

* MÓDULO 1

GUÍA DE FACILITACIÓN

CRECIENDO JUNTAS



GUIA DE FACILITACIÓN DEL MÓDULO I: CRECIENDO JUNTAS

Descripción detallada de actividades, mensajes y recomendaciones para la facilitación del Módulo I: Creciendo Juntas, del Programa de Formación del Club de chicas para la prevención de las uniones tempranas en República Dominicana

Contenido

II. Propósito de esta guía	2
III. Agradecimientos y mucho ánimo para ti.....	4
IV. ¿Cómo usar esta guía?.....	5
VII. Paso a paso para desarrollar cada encuentro y reto del día	14
Ficha del encuentro #1: Creciendo juntas	16
Ficha del encuentro #2: Llegó mi mejor momento	23
Ficha del encuentro #3: Yo creo que sí es posible.....	3
Ficha del encuentro #4: Mi mejor regalo.....	10
Ficha del encuentro #5: Tengo derecho a ser feliz.....	18
Ficha del encuentro #6: Echar pa’ lante	27
Ficha del encuentro #7: Decidiendo mi futuro	34
Ficha del encuentro #8: Pilas con eso.....	42
Ficha del encuentro #9: Fiesta de logros	48

I. Introducción

Los clubes de chicas se definen como un espacio seguro para niñas y adolescentes, en el cual, a través de la interacción entre pares, el juego, la creatividad, la coestión y la participación, las chicas viven experiencias educativas significativas para su crecimiento personal y el desarrollo de competencias y habilidades que les servirán para todas sus vidas. Los clubes son una estrategia educativa que apuesta a desarrollar de la capacidad de agencia de niñas y adolescentes entre 12-14 y 15-17 años, a la vez que promueve su empoderamiento.

En este sentido, el Programa de formación virtual para los Clubes de Chicas se constituye en una estrategia de educación no formal (virtual) para el empoderamiento; promueve la participación de niñas y adolescentes con el fin último de desarrollar competencias (conocimientos, habilidades y actitudes) que les permitirán estar menos expuestas a las y uniones tempranas y consolidar su capacidad de actuar ante diferentes contextos o entornos de vulnerabilidad.

El módulo I, Creciendo Juntas es el primer contacto del Programa de formación con las niñas y adolescentes de los Clubes. Tiene un rol importante para atraer y ser una carta de presentación del proceso formativo que vivirán dentro del Club. Las chicas esperan vivir y experimentar espacios de educación y entretenimiento. En definitiva, el módulo I es un reto no solo por el inicio educativo, sino porque deberá además motivar a las chicas a permanecer en la modalidad virtual.

Este primer módulo desarrolla las bases que fundamentan todo el proceso formativo; es decir, se abordará sobre la certeza que requieren las chicas de su merecimiento a una calidad de vida, gestionar una visión de futuro con base a sus derechos y no a un conformismo basado en las condiciones de pobreza, la presión social o la violencia normalizada que probablemente algunas estén experimentando de modo personal o en sus entornos.

El módulo I es el pilar para que las chicas fortalezcan su **autoestima, autoeficacia y enfoque de derechos humanos**. Estos elementos serán una ante sala para que las chicas se visualicen a futuro y conozcan de modo general qué es un plan de vida. Posicionará estos ejes temáticos para abrir camino al resto de módulos que compartirán los escenarios, desafíos, obstáculos y estrategias que las chicas deben comprender y saber abordar para prevenir las uniones tempranas y otras situaciones que pongan en riesgo sus vidas.

Recuerda que esta es una experiencia única para ti, para las chicas, y para la República Dominicana. Estamos haciendo historia, estamos abriendo un nuevo camino aportando a mejorar las realidades de las chicas y abrirles un camino de esperanza y certezas de que tendrán una vida mejor. Tu autoestudio, proactividad y aporte a la construcción colectiva influirá mucho en el éxito de este proceso.

II. Propósito de esta guía

Esta guía tiene el propósito principal de dirigir el proceso de aprendizaje y enseñanza de los Clubes de Chicas para la prevención de uniones a temprana edad. Te brinda las pautas necesarias para la **preparación que debes tener para facilitar las actividades educativas del programa curricular, los recursos que debes tener disponibles y las lecturas que debes revisar** antes de ir al desarrollo de actividades con las chicas.

