunca, a no cuestionar la autoridad. Otros pueden haber aprendido a hablar con valentía, incluso en voz alta, para ser tomados en serio. En las cooperativas multiculturales, estas diferencias pueden crear confusión o malinterpretación. El silencio puede verse como pasivo en una cultura, pero como respetuoso en otra. La franqueza puede resultar agresiva para una persona y empoderadora para otra.

Así que la pregunta no es solo: *¿Qué es el liderazgo?* La pregunta más profunda es: *¿Qué significa el liderazgo para nosotros, aquí, juntos, en este grupo, en este momento?*

En las cooperativas, el liderazgo es relacional. No te conviertes en líder por un ascenso—te conviertes en líder cuando los demás confían en ti, siguen tu energía o se sienten apoyados por tu presencia.

El liderazgo aquí es:

- Espacio de contención
- Hacer mejores preguntas
- Nombrar lo no dicho
- Crear seguridad para que otros lo intenten, fracasen, hablen o brillen
- Saber cuándo dar un paso adelante y cuándo retroceder

Puede que sea tranquilo. Puede compartirse. Puede que cada semana parezca diferente. Pero vive en el grupo, no por encima de él.

En muchas cooperativas, especialmente las dirigidas por mujeres, el liderazgo nunca se ha tratado solo de títulos: ha sido **mantener unidas a las comunidades mediante el cuidado, la intuición y la fortaleza silenciosa**. El liderazgo femenino suele manifestarse de formas invisibles: organizando sin crédito, escuchando atentamente antes de hablar, generando confianza donde las instituciones fallaron, o quedándose despiertas hasta tarde preparando comida para un taller de madrugada. Tanto en los entornos culturales turcos como españoles, las mujeres han liderado durante mucho tiempo en hogares, familias y barrios—pero su liderazgo suele estar infravalorado porque no sigue el modelo ruidoso, vertical y masculino de mando. Pero en los modelos cooperativos, este **enfoque femenino del liderazgo —nutritivo, relacional, persistente— se convierte en una base poderosa**. Las mujeres lideran tejiendo relaciones, leyendo la situación, gestionando las tensiones sin necesidad de dominar. Y cuando se nombra, honra y comparte su liderazgo, todo el grupo se fortalece. El liderazgo, desde una perspectiva femenina, puede significar *no liderar sola*. Significa hacer crecer a otros, crear memoria colectiva y asegurar que nadie se quede atrás.

◆ 2. Negocios tradicionales frente a liderazgo cooperativo

En la mayoría de los negocios convencionales, el liderazgo se estructura como una escalera. Cuanto más alto subes, más decisiones tomas, más ganas y más controlas. Es un modelo basado en la jerarquía: una persona en la cima, muchas por debajo.

Pero las cooperativas funcionan de forma diferente. No se construyen por encargo, sino sobre **la colaboración**. No en la competencia, sino en **un propósito compartido**.

Vamos a comparar:

Las empresas tradicionales suelen centrarse en el beneficio, la eficiencia y el logro individual. El líder suele ser alguien con autoridad formal—designado o contratado. Ellos dan instrucciones. Otros siguen el siguiente.

En una cooperativa, el liderazgo es mucho más fluido. Se **obtiene por fideicomiso**, no asignado por cargo. Las decisiones se toman juntos. El liderazgo puede rotar o surgir dependiendo de la situación. Lo que más importa no es *quién* habla, sino *cómo* avanza el grupo juntos.

Toma esta sencilla comparación:

Estilo de liderazgo — Negocio: Arriba hacia abajo — Cooperativo: Horizontal o rotativo

Voz en las decisiones — Negocio: La dirección decide — Cooperativo: Todos contribuyen

Motivación — Negocio: Éxito individual, beneficio — Cooperativa: Crecimiento colectivo, valores

Poder — Negocio: Basado en el estatus o contrato — Cooperativa: Basado en la participación y la contribución

Esta diferencia puede resultar extraña, especialmente para quienes solo conocen jerarquías rígidas. En las cooperativas, **el poder se comparte**, y esto puede resultar liberador o confuso. Hay más espacio, pero también más responsabilidad. No siempre está claro quién decide. Por eso la comunicación, la madurez emocional y la confianza se convierten en habilidades esenciales de liderazgo, no solo diplomas o años de experiencia.

También es importante: el modelo de liderazgo en las cooperativas suele ser más lento. Las cosas llevan tiempo porque las decisiones se toman **con** el grupo, no *para* él. Y está bien. La lentitud en una cooperativa no es una debilidad, es una señal de que se escuchan voces.

El liderazgo cooperativo no se basa en carisma ni en la perfección. Se trata de **consistencia, coherencia y cuidado**. Significa presentarte incluso cuando estás cansado. Ser responsable incluso cuando resulta incómodo. Dejar espacio para el desacuerdo sin cerrar a la gente.

Significa decir: *Puede que no tenga todas las respuestas, pero las encontraremos juntos.*

◆ 3. Sesgo cultural y dinámicas de poder

El liderazgo no vive en el vacío. Está moldeada por **la cultura, la historia, el idioma, el género y la experiencia vivida**. Cómo vemos el liderazgo—y cómo respondemos a él—depende profundamente de dónde venimos, quién nos crió y lo que nos han enseñado que es "normal".

En muchas culturas, el liderazgo sigue asociándose con autoridad, antigüedad o masculinidad. Por ejemplo, tanto en contextos turcos como españoles, la gente puede asociar el "liderazgo fuerte" con alguien que habla alto, toma las riendas o nunca muestra dudas. Estas expectativas tienen su raíz en la historia, pero también pueden limitar cómo se permite que sea el liderazgo.

Esto genera tensión, especialmente en las cooperativas multiculturales. Algunos miembros pueden sentir que un líder debe hablar primero y decidir rápidamente. Otros pueden sentir que escuchar pacientemente y construir consenso es la verdadera señal de liderazgo. Se puede ver la calma como sabiduría; Otro puede verlo como una debilidad. Se puede ver la franqueza como claridad; Otro puede interpretarlo como una falta de respeto.

Las dinámicas de poder también aparecen cuando ciertas voces se escuchan más que otras. Por ejemplo:

- Una mujer que habla con firmeza puede ser llamada agresiva, mientras que un hombre es elogiado por ser decidido.
- Una persona con habilidades lingüísticas limitadas puede contenerse, incluso si tiene conocimientos valiosos.
- Un miembro joven del equipo puede ser ignorado porque no tiene "la experiencia suficiente".

Estas reglas invisibles —basadas en **el sesgo cultural, la edad, el género, la educación o el idioma**—determinan quién lidera, quién sigue y quién permanece en silencio.

El liderazgo en las cooperativas debe responder a esto con **intención y humildad**. Significa preguntar constantemente:

- ¿Quién habla más en nuestras reuniones?
- ¿De quién son las ideas que siempre se escuchan? ¿De quién se suelen saltar las cartas?
- ¿Estamos haciendo espacio para líderes silenciosos? ¿Líderes emocionales? ¿Líderes prácticos?

- ¿Estamos abiertos a un liderazgo que no se parezca a nosotros?

Cuando honramos diferentes tipos de liderazgo—introvertido, emocional, intuitivo, relacional—permitimos que más personas den un paso adelante. Y cuando creamos **seguridad**, no presión, la gente empieza a asumir riesgos. Comparten más. Ellos lideran más.

Esto no ocurre automáticamente. Requiere **reflexión consciente**, sistemas de apoyo y, a menudo, tiempo. Pero una cooperativa en la que **muchos pueden liderar**—a su manera—es más fuerte, más creativa y más resiliente.

Cuando entras en un lugar real como Zembul—y la teoría se convierte en una prueba real y viviente.

Durante la reunión de inicio de esta colaboración, el equipo de ABARKA pasó dos días laborables completos en la vida diaria de Zembul. Lo que presenciamos no solo fue inspirador, sino **una lección de liderazgo encarnado**. Entramos en un espacio donde más de 27 mujeres trabajan codo con codo — muchas de ellas cofundadoras— pero nunca oímos alzar una voz. Ni una sola vez vimos a una mujer "dar órdenes". Y, sin embargo, todo funcionaba.

A lo largo del día, los roles cambiaron de forma fluida. Una mujer que nos recibió en la entrada luego gestionó la cocina y luego apoyó a un nuevo miembro con la máquina de coser. Otro se movía de la oficina al punto de entrega y luego a la sala comunitaria con una urgencia elegante. El liderazgo no era fijo—se **compartía, se vivía, era dinámico**. Los huecos no se llenaban con quejas, sino con acciones calmadas y generosas.

Ni siquiera sabíamos quién era fundador y quién no—hasta que nos lo dijeron.

Eso es liderazgo: un espacio donde **el título desaparece y el cuidado habla más alto**. Donde nadie necesita imponer poder porque la confianza ya está presente.

El espacio de trabajo de tres plantas de Zembul no solo nos acogió, sino **que nos recibió como un hogar**. Al final salíamos temprano del hotel cada día solo para estar allí, en ese ambiente. No porque tuviéramos que hacerlo. Porque queríamos. No había estrés, ni tensión visible. Solo mujeres sonriendo—**sonrisas reales**, no performativas. Calor. Concéntrate. Apoyo mutuo. Un tipo de respeto que no se puede guionizar ni gestionar—solo puede cultivarse.

Las dinámicas de poder no desaparecieron—fueron transformadas. El liderazgo no necesitaba gritar—susurraba *a través de la acción*.

Así es como se ve cuando se practica el liderazgo cooperativo, no se predica. Y esto es lo que ocurre cuando la sabiduría cultural, el liderazgo femenino y los valores cooperativos se encuentran en una organización viva y que respira.

◆ 4. Habilidades para el liderazgo cotidiano

En una cooperativa, el liderazgo no es un trabajo al que te postulas; es algo que **practicamos** día a día, en pequeñas decisiones, conversaciones difíciles, silencio compartido y actos de cuidado.

No se trata de saberlo todo. Se trata de estar dispuesto a **aprender en público**, estar presente cuando las cosas parecen inciertas y ayudar a los demás a sentirse parte de su lugar.

Aquí tienes algunas de las habilidades más esenciales—y a menudo pasadas por alto—que sostienen un liderazgo real en espacios cooperativos:

1. Liderazgo en Escucha Profunda comienza con la escucha. No solo escuchar palabras, sino escuchar con toda la atención: lo que se dice, lo que no se dice y cómo se dice. La escucha profunda genera seguridad, confianza y claridad. Cuando alguien se siente escuchado, se vuelve más abierto a participar,

resolver tensiones e incluso liderar. Escuchar no significa estar de acuerdo con todo. Significa **ofrecer tu presencia sin interrupciones ni juicios**.

2. Facilitar reuniones con respeto Las reuniones cooperativas pueden volverse largas, improductivas o dominadas por pocas voces. El liderazgo en este contexto significa **guiar la energía** de un grupo.

Incluye:

- Asegurándome de que todos hablen al menos una vez
- Resumiendo lo que se dijo para aclarar los puntos
- Gestionar el tiempo con gracia, no con presión
- Preguntar: "¿En qué estamos de acuerdo?" antes de centrarse en los desacuerdos. Un facilitador no es un jefe: es un **jardinero de la atención del grupo**.

3. Navegando el conflicto con el cuidado El conflicto ocurrirá. Lo que importa es cómo lo gestionas. En muchas culturas, especialmente donde se valora la armonía, se evita el conflicto. Pero liderar significa **nombrar lo difícil sin culpar**. Es decir: "Siento que algo está atascado. ¿Podemos hablar de ello?" Es crear un espacio donde la gente pueda alzar la voz **sin miedo a la vergüenza**. El liderazgo no es evitar el conflicto. Es hacer que el conflicto **sea seguro y constructivo**.

4. Dar y recibir retroalimentación En muchos ámbitos, la retroalimentación solo se da cuando algo sale mal. Pero en las cooperativas necesitamos **retroalimentación regular, amable y honesta** para crecer.

Un líder cooperativo podría decir:

- "Me encantó cómo manejaste al nuevo voluntario ayer."
- "¿Estarías dispuesto a probar otra forma de hacerlo la próxima vez?" No se trata de criticar. Se trata de **ayudarse mutuamente a mejorar con amabilidad**.

5. Saber cuándo dar un paso adelante y cuándo dar un paso atrás El liderazgo también consiste en **leer la situación**.


- Da un paso adelante cuando nadie más se atreva.
- Da un paso atrás cuando alguien esté listo para brillar. Este equilibrio genera responsabilidad compartida y previene el agotamiento.

6. Liderar a través de la emoción—no por encima de ello No tienes que ocultar tus sentimientos para ser un buen líder. De hecho, ser abierto sobre el estrés, la emoción o la incertidumbre ayuda a que los demás también se sientan humanos. Está bien decir: "Estoy nervioso por esta decisión." Lo que importa es que la emoción se convierta en **conexión**, no en caos. En el liderazgo cooperativo, **la vulnerabilidad es fortaleza**—cuando se sostiene con madurez.

7. Apoyar a otros para liderar Uno de los actos más poderosos de liderazgo es decir: "*Puedes liderar este siguiente. Voy justo detrás de ti.*" El mentoría, el coliderazgo y los roles rotativos ayudan a otros a **creer en su capacidad**. Así es como construimos **resiliencia a largo plazo**, no dependencia.

A continuación, pondremos en práctica estas ideas con una actividad narrativa que ayude a los participantes a reflexionar sobre cómo el liderazgo ya vive dentro de ellos, aunque nunca hayan reclamado ese título.

Actividad Práctica 1 – "Historias de Liderazgo"

 "*No nos convertimos en líderes en el momento en que alguien nos da permiso. Nos convertimos en líderes en el momento en que reconocemos nuestra propia voz.*"

Esta actividad invita a los participantes a descubrir y compartir **momentos personales de liderazgo**, aunque nunca los hayan llamado así. Replantea el liderazgo no como un papel para "personas importantes", sino como algo que todos llevamos y podemos crecer.

Objetivo

Reconocer cómo el liderazgo ya existe en momentos cotidianos, reflexionar sobre las percepciones culturales y emocionales del liderazgo, generar confianza al nombrar y valorar las experiencias personales de liderazgo

Duración

1 hora (puede acortarse a 40 minutos o ampliarse a 90 minutos)

Formato del grupo

Grupos pequeños o parejas narradoras (Adaptables para entornos mixtos o multilingües)

Materiales necesarios

- Bolígrafos, cuadernos o tarjetas de cuentos
- Un espacio tranquilo con seguridad emocional
- Opcional: versión impresa de los prompts de la historia
- Temporizador o campana para transiciones

Instrucciones paso a paso

● Paso 1 – Reflexión individual (15 min) Invita a cada participante a pensar en un momento real en el que:

- Lideraron algo (grande o pequeño), aunque nadie lo llamara "liderazgo"
- Apoyaron a alguien de una manera que hizo que las cosas avanzaran
- Presenciaron el liderazgo de otra persona y lo admiraron

Indicaciones para guiar:

- ¿Cuándo me sentí orgulloso de cómo manejé una situación?
- ¿Cuándo he mantenido algo cuando podría haberse desmoronado?
- ¿Cuándo confió alguien en mí para asumir la responsabilidad?

Los participantes escriben o dibujan la historia—lo que se sienta más cómodo.

Deben incluir:

- ¿Qué pasó?
- Quién estuvo involucrado
- Lo que hicieron
- Lo que fue difícil
- ¿Qué lo hizo significativo?

Esto se puede hacer en su lengua materna. La traducción puede venir más adelante.

● Paso 2 – Compartir la historia en parejas o tríos (20–25 min) Los participantes comparten su historia en un grupo pequeño. Los oyentes responden con:

- "¿Qué admirabas de cómo actuaban?"
- "¿Algo en la historia te resultó familiar en tu propia experiencia?"
- "¿Llamarías a esto liderazgo? ¿Por qué o por qué no?"

El facilitador asegura:

- Se oyen todas las voces
- El silencio está bien
- La emoción es bienvenida, pero nunca forzada

Paso 3 – Informe de grupo (15 min) Pregunta al grupo completo:

- ¿Qué te sorprendió de tus propias historias o las de otros?
- ¿Reconociste el liderazgo en lugares que no esperabas?
- ¿Cómo afectan la cultura, el género o el idioma a la forma en que contamos estas historias?

Escribe ideas clave en un pizarrón o cartel. Busca patrones.


Resultados

Al final de esta actividad, los participantes seguirán:

- Entiende que el liderazgo puede adoptar muchas formas, no todas de forma ruidosa ni visible
- Sentirse más conectado con su propio camino de liderazgo
- Ser capaz de reconocer y nombrar el liderazgo en los demás
- Empieza a cambiar creencias internas como "No soy un líder" por "*lidero a mi manera*"

 "*Nunca me llamé líder. Pero ahora, creo que quizá siempre lo he sido.*"

Actividad Práctica 2 – "Nuestro Mapa de Liderazgo de Equipo"

 "*El liderazgo no consiste en que una persona lo haga todo. Se trata de que cada uno haga algo de lo que se sienta responsable.*"

Esta actividad ayuda a los equipos o grupos de trabajo a mapear visualmente cómo fluye actualmente el liderazgo dentro de su cooperativa—y cómo pueden reequilibrarlo con intención. No se trata solo de tareas: se trata de confianza, roles, energía e inclusión.

Objetivo

Identificar dónde ya existe el liderazgo en el grupo Detectar lagunas, sobrecargas o contribuciones silenciosas Co-crear un modelo de liderazgo más equilibrado y sostenible Reflexionar sobre cómo el liderazgo puede compartirse entre personalidades, roles y culturas

Duración

1 hora (ampliable a 90 minutos con presentaciones en grupo completo)

Formato del grupo

Ideal para equipos de 4 a 12 miembros. Funciona mejor con equipos que ya colaboran (también puede adaptarse a nuevos grupos).

Materiales necesarios

Grandes hojas de papel o pizarra blanca digital. Marcadores, post-its, pegatinas. Tarjetas impresas de "Dominios de Liderazgo" o listas, cinta o imanes (para reorganizar roles). Plantilla opcional para aprendices callados/visuales

Instrucciones paso a paso

Paso 1 – Define áreas de liderazgo (10–15 min) Juntos, enumera o presenta las áreas clave en las que el liderazgo aparece en tu grupo.

Ejemplos: Comunicación Finanzas y presupuestos Facilitación de relaciones externas Apoyo emocional Visión y dirección Resolución de conflictos Planificación de eventos o actividades Mentoría de nuevos miembros Logística y coordinación

Los participantes pueden añadir más si es necesario.

● Paso 2 – Nombres de lugares (20–25 min) Deja espacio al grupo para que los nombres de lugares (post-its o iniciales) bajo cada área.

Prompt: ¿Quién suele liderar esta zona? ¿Quién interviene cuando es necesario? ¿Quién tiene habilidades naturales aquí pero aún no lidera?

Está bien poner más de un nombre por puesto—o no tener ningún nombre. La codificación por colores puede ayudar: verde (estable), amarillo (a veces), rojo (sobrecargado)

● Paso 3 – Reflexionar y ajustar (15–20 min) Retrocede y mira el mapa.

Pregunta al grupo: ¿Dónde se concentra el liderazgo? ¿Hay gente que hace demasiado? ¿Están otros preparados para liderar pero no saben cómo? ¿Algunas formas de liderazgo (como el apoyo emocional) están siendo olvidadas o infravaloradas?

Ahora—juntos—reorganizad.

Cambia un nombre. Añade un rol de apoyo. Crea co-leads. Nombra a alguien que necesite ánimo. Crea un área de "líder emergente".

💬 Consejo: No intentes "arreglar" todo. Céntrate en la claridad, el equilibrio y la agencia.

● Paso 4 – Documenta tu mapa de liderazgo (10 min) Haz una foto o redibujala. Esto se convierte en una **herramienta viva** para visitar en el futuro. No es un contrato—es un espejo.

💡 Resultados

Al final de esta actividad, el grupo : Verá el liderazgo como un **ecosistema compartido**, no como una pirámide Reconocer el liderazgo oculto o informal (a menudo realizado por mujeres, migrantes o miembros más callados) Reducir la confusión y sobrecarga de roles Identificar dónde **rotar, apoyar o hacer crecer el liderazgo** Construir confianza mediante la transparencia—no culpar

💬 "Ahora veo que he estado liderando—incluso cuando pensaba que solo ayudaba."

✅ Resumen final – El liderazgo es un círculo, no una escalera

El liderazgo en las cooperativas no consiste en superar a los demás. Se trata de crecer junto a ellos. Se trata de sostenerse mutuamente con cuidado, claridad y responsabilidad compartida, especialmente en espacios multiculturales, liderados por mujeres y arraigados en la comunidad.

Lo que has aprendido en este módulo no es una teoría. Es un reflejo de algo real. Algo vivo en lugares como Zembul. Algo que se ve en mujeres que lideran sin alzar nunca la voz, en equipos que rotan roles sin ego, y en miembros que apoyan discretamente desde atrás mientras otros dan un paso adelante.

En este modelo de liderazgo, hay espacio para la fortaleza y la suavidad. Por errores y mentoría. Para hablar y guardar silencio. El poder no está centralizado: se distribuye, se nota, se vive.

Ahora entiendes que el liderazgo: No necesita un título para existir Puede venir de cualquier voz en la sala. Está moldeado por la cultura, la emoción y la historia. Se fortalece cuando se comparte. Requiere tanto cuidado como claridad.


Has explorado el contraste entre el liderazgo empresarial tradicional y el liderazgo cooperativo. Has visto cómo el sesgo cultural y el género pueden limitar o ampliar quién se siente autorizado a liderar. Has practicado identificar tu propio liderazgo a través de historias y reflexión. Y has mapeado el liderazgo en tu equipo con nuevos ojos.

Si recuerdas solo una cosa de este módulo, que sea esta: *"El liderazgo no es una escalera que subas solo. Es un círculo que se crece juntos."*

Módulo 6 — Prácticas de la Economía Social y Solidaria

Valores en Acción – Construyendo alternativas a través de la cooperación, el cuidado y el poder local

Objetivos de aprendizaje

 "Otra economía no solo es posible—ya está ocurriendo, en silencio, cada día, en lugares como el nuestro."

Al final de este módulo, podrás hacerlo:

Comprende qué es la Economía Social y Solidaria (SSE), en un lenguaje claro y práctico. Reconoce cómo la SSE difiere tanto del capitalismo tradicional como de la caridad institucional. Identifica los valores que guían la SSE: cooperación, justicia, cuidado ecológico, dignidad, democracia e interdependencia. Reflexiona sobre cómo tu propio grupo ya practica la SSE, aunque nunca la llames así. Aprende a diseñar o adaptar actividades diarias—como la elaboración de presupuestos, Roles, eventos o toma de decisiones—según los principios de la SSE. Siéntete parte de un movimiento global más amplio de transformación económica de base, feminista y comunitaria.

Este módulo está pensado para: Cooperativas, colectivos informales de mujeres, proyectos sociales en barrios y aldeas. Grupos con poca formación formal en economía, pero amplia experiencia en *hacer que las cosas funcionen*.

1. ¿Qué es la Economía Social y Solidaria?

La mayoría de la gente oye la palabra "economía" y se siente excluida.

Parece algo para expertos, gobiernos o gente rica con traje. Pero en realidad, economía simplemente significa: **cómo nos cuidamos unos a otros a través del trabajo, el intercambio y los recursos.**

La Economía Social y Solidaria (SSE) es un enfoque que pone **a las personas y al planeta en el centro**, no en el beneficio. No es solo una teoría. Es **una forma de vivir y organizarse** basada en la comunidad, la equidad y la atención a largo plazo.

La SSE es lo opuesto a un sistema extractivo. No trata a las personas como herramientas ni a la naturaleza como infinita. Pregunta:

- ¿Qué necesitamos?
- ¿Qué podemos compartir?
- ¿Cómo podemos satisfacer nuestras necesidades sin explotar a otros o a la Tierra?

Muchos de nosotros hemos practicado SSE sin usar ese nombre. Cuando intercambiamos servicios sin dinero. Cuando arreglamos el tejado de un vecino y nos cocinan la cena. Cuando rotamos el liderazgo en vez de mantener todo el control. Cuando hacemos un taller pero no dejamos a nadie atrás, aunque no puedan pagar.

Eso es solidaridad. Eso es económico. Eso es SSE.

La SSE también tiene sus raíces en historias que a menudo ignoran la economía tradicional. Crece a partir de:

- Modelos indígenas de tierra y recursos compartidos
- Redes de ayuda mutua lideradas por migrantes
- Trabajo de cuidado no remunerado de mujeres y organización comunitaria

- Tradiciones de reciprocidad basadas en la fe y culturales
- Economías de resistencia bajo colonización o dictadura

No es "nuevo". Es **profundamente antiguo y discretamente moderno**.

Es importante destacar que SSE no es caridad. La caridad suele ser de arriba abajo: uno da, uno recibe. SSE es horizontal. Todos contribuyen, todos reciben. Nadie está por encima. Nadie es "el ayudante" ni "el salvado".

También es ecológico. No porque esté de moda, sino porque la vida depende de ello. Muchas cooperativas ya están practicando:

- Reparación, reutilización y reparto de recursos
- Huertos urbanos y redes alimentarias
- Producción cero residuos o logística baja en carbono
- Contratación local que reduce las emisiones de transporte

Estas no son solo prácticas "verdes". Son **una resistencia económica basada en el cuidado de la tierra, el agua y las futuras generaciones**.

En este módulo, no solo aprenderás qué significa SSE, sino que te darás cuenta: *ya formas parte de él*.

◆ 2. Principios clave de la economía social y solidaria

La Economía Social y Solidaria no se define por una forma legal ni una etiqueta de financiación, sino por **valores puestos en práctica**.

No hay dos grupos SSE exactamente iguales. Pero comparten un conjunto de principios que guían sus decisiones, sus relaciones y su forma de trabajar.

Estos principios no son decoraciones. Son **decisiones diarias**, a veces difíciles, que moldean cómo las personas se relacionan entre sí, con el dinero y con el planeta.

Estos son los principios fundamentales que se practican con mayor frecuencia en los espacios SSE:

Gobernanza democrática Todos los afectados por una decisión deberían tener voz en ella. Esto no significa reuniones interminables—significa participación real. En cooperativas, esto puede aparecer como:

- Una persona, un voto (no un euro, un voto)
- Decisiones por consenso o por mayoría
- Rotación de liderazgo
- Estructuras horizontales de equipos

La justicia económica y la equidad en la equidad no se tratan solo de acceso, sino también de **reparación**. Sobre reconocer quién ha sido excluido o infravalorado y corregir activamente eso. Ejemplos:

- Transparencia salarial
- Redistribución de los roles de liderazgo
- Priorizar la participación de mujeres, migrantes y jóvenes
- Adaptar los ritmos de trabajo a diferentes capacidades y responsabilidades de cuidado

Trabajo Sostenible e Inclusivo SSE valora **el trabajo que apoya la vida**, no el que agota a la gente. Eso significa respetar los límites, tomarse el descanso en serio y rechazar la productividad tóxica. Incluye:

- Cuidado infantil compartido

- Programación flexible
- Reconocer el trabajo invisible (como limpiar, apoyo emocional, organizar)

La Intercooperación y la Solidaridad de Ayuda Mutua no se limitan a tu propio proyecto. Se extiende a otros grupos, comunidades y movimientos. Eso significa:

- Comprar a otras cooperativas
- Compartiendo herramientas, espacio o información
- Responder cuando una pareja está en crisis
- Actuar colectivamente en respuesta a la injusticia

Responsabilidad Ecológica SSE reconoce que **no existe economía sin ecología**. Desde cómo se obtienen los materiales hasta cómo se gestionan los residuos, las decisiones ecológicas no son una idea secundaria: están integradas. Ejemplos:

- Producción local
- Embalaje mínimo
- Prácticas circulares como la reutilización o el compost
- Respeto por la estacionalidad, el uso del agua y la tierra

Cuidado y dignidad como economías tradicionales centrales tratan la atención como algo "externo"— algo que las mujeres hacen gratis, o algo que debe ser externalizado. SSE sitúa la atención en el centro. Esto significa:

- Formar equipos que se preocupen
- Valorar la inteligencia emocional
- Asegurarse de que la gente se sienta segura, incluida y respetada
- Reconocer el agotamiento y crear sistemas colectivos de descanso

💬 *"Nuestra economía debería reflejar cómo queremos tratarnos unos a otros, no solo cómo queremos aumentar el número."*

Ejemplos del mundo real

En Zembul, los roles no son fijos. Las mujeres transfieren responsabilidades con confianza, no con jerarquía. El equipo considera el apoyo emocional igual a la fortaleza logística. Hay una sensación de *nosotros, no de mí*.

ABARKA prioriza trabajar con comunidades subrepresentadas, invita a recibir comentarios de todos los miembros del equipo independientemente de su posición y redirige activamente las alianzas si estas comprometen valores.

Ambos están viviendo los principios de la SSE, sin necesidad de ponerlo así.

Estos principios no son abstractos: son **visibles en los detalles** de tu vida cooperativa.

◆ 3. Prácticas cotidianas de la economía social y solidaria

No necesitas una etiqueta elegante ni un manifiesto perfecto para practicar la Economía Social y Solidaria. A menudo, se manifiesta de las **formas más ordinarias, realistas y humanas**.

El reto no es inventar nuevas prácticas: es reconocer el profundo valor de lo que ya se está haciendo y elegir alinear tus sistemas y hábitos con tus valores de forma más consciente.

Aquí tienes algunas de las expresiones cotidianas más comunes de SSE en cooperativas reales y grupos de base:

Propiedad colectiva En lugar de que un solo propietario tenga todos los derechos o beneficios, el proyecto se comparte. Esto puede significar: Nombrar a todos los miembros como coresponsables en espíritu o legalmente Crear un fondo común o decisión sobre cómo se utilizan los ingresos Documentar el proyecto como un esfuerzo colectivo, no como propiedad individual

Presupuesto participativo Esto significa que **las decisiones financieras no se toman a puerta cerrada**. No tiene por qué ser complicado. Grupos que practican SSE con frecuencia: Abrir el presupuesto para que todos lo vean. Discutir los grandes gastos juntos. Elige priorizar las necesidades, no los deseos. Distribuye la responsabilidad financiera con transparencia y cuidado.

Equidad salarial o pago basado en roles Muchas cooperativas SSE buscan reducir las brechas de ingresos. No todos cobran igual, pero la lógica es diferente. En lugar de recompensar el puesto o el perfil, consideran: Tiempo y disponibilidad Tipo de responsabilidad Necesidades del trabajador Equidad general en todo el equipo

Compartiendo herramientas, espacio o tiempo. Esto es cooperación más allá de tu propio grupo. Podría ser así: Prestar equipamiento a otro colectivo Compartir una oficina o sistema de entrega Ofrecer un intercambio de habilidades en lugar de cobrar dinero Participar en bancos de tiempo o sistemas de trueque

Cadenas de suministro locales y éticas En lugar de comprar a los más baratos, los grupos con mentalidad de SSE se preguntan: ¿Podemos comprar a otras cooperativas? ¿Son decentes las condiciones laborales? ¿Se produjo con respeto a la naturaleza? ¿Podemos reducir el embalaje, el envío o los residuos?

Anclaje comunitario Un aspecto clave de SSE es estar **arraigado, no extractivo**. Te mantienes conectado con la realidad local y elevas a quienes te rodean. Eso podría significar: Contratar a tu barrio Organizar jornadas de puertas abiertas Co-crear con miembros de la comunidad Adaptar tus servicios según los comentarios

Celebración y ritual Puede que no suene "económico", pero lo es. Tomarse tiempo para pausar, honrar, reír y recordar juntos es una **inversión relacional**. Grupos que celebran juntos: tienden a durar más tiempo Se abrazan con más delicadeza Se recuperan mejor de conflictos o agotamientos

Estas acciones cotidianas son de pequeña escala, pero poderosas en espíritu. Hacen que la economía parezca algo que tú moldeas, no algo que te ocurra.

◆ 4. Desafíos y contradicciones internas

Vivir y trabajar según los valores de la Economía Social y Solidaria es profundamente gratificante, pero no es fácil. Especialmente cuando el mundo exterior funciona con reglas diferentes.

Las cooperativas y las iniciativas sociales a menudo cargan con el peso de intentar hacer las cosas de forma ética, mientras sobreviven en un sistema que no premia la atención, la transparencia ni la lentitud.

Aquí tienes algunas de las tensiones y contradicciones más comunes a las que se enfrentan los grupos SSE:

Supervivencia vs. Valores A veces un proyecto necesita financiación, ventas o visibilidad—con urgencia. Y de repente, llega la presión. ¿Aceptamos una colaboración con una empresa que no está completamente alineada con nuestros valores? ¿Empezamos a cobrar por algo que antes era gratis? ¿Decimos que sí a un donante, aunque su enfoque parezca de arriba hacia abajo?

Estas decisiones no siempre son en blanco o negro. Pero requieren **reflexión consciente y toma de decisiones colectivas**.

Agotamiento en Equipos de Cuidado Muchas iniciativas de SSE nacen de la pasión y la urgencia. Pero esa misma pasión puede llevar al agotamiento, especialmente para mujeres y cuidadores. Si el trabajo emocional no se nombra ni comparte, vuelve a ser invisible. La gente da demasiado. Siguen sonriendo. Y poco a poco, empiezan a desvanecerse.

Esto no es un fallo de valores. Es un llamado a crear **límites, descanso colectivo y rituales de restauración**.

La presión de "parecer profesional" Los financiadores, instituciones o socios suelen esperar un estilo concreto: informes pulidos, una imagen de imagen perfecta, correos electrónicos formales. Pero muchas cooperativas son multilingües, comunitarias y horizontales. Su fortaleza reside en **la honestidad y la flexibilidad**, no en la formalidad. A menudo hay presión para ocultar la complejidad o fingir que todo va bien, solo para "parecer serio".

La práctica de SSE significa preguntarse: *¿Podemos presentarnos tal y como somos—y aun así ser respetados?*

Ego y luchas de poder Incluso en los equipos más basados en valores, el ego puede colarse. Alguien se siente ignorado y empieza a retirarse. Otro tiene demasiada responsabilidad y empieza a controlar. Los roles se confunden. Pequeños conflictos crecen en silencio.

Por eso **la resolución de conflictos, la rotación y las revisiones** no son opcionales. Son esenciales.