Encontrarás, sobre todo, **una descripción detallada de cómo desarrollar los encuentros**, cuáles son **las metas que se desean lograr con cada encuentro**. Incluye una **agenda general de cómo están divididos los 60 minutos** (1 hora) de cada encuentro virtual. Luego encontrarás **el paso a paso**. Esta es la **sección medular para el trabajo que realizarás, te explica con niveles de detalles cada una de las actividades que realizarás**, indicándote la duración, los mensajes que debes garantizar y las opciones de acción según los comportamientos esperados en las chicas.

Al final de cada encuentro, aparece la descripción de su respectivo reto del día, sus objetivos y desarrollo paso a paso, dirigiéndote en cómo gestionar tu comunicación con las chicas para que puedan realizar los retos sin mayores inconvenientes y sobre todo, cumpliendo con los resultados esperados.

De tal manera que, esta guía se convierte en **tu principal recurso de trabajo** cotidiano con las chicas ya sea de modo sincrónico o asincrónico y su cumplimiento será clave para avanzar hacia el logro de los objetivos globales de este proyecto.

III. Agradecimientos y mucho ánimo para ti

Te agradecemos por todo el esfuerzo que has hecho para llegar hasta acá; por la preparación técnica y temática, tus sugerencias y recomendaciones para el proceso, tu empeño en leer y comprender los conceptos y análisis del Manual de contenido. Eres uno de los pilares fundamentales de esta experiencia; eres quien convertirá en realidad cada uno de los estudios, ejercicios, exposiciones, juegos y todas las actividades propuestas en este y todos los módulos.

Este es apenas el inicio, es el módulo I; probablemente estés un poco nerviosa o ansiosa pensando en todo lo que vendrá; quizás tengas dudas si lograrás o no cumplir con todo lo previsto, los objetivos y alcances. Queremos decirte, que conocemos tu capacidad y contamos con tu voluntad y esfuerzo, que cada actividad ha sido planificada esperando los cambios previstos en las chicas, pero también en que tú te sientas cómoda y segura para lograrlo.

De los ejercicios que desarrollaste en el Manual de Contenido y los procesos formativos que tomaste con el resto de las mentoras pudiste vincular tus propios procesos de vida y relacionarlos con los procesos actuales de las chicas, entonces, esta es una continuidad de esa experiencia; estarás aportando a que las chicas puedan iniciar un camino de cambio de sus realidades, que puedan hacer frente a las vulnerabilidades en las que se encuentran, tener las competencias, habilidades y herramientas necesarias para mantenerse en la escuela y prevenir las uniones tempranas en sus vidas.

Tu voluntad y esfuerzo tendrán fruto en mejorar la calidad de vida de muchas chicas de República Dominicana.

Mucho ánimo y energía para ti, agradecemos tu compromiso y pasión por lo que haces. Sabemos que será un arduo trabajo de varios meses, pero con hermosos resultados. Recuerda que estamos haciendo camino al andar; estamos haciendo un camino de libertad para las chicas.

¡Empecemos!

IV. ¿Cómo usar esta guía?

A pesar de que probablemente ya quieres ver cómo se describe cada encuentro y su respectivo reto del día, queremos iniciar con una breve reseña de los requerimientos generales y que te preparan para atender cualquier situación que se presente.

No pases por alto esta sección, esta es la antesala para darte herramientas antes de encontrarte con las chicas.