Decisiones imperfectas en un sistema injusto Ningún proyecto puede hacerlo todo perfectamente. Puede que aún tengas que usar un banco comercial. Aún puedes comprar productos de una fuente no cooperativa. El objetivo no es la pureza. El objetivo es **la intención**. Preguntar: *¿Estamos haciendo lo mejor que podemos con las opciones que tenemos? ¿Y estamos comprometidos a seguir aprendiendo?*

Como dijo una mujer de Zimbul: *"No intentamos ser santos. Intentamos ser coherentes."*

Reconocer estas contradicciones no debilita el modelo SSE. Lo hace **más humano**. Y nos recuerda que todo acto de coherencia, incluso pequeño, es resistencia.

Actividad práctica 1 – "¿Dónde ya practicamos la solidaridad?"

 *"Hemos estado haciendo solidaridad todo este tiempo. Simplemente no lo llamábamos así."*

Esta actividad ayuda a los participantes a darse cuenta de que la Economía Social y Solidaria no está lejos, o es solo para expertos; es algo que **ya están** practicando, a menudo sin darse cuenta.

Crea un momento de reconocimiento, confianza y orgullo, especialmente para los grupos de base que quizá no usen un lenguaje formal, pero viven profundamente los valores.

Objetivo

Reconocer las prácticas existentes de solidaridad y valores de SSE en el grupo. Validar formas informales o culturalmente arraigadas de compartir, cuidar y cooperar. Pasar de la invisibilidad a la visibilidad—nombrando lo que ya está funcionando.

Duración

45–60 minutos

Formato del grupo


Ideal para grupos que trabajan juntos o se conocen. Puede adaptarse a formatos mixtos, con baja alfabetización o diversos.

Materiales necesarios


Papel grande, rotuladores, post-its o pizarra Lista preparada de valores SSE (visuales o escritos)

Opcional: objetos o fotos que representan prácticas clave

Instrucciones paso a paso


 **Paso 1 – Introducción (10 min)** Presenta brevemente o repasa los principios clave de la SSE. Escríbelos de forma visible o dibújalos como iconos: democracia, cuidado, ecología, equidad, solidaridad, participación.


Explica: No vamos a inventar nuevas prácticas. Vamos a encontrar dónde ya viven en nuestro grupo.

 **Paso 2 – Mapeo de grupos (25 min)** Crea un espacio amplio etiquetado como "Nuestras prácticas de solidaridad." Dale a cada participante marcadores o post-its. Pídeles que piensen en estos prompts:


¿Cuándo hemos compartido algo que otros venden? ¿Cuándo hemos incluido a alguien, incluso cuando eso nos ralentizaba? ¿Cuándo hemos apoyado a otro proyecto o persona sin esperar retorno? ¿Cuándo hemos tomado decisiones juntos, en lugar de de arriba abajo? ¿Cuándo hemos elegido la atención, incluso cuando nos cuesta tiempo o dinero?

Cada persona escribe o dibuja entre 1 y 3 ejemplos y los añade a la pared o al papel. Se acepta agrupar historias similares o añadir dibujos/flechas.

 **Paso 3 – Compartir historias (10–15 min)** Invita a 2–3 voluntarios a contar la historia detrás de uno de los ejemplos. Que otros respondan: ¿Qué nos muestra esto sobre nuestros valores? ¿Llamarías a esto economía? ¿Por qué?

 **Paso 4 – Reflexión en grupo (10 min)** Pregunta al grupo: ¿Qué os sorprendió? ¿Qué estamos haciendo ya bien? ¿Qué podríamos reconocer y apoyar más?

Cierre opcional: Cada persona dice una palabra que describe cómo se sintió al nombrar estas prácticas.

 "Ese momento en que alguien cocinaba para nosotros y todos nos quedamos una hora más sin que se lo pidiera—eso también fue economía."

Resultados

Los participantes ven su trabajo desde una nueva perspectiva La confianza y el orgullo colectivo aumentan Las contribuciones no expresadas se hacen visibles El grupo se da cuenta: *Ya pertenecemos a la Economía Social y Solidaria*

Actividad Práctica 2 – "Rediseñar una práctica a la manera SSE"

 "No podemos construir una nueva economía con viejos hábitos."

Esta actividad lleva al grupo de la reflexión a **la transformación**. Les invita a elegir una práctica actual — algo que hacen con frecuencia— y a rediseñarla a través de los valores de la Economía Social y Solidaria.

Puede ser un formato de reunión, un sistema de precios, cómo reciben a los nuevos miembros, cómo gestionan los conflictos o cómo se gestiona el dinero. El objetivo no es la perfección, sino el progreso, la alineación y la propiedad compartida.

Objetivo

Poner los principios de la SSE en la práctica real, local y cotidiana. Fomentar la apropiación grupal de las decisiones económicas; traducir valores abstractos en acciones claras y concretas. Co-diseñar una forma de trabajar más inclusiva, justa y cooperativa.

Duración

1 hora (o 75 minutos si el grupo necesita más tiempo)


Formato del grupo

Trabaja en equipos pequeños o con todo el grupo. Es mejor cuando los participantes se sienten seguros y pueden hablar libremente

Materiales necesarios


Plantilla para el proceso de rediseño (o papel grande) Marcadores, bolígrafos, post-its Lista impresa de principios SSE como referencia Temporizador opcional para ayudar a mantener el ritmo

Instrucciones paso a paso


 **Paso 1** – Elige una práctica (10–15 min) Pregunta al grupo: ¿Qué es una cosa que hacemos regularmente que podría reflejar mejor nuestros valores?

Ejemplos: Cómo dividimos las tareas Cómo decidimos precios o contribuciones Cómo organizamos eventos Cómo damos la bienvenida a los recién llegados Cómo tomamos decisiones colectivas Cómo evaluamos el éxito

Que cada equipo elija un entrenamiento. Escríbelo claramente en el centro de una página.

 **Paso 2** – Reflexionar y analizar (15–20 min) Pregunta al equipo: ¿Qué valores se reflejan actualmente en cómo hacemos esto? ¿Qué tensiones o problemas surgen a veces? ¿Quién se beneficia más de cómo se hace? ¿Quién podría sentirse excluido, sobrecargado o invisible?

Ahora pregunta: ¿Qué valores SSE queremos centrar aquí? (Pueden elegir de la lista o añadir las suyas: equidad, cuidado, ecología, transparencia, rotación, accesibilidad, alegría...)

 **Paso 3** – Rediseño (20 min) Guíales para que rediseñen la práctica usando este flujo:

Nombra el cambio: ¿Qué estamos haciendo diferente? Nombra la razón: ¿Qué valor refleja? Nombra el impacto: ¿Cómo hará esto que la experiencia sea mejor, más justa o más afectuosa?

Ejemplos: Viejos: La misma persona siempre cocina y limpia en los eventos Nuevas: Rotamos los roles mensualmente y ofrecemos tiempo de descanso Valor: Trabajo compartido, cuidado mutuo, dignidad Impacto: Más equilibrio, menos agotamiento, nuevos miembros se involucran

● Paso 4 – Presentar y celebrar (10–15 min) Cada equipo presenta su práctica rediseñada. Dejad que el grupo responda: ¿Os parece esto factible? ¿Te gustaría probar esto en la vida real? ¿Qué necesitaríamos para apoyar el cambio?

Opcional: Comprométete a probar una consulta rediseñada durante un mes

💬 "Cambiamos una pequeña cosa—y cambió todo el ambiente de nuestras reuniones."

💡 Resultados

El grupo aprende a convertir valores en diseño. Crean un cambio tangible y específico, no solo una discusión. Surgen nuevas energías y propiedad. La gente empieza a decir: *Esta es nuestra economía. Elegimos cómo se siente.*

✅ Resumen final – Otra economía ya está ocurriendo

La Economía Social y Solidaria no es algo que tengamos que esperar. Ya está vivo—en cocinas, talleres, salas de costura, huertos comunitarios, grupos de WhatsApp y cobertizos compartidos. Existe donde la gente elige el cuidado sobre la competencia, el compartir sobre el acaparamiento, la transparencia sobre el secreto y la dignidad sobre la dominación.

Has visto en este módulo que SSE no va de ser perfecto. Se trata de ser intencionado. Sobre tomar decisiones—pequeñas o grandes—que reflejen tus valores, tu cultura, tu gente.

Has aprendido que la economía no es solo dinero. Se trata de **relaciones**. Cómo trabajamos. Cómo incluimos. Cómo reparamos. Cómo redistribuimos.

También has visto que la solidaridad no es caridad. Es una práctica de **coresponsabilidad**. Dice: Nos pertenecemos el uno al otro. Nadie se queda atrás.

Las mujeres de Zembul no hablan de SSE todos los días. Pero lo viven—a través de roles rotativos, cuidado tácito, silencio que conlleva respeto y decisiones que protegen al conjunto. El equipo de ABARKA aplica SSE cuando centra a las personas sobre el beneficio, construye puentes interculturales y diseña un aprendizaje que sane.

Este es el trabajo. Este es el movimiento.

Así que si alguna vez dudas de si tu pequeña cooperativa importa, o si tu forma de hacer las cosas es "lo suficientemente seria", recuerda:

Ya formas parte de la nueva economía. Tú ya eres la alternativa. Ya eres suficiente.

Tu solidaridad, cuando se practica con coherencia, **es más radical que cualquier discurso**. Y tus decisiones—cada día—están moldeando el mundo en el que esperamos vivir.

Módulo 7 — Inglés esencial para la gestión de proyectos y los viajes por la UE

Lenguaje para la confianza, la conexión y la acción

Objetivos de aprendizaje

 *"No necesitas un inglés perfecto. Necesitas un inglés valiente."*

Al final de este módulo, podrás hacerlo:

Utiliza vocabulario esencial en inglés relacionado con proyectos, presupuestos, reuniones y viajes de la UE. Preséntate y a tu cooperativa claramente en inglés—incluso con palabras sencillas. Escribe correos cortos, haz preguntas y confirma los detalles con educación. Entiende el inglés básico de viaje para movilidad: aeropuerto, hotel, transporte urbano. Siéntete más seguro hablando durante reuniones con socios, tanto en persona como en línea. Utiliza estrategias para **entender**, **pedir ayuda** y **expresar incertidumbre** con amabilidad y claridad Traduce términos clave a tu propio idioma (turco, español, árabe, etc.) para fortalecer la memoria Reconoce que **la fluidez no es el objetivo—ser entendido es**

Este módulo está especialmente diseñado para adultos que aprenden en cooperativas y proyectos de base que pueden tener una formación limitada en inglés pero una fuerte motivación para participar en iniciativas europeas.

1. Proyecto Inglés – Vocabulario básico y expresiones

 *"Saber solo 20 palabras del proyecto puede hacer que te sientas un 80% más seguro en una reunión."*

A continuación se muestra una tabla de palabras comunes en inglés que verás en proyectos europeos, especialmente Erasmus+, CERV, Creative Europe y otros programas basados en la cooperación.

Usa la segunda columna para **traducir estas palabras a tu lengua materna**. No te saltes este paso: la traducción ayuda a que el significado se vuelva personal.

| Palabra inglesa | Tu idioma (por ejemplo, turco, español, árabe) | Definición simple |
|-----------------|--|--|
| Socio | | otro grupo u organización en tu proyecto |
| Coordinador | | la persona o grupo que lidera el proyecto |
| fecha límite | | Último día para terminar algo |
| Objetivo | | El objetivo o propósito del proyecto |
| Actividad | | un evento o tarea planificada en el proyecto |
| Aplicación | | un formulario o proceso para solicitar financiación de la UE |
| Informe | | actualización escrita sobre lo que hiciste |
| Presupuesto | | Planifica cómo vas a gastar el dinero |
| Factura | | un documento solicitando el pago |

| | | |
|---------------------|--|--|
| Reembolso | | Dinero que recuperas después de pagar algo |
| Pago anticipado | | Dinero que recibes antes de la actividad |
| Coste elegible | | un gasto que la UE aceptará o pagará |
| Comprobante de pago | | un documento que demuestre que realmente pagaste (por ejemplo, recibo) |
| Movilidad | | viajes o intercambios entre países |
| Difusión | | Cómo compartes los resultados del proyecto con otros |
| Impacto | | El cambio que supone tu proyecto |
| participante | | Alguien que participa en la actividad |
| Documento de apoyo | | Cualquier archivo que demuestre lo que dices o gastas |
| Hoja de horas | | una tabla de horario de trabajo para el personal o voluntarios |
| Evaluación | | feedback y reflexión para ver qué funcionó |

💡 Consejo: No necesitas memorizarlo todo de golpe. Empieza por los que aparecen con más frecuencia en tu trabajo diario. Ponlos cerca de tu escritorio. Úsalos en una frase. Añade una palabra nueva cada semana.

💬 Frase de confianza: *"Somos socios de proyecto. Nuestro coordinador entregará el informe antes de la fecha límite. Estamos esperando el reembolso."*

◆ 2. Frases útiles en inglés para reuniones y correos electrónicos

💬 *"Incluso una frase amable y clara puede construir una relación fuerte."*

Esta sección te ofrece frases en inglés listas para usar en la vida real de un proyecto: escribir correos electrónicos, unirse a reuniones online, expresar tu desacuerdo con educación y pedir apoyo—sin estrés.

No necesitas una gramática perfecta. Solo **una intención clara, un tono cálido y confianza para hablar incluso con errores.**

✉ Plantillas de correo electrónico para proyectos de la UE

Estas plantillas son breves, prácticas y respetuosas. Puedes copiarlos, adaptarlos y usarlos a menudo.

1. Presentación . Asunto: Hola de [Nombre de su organización] Estimado [Nombre], Mi nombre es [Su nombre] y trabajo con [Nombre de la cooperativa o ONG] en [País]. Estamos encantados de formar parte de este proyecto contigo. Espero conocerte pronto. Un saludo cordial, [Tu nombre]

2. Confirmación de participación Asunto: Confirmación de participación Estimado [Nombre], Gracias por su mensaje. Confirmamos nuestra participación en la actividad el [Fecha] en [Ciudad]. Por favor, avísanos si necesitas algo más. Un cordial saludo, [Tu Nombre]

3. Aclaración Asunto: Pregunta sobre [Tema] Estimado [Nombre], espero que esté bien. ¿Podrías explicar [punto específico] otra vez? Quiero asegurarme de que lo estamos haciendo correctamente. Gracias de antemano por vuestro apoyo. Un cordial saludo, [Tu Nombre]

4. Prórroga de plazo (Solicitud educada) Asunto: Solicitud de prórroga Estimado [Nombre], Estamos trabajando en el documento pero necesitamos un poco más de tiempo. ¿Sería posible enviarlo antes de [Nueva fecha]? Gracias por tu comprensión. Mis mejores deseos, [Tu Nombre]

Palabras para reuniones online o presenciales

Utilízalos cuando participes en llamadas de Zoom, reuniones de inicio o sesiones de coordinación. Sencillo, educado y flexible para cualquier contexto.

Para unirse a la conversación, "¿Puedo añadir algo?" "¿Puedo compartir una idea de nuestra experiencia?" "Me gustaría responder a eso."

Para expresar dudas o pedir ayuda : "No estoy seguro de haberlo entendido—¿puedes repetirlo, por favor?" "¿Podrías explicar a qué te refieres con [palabra]?" "Necesito un poco más de tiempo para pensar—¿puedo responder más tarde?"


Para expresar nuestro acuerdo : "Estamos de acuerdo con este punto." "Eso tiene sentido para nosotros." "Tenemos una situación similar en nuestro país."

Para expresar un desacuerdo educado: "Entiendo tu punto, pero en nuestro caso es un poco diferente." "Quizá podamos encontrar una solución que funcione para ambos bandos." "Preferiríamos otra opción si es posible."

Para dar feedback o sugerencias : "Gracias por compartirlo, ha sido útil." "Una idea podría ser..." "Quizá también podamos considerar..."

Frases adicionales para herramientas y plataformas online

"Creo que el sonido no funciona—¿me oyes?" "Déjame compartir mi pantalla." "¿Podemos usar el chat para respuestas rápidas?" "Lo escribiré en el chat para asegurarme." "Mi internet es inestable—puede que apague el vídeo." "Enviaremos el enlace por correo electrónico después de la reunión."

 Consejo de práctica: Elige 3 frases cada semana. Prácticalos delante de un espejo. O envíalos en un correo electrónico real. Cuanto más los usas, más se vuelven tuyos.

3. Presentándote a ti mismo y a tu proyecto

 *"No necesitas palabras grandes. Necesitas tus palabras."*

Presentarte a ti mismo y a tu cooperativa de forma clara y cálida es una de las habilidades más importantes en los proyectos de la UE. Ya sea en una reunión de socios, un taller o por correo electrónico, te ayuda a generar confianza y visibilidad.

En esta sección aprenderás frases cortas y flexibles para describir:

- Quién eres
- De dónde eres
- Lo que hace tu grupo
- Por qué te uniste al proyecto

Plantilla de Auto-Presentación

Aquí tienes una estructura sencilla. Puedes rellenarlo y decirlo en voz alta.


"Me llamo [tu nombre], y trabajo con [nombre de la organización]. Estamos ubicados en [ciudad, campo]. Somos una [cooperativa / asociación / grupo juvenil / ONG], y nos centramos en [tema principal: educación, medio ambiente, derechos de las mujeres, etc.]. Soy responsable de [tu rol: comunicación, facilitación, coordinación...]. Nos unimos a este proyecto porque [razón corta: encaja con nuestros valores / queremos conectar con otros / trabajamos en temas similares]."