<p>Estructura de la guía.</p>	<p>Esta guía está estructurada de la siguiente manera:</p> <ol style="list-style-type: none"> I. Introducción al módulo I: Explica el objetivo general, temas a abordar e indicadores de éxito. II. Desarrollo de cada capítulo que conforma el módulo I: Explica con detalle los capítulos del módulo incluyendo los encuentros y retos que corresponden a cada capítulo. III. Ficha informativa de cada encuentro: Tu mejor aliada. Contiene el resumen de cada encuentro, incluyendo: cantidad de participantes, duración, metas, competencias a desarrollar, y agenda general. En el cuadro también te indica los recursos que necesitarás tener listos (pueden ser canciones, tómbola digital, presentación de Power Point, trivia, etc,) así como la persona que tendrá a cargo dirigir la actividad. Al final de la descripción de cada encuentro se listan los mensajes claves que debes garantizar y en algunos casos (no en todos los encuentros) se incluyen recomendaciones especiales, según se considere necesario. IV. Paso a paso del encuentro: Presenta el detalle de cómo desarrollarás cada actividad. El paso a paso describe lo que dirás, no lo tienes que repetir o leérselo a las chicas, sino que debes verlo como una guía para evitar que te quedes sin palabras o ideas de cómo compartir y reflexionar los mensajes clave del encuentro. V. Paso a paso del reto del día: Describe la tarea o ejercicio asincrónico que deben realizar las chicas como actividad complementaria del encuentro. Está detallado de la misma manera, primero para que tú comprendas de qué trata el reto y luego cómo se lo explicarás a las chicas. <p>Todos los encuentros sincrónicos tienen una duración de 60 minutos</p> <p>Al ser un programa formativo virtual, se corre mucho riesgo de que las chicas se desenfocuen, es por esto, que las actividades son cortas. Verás que las duraciones oscilan entre 2 minutos a 15 minutos como máximo. De la agilidad del proceso y actividades dependerá mucho el enfoque y entusiasmo de las chicas.</p>
<p>¿Qué conceptos manejar?</p>	<p>Para facilitar el módulo I y todos los módulos, deberás haber estudiado el manual de contenido I, que contiene los conceptos y análisis principales sobre: autoestima, autoeficacia, derechos humanos, visión de futuro, plan de vida y gestión de la información. Sobre todo, tener claridad de cómo estos conceptos se relacionan con la prevención de las uniones de convivencia antes de los 18 años.</p>

<p>¿Cómo te organizas antes y después de las sesiones?</p>	<p>Antes de cada encuentro es importante que tengas claridad de la información que trabajarás, que prepares y tengas a la mano todos los recursos necesarios, leas y comprendas el tema que se desarrollará. Cada tema tiene diversas formas de ser desarrollado, por eso debes enfocarte en las metas que el encuentro debe cumplir.</p> <p>Debes estudiar con detenimiento todo lo que esta Guía explica sobre la actividad que vas a facilitar. Además, recomendamos que practiques previamente todo para que el encuentro fluya de forma espontánea y así aproveches bien toda la hora sincrónica.</p> <p>A lo largo de todos los encuentros sincrónicos deberás hacer capturas de pantalla, pues las utilizarás en la fiesta de logros de cada cierre de modulo. Asegúrate de tener imágenes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Las chicas recibiendo el curso, opinando, sonriendo, etc. ✓ Mentora y psicóloga hablando ✓ Fotos de los trabajos realizados y enviados a la mentora por WhatsApp u otra plataforma <p>Antes de cada encuentro:</p> <p>Antes de iniciar un encuentro revisa si tienes todo lo que esta lista de requerimientos te menciona:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Realizar una lectura comprensiva del tema en el Manual de contenido del módulo. ✓ Revisar la guía de facilitación del encuentro y su respectivo reto del día. ✓ Garantizar que tienes acceso a la carpeta digital con todos los recursos para cada encuentro. ✓ Descargar los videos de YouTube (si los hubiere) y guardarlos en la carpeta del encuentro que corresponde. ✓ Preparar los recursos adicionales (si los hubiere) como: trivia, app tómbola digital o presentación Power Point y guardarlos en la carpeta del encuentro. <p>Después de cada encuentro:</p> <ul style="list-style-type: none"> • En tu planificación debes organizarte al menos para 2 horas por encuentro. Los 30 minutos previos al encuentro debes tener todo preparado en la computadora, enviarles mensajes de texto o WhatsApp a las chicas recordándoles que tienen el encuentro a la hora indicada. • Los 30 minutos posteriores al encuentro debes utilizarlos para llenar la ficha de informe por encuentro y el formato de monitoreo definido. Guardar o transcribir las opiniones, contratiempos y posibles temas pendientes de seguimiento surgidas de cada encuentro. • Guardar las fotos (capturas de pantalla) de cada encuentro.
<p>Acuerdos de convivencia</p>	<p>Lee y mantente atenta al cumplimiento de los acuerdos de convivencia detallados en el Manual de contenido</p> <p>Estos elementos básicos pueden ser:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Participar en todos los encuentros 2. Completar los retos de cada día 3. Mantener la cámara encendida (de ser posible y si no afecta la calidad de su conexión) 4. Opinar / participar 5. No burlarse de las opiniones de las otras 6. No juzgar a las otras chicas, sino apoyarlas

7. Asegurar un lugar cómodo y sin mucho ruido al momento de los encuentros
8. No contestar teléfono o recibir visitas durante el encuentro
9. Buscar ayuda con tu mentora o psicóloga ya sea para hacer el reto del día u otra necesidad que tengas

Con tu equipo de trabajo (mentora, psicóloga y coordinadora pueden hacer una lista más amplia; pero recuerda, que la idea es que ellas vayan proponiendo los acuerdos y ustedes guiándolas. Una vez tengas todos los acuerdos de convivencia de tu Club, puedes añadirlos en un diseño y presentarlas diariamente antes de cada encuentro.