Ejemplo:

"Me llamo Esra y trabajo en la Cooperativa de Mujeres de Zimbul. Estamos ubicados en Dersim, Turquía. Somos una cooperativa comunitaria centrada en el trabajo de las mujeres, la sostenibilidad y la solidaridad local. Ayudo a coordinar eventos y relaciones comunitarias. Nos unimos a este proyecto Erasmus+ porque queremos compartir nuestra experiencia y aprender de otras organizaciones de base."

Ejercicio de práctica: tu pitch de 2 minutos

Paso 1: Escribe tu propia versión usando la plantilla Paso 2: Dilo despacio delante de un espejo Paso 3 (Opcional): Grábate en el móvil o con un amigo Paso 4: Compártelo en tu grupo o practica con un compañero

 Consejo: Usa palabras sencillas y claras. No necesitas vocabulario sofisticado. Habla desde tu experiencia real.

Adaptación en grupo

Para grupos con alfabetización limitada o muchos idiomas:

- Usa dibujos o símbolos (casa para lugar, corazón para razón, manos para trabajo)
- Deja que los participantes escriban primero en su propio idioma y luego traduzcan juntos
- Usa gestos, interpretaciones o grabaciones de voz

4. Inglés de viaje – Lenguaje práctico para desplazarse por la UE

 "No necesitas ser fluido para sentirte libre."

Viajar para un proyecto europeo—ya sea para una movilidad, una reunión de inicio o una formación— puede ser emocionante y estresante. Nuevos carteles. Nuevos sistemas. Inglés rápido. Problemas inesperados.

Esta sección te proporciona las **frases básicas en inglés y el vocabulario que** necesitas para sentirte seguro mientras navegas por transporte, hoteles, emergencias y la vida urbana durante tus viajes por la UE.

Todas las frases son simples, repetibles y útiles incluso con un inglés básico.

En el aeropuerto o la estación de tren

"¿Dónde está el mostrador de facturación?" "¿Es esta la puerta/andén correcto para [Ciudad]?"
"¿Puedo ver su pasaporte, por favor?" (Lo que podrían preguntarte) "Mi bolsa está perdida." "He perdido mi vuelo/tren—¿qué puedo hacer?" "¿Cuánto tiempo es el retraso?"

 Vocabulario:

- Tarjeta de embarque = billete de vuelo
- Puerta = Dónde entras en el avión
- andén = número de parada del tren
- equipaje = tus maletas
- Llegada / Salida = Cuándo aterrizas / Cuándo sales

En el hotel o hostel

"Tengo una reserva." "Me llamo [Tu Nombre]." "¿Me das un recibo, por favor?" "¿El desayuno está incluido?" "¿A qué hora es la salida?"

 Vocabulario:

- Reserva = Tu reserva
- Identificación = pasaporte o tarjeta nacional
- recibo = papel que muestra el pago
- ascensor = elevación
- Habitación individual/doble = para 1 o 2 personas

En la ciudad / Utilizando el transporte público


"¿Cuánto cuesta el billete?" "¿Dónde está la estación de metro más cercana?" "¿Puedo pagar con tarjeta?" "Voy a esta dirección." (Mostrar en tu teléfono o periódico) "¿Qué línea va al centro de la ciudad?"

 Vocabulario:

- Parada / estación = Dónde subes/bajas
- Billete de ida / de ida y vuelta
- Horario = Horario
- Taxi / autobús / tranvía / metro

Emergencias o situaciones de estrés

"Necesito ayuda." "No me encuentro bien." "He perdido mi bolso/pasaporte." "¿Puedes llamar a alguien que hable [turco/español/etc.]?" "¿Dónde está la farmacia / policía / embajada más cercana?"

 Consejo: Siempre lleva una tarjeta o papel con el contacto de tu proyecto y la dirección de alojamiento escritos, por si acaso se agota la batería del móvil.


Consejos culturales para un viaje tranquilo

Si no lo entiendes, di: "¿Puedes decirlo más despacio, por favor?" "¿Puedes escribirlo?" "Perdona, mi inglés no es perfecto—¿puedes ayudarme?"

Si alguien habla demasiado rápido: "Es demasiado rápido para mí, ¿podemos ir más despacio?" (con un gesto de mano)

Si te sientes perdido o abrumado: "Disculpa, vengo por un proyecto Erasmus+. ¿Puedes ayudarme?"

Y siempre lleva: Un teléfono cargado, dirección de tu hotel o lugar de encuentro. Algunas frases en el idioma local (hola, gracias, ayuda, aeropuerto, hospital).

 Recuerda: no estás solo. Pregunta. Sonríe. Muestra confianza aunque te sientas nervioso. La mayoría de la gente te ayudará si pides con amabilidad.

Actividad práctica 1 – "Conocer, Escuchar, Presentar"

Construyendo la confianza en inglés mediante la repetición y la conexión

 "Hablamos mejor cuando hablamos con los demás—no para impresionar, sino para conectar."

Este ejercicio interactivo ayuda a los participantes a fortalecer sus habilidades de habla y escucha en inglés mediante diálogos breves y rotativos. Se centra en **la conexión humana real, la activación del vocabulario y la escucha activa**.

Al final, cada persona presenta a uno de sus compañeros a todo el grupo en un inglés sencillo, aumentando la memoria, el orgullo y la comodidad para hablar en público.

Objetivo

Practicar hablar sobre temas reales con diferentes parejas Desarrollar la escucha activa y la toma de notas en inglés sencillo Reducir el miedo a hablar en público de forma de apoyo Identificar y activar hablantes de inglés más fuertes como apoyo entre iguales

Duración

45–60 minutos


Formato del grupo

Mínimo: 6 participantes Ideal: 10–20 participantes Se aceptan niveles mixtos—esta actividad no es **una prueba**

Materiales necesarios


Lista preparada de temas de conversación Tarjetas pequeñas o mini blocs de notas Bolígrafos Temporizador o timbre


Instrucciones paso a paso

 **Paso 1 – Calentamiento (5 min)** El facilitador modela un mini-diálogo con un voluntario usando una estructura clara y breve:

- ¿Cómo te llamas?
- ¿De dónde eres?
- ¿Qué haces en tu cooperativa?
- ¿Qué es algo que te gusta de tu proyecto?

Esto demuestra que **incluso 4 frases** pueden ser poderosas.

 **Paso 2 – Primera ronda de diálogo (5 min)** Los participantes se emparejan. Cada persona hace las 4 preguntas y escucha atentamente las respuestas. Escriben **3 datos** sobre su pareja. Anímalas usando un lenguaje sencillo: "Ella es de...", "Él trabaja en...", "Les gusta..."

 **Paso 3 – Rotar a los compañeros (3–4 veces x 5 minutos)** Después de cada ronda, los compañeros cambian. Repiten las mismas preguntas o añaden variaciones:

- ¿En qué se te da bien en el proyecto?

- ¿Cuál es un reto al que te has enfrentado al hablar inglés?
- ¿Cuál es tu país favorito de la UE que has visitado (o soñado con visitar)?

Déjales tomar notas después de cada ronda.

Paso 4 – Presentar a un compañero (10–15 min) Cada participante elige a una persona con la que ha hablado y la presenta al grupo completo.

Estructura:

- "Este es [Nombre]. Ella es de [Country]. Trabaja en [Tema]. Ella dijo..." Opcional: usa sus notas o memoria

Fomenta resúmenes breves, amables y honestos, no actuaciones.

Papel de los hablantes fuertes de inglés

Antes de la actividad, identifica a algunos usuarios de inglés confiados. Pídeles que:

- Ayuda con la pronunciación o las palabras (en voz baja durante el trabajo en pareja)
- Modela la actividad si es necesario
- Anima y apoya durante la parte de la presentación

Se convierten **en facilitadores entre iguales**, no en "expertos", lo que fortalece el aprendizaje comunitario.

Preguntas de informe

¿Cómo se sintió hablar con diferentes personas? ¿Era más fácil cada vez? ¿Cuál fue la parte más difícil—escuchar, recordar, hablar? ¿Alguien te sorprendió con su inglés?

Resultados

Mayor claridad y confianza al hablar Habilidades de escucha activadas con un objetivo claro Conexión construida entre niveles y culturas Hablar en público Reducción del miedo El grupo se ve **mutuamente como recursos**, no solo como formadores

Actividad Práctica 2 – "Inglés en movimiento"

"Si puedes pasar un día en Bruselas usando un inglés básico, puedes hacerlo en cualquier sitio."

Esta actividad es una simulación divertida y práctica que prepara a los alumnos para **situaciones reales de viaje** durante movibilidades de la UE, eventos de formación o visitas de estudio. Utiliza un inglés sencillo, trabajo en equipo, juego de roles y resolución creativa de problemas.

Los participantes representan un escenario en el que las cosas no salen exactamente como se planeó, igual que en la vida real, y deben usar el inglés para encontrar soluciones, pedir ayuda y avanzar juntos.

Objetivo

Aplicar el vocabulario inglés relacionado con los viajes en la práctica Ganar confianza en la navegación por transporte, hoteles y comunicación Reducir la ansiedad practicando los "problemas" comunes en un espacio seguro y lúdico Fomentar la colaboración y la risa mientras aprendemos

Duración

45 a 60 minutos

Formato del grupo

Grupos de 3–5 personas Con un facilitador o co-formadores desempeñando funciones (personal, conductor, trabajador del hotel, etc.)

Materiales necesarios

Tarjetas impresas de escenarios (equipaje perdido, parada de metro equivocada, problema con la reserva de hotel...) Mapa de una ciudad europea o red de transporte. Documentos de viaje falsos (tarjeta de embarque, reserva de hotel, DNI). Opcionales: carteles, maletas, accesorios para mayor realismo

Instrucciones paso a paso

Paso 1 – Introducción al escenario (5 min) El facilitador plantea la historia: "Acabas de llegar a [Ciudad] para tu reunión Erasmus+. Estás cansado. Tu bolsa está perdida. Tienes que llegar al hotel, asistir a una cena y pedir ayuda—todo usando inglés."

Paso 2 – Asignar roles y equipos (5 min) Los participantes se agrupan en pequeños equipos. Cada equipo recibe una **carta de misión** y 1 o 2 problemas inesperados.

Ejemplo: Misión: Llegar al Hotel Aurora en metro antes de las 18:00 Problema: Tu equipaje ha desaparecido. No recuerdas la parada exacta del metro. Reto: Pide direcciones, presenta un informe de objeto perdido y llega a tu hotel

Paso 3 – Juego de roles (20–30 min) Los participantes se mueven por diferentes "estaciones" (mesas, esquinas de la sala) con personas desempeñando roles: Servicio de ayuda del aeropuerto Taxista Recepcionista del hotel Coordinador de socios Servicio de ayuda de la policía o del ayuntamiento

Cada papel hablará en **inglés sencillo pero rápido**, usando frases reales. Los participantes deben escuchar, hablar y reaccionar.

Paso 4 – Reflexión de grupo (10–15 min) Los grupos vuelven al círculo. Cada equipo comparte: ¿Qué ha pasado? ¿Qué frases funcionaron mejor? ¿Qué fue difícil o divertido? ¿Qué te ayudó a sentirte tranquila?

Opcional: Cada equipo enseña al grupo una frase nueva que usaron

 Consejo: Da mucho ánimo y celebra los errores como aprendizaje

Resultados

Los participantes adquieren experiencia práctica usando inglés bajo estrés. El vocabulario de los viajes y proyectos se vuelve activo, no pasivo. Los participantes ven que pueden sobrevivir y tener éxito incluso sin una gramática perfecta. La risa y la resolución de problemas acercan al grupo. Los hablantes más fuertes pueden apoyar a otros, construyendo confianza como comunidad

✓ Resumen final – Habla para ser entendido, no para ser perfecto

En los proyectos de la UE, lo que más importa no es lo perfecto que sea tu inglés. Es si tus palabras crean comprensión, conexión y confianza.

Has aprendido en este módulo que no necesitas frases largas ni vocabulario extenso. Necesitas una comunicación clara y amable. Unas pocas palabras buenas dichas con intención pueden abrir una puerta, calmar un momento estresante o ayudar a alguien a sentirse visto.

Ahora tienes las herramientas para:

Preséntate y a tu colaborador Haz y responde preguntas en reuniones Maneja situaciones reales de viaje Escribe correos electrónicos sencillos y respetuosos Expresa dudas o dificultades sin miedo Escucha activamente y ayuda a los demás a entenderte

Y quizá aún más importante: has practicado cómo ser una buena pareja en diferentes idiomas.

El objetivo no es sonar como un hablante nativo. El objetivo es **formar parte de la conversación**.

Algunos de los mejores líderes de proyectos en Europa hablan inglés con acentos marcados. Cometen errores gramaticales. Pero hacen avanzar los proyectos, resuelven conflictos, inspiran a los equipos y logran que las cosas se hagan.

Porque la confianza no es la ausencia de errores. Es la decisión de seguir apareciendo.

Para cerrar este módulo, escribe 3 afirmaciones de "puedo":

Puedo presentarme en inglés. Puedo explicar mi proyecto de forma sencilla. Puedo pedir ayuda cuando no entiendo.

Tu versión puede ser diferente. Pero recuerda:

No tienes que hablar inglés *como ellos*. Solo tienes que hablar inglés **como tú** y seguir creciendo desde ahí.

Módulo 8 — Cultura y estructura social de Dersim

Tema del módulo:

Este módulo tiene como objetivo introducir el trasfondo histórico, las características culturales y la estructura social de Dersim. Explora la diversidad étnica y religiosa de la región, así como la tradición cultural oral. Los participantes adquieren una perspectiva holística sobre el tejido social de la región.

Objetivos del módulo:

Se espera que los participantes comprendan la estructura cultural y social de Dersim. Su objetivo es fomentar la empatía hacia diferentes identidades, creencias y modelos de solidaridad. Conceptos como la vida colectiva, la justicia y la solidaridad se evalúan en un contexto cultural.

Resultados de aprendizaje:

- Los participantes adquirirán conocimientos básicos sobre el proceso histórico de Dersim y su composición étnica/religiosa.
- Comprenderán el papel de la cultura oral (dichos, gülbanks, peregrinaciones) en la memoria social.
- Desarrollarán la capacidad de reflexionar sobre las redes de solidaridad social y la comprensión de la vida colectiva.

2. ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE DERSIM

Dersim, conocida hoy como Tunceli en Turquía, es una región geográfica que históricamente ha albergado muchas civilizaciones, incluyendo hititas, urartios, persas, romanos y bizantinos. Durante el periodo otomano, Dersim estuvo gobernada por estructuras tribales semiautónomas. A principios del siglo XX, tras el establecimiento de la República, las tensiones entre el estado y el pueblo de Dersim se intensificaron, culminando en la trágica masacre de Dersim de 1937–1938. Este evento tuvo un impacto profundo en la estructura demográfica y social de la región.

3. ESTRUCTURA ÉTNICA Y RELIGIOSA

Históricamente, la población de Dersim ha estado compuesta predominantemente por zazas y kurdos. Grupos minoritarios como armenios y circasianos también han vivido en la región. Religiosamente, Dersim es un importante centro de la fe aleví en Turquía. A diferencia del alevismo clásico, el alevanismo dersim está profundamente entrelazado con tradiciones sociales, etnoculturales y locales. Los elementos centrales incluyen el sistema ocak, las relaciones dede-talip, los rituales cem y los gülbanks.

4. COCINA DERSIM

1. Cocina basada en la naturaleza y vegetales: La cocina dersim, moldeada por su geografía montañosa y pasado seminómada, enfatiza platos simples, nutritivos y naturales. El consumo de carne es limitado; Se usan comúnmente legumbres, hierbas silvestres (como Heliz, Mende, Gulik), bulgur y yogur. Las comidas preparadas con ingredientes de temporada y locales reflejan una tradición cultural económica y sostenible.

2. Platos locales destacados: • Zirfet (Zerefet) • Shorbik • Plato Gulik • Siron (Sırın) • Patila (pan plano relleno)/ Pan aceitoso • Bosmoze

3. Cultura de la Comida Comunitaria: La cultura alimentaria de Dersim se basa no solo en la alimentación, sino también en el intercambio, la unidad social y el trabajo colectivo. Las comidas comunitarias (por ejemplo, bodas, funerales, ceremonias cem) son muy valoradas y requieren una preparación conjunta. Respetar a los mayores, ofrecer a los vecinos y compartir bocados son expresiones de la fe aleví y la solidaridad comunitaria.

"La historia de un plato: Plato Gulik" Actividad

◆ 1. Informe (5 min): "El gulik es una hierba silvestre que se recolecta en primavera en Dersim y es muy apreciada por los lugareños. Normalmente se saltea con huevo, harina y cebolla. Este plato refleja el vínculo con la naturaleza y la preparación comunitaria."

◆ 2. Tarea: Contar – Actuar – Interpretar (20 min) Los grupos representan o narran el proceso de preparación del plato Gulik—quizá como una escena con una abuela pasando una receta.

◆ 3. Presentaciones (5–10 min) Los grupos presentan de forma creativa. Los estilos pueden incluir narración, juegos de rol o dramatización.

🧠 Preguntas de evaluación: 1. ¿Qué sentiste al describir este plato, más allá de enumerar los ingredientes? 2. ¿Por qué crees que siguen siendo importantes estos platos tradicionales?

🎓 Resultados de aprendizaje: • Comprende la cultura de vida respetuosa de la naturaleza de Dersim • Desarrolla la expresión oral y la dramatización creativa • Experimenta cómo la cultura se transmite a través de generaciones

◆ 5. TEMAS CULTURALES

1. Creencia y cultura de la peregrinación:
 - Alevismo y sistemas de creencias locales (Raa Haqi, Ocaklar)
 - Relaciones Dede-talip
 - Lugares sagrados y peregrinación (Düzgün Baba, Manantiales Munzur, visitas a Khidr)
 - Rituales de sacrificio, cem y gülbank
2. Naturaleza y ecología:
 - Santidad de la naturaleza (árboles, agua, montañas)
 - Creencia en no dañar a los seres vivos
 - Vínculos simbólicos con las montañas y ríos Munzur
 - Dietas y producción ecológicamente adecuadas
3. Cultura oral y música:
 - Dichos, deyiş, kılam, stran, dilok
 - Tradiciones narrativas y bardos (dengbêj)
 - Mitologías (por ejemplo, leyendas de Koçgiri, Munzur)
 - Instrumentos tradicionales (tembûr, erbane)
4. Cultura y papel de la mujer:
 - Papel de la mujer en la vida diaria y la producción
 - Rasgos culturales con trazas matriarcales
 - Figuras y mitos femeninos sagrados
 - Vestimenta tradicional, adornos para el cabello y artesanía

5. Migración, memoria e identidad:
 - Efectos culturales de las migraciones forzadas tras 1937–38
 - Espacios de memoria y transmisión del trauma colectivo
 - Preservación cultural durante el exilio
 - Reconstruyendo la identidad de Dersim en la era moderna
6. Vestimenta tradicional y artesanía:
 - Tocados de mujer, ropa colorida, joyería de plata
 - Tejido de alfombras y alfombras
 - Artesanía en piedra y arquitectura vernácula

Geografía y características generales

Dersim, actualmente conocida como Tunceli, se encuentra en la región de Anatolia Oriental de Turquía, dentro de la cuenca del Alto Éufrates. Limita con Bingöl (este), Elazığ (oeste), Erzincan (norte) y Malatya (sur). Su superficie es de aproximadamente 7.774 km², con una población inferior a la media de Turquía.

Terreno montañoso:

La característica geográfica más destacada de la región es su terreno montañoso y accidentado. Las montañas Munzur (con un pico de unos 3.300 m), junto con las cordilleras Mercan y Karasor, forman su columna vertebral. Este paisaje ha convertido históricamente a Dersim en un área aislada y protegida.

Ríos y fuentes de agua:

Dersim es rica en recursos hídricos. Los arroyos Munzur, Pülümür y Peri son ríos principales. Manantiales sagrados y pintorescos como Munzur Gözeleri tienen importancia cultural y geográfica. Estas aguas apoyan la agricultura y desempeñan un papel en rituales espirituales.

Asentamientos rurales y trashumancia:

Las aldeas suelen estar situadas en laderas montañosas y organizadas en torno a la ayuda mutua. Debido a los desafíos de transporte, estas comunidades desarrollan sólidos sistemas internos de apoyo. En algunas zonas, la trashumancia (migración estacional de ganado) todavía se practica.

Clima:

Dersim tiene un clima continental con inviernos fríos y nevados y veranos calurosos y secos. Incluso en verano, las altitudes altas permanecen frescas, favoreciendo cultivos resistentes como garbanzos, lentejas y trigo.

Actividad final: Panel de mosaico

1. Cada grupo recibe un 'Panel de Cultura Dersim' en blanco con seis temas principales: Creencia y Peregrinaciones, Naturaleza y Ecología, Música y Cultura Oral, Cultura de la Mujer, Migración e Identidad, y Geografía y Vida. Cada sección tiene 3 ranuras en blanco que representan piezas de información.
2. Búsqueda de información: Los grupos recorren el aula o las estaciones recogiendo "Tarjetas de Información" con definiciones, imágenes, dichos o breves explicaciones.

 Cartas de ejemplo:

- "Montaña sagrada en Dersim" → Düzgün Baba

- "Hierba recolectada salteada y comida" → Gulik
- "Adorno para el cabello para mujeres" → bufanda con borlas
- "Término para ayuda mutua inter-aldea" → Rêê o destê
- "Inviernos fríos, veranos calurosos y secos" → Características climáticas

Objetivo: ¡Encuentra las cartas correctas y colócalas en las secciones del panel correcto!

3. Completar y presentar el panel: Cada grupo finaliza y presenta su panel, explicando por qué cada ficha informativa se colocó bajo su encabezado.

Módulo 9 — Cooperativismo Social

Tema del módulo:

Cooperativismo Social: Beneficio Social y Sostenibilidad Económica Este módulo tiene como objetivo enseñar a los participantes los fundamentos del cooperativismo social, su funcionamiento y métodos para generar beneficio social. Explorará cómo las cooperativas sociales pueden fomentar el cambio en la sociedad y cómo pueden establecerse dichas cooperativas.

Objetivos del módulo:

- **Explicando la conexión entre el cooperativismo y el cambio social:** Permitir a los participantes entender cómo las cooperativas sociales ofrecen soluciones a problemas sociales mientras generan beneficios económicos.
- **Enseñando los principios básicos de las cooperativas sociales:** Informar a los participantes sobre las etapas de establecimiento y los procesos de gestión de las cooperativas sociales y cómo siguen siendo sostenibles.
- **Crear conciencia social:** Animar a los participantes a ser sensibles a los problemas sociales y a colaborar en el desarrollo de proyectos que beneficien a la sociedad.

Resultados de aprendizaje:

1. **Comprensión profunda del cooperativismo y el cooperativismo social:** Los participantes comprenderán las diferencias entre cooperativas tradicionales y sociales y comprenderán el potencial de las cooperativas sociales para crear valor social.
2. **Plan de Establecimiento de Cooperativas Sociales:** Los participantes aprenderán sobre el proceso de establecimiento de cooperativas sociales y desarrollarán y presentarán ideas de cooperativas sociales en pequeños grupos.
3. **Soluciones creativas a problemas sociales:** Los participantes desarrollarán propuestas concretas de soluciones a problemas sociales a través de cooperativas sociales y generarán ideas para el cambio social mediante la cooperación y las asociaciones.

PROGRAMACIÓN

| Tiempo | Contenido |
|-------------|---|
| 10:00-10:30 | ¿Qué es el cooperativismo? Definición e historia del cooperativismo |
| 10:30-11:00 | ¿Tipos de cooperativas? ¿Importancia del cooperativismo? |
| 11:00-12:00 | ¿Qué es el cooperativismo social? ¿Sus características y diferencias? |
| 12:00-12:30 | Ejemplos de cooperativismo social en el mundo |
| 12:30-13:30 | Descanso para comer |
| 13:30-14:30 | Actividad |

¿QUÉ ES EL COOPERATIVISMO?

El cooperativismo es un modelo de organización económica y social en el que los individuos trabajan juntos en solidaridad para satisfacer sus necesidades comunes. A diferencia del capitalismo, que se basa en la competencia individual, las cooperativas enfatizan la solidaridad colectiva y el reparto justo.

Definición e historia

El cooperativismo surgió tras la Revolución Industrial como un medio para que trabajadores y productores protegieran sus derechos frente a los propietarios de capital. La primera cooperativa moderna exitosa fue fundada en 1844 en Rochdale, Inglaterra, por un grupo de trabajadores textiles conocidos como los "Pioneros de Rochdale". Establecieron los principios fundamentales del cooperativismo.

Características clave:

1. **Membresía voluntaria y abierta:** Abierta a todos, la participación es voluntaria.
2. **Control democrático:** Las decisiones se toman bajo el principio de "un miembro, un voto".
3. **Participación económica de los miembros:** Los miembros contribuyen económicamente y los beneficios se utilizan para la sostenibilidad cooperativa.
4. **Autonomía e independencia:** Las cooperativas son gestionadas por sus miembros y actúan de forma independiente.
5. **Educación e información:** Se ofrece educación continua a los miembros sobre cooperativismo.
6. **Responsabilidad Social:** Las cooperativas contribuyen al desarrollo comunitario y promueven la solidaridad.

TIPOS DE COOPERATIVAS

1. **Cooperativas de Consumidores:** Ofrecer bienes y servicios asequibles (por ejemplo, cooperativas de mercado).
2. **Cooperativas de productores:** Apoyar a los pequeños productores con ventajas de comercialización y costes (por ejemplo, cooperativas agrícolas).
3. **Cooperativas de crédito y finanzas:** Ofrecen préstamos y apoyo financiero a bajo interés.
4. **Cooperativas de servicios:** Operan en áreas como educación, salud y transporte.
5. **Cooperativas sociales:** Fundadas para integrar a grupos desfavorecidos en la sociedad y generar beneficios sociales.

IMPORTANCIA DEL COOPERATIVISMO

- **Empoderamiento económico:** Proporciona beneficios económicos a productores y consumidores.
- **Solidaridad social:** Mejora la cooperación y reduce las desigualdades.
- **Desarrollo local:** Fortalece las economías regionales apoyando la producción local.
- **Sostenibilidad:** Fomenta modelos a largo plazo que preservan los recursos naturales.

¿QUÉ ES EL COOPERATIVISMO SOCIAL?




El cooperativismo social es un modelo cooperativo que prioriza el beneficio social junto con la actividad económica. A diferencia de las empresas orientadas al lucro, las cooperativas sociales tienen como objetivo apoyar a grupos desfavorecidos, resolver problemas sociales y promover la justicia social.

Este modelo se utiliza para integrar grupos como personas con discapacidad, mujeres, refugiados y jóvenes desempleados en la vida económica y social. Las cooperativas sociales se están expandiendo rápidamente a nivel global y se consideran herramientas importantes para alcanzar los objetivos de desarrollo sostenible.

Importancia:

- **Apoyo a grupos desfavorecidos:** Ofrece empleo y seguridad social a personas con discapacidad, desempleados de larga duración, mujeres y refugiados.
- **Solidaridad social:** Anima a las personas a unirse en torno a un objetivo común.
- **Desarrollo local:** Promueve la producción local y el desarrollo regional.
- **Modelo de negocio sostenible:** Reinvierte el beneficio en la sociedad, creando un impacto a largo plazo.

ACTIVIDAD 1: Ejercicio grupal basado en roles

1. **Robar una carta de personaje (2 minutos)** Cada participante/grupo recibe un personaje:
2.  Mujer refugiada
3. Persona con discapacidad
4.  Joven desempleada
5. Juventud rural
6. Graduado de instituto
7. **Recibe una tarjeta de escenario (2 minutos)** El facilitador lee un escenario de vida: *"El desempleo está aumentando en tu ciudad. Los servicios sociales son insuficientes. Un grupo de ciudadanos quiere crear una solución a través de la solidaridad."*
8. **"¿Qué es lo difícil para mí?" (3 minutos)** Cada participante reflexiona en su carácter: *"Lo más difícil para mí ahora mismo es..."*
9. **"¿Qué tipo de apoyo cambiaría mi vida?" (5 minutos)** Los participantes proponen una idea socialmente solidaria o emprendedora (se requiere solidaridad y sostenibilidad, sin mencionar necesariamente las cooperativas).  Ejemplos:
10. "Si se abriera una guardería para mujeres, podría ir a trabajar."
11. "Si se abriera un taller para personas con discapacidad, podría trabajar y socializar."
12. "Si los jóvenes rurales cultivan productos juntos, podemos empoderarnos económicamente."
13. **Presentación y Revisión de Impacto (5–8 minutos)** Cada grupo presenta su solución, seguida de respuestas a:
14. *"¿Qué idea escuché que tendría el mayor impacto en la vida real?"*
15. *"¿Qué más se podría añadir a la solución de mi personaje?"*

CONTRIBUCIONES DE LAS COOPERATIVAS SOCIALES A LA ECONOMÍA LOCAL

Las cooperativas sociales contribuyen de manera significativa tanto al crecimiento económico como a la mejora social a nivel local. Sus ventajas incluyen:

| Crterios | Cooperativas tradicionales | Cooperativas sociales |
|-----------------------------|---|--|
| Objetivo principal | Beneficio económico para los miembros | Beneficio social y apoyo a grupos desfavorecidos |
| Membresía | Normalmente una profesión o sector específico | Una base más amplia que incluye voluntarios y sociedad civil |
| Participación en beneficios | Los beneficios pueden distribuirse entre los miembros | La mayoría reinvertió en proyectos sociales y sostenibilidad |
| Gobernanza | Demócrata ("un miembro, un voto") | Gobernanza democrática + orientada a la responsabilidad social |
| Áreas de enfoque | Agricultura, comercio, producción | Servicios sociales, educación, medio ambiente, cultura, empleo |
| Apoyo público | Acceso a incentivos cooperativos generales | Mayor acceso a subvenciones, fondos para empresas sociales y apoyo público-privado |

EJEMPLOS DE COOPERATIVAS SOCIALES

- Italia – Cooperativas Sociales Tipo B** Estas cooperativas tienen como objetivo emplear a personas desfavorecidas (por ejemplo, personas con discapacidad, exconvictos, supervivientes de adicciones). Apoyan tanto la actividad económica como la integración social.
- Cooperativa de la Aldea Turquía – Bademler** Con sede en İzmir, esta cooperativa apoya la producción agrícola y organiza actividades culturales y sociales. Proyectos como el teatro y centro cultural del pueblo destacan su dimensión social.
- Brasil – Coopa-Roca (Cooperativa de Solidaridad de Mujeres)** Ubicada en Río de Janeiro, Coopa-Roca apoya a mujeres de bajos ingresos que producen y venden artesanía. Esto les empodera económicamente y fortalece los lazos sociales en la comunidad.
- Mondragón en el País Vasco** es una federación de cooperativas de trabajadores situada en la región vasca de España. Es reconocida por combinar la producción industrial, las finanzas y la educación, ofreciendo empleo estable y fomentando el desarrollo comunitario mediante una gestión democrática y beneficios compartidos.

ACTIVIDAD 2: DISEÑAR UNA COOPERATIVA SOCIAL

Paso 1: Identificar el problema (10 minutos) Cada grupo selecciona un tema social a abordar (por ejemplo, empleo de mujeres, inclusión de personas con discapacidad, contaminación ambiental, apoyo a productores locales). Los grupos reciben una "Plantilla de Plan Cooperativo":

Plantilla de Plan Cooperativo:

- Nombre de la cooperativa:
- Problema social que quieres resolver:
- Área de actividad: (por ejemplo, agricultura, textiles, reciclaje, educación)
- ¿Quiénes serán miembros? (por ejemplo, mujeres, jóvenes, personas con discapacidad)

5. Productos o servicios que ofrecerás:

6. ¿Cómo vas a utilizar los ingresos? (¿Cómo beneficiará a la comunidad?)

Paso 2: Presentación (10 minutos) Cada grupo presenta su modelo cooperativo en 2–3 minutos.

Paso 3: Evaluación y discusión (10 minutos) El formador dirige una discusión con preguntas como:

- *"¿Qué se necesitaría para que esta cooperativa fuera realmente sostenible?"*
- *"¿Crees que estas ideas son aplicables en la vida real?"*

Módulo 10 — Municipalismo basado en la solidaridad

TEMA DEL MÓDULO

Prácticas municipales basadas en la solidaridad: Desarrollo de políticas de los gobiernos locales que sean sensibles a las necesidades de la comunidad, promuevan la igualdad de género, apoyen la sostenibilidad medioambiental y garanticen la justicia económica.

Relaciones municipales y públicas: Comunicación directa entre municipios y ciudadanos, con procesos de toma de decisiones participativos.

OBJETIVOS DEL MÓDULO

- Promover un enfoque de gobernanza participativa a nivel local.
- Apoyar el desarrollo de proyectos que respondan a las necesidades de las comunidades locales.
- Integrar la economía solidaria y el cooperativismo en la gobernanza local.
- Mejorar la capacidad de los gobiernos locales para implementar prácticas basadas en la justicia social y la igualdad.
- Involucrar activamente a los ciudadanos en los procesos de toma de decisiones.

POSIBLES RESULTADOS

- Modelos de Participación Local: Nuevos modelos emergentes que mejoran la cooperación entre municipios y ciudadanos, aumentando la transparencia en la toma de decisiones.
- Igualdad de género: Políticas que promueven la igualdad de género y aumentan la participación de las mujeres en la gobernanza local.
- Proyectos de Desarrollo Sostenible: Implementación de proyectos ecológicos, sostenibles y económicamente accesibles a nivel local.
- Cooperativismo y Economía Solidaria: Apoyo a las cooperativas locales y difusión de modelos de negocio basados en la solidaridad.
- Desarrollo de los Servicios Sociales: Mejora de los servicios sociales para grupos desfavorecidos por parte de los municipios.

PARTE 1 — ¿POR QUÉ NOS ORGANIZAMOS?

La organización es una herramienta vital para que las personas se unan y formen alianzas para crear un cambio social más efectivo. La historia nos muestra que las transformaciones más significativas en la sociedad — desde los movimientos por los derechos laborales hasta el sufragio femenino, desde las protecciones medioambientales hasta los derechos civiles — no ocurrieron por accidente. Fueron el resultado de que la gente eligiera deliberadamente unirse, coordinarse y actuar colectivamente.