Facilitar: Es un arte que se va desarrollando a medida que se va acumulando experiencia, ya sea impartiendo talleres, dinámicas, exposiciones y reflexiones con grupos. Todas las personas tenemos distintas habilidades y formas particulares de facilitar un taller; sin embargo, la práctica y constancia son claves para tener más posibilidades de éxito, sea cual sea tu estilo.

Sea cual sea tu estilo existen 3 principios fundamentales para el trabajo con personas, que debes recordar en todo momento:

- 1. Respetar las historias y promover el respeto en todo momento**
 - Escuchar, comprender, y retomar las experiencias de las propias personas y comunidades para el tema desarrollado.
 - No interrumpir. Incluso si la historia no tiene total relación con el tema, se debe dejar que la persona se exprese.
 - No criticarle o juzgarle. Si se puede brindarle pautas para reconocer que hay aspectos que debe cambiar o ajustar.
 - Mantener un enfoque de derechos y de género en todas las reflexiones sobre su historia.
 - No tratar de resolver su historia delante del resto, pero tampoco ignorarla. Encontrar formas sutiles de ofrecerle un espacio adicional (en otro momento) para continuar hablando sobre su historia.
 - Si te ríes o juzgas su historia quizás desanimas a otras personas que querían contar la suya.
 - Tampoco permitas que nadie del grupo falte al respeto a cualquier integrante, a sus aportes, ideas o historias.
- 2. Promover la participación de todas las participantes y el trabajo de equipo.**
 - Que brillen todas, no importa si unas son más expresivas que otras.
 - Utiliza las diversas técnicas que se proponen en las actividades para aportar a que todas participen (tómbola, llamarla por su nombre, trabajos de grupo)
 - Cuando veas que una chica casi no opina, intenta pedirle su opinión directamente, pero no la obligues. Pudieras darle seguimiento posterior al encuentro para animarla a vencer el temor.
- 3. Promover la equidad y la diversidad**
 - Evitar mensajes o actitudes de exclusión, discriminación o estigmatización de grupos o personas estén o no estén dentro del grupo. Por ejemplo, evita comentarios o bromas en las que buscando promover el empoderamiento de las chicas te burles o minimices a los hombres, o al tratar que las chicas no se sientan inferiores por vivir con pocos recursos económicos no debes minimizar o referirte negativamente hacia las personas con mejor economía.

Consejos y principios claves para la facilitación

	<ul style="list-style-type: none"> • No asumas que todas las personas del grupo piensan igual a ti o son de grupos percibidos como mayoritarios (no todos son heterosexuales, no todos están contentos con su aspecto físico, algunos tienen alguna discapacidad o tienen familiares con discapacidades). • Reconocer las capacidades Promover participaciones, intervenciones y decisiones que permitan reconocer las capacidades y propuestas de solución de las chicas. Tú no tienes la verdad absoluta o la única respuesta. • Identifica experiencias positivas que ya existen en el grupo que está viviendo la sesión, como alternativas para hacer frente a las problemáticas y situaciones adversas. • Lo ideal siempre es construir soluciones desde la participación colectiva, que las chicas se perciban como seres capaces de hacer frente a sus realidades.
<p>Consejos para facilitar procesos de aprendizaje con adolescentes.</p>	<p>Facilitar procesos con adolescentes es un reto tanto en modalidad presencial como virtual, pues en esta etapa las chicas experimentan temores, necesidades de ser reconocidas, acarrean experiencias negativas de la escuela donde han sido humilladas o sus opiniones no han sido tomadas en cuenta.</p> <p>Es por ello por lo que el rol de una facilitación de proceso social con niñas y adolescentes debe hacerles sentir seguras y que su opinión (sea cual sea) siempre será valiosa y escuchada. Para lograrlo, te proponemos algunos consejos para el trabajo con chicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respetarse la palabra entre facilitadoras. No hablar una sobre otra para hacer análisis conjuntos. Confiar en la capacidad de quien está dirigiendo cada dinámica. Esto debe ser igual en todos los procesos, pero cuando se trata de chicas, ellas estarán atentas a no detectar actitudes autoritarias como las que ven en la escuela o la familia. Si tú interrumpes a tu colega significará que puedes interrumpirlas a ellas también. Interrumpirlas significará que no estaba diciendo algo interesante y las demás se burlarán de ella. • Diles siempre su nombre. Si las llamas por su nombre les estás haciendo saber que son importantes, que las recuerdas y que su presencia en esa actividad ha sido notada. Esto las hará sentir más seguras y confiadas para participar. • También es importante llamarlas por su nombre y usar sus opiniones en tus comentarios o reflexiones, para aportar a que se sientan parte de la conversación y estén alertas pues pueden pedirles su opinión en cualquier momento. • No ponerles apodo. Aunque sea un apodo dulce o divertido o que usen sus amigas. Si ella no te pide que no le digas ese apodo no debes asumir que le gusta o desee que alguien de su grupo lo use, puede ser que no se atreva a llevarte la contraria. Cuando termine la actividad podrá ser objeto de bullying por parte del resto del grupo. Peor aún, que el apodo trascienda y otras personas ajenas del grupo también se burlen de ella. • No las obligues a participar. Si ya una vez les pediste su opinión y no quisieron hablar puedes pedirselos por segunda vez, pero si dice que no, debes respetarles su decisión. • No las compares. Por más inocente o divertido que parezca; nunca las compares porque la harás sentir insegura a ellas y al resto que está observando tu comportamiento. • Confía en el proceso, no trates de abarrotarlas con toda la información o reflexiones al mismo tiempo o desde la primera sesión.