Pero, ¿por qué importa la organización a nivel local? Porque las comunidades son donde ocurre la vida diaria. La calidad de tus calles, el acceso a guarderías, la seguridad de tu barrio, la disponibilidad de empleos: todo esto está influenciado por decisiones locales. Cuando los ciudadanos no están organizados, estas decisiones se toman por ellos, no con ellos.

Estas son las razones clave por las que organizar no solo es importante — es necesario:

1. Tener una voz fuerte

Una sola persona que pida a un ayuntamiento que repare una farola rota puede ser ignorada. Se escucharán cien residentes organizados exigiendo una mejora completa de la iluminación pública. La organización amplifica las voces individuales en una demanda colectiva que los responsables políticos no pueden pasar por alto.

Ejemplo real: en Barcelona, España, la Plataforma de Afectados por la Hipoteca organizó a cientos de familias que enfrentaban el desahucio. Mediante acciones colectivas, presionaron a los gobiernos locales y nacionales para que aprobaran protecciones de vivienda que beneficiaran a miles. Su voz se volvió imposible de ignorar precisamente porque era colectiva.

2. Para alcanzar objetivos comunes

Las comunidades comparten necesidades — espacios públicos seguros, escuelas de calidad, atención sanitaria accesible, entornos limpios. La organización permite a las personas identificar estos objetivos comunes y trabajar sistemáticamente hacia ellos, en lugar de esperar a que las instituciones actúen por sí mismas.

Ejemplo: en Mondragón, en el País Vasco, los trabajadores en los años 50 se organizaron en torno a un objetivo común: crear empleo digno y estable en una economía de posguerra. Esta visión colectiva dio origen a la Corporación Cooperativa Mondragón, hoy una de las mayores empresas de propiedad obrera del mundo, que emplea a más de 80.000 personas.

3. Solidaridad y apoyo mutuo

Organizarse crea redes de ayuda mutua. Cuando un vecino pierde su empleo, cuando una familia no puede permitirse la comida, cuando un anciano no tiene a nadie que le cuide — las comunidades organizadas pueden responder más rápido y de forma más humana que las instituciones burocráticas.

Ejemplo: Durante la pandemia de COVID-19, surgieron cientos de redes de ayuda mutua vecinal en ciudades como Madrid, Bilbao y Pamplona. Los voluntarios organizaron la distribución de alimentos, la entrega de medicamentos y el apoyo emocional a los residentes aislados — a menudo más rápido que los servicios oficiales.

4. Justicia Social e Igualdad

La organización es una herramienta para que quienes más están marginados recuperen sus derechos. Sin organización, las desigualdades se arraigan — el poderoso beneficio del statu quo, mientras que los vulnerables quedan cada vez más atrás.

Dato: Según el Instituto Europeo para la Igualdad de Género (EIGE), las mujeres siguen estando subrepresentadas en la toma de decisiones políticas locales en casi todos los Estados miembros de la UE. Los grupos organizados de defensa —como los consejos de mujeres y las asambleas feministas— han sido los principales motores del cambio en ciudades que han logrado una gobernanza equilibrada en cuanto a género.

5. Para obtener poder político y económico

Los ciudadanos desorganizados son fáciles de ignorar. Los ciudadanos organizados — que votan, que acuden a audiencias públicas, que hacen campaña, que construyen alternativas económicas — tienen una influencia real sobre los sistemas políticos y económicos.

Ejemplo: En Jackson, Mississippi (EE.UU.), la organización Cooperation Jackson construyó una red de cooperativas de trabajadores y granjas urbanas para crear poder económico para las comunidades

negras de clase trabajadora que habían sido sistemáticamente excluidas de la economía formal. Al combinar la organización económica con la defensa política, cambiaron los términos del debate en la gobernanza local.

6. Educación y Concienciación

La organización también es un espacio para el aprendizaje colectivo. Las personas aprenden sus derechos, comprenden los sistemas de poder, desarrollan habilidades de liderazgo y fomentan el pensamiento crítico a través de la participación en comunidades organizadas.

Reflexión para los facilitadores: Esto es especialmente relevante para los grupos objetivo del proyecto EGG: mujeres migrantes y jóvenes, que a menudo se enfrentan a barreras estructurales para acceder a información sobre sus derechos, servicios disponibles y vías de participación cívica.

7. Para satisfacer las necesidades

A veces el estado no proporciona servicios esenciales. Las comunidades organizadas pueden cubrir estas carencias: crear guarderías comunitarias, bancos de alimentos, formación en idiomas, redes de emparejamiento de empleo y más.

Ejemplo: En las zonas rurales de Turquía, las cooperativas de mujeres han organizado redes informales de cuidado infantil, permitiendo a las madres reincorporarse al empleo mientras comparten colectivamente los costes del cuidado infantil, una necesidad que el Estado no había abordado.

8. Para crear un cambio social

En su nivel más profundo, organizar consiste en transformar el mundo. Todo movimiento social que ha cambiado una ley, alterado una norma o creado una nueva institución comenzó con personas organizadas decidiendo que el statu quo no era aceptable.

Declaración colectiva: Organizar no es un lujo. Es el motor de la democracia. La acción colectiva es esencial para el desarrollo y progreso de las comunidades — y para la supervivencia de una sociedad justa.

◆ PARTE 2 — ¿QUÉ ES EL MUNICIPALISMO BASADO EN LA SOLIDARIDAD?

El municipalismo basado en la solidaridad es un enfoque en el que los gobiernos locales responden a las necesidades sociales de manera equitativa, justa y sostenible, en colaboración activa con el público. Bajo este modelo, los municipios no son simplemente organismos administrativos que gestionan carreteras y permisos, sino actores políticos que trabajan junto a los ciudadanos para resolver problemas sociales, redistribuir recursos y construir poder democrático desde abajo.

Este modelo va más allá de la prestación de servicios proporcionados por el Estado. Permite a los ciudadanos desarrollar sus propias soluciones, construir instituciones económicas alternativas y participar de manera significativa en la gobernanza — allanando el camino para ciudades y pueblos más democráticos y centrados en el ser humano.

El municipalismo basado en la solidaridad se nutre de varias tradiciones intelectuales y políticas:

- Confederalismo democrático (tal como lo teorizó Abdullah Öcalan y se practicó en Rojava/norte de Siria)
- Municipalismo libertario (desarrollado por Murray Bookchin)
- Municipalismo feminista (tal como se practica en ciudades como Barcelona y Valencia)
- El movimiento cooperativo (basado en los Principios de Rochdale de 1844)

Características clave del municipalismo basado en la solidaridad

| Característica | Descripción |
|--|---|
| Participación y democracia | Los ciudadanos son co-creadores activos de políticas locales, no receptores pasivos |
| Solidaridad y apoyo mutuo | Se reconocen y apoyan las redes comunitarias de ayuda |
| Economía local y cooperativismo | Las decisiones económicas sirven al bienestar comunitario, no a la extracción de beneficios |
| Responsabilidad Social y Medioambiental | La acción local está vinculada a los objetivos globales de sostenibilidad |
| Servicios orientados a las necesidades de la comunidad | Los servicios están diseñados con y para grupos marginados |

Objetivos del Municipalismo Basado en la Solidaridad

- Implementar políticas justas y equitativas a nivel local.
- Fomentar la participación y cooperación comunitaria.
- Garantizar la justicia social a través de las instituciones municipales.
- Promover el desarrollo local y la sostenibilidad económica.
- Crear ciudades habitables, conscientes del medio ambiente e inclusivas en cuanto a género.

PARTE 3 — LOS NUEVE PILARES DEL MUNICIPALISMO BASADO EN LA SOLIDARIDAD

Pilar 1 — Gobernanza Participativa

El municipalismo basado en la solidaridad sitúa la participación ciudadana en el centro de toda la toma de decisiones. Los municipios van mucho más allá de los roles burocráticos: crean activamente espacios, herramientas y procesos para que los ciudadanos influyan en las políticas.

Cómo se ve en la práctica:

- Presupuesto participativo: Los ciudadanos votan sobre cómo se gasta una parte del presupuesto municipal. Originalmente desarrollado en Porto Alegre, Brasil, en 1989, el presupuesto participativo se ha adoptado en más de 11.000 ciudades de todo el mundo, incluyendo Sevilla y Pamplona.
- Asambleas ciudadanas: selecciones aleatorias de residentes deliberan sobre cuestiones clave (clima, vivienda, transporte) y hacen recomendaciones vinculantes o consultivas a los ayuntamientos locales.
- Reuniones públicas del consejo: Sesiones ordinarias donde cualquier ciudadano puede intervenir, proponer y votar.
- Plataformas de participación digital: Herramientas como Decidim (desarrollado en Barcelona) permiten a los residentes proponer, debatir y co-crear políticas en línea.

Evidencia: Un informe de la OCDE de 2021 sobre gobernanza participativa encontró que el presupuesto participativo aumenta la confianza cívica, reduce la corrupción y dirige los recursos de forma más eficiente hacia los barrios marginados. En Sevilla, el presupuesto participativo llevó a priorizar infraestructuras accesibles en barrios que llevaban décadas sistemáticamente infrafinanciados.

Pilar 2 — Servicios Equitativos y Justos

Este modelo aboga por la igualdad de derechos para todos los ciudadanos y una distribución equitativa de los servicios municipales. De forma crucial, la equidad no es lo mismo que la igualdad: la equidad significa otorgar más recursos a quienes tienen mayores necesidades, para lograr resultados justos.

Los grupos de prioridad suelen incluir:

- Las mujeres, especialmente las supervivientes de violencia de género
- Personas mayores que viven solas
- Hijos de familias de bajos ingresos
- Personas con discapacidad
- Migrantes y solicitantes de asilo
- Personas LGBTQ+ que sufren discriminación

Ejemplos de servicios municipales equitativos:

- Asistencia jurídica municipal gratuita para supervivientes de violencia doméstica — que se practica en ciudades como Bilbao (Bizkaia) y Vitoria-Gasteiz.
- Programas universales de material escolar básico en los municipios de Navarra, asegurando que ningún niño empiece la escuela sin materiales debido a la pobreza.
- Programas municipales de residencia asistida que combinan financiación pública con redes de voluntarios para apoyar a los ancianos que desean permanecer en sus propios hogares.

Principio clave: Los servicios deben diseñarse con las comunidades a las que sirven, no simplemente entregarse a ellas. Esto requiere evaluaciones de necesidades comunitarias, talleres de co-diseño y mecanismos de retroalimentación continuos.

Pilar 3 — Solidaridad Social y Apoyo Mutuo

El municipalismo basado en la solidaridad reconoce e institucionaliza las redes informales de atención y apoyo que las comunidades ya crean — asociaciones vecinales, grupos de ayuda mutua, redes de voluntariado — y les proporciona recursos, legitimidad e infraestructura.

Ejemplos:

- Grupos de solidaridad vecinal (Grupos de Apoyo Vecinal): Subvenciones municipales a asociaciones vecinales que proporcionan alimentos de emergencia, apoyo en facturas de servicios y acompañamiento social a familias vulnerables.
- Bancos de tiempo (Bancos de Tiempo): Sistemas municipales donde los residentes intercambian servicios — horas de cuidado infantil por horas de jardinería, clases particulares de idiomas para clases de cocina — construyendo resiliencia económica fuera del mercado.
- Frigoríficos comunitarios (Neveras Solidarias): Apoyo municipal a los frigoríficos públicos donde los vecinos comparten excedentes de comida — reduciendo el desperdicio de alimentos mientras abordan la inseguridad alimentaria. Activo en más de 40 ciudades españolas hasta 2023.

Evidencia: Una investigación de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU) sobre redes de ayuda mutua en el País Vasco encontró que las comunidades con redes de solidaridad activas mostraron tasas de aislamiento social un 30% menores entre los residentes mayores y puntuaciones de bienestar significativamente más altas reportadas.

Pilar 4 — Desarrollo Local Sostenible

El municipalismo basado en la solidaridad considera la sostenibilidad medioambiental no como un lujo, sino como una cuestión de justicia social. El cambio climático, la contaminación y el agotamiento de

recursos perjudican de forma desproporcionada a las comunidades de bajos ingresos y a los grupos marginados. El desarrollo local sostenible significa diseñar economías y servicios que puedan perdurar a largo plazo — para las futuras generaciones y para el planeta.

Iniciativas clave:

- Cooperativas municipales de energía renovable: Las comunidades invierten colectivamente en paneles solares, aerogeneradores o energía de biomasa, compartiendo tanto costes como beneficios. Ejemplo: Som Energia, una cooperativa de energías renovables con sede en Girona (Cataluña), cuenta ahora con más de 80.000 miembros en toda España.
- Programas municipales de residuos cero: Los municipios adoptan principios de economía circular — cafeterías de reparación, compostaje comunitario, intercambios de ropa — reduciendo los residuos de vertedero hasta en un 40% en ciudades piloto.
- Agricultura urbana comunitaria: Apoyo municipal a huertos comunitarios, granjas urbanas y agricultura ecológica periurbana, creando soberanía alimentaria y empleo verde.
- Movilidad sostenible: zonas libres de coches, infraestructuras ciclistas y transporte público subvencionado — especialmente importantes para los residentes sin vehículos privados (de forma desproporcionada mujeres, jóvenes y familias de bajos ingresos).

Referencia global: El Objetivo de Desarrollo Sostenible 11 de la ONU pide ciudades inclusivas, seguras, resilientes y sostenibles. El municipalismo basado en la solidaridad es uno de los marcos más concretos para implementar el ODS 11 a nivel local.

Pilar 5 — Cooperativismo y Economía Solidaria

La economía solidaria es una alternativa tanto a las economías estatales como al capitalismo explotador. Incluye cooperativas, sociedades de ayuda mutua, fideicomisos comunitarios de tierras, empresas sociales, redes de comercio justo y otros modelos que priorizan a las personas y al planeta por encima del beneficio.

Los gobiernos locales pueden promover activamente la economía solidaria a través de:

- Contratación preferencial: Adjudicación de contratos públicos a cooperativas locales y empresas sociales
- Subvenciones para startups y préstamos a bajo interés para empresas cooperativas
- Incubadoras de empresas cooperativas dentro de edificios municipales
- Apoyo legal y administrativo para el registro cooperativo

Ejemplos:

- Mondragón (País Vasco): Como se mencionó antes, la Corporación Cooperativa Mondragón sigue siendo la cooperativa de trabajadores más grande del mundo. La propia ciudad de Mondragón desarrolló políticas municipales que apoyaban el desarrollo cooperativo — demostrando que el gobierno local puede ser un facilitador fundamental de la economía cooperativa.
- Adquisiciones de trabajadores: En varios municipios españoles, los gobiernos locales han facilitado la conversión de empresas en crisis en cooperativas de trabajadores, salvando empleos y creando lugares de trabajo más democráticos. El programa KONFEKOOP del Gobierno Vasco ha apoyado decenas de estas transiciones.
- Cooperativas de mujeres en Turquía: En municipios del sureste de Turquía, las cooperativas lideradas por mujeres en tejido, producción alimentaria y servicios de cuidado se han convertido en actores económicos importantes — con apoyo municipal a través de la provisión de espacios, asistencia en marketing y formación.

Datos: Según CECOP (la Confederación Europea de Cooperativas de Trabajadores), hay más de 50.000 cooperativas de trabajadores en Europa, que emplean a más de 1,4 millones de personas. Las regiones con fuerte apoyo municipal a las cooperativas —como Emilia-Romaña en Italia y el País Vasco en España— muestran consistentemente tasas de desempleo más bajas y menor desigualdad de ingresos.

Pilar 6 — Servicios Sociales y Apoyo Comunitario

El acceso a servicios sociales de calidad es un derecho fundamental, pero los servicios sociales municipales suelen estar infrafinanciados, inaccesibles o diseñados sin la participación de las comunidades a las que sirven. El municipalismo basado en la solidaridad se compromete a transformar esto.

Áreas prioritarias para los servicios sociales municipales:

- Apoyo a la violencia de género: casas seguras, asistencia jurídica, apoyo psicológico, programas de reintegración laboral para supervivientes. El modelo Emakunde (Instituto Vasco de la Mujer) de apoyo municipal integrado está reconocido como una mejor práctica europea.
- Servicios de adicción y salud mental: enfoques comunitarios y no estigmatizantes, integrados en los barrios en lugar de en instituciones centralizadas.
- Educación infantil gratuita o subvencionada: Fundamental para facilitar el empleo de las mujeres y dar a los niños de entornos desfavorecidos un comienzo igualitario.
- Servicios públicos de salud accesibles: Incluyendo servicios multilingües para comunidades migrantes.
- Apoyo a la vivienda: Vivienda de emergencia, apoyo contra desahucios y programas de alquiler asequibles.

Ejemplo: El municipio de Vitoria-Gasteiz (capital del País Vasco y dos veces nombrada Capital Verde Europea) opera un modelo integrado de servicios sociales que combina una labor proactiva de la comunidad, equipos de apoyo multidisciplinarios y co-diseño ciudadano de la prestación de servicios. Este modelo ha reducido significativamente la falta crónica de vivienda y ha mejorado los resultados para las familias vulnerables.

Pilar 7 — Responsabilidad Medioambiental

Los municipios tienen control directo sobre muchos de los mecanismos medioambientales más importantes: planificación del uso del suelo, gestión de residuos, transporte público, normativa de construcción y espacios verdes. El municipalismo basado en la solidaridad abraza la responsabilidad medioambiental como inseparable de la justicia social.

Estrategias clave:

- Compras verdes: Municipios comprometidos a comprar únicamente bienes y servicios producidos de forma sostenible, reduciendo su huella de carbono mientras apoyan negocios éticos.
- Programas de bosques urbanos: Plantación sistemática de árboles en zonas urbanas, priorizando los barrios más expuestos al calor y de bajos ingresos (que son desproporcionadamente afectados por las islas de calor urbanas).
- Programas de pobreza energética: Garantizar que ningún hogar se quede sin calefacción ni electricidad — a menudo combinando reformas de eficiencia energética con protecciones de tarifas sociales.
- Educación ecológica en las escuelas: Integración de la alfabetización ambiental en los planes de estudio escolares locales y creación de clubes medioambientales, granjas urbanas y reservas naturales dentro del municipio.

Referencia: El Pacto de Alcaldes para el Clima y la Energía es una iniciativa europea que ha movilizado a más de 10.000 gobiernos locales para comprometerse a reducir las emisiones de CO₂, mejorar la eficiencia energética y adaptarse al cambio climático. Los municipios que se han adherido a este convenio e han integrado sus principios en una gobernanza basada en la solidaridad superan constantemente a otros en indicadores de sostenibilidad.

Pilar 8 — Seguridad Comunitaria

Los enfoques tradicionales de seguridad pública se centran en la vigilancia y la policía. El municipalismo basado en la solidaridad ofrece una filosofía diferente: la seguridad se construye a través de la comunidad, no del control.

Seguridad basada en la comunidad significa:

- Invertir en centros juveniles, instalaciones deportivas, espacios culturales y bibliotecas — reduciendo conductas de riesgo y fomentando la cohesión social.
- Apoyar programas de justicia restaurativa que abordan el daño sin depender únicamente de enfoques punitivos.
- Crear patrullas de seguridad comunitaria — voluntarios formados que acompañan a residentes vulnerables por la noche, vigilan los espacios públicos y desescalan conflictos.
- Diseñar espacios urbanos que se sientan seguros para todos: calles bien iluminadas, líneas de visión abiertas, plantas bajas activas, espacios públicos acogedores.
- Abordando las causas profundas de la inseguridad: desempleo, precariedad en la vivienda, aislamiento social, discriminación.

Evidencia: Un estudio del Urban Institute (2019) encontró que las ciudades que invirtieron en programas comunitarios de prevención de la violencia experimentaron reducciones un 60% mayores en la delincuencia violenta en comparación con las ciudades que solo aumentaron la policía. La inversión comunitaria —en personas, espacios y relaciones— es la estrategia de seguridad a largo plazo más eficaz.

Pilar 9 — Justicia Social e Igualdad

Cada pilar del municipalismo basado en la solidaridad sirve, en última instancia, a un único objetivo general: una sociedad justa e igualitaria. Esto significa trabajar activamente para dismantelar las estructuras —económicas, políticas, culturales— que generan desigualdad.

En la práctica, esto significa:

- Diseño de políticas interseccionales: Reconocer que las personas experimentan múltiples identidades superpuestas (mujer + migrante + de bajos ingresos + discapacitados) y diseñar políticas que aborden estas intersecciones.
- Presupuestos sensibles al género: Analizar el presupuesto municipal desde una perspectiva de género para garantizar que los recursos se distribuyan de manera equitativa entre mujeres y hombres.
- Políticas municipales antirracistas: Creación de servicios culturalmente sensibles, lucha contra la discriminación en la vivienda, apoyo a la participación cívica multilingüe.
- Inclusión de personas con discapacidad: Principios de diseño universal aplicados a toda la infraestructura y servicios municipales.
- Participación juvenil: Crear vías estructuradas para que los jóvenes — incluidos consejos juveniles, aprendizajes en el gobierno local y proyectos liderados por jóvenes — participen en la gobernanza.

Cita para reflexionar: "La ciudad no es un problema que deba gestionarse. Es una posibilidad para imaginar — juntos." — Ada Colau, alcaldesa de Barcelona (2015–2023), una de las defensoras más destacadas del municipalismo basado en la solidaridad en Europa.

PARTE 4 — CONCLUSIÓN: LA INTERSECCIÓN ENTRE EL MUNICIPALISMO Y EL BIENESTAR SOCIAL

La conexión entre el municipalismo basado en la solidaridad y el bienestar social no es accidental — es estructural. Cuando los gobiernos locales adoptan una gobernanza participativa, invierten en economías cooperativas y diseñan servicios para los más vulnerables, crean las condiciones para que las comunidades puedan prosperar.


Esto no es una visión utópica. Es una práctica probada — probada en las calles de Barcelona, las cooperativas de Mondragón, los huertos comunitarios de Estambul, las redes de ayuda mutua de Bilbao y los presupuestos participativos de Porto Alegre. Ahora está ocurriendo un municipalismo basado en la solidaridad, construido por gente corriente que decidió que sus comunidades merecían algo mejor.


En la intersección de la solidaridad, la democracia y la conciencia ecológica reside la base de la sociedad que queremos construir: más justa, más igualitaria y más sostenible.

La cuestión no es si es posible. La pregunta es: ¿por dónde empezamos?

La respuesta, siempre, está aquí. En esta habitación. Con esta gente. Juntos.

ACTIVIDAD 1 — SIMULACIÓN DE PRESUPUESTOS PARTICIPATIVOS

 Tiempo total: 20–25 minutos

 **Objetivo:** Ofrecer a los participantes experiencia práctica en la toma de decisiones participativa, la asignación de recursos bajo restricciones y la aplicación de principios de solidaridad a desafíos reales de la comunidad.

Paso 1 — Formación del grupo (2 min)

Los participantes se dividen en pequeños grupos de 3 a 5 personas. Los grupos deberían estar mezclados —de diferentes edades, orígenes y géneros cuando sea posible— para simular la verdadera diversidad comunitaria.

Nota del facilitador: Si los participantes se conocen bien, animales a relacionarse más allá de sus grupos habituales de amistades. La gobernanza basada en la solidaridad requiere construir relaciones entre diferencias.

Paso 2 — Distribución de Escenarios (1 min)

Cada grupo recibe la misma carta de escenario:

"La participación de las mujeres en el empleo en vuestro barrio es muy baja — solo el 32% frente a una media nacional del 58%. El desempleo juvenil se sitúa en el 45%. Los residentes mayores informan de altos niveles de aislamiento social. La calidad ambiental del barrio está empeorando. Se te asigna un *presupuesto municipal de 100 unidades*. ¿Qué proyectos basados en la solidaridad priorizarías? No puedes gastar más de 100 unidades en total."

Paso 3 — Discusión y planificación (7–10 min)

Los grupos debaten, negocian y deciden juntos cómo asignar el presupuesto. No hay respuestas correctas o incorrectas, pero los grupos deben ser capaces de justificar sus elecciones utilizando principios de solidaridad.

Menú de ejemplo de proyectos (los grupos pueden elegir, modificar o inventar):

| Proyecto | Coste sugerido | Principio de solidaridad |
|--|----------------|---|
| Cooperativa de mujeres (producción/servicios) | 35 unidades | Justicia económica, igualdad de género |
| Centro de empleo y formación juvenil | 25 unidades | Justicia económica, seguridad comunitaria |
| Guardería del barrio | 20 unidades | Igualdad de género, equidad |
| Huerto comunitario y granja urbana | 10 unidades | Responsabilidad medioambiental, solidaridad |
| Talleres educativos (derechos, habilidades, salud) | 15 unidades | Educación y concienciación |
| Red de solidaridad voluntaria | 5 unidades | Apoyo mutuo |
| Programa de compañía para personas mayores | 10 unidades | Servicios equitativos |
| Café de reparación / centro de economía circular | 10 unidades | Sostenibilidad, economía local |
| Iluminación y espacios de seguridad comunitaria | 15 unidades | Seguridad basada en la comunidad |

Pregunta de desafío para grupos avanzados: "Un promotor local ha ofrecido financiar un nuevo centro comercial a cambio de una exención fiscal de 20 años. ¿Aceptarías? ¿Cuáles son los intercambios?"

Paso 4 — Compartir (5 min)

Cada grupo presenta su plan de asignación y la razón detrás de sus elecciones. Otros grupos escuchan y ofrecen puntos de solidaridad — aplaudiendo, usando tarjetas de votación o escribiendo comentarios positivos en post-its.

Después de que todos los grupos han presentado, el facilitador conduce una breve comparación:

- ¿Qué proyectos fueron elegidos por la mayoría de los grupos? ¿Por qué?
- ¿Qué proyectos se quedaron fuera? ¿Qué nos dice eso sobre nuestras prioridades?
- ¿Hubo sacrificios difíciles? ¿Cómo los resolvió el grupo?

🎯 Avances en el aprendizaje:

- Experiencia directa con la gobernanza participativa y la deliberación democrática
- Comprensión de los compromisos en la asignación de recursos
- Práctica en la aplicación de principios de solidaridad a decisiones concretas
- Habilidades en negociación, escucha y toma de decisiones colectivas
- Concienciación sobre la interseccionalidad: diferentes proyectos sirven a distintas comunidades

ACTIVIDAD 2 — UNA IDEA, UNA COMUNIDAD

🕒 Tiempo total: 15–20 minutos

🎯 **Objetivo:** Estimular el pensamiento creativo sobre soluciones basadas en la solidaridad y practicar la evaluación colectiva de ideas mediante el voto democrático.

Paso 1 — Preparación (1–2 minutos)

Cada participante recibe una pequeña tarjeta y un bolígrafo (o la actividad se realiza oralmente en círculo). El facilitador crea un ambiente cálido y abierto — este es un espacio para la imaginación, no para el juicio.

Paso 2 — La pregunta (1 min)

El facilitador plantea el reto:

"Si pudieras diseñar e implementar solo UN proyecto para apoyar simultáneamente el empleo de las mujeres, mejorar el bienestar juvenil y proteger el medio ambiente en tu barrio, ¿cuál sería?"

Se anima a los participantes a pensar con libertad. Recuérdales: no hay malas ideas en esta ronda.

Paso 3 — Respuestas individuales (5 min)

Cada participante escribe su idea en su tarjeta o la comparte verbalmente. El facilitador escribe todas las ideas en un flipchart o pizarra blanca. Algunos ejemplos extraídos de formaciones previas:

- "Crearía un mercado de artesanía dirigido por mujeres, con cuidado infantil en el lugar para que las madres puedan participar."
- "Transformaría un solar vacío en un huerto comunitario donde se formen a jóvenes desempleados como agricultores urbanos y vendan productos en un mercado local."
- "Abriría un taller comunitario de reparación donde los jóvenes aprendan habilidades técnicas mientras reparan y revenden bienes donados — reduciendo el desperdicio mientras crean empleo."
- "Lanzaría una cooperativa de catering liderada por mujeres que proporcione comidas calientes asequibles a vecinos mayores y colegios."
- "Construiría un centro comunitario con biblioteca, un espacio de coworking, una guardería y una cocina comunitaria — todo gestionado como una cooperativa."

Consejo para facilitadores: valida cada idea con entusiasmo. La diversidad de respuestas refleja la riqueza del conocimiento comunitario.

Paso 4 — Votación de Solidaridad (3 min)

Cada participante tiene 3 votos (pueden dar los 3 a una sola idea o distribuirlos entre varias ideas). La votación se realiza simultáneamente: levantando la mano, colocando pegatinas en el flipchart o usando papeletas de papel.

Los resultados se cuentan en voz alta, creando un momento de anticipación y compromiso colectivo.


Paso 5 — Resultados y reflexión profunda (5–7 min)

La idea más votada se discute en profundidad. El facilitador utiliza las siguientes preguntas para guiar la conversación:

1. ¿Por qué esta idea recibió más apoyo? ¿Qué valores o necesidades refleja?
2. ¿Con qué pilares del municipalismo basado en la solidaridad se alinea? (Consulte los nueve pilares)
3. ¿Quién se beneficiaría de este proyecto? ¿Están incluidos todos los grupos de la comunidad?
4. ¿Qué recursos se necesitarían para implementarlo? (personas, dinero, espacio, asociaciones)
5. ¿Qué obstáculos podrían surgir? ¿Cómo podrían la comunidad y el municipio superarlos juntos?

6. ¿Cuál sería el primer paso concreto? Si quisiéramos empezar este proyecto mañana, ¿qué haríamos?

Extensión opcional: Invita a los participantes a formar un "microgrupo de trabajo" en torno a la idea ganadora y esboza una propuesta de proyecto de una página para compartir con el resto del grupo — o incluso con una autoridad local real.

 Avances en el aprendizaje:

- Práctica en la resolución creativa de problemas dentro de un marco solidario
- Experiencia de toma de decisiones democrática y participativa
- Capacidad para conectar ideas individuales con principios colectivos
- Confianza para proponer, defender y perfeccionar ideas en un entorno grupal
- Comprensión de lo que significa dar el primer paso hacia el cambio comunitario

GLOSARIO DE CONCEPTOS CLAVE

| Término | Definición |
|----------------------------------|--|
| Presupuesto participativo | Un proceso democrático en el que los ciudadanos deciden directamente cómo asignar parte de un presupuesto público |
| Economía Solidaria | Un sistema económico basado en la cooperación, la ayuda mutua y el bienestar comunitario en lugar de la maximización del beneficio |
| Cooperativa | Una empresa propiedad y controlada democráticamente por sus trabajadores o miembros, que comparten beneficios y decisiones por igual |
| Interseccionalidad | El concepto de que las personas experimentan formas de discriminación solapadas (por ejemplo, basadas en género, raza o clase) que deben abordarse simultáneamente |
| Presupuestos sensibles al género | Analizar y rediseñar los presupuestos públicos para garantizar una distribución equitativa de los recursos entre mujeres y hombres |
| Ayuda mutua | Intercambio voluntario y recíproco de recursos y servicios dentro de una comunidad, basado en la solidaridad más que en la caridad |
| Confederalismo Democrático | Un modelo político que enfatiza la gobernanza local y de base, la liberación de género y la sostenibilidad ecológica |
| Urbanas comunes | Recursos compartidos gestionados colectivamente por una comunidad — parques, centros comunitarios, herramientas compartidas, huertos comunitarios |
| Empresa social | Un negocio que priorice objetivos sociales, medioambientales o comunitarios junto con o por encima del beneficio financiero |
| Gobernanza participativa | Un enfoque de gobierno que involucre activamente a los ciudadanos en el diseño, implementación y evaluación de políticas |

LECTURAS Y RECURSOS ADICIONALES

- Bookchin, M. (1991). La ecología de la libertad: la aparición y disolución de la jerarquía. Libros de la Rosa Negra.
- OCDE (2021). Cerrando la brecha de participación: Informe de la OCDE sobre gobernanza participativa.
- EIGE (2023). Igualdad de género en la política local: progreso y barreras en toda la UE. Instituto Europeo para la Igualdad de Género.

- UN-Habitat (2022). Informe Mundial de las Ciudades 2022: Visionando el futuro de las ciudades. Naciones Unidas.
- Plataforma Decidim: www.decidim.org — Plataforma de democracia participativa de código abierto utilizada por cientos de municipios en todo el mundo.
- CECOP-CICOPA Europa: www.cecop.coop — Confederación Europea de Cooperativas de Trabajadores.
- Mondragón Corporation: www.mondragon-corporation.com — Estudio de caso en economía cooperativa a gran escala.
- Ada Colau / Barcelona en Comú: www.bcnencomu.cat — Un ejemplo vivo de municipalismo feminista basado en la solidaridad en la práctica.

IV. Anexos — Kits de herramientas para talleres

Estos kits de herramientas listos para usar acompañan a los módulos. Imprime o copia para talleres, sesiones de planificación y autoevaluación.

Anexo 1 — Kit de herramientas administrativas y financieras (Módulo 2)

Presupuesto básico

| Punto | Categoría | Coste estimado | Notas |
|-------|-----------|----------------|-------|
|-------|-----------|----------------|-------|

Ingresos y gastos

| Fecha | Descripción | Categoría | Tipo (ingresos/gastos) | Cantidad | Pagado por |
|-------|-------------|-----------|------------------------|----------|------------|
|-------|-------------|-----------|------------------------|----------|------------|

Lista de verificación administrativa

| Tipo de documento | ¿Disponible? (Sí/No) | Ubicación de almacenamiento | Última actualización |
|-----------------------------|----------------------|-----------------------------|----------------------|
| Registro o acuerdo de grupo | | | |
| Acta de la reunión | | | |
| Presupuesto y rastreador | | | |
| Contratos de socios | | | |
| Informes, folletos, prensa | | | |
| Fotos y citas | | | |

Planificador de Rol y Tareas

| Función | Persona responsable | Tareas | Frecuencia | Fecha de inicio | Notas |
|---------|---------------------|--------|------------|-----------------|-------|
|---------|---------------------|--------|------------|-----------------|-------|

Partes interesadas








| Nombre | Organización | Función | Correo electrónico | Teléfono | Idioma preferido |
|--------|--------------|---------|--------------------|----------|------------------|
|--------|--------------|---------|--------------------|----------|------------------|

Anexo 2 - Kit de herramientas de visibilidad digital para talleres

Hoja de trabajo sobre la estructura de la narración

| Elemento de la historia | Pregunta guía | Tu historia |
|-------------------------|---|-------------|
| El problema | ¿Qué problema o situación estabas enfrentando? | |
| El pueblo | ¿Quién estuvo involucrado? ¿Qué sentían o hacían? | |
| La Acción | ¿Qué hizo vuestro grupo para responder? | |
| El Cambio | ¿Qué pasó como resultado? ¿Qué ha cambiado? | |

Mini planificador de campañas

| Sección | Pregunta guía | Tu plan |
|--|--|---------|
|  Objetivo | ¿Qué quieres conseguir? | |
|  Público | ¿A quién quieres contactar? | |
|  Mensaje | ¿Qué quieres que escuchen o sientan? | |
|  Cronología | ¿Cuántos días? ¿Qué fechas? | |
|  Canales | ¿Dónde compartirás? | |
|  Contenido | ¿Qué compartirás (textos, imágenes, vídeos)? | |
|  Roles | ¿Quién hará qué? | |

Hoja de trucos para la comparación de canales

| Canal | Fortalezas | Mejor para | Consideraciones |
|----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| Instagram | Visual, popular entre los jóvenes | Historias, actualizaciones | Necesita publicación regular |
| Facebook | Orientado a la comunidad | Eventos, donantes | Menor implicación juvenil |
| Grupos de WhatsApp | Rápido, informal | Actualizaciones internas | No para la divulgación pública |
| Boletines por correo electrónico | Personal, directo | Actualizaciones sobre donantes | Necesita lista de correo |
| Página web o blog | Credibilidad | Información detallada | Necesita mantenimiento |
| YouTube | Enfocado en vídeo | Tutoriales, testimonios | Requiere edición |

Calendario de Publicaciones de Ejemplo

| Día | Idea posterior | Andén | Persona responsable |
|-----------|-------------------------|-----------|---------------------|
| Lunes | Cita del participante | Instagram | |
| Miércoles | Foto entre bastidores | WhatsApp | |
| Viernes | Recordatorio del evento | Facebook | |

Glosario digital en lenguaje claro



| Término | Definición sencilla |
|---------------|---|
| Visibilidad | Ser visto y conocido en línea |
| Canal digital | Plataforma donde compartes (por ejemplo, Facebook, WhatsApp) |
| Publicación | Un mensaje que compartes online (texto, foto, vídeo) |
| Historia | Un momento real contado en formato corto |
| Campaña | Un plan corto y enfocado para compartir mensajes |
| Hashtag | Una palabra con # para conectar tu publicación con otras |
| Compromiso | Me gusta, comentarios, compartidos (cómo interactúa la gente) |
| Alcance | ¿Cuántas personas vieron tu mensaje? |

Anexo 2b — Kit de Herramientas de Visibilidad Digital: Planificadores (Módulo 3)

Hoja de trabajo de narración

| Elemento de la historia | Pregunta guía | Tu historia |
|-------------------------|---|-------------|
| El problema | ¿Qué problema o situación estabas enfrentando? | |
| El pueblo | ¿Quién estuvo involucrado? ¿Qué sentían o hacían? | |
| La Acción | ¿Qué hizo vuestro grupo para responder? | |
| El Cambio | ¿Qué pasó como resultado? ¿Qué ha cambiado? | |

Planificador de campañas

| Sección | Pregunta guía | Tu plan |
|--|-----------------------------|---------|
|  Objetivo | ¿Qué quieres conseguir? | |
|  Público | ¿A quién quieres contactar? | |

| | | |
|------------|--|--|
| Mensaje | ¿Qué quieres que escuchen o sientan? | |
| Cronología | ¿Cuántos días? ¿Qué fechas? | |
| Canales | ¿Dónde compartirás? | |
| Contenido | ¿Qué compartirás (textos, imágenes, vídeos)? | |
| Roles | ¿Quién hará qué? | |

Comparación de canales

| Canal | Fortalezas | Mejor para | Aspectos a tener en cuenta |
|----------------------------------|---|---|--|
| Instagram | Visual, popular entre los jóvenes | Historias, actualizaciones, detrás de cámaras | Necesita publicaciones y visuales regulares |
| Facebook | Orientado a la comunidad, compartición de eventos | Eventos, públicos mayores, donantes | Menos popular entre los jóvenes, necesita moderación |
| Grupos de WhatsApp | Rápido, informal, accesible | Actualizaciones internas y coordinación | No para la divulgación pública |
| Boletines por correo electrónico | Directo, personal, bueno para actualizaciones | Comunicación entre donantes o socios | Requiere lista y tiempo para escribir |
| Página web o blog | Credibilidad, información detallada | Página acerca de, archivo de actividades | Necesita mantenimiento, habilidades técnicas básicas |
| YouTube | Vídeos, tutoriales, testimonios | Contenido académico y testimonial | Requiere rodaje y edición |

Calendario de publicaciones

| Día | Idea posterior | Andén | Persona responsable |
|-----------|--|-----------|---------------------|
| Lunes | Comparte una cita o testimonio de un participante | Instagram | |
| Miércoles | Publica una foto detrás de cámaras de tu actividad | WhatsApp | |
| Viernes | Anunciar la fecha límite de eventos o inscripciones próximas | Facebook | |

Glosario digital


| Término | Definición sencilla |
|---------------|--|
| Visibilidad | Ser visto y conocido en línea |
| Canal digital | Plataforma donde compartes (por ejemplo, Facebook, WhatsApp) |
| Publicación | Un mensaje que compartes online (texto, foto, vídeo) |

| | |
|------------|---|
| Historia | Un momento real contado en formato corto |
| Campaña | Un plan corto y enfocado para compartir mensajes |
| Hashtag | Una palabra con # para conectar tu publicación con otras |
| Compromiso | Me gusta, comentarios, compartidos (cómo interactúa la gente) |
| Alcance | ¿Cuántas personas vieron tu mensaje? |


Anexo 3 - Kit de herramientas de liderazgo para talleres cooperativos

Leadership Compass – Herramienta de autorreflexión


¿Qué tipo de energía de liderazgo encarnas de forma más natural? Utiliza esta brújula para explorar tus fortalezas y considera qué podrías querer desarrollar aún más.


 **Visionario (Norte)** - Aporta ideas y pensamiento a largo plazo - Ve las oportunidades antes que los demás - Inspira al grupo

Reflexionar: ¿Cuándo ofrezco visión? ¿Cuándo debo contenerme?

 **Relacional (Este)** - Fomenta la confianza emocional y la armonía en el equipo - Escucha profundamente y apoya el bienestar del grupo - Bueno mediando conflictos

Reflexionar: ¿Debería preocuparme por los sentimientos de la gente? ¿Ayudo a los demás a sentirse seguros?

 **Práctico (Sur)** - Se centra en tareas, detalles y logística - Mantiene todo organizado y en movimiento - Detecta lo que falta y lo arregla Reflexionar: ¿Anclo al grupo en acción? ¿Cuándo asumo demasiado?

 **Reflexivo (Occidente)** - Hace grandes preguntas y aporta profundidad - Ralentiza el aprendizaje y la reflexión - Ayuda al grupo a pensar de forma crítica

Reflexionar: ¿Invito a la reflexión? ¿Retraso demasiado la acción?

El equilibrio no es perfección, es movimiento. ¿A dónde llevas la mayoría de los casos? ¿Dónde podrías crecer?

Plantilla de Mapeo de Liderazgo de Equipo

Instrucciones:

1. Enumera las áreas clave de liderazgo en tu grupo (por ejemplo, finanzas, facilitación, logística).
2. Apunta quién suele liderar en cada área.
3. Identifica quién apoya, quién podría estar sobrecargado y dónde podría crecer un nuevo liderazgo.
4. Hablad y ajustad juntos.

| Área de Liderazgo | Líder(es) de la primaria | Apoyo/Respaldo | Notas / Ajustes |
|-------------------|--------------------------|----------------|-----------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Glosario de términos de liderazgo (lenguaje sencillo)

| Término | Definición sencilla |
|---------------------------|--|
| Facilitación | Guiar a un grupo a través de un proceso o reunión, sin dominar. |
| Liderazgo compartido | Cuando diferentes personas se turnan para liderar según la situación. |
| Dinámicas de poder | Las formas en que algunas voces o roles tienen más influencia que otros. |
| Resolución de conflictos | Ayudar a un grupo a resolver desacuerdos sin causar daño. |
| Retroalimentación | Dar y recibir comentarios que ayuden a las personas a mejorar o entender el impacto. |
| Construcción de confianza | Crear un espacio donde la gente se sienta segura para hablar, liderar y cometer errores. |
| Escucha activa | Centrarse completamente en el hablante para entender realmente lo que está diciendo. |
| Inteligencia emocional | Ser consciente y gestionar tus propias emociones, y responder bien a las emociones de los demás. |

Anexo 4 - Kit de herramientas de Economía Social y Solidaria (SSE) para talleres cooperativos

1. Lista de verificación de prácticas de solidaridad

Utiliza esta lista de verificación para explorar cómo tu grupo pone en práctica actualmente los principios de SSE. Marca lo que ya haces y marca las áreas para crecer.

- Tomamos decisiones juntos (no solo por unos pocos líderes).
- Rotamos responsabilidades cuando es posible.
- Compartimos recursos con otros grupos o vecinos.
- Hablamos abiertamente de nuestro presupuesto o de nuestras decisiones financieras.
- Intentamos conseguir productos y servicios localmente o de forma ética.
- Reconocemos y valoramos el trabajo emocional y el trabajo de cuidado.
- Incluimos a personas de diferentes orígenes o necesidades.
- Intentamos reducir los residuos y respetar el medio ambiente.
- Nos apoyamos mutuamente en momentos difíciles (enfermedad, estrés, agotamiento).
- Hacemos espacio para celebrar nuestro trabajo y reflexionar como grupo.

2. Hoja de trabajo de autoevaluación grupal

Reflexionad juntos. Utiliza esta hoja de trabajo para iniciar una conversación sobre cómo tu grupo encarna los valores de SSE. No hace falta respuestas perfectas.

1. ¿Cómo tomamos decisiones actualmente? ¿Quién se siente escuchado y quién podría sentirse excluido?
2. ¿Cómo compartimos roles, responsabilidades y créditos?
3. ¿Qué significa 'justicia' en nuestro equipo—¿y la vivimos?
4. ¿Cuáles son nuestras relaciones con otros grupos, redes o comunidades?
5. ¿Cómo definimos el 'éxito'? ¿Es solo por cuestiones económicas o algo más?
6. ¿Hablamos abiertamente sobre los desafíos o los ocultamos?
7. ¿Cómo nos cuidamos emocionalmente, no solo profesionalmente?
8. ¿Cómo consideramos el entorno en nuestras decisiones diarias?
9. ¿Cuál es un valor que tenemos y que podríamos expresar con mayor claridad en la acción?
10. ¿De qué ya estamos orgullosos que refleja solidaridad?

3. Glosario de términos SSE en lenguaje claro

| Término | Definición sencilla |
|---------|---------------------|
|---------|---------------------|

| | |
|---------------------------|--|
| Solidaridad | Estar con los demás y compartir recursos, no por caridad, sino porque estamos conectados. |
| Cooperativa | Un grupo en el que todos sean dueños y gestionen el proyecto juntos. |
| Gobierno democrático | Tomando decisiones juntos en vez de tener siempre a una persona al mando. |
| Trabajo de cuidado | Trabajo emocional o físico que apoya a otros—a menudo no remunerado y infravalorado. |
| Ayuda mutua | Personas ayudándose mutuamente a cubrir necesidades básicas sin instituciones formales. |
| Presupuesto participativo | Un grupo decidiendo juntos cómo usar el dinero compartido. |
| Sostenibilidad ecológica | Vivir y trabajar de manera que proteja el medio ambiente para las futuras generaciones. |
| Obtención ética | Elegir comprar a productores que tratan a las personas y a la naturaleza con respeto. |
| Propiedad compartida | Ninguna persona es propietaria del proyecto: todos comparten la responsabilidad y el beneficio. |
| Commons | Recursos gestionados juntos por un grupo, con reglas establecidas por el propio grupo. |
| Economía feminista | Un enfoque que valore el cuidado, la justicia y la dignidad, no solo el dinero o la productividad. |

4. Reflexión y planificación de la acción

Utiliza esta sección para elegir una práctica que quieras mejorar. Sigue los pasos y redacta el plan de tu grupo.

Paso 1: ¿Qué práctica queremos rediseñar?

Paso 2: ¿Por qué nos importa?

Paso 3: ¿Qué valores SSE queremos que refleje esta práctica?

Paso 4: ¿Qué haremos diferente?

Paso 5: ¿Quién se hará responsable de cada parte?

Paso 6: ¿Cuándo volveremos a hacer el check-in y reflexionar?

Anexo 5 - Kit esencial de herramientas en inglés para proyectos y movilidad de la UE

1. Hojas de frases

Reuniones

- ¿Puedo añadir algo?
- ¿Puedes repetirlo, por favor?
- Estamos de acuerdo con esa idea.
- ¿Podemos hablar de esto luego?
- No estoy seguro de entender.

Correos electrónicos

- Querido [Nombre], espero que estés bien.
- Gracias por tu mensaje.
- Por favor, adjunte el documento.
- Espero tu respuesta.
- Un cordial saludo, [Tu Nombre]

Viajes

- ¿Dónde está el mostrador de facturación?
- Tengo una reserva.
- ¿Puedo pagar con tarjeta?
- Mi bolsa está perdida.
- Necesito ayuda, por favor.

2. Tabla de vocabulario – Términos del proyecto de la UE

| Palabra inglesa | Definición | Tu idioma |
|-----------------|------------------------------------|-----------|
| Socio | Otro grupo en el proyecto | |
| fecha límite | el último día para hacer algo | |
| Presupuesto | Un plan para gastar dinero | |
| Factura | Una solicitud de pago | |
| Movilidad | Viajes entre países en un proyecto | |
| Reembolso | recuperar el dinero tras pagar | |
| Aplicación | Solicitud de financiación | |

3. Plantillas de correo electrónico

Correo de presentación

Asunto: Hola de [Nombre de la organización] Estimado [Nombre], Mi nombre es [Su Nombre], y trabajo con [Organización] en [País]. Estamos encantados de formar parte de este proyecto contigo. Tengo ganas de conocerte. Un saludo cordial,[Tu nombre]

Confirmación de participación

Asunto: Confirmación de participación Estimado [Nombre], Confirmamos nuestra participación en la actividad el [Fecha] en [Ciudad]. Avísanos si necesitas algo más. Un cordial saludo,[Tu nombre]

Pidiendo aclaraciones

Asunto: Pregunta sobre [Tema] Estimado [Nombre], ¿Podría explicar [punto específico] de nuevo? Quiero asegurarme de que lo entendemos bien. ¡Gracias! Un cordial saludo,[Tu Nombre]

4. Indicaciones de diálogo

- ¿Cómo te llamas? ¿De dónde eres?
- Cuéntame sobre tu organización.
- ¿Qué haces en tu cooperativa?
- ¿Alguna vez has viajado por un proyecto?
- ¿Qué es lo que más disfrutas de los proyectos de la UE?

5. Cartas de Escenario

Equipaje perdido

Acabas de llegar al aeropuerto, pero tu bolsa ha desaparecido. Ve al servicio de ayuda y explícale tu situación. Pregunta qué hacer.

Parada equivocada de metro

Has cogido la línea de metro equivocada y ahora estás en la zona equivocada de la ciudad. Pregunta a un local cómo volver a tu hotel.

Problema con la reserva de hotel

Llegas al hotel, pero no encuentran tu reserva. Explica que formas parte de un proyecto Erasmus+ y pide ayuda.

Reunión perdida

Tu vuelo se retrasó y perdiste el primer día de la reunión. Pide disculpas al organizador y pregunta qué te has perdido.

Solicitar reembolso

Tienes que entregar tus recibos. Pregunta a tu coordinador cómo enviarlos y cuándo recibirás el reembolso.

6. Lista de verificación de autoevaluación

- Puedo presentarme y presentar mi proyecto en inglés.
- Puedo hacer preguntas durante una reunión.
- Puedo escribir correos cortos y claros.
- Puedo entender las señales e instrucciones básicas de viaje.
- Sé cómo pedir ayuda si no lo entiendo.
- Puedo hablar de mi trabajo usando vocabulario sencillo.
- Me siento seguro usando inglés durante la movilidad en la UE.

Referencias y fuentes

- Más fuertes juntos – Informe de síntesis de investigación de campo: Cooperativas lideradas por mujeres en el proyecto Stronger Together (2025).
- Informe de Investigación de Campo Cooperativa Liderada por Mujeres, ABARKA ONGD & Zembul Cooperative (2025).
- Informe de grupos focales, BDS Koop, Región de Bidasoa, País Vasco (mayo de 2025).
- Informe de análisis de necesidades, Zembul Cooperative, Dersim/Tunceli, Turquía (2024–2025).
- Guía del Programa Erasmus+, Comisión Europea — ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus.
- Contenido del módulo elaborado por la asociación Stronger Together (ABARKA ONGD y Zembul Kadın Kooperatifi).

**STRONGER
TOGETHER**



**Co-funded by
the European Union**

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, las opiniones expresadas son únicamente de los autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser responsables de ellos.

Más fuertes juntos — ABARKA ONGD (España) • Zembul Kadın Kooperatifi (Turquía)