Facilitar sesiones que mueven emociones, sentimientos e historias personales es algo muy delicado. Puede cambiar la vida de una persona y es una oportunidad enorme de lograr el cambio de actitud o de comportamiento que se desea.

Sin embargo, si no se toman los cuidados necesarios puede convertirse en un caos o un gran error que dañe vidas presentes y futuras. Es por ello por lo que hemos dedicado este espacio especial para recomendar algunas pautas de facilitación y metodología al momento de abordar temas sobre las uniones tempranas.

1. Evita vulnerar o perjudicar

- Si bien es importante que las chicas compartan sus historias para evidenciar que se están abordando temas reales, no se debe promover que una participante cuente una situación que aún le afecte emocionalmente o que la exponga o le ponga en peligro.

Recuerda: La recomendación siempre será remitirla a apoyo emocional con la psicóloga asignada, dándole confianza que será un encuentro seguro, confidencial y que puede ayudarle para su salud emocional.

- No se debe permitir que el resto de las participantes o tú misma insistan en contar alguna vivencia personal muy delicada ni mucho menos la historia privada de otra persona

2. Garantiza la confidencialidad

- Si la chica insiste en compartir alguna historia personal muy delicada, puedes indicarle que la llamarás luego de la sesión para charlar o la psicóloga asignada la llamará en ese momento. En una modalidad virtual es mejor evitar casos muy privados pues no sabemos si al otro lado de las pantallas haya alguien grabando o una persona que pueda tomar represalias por lo que comparte.
- Si es un caso de índole legal se debe aclarar que se buscará asesoría y apoyo institucional. (deberás seguir el protocolo de actuación en casos especiales).

3. Seguridad

- Debes insistirles a las chicas que se ubiquen en un lugar donde se sientan seguras para opinar o donde nadie más este pueda interrumpirla para vivir tranquila su encuentro.
- Pero, además, el encuentro debe brindarles la seguridad de estar en un espacio donde se sientan cuidadas, libres y respetadas.
- Quizás la actividad que tengas puede ser muy interesante y creativa, pero no funcionará si ellas se sienten observadas, donde otras personas estén escuchando lo que opinen o que haya mucha distracción y ruido en el ambiente.
- La seguridad también incluye que te vean como alguien que respetará sus opiniones y que le apoyará si busca ayuda.

También cuando promueves que las chicas acuerden la confidencialidad de las experiencias compartidas en el Club, apoya el sentimiento de seguridad.

4. Enfoque de derechos y legalidad

- Recuerda que, en todas tus opiniones, sobre todo, las referidas a la calidad de vida presente y futura de las chicas debe ir relacionada a los derechos que tienen como niñas y adolescentes. Que las leyes fueron hechas para que ellas no tengan que pasar por injusticias. Por ello es importante conocerlos y defenderlos.

Qué debes tomar en cuenta a la hora de tratar temáticas para la prevención de las uniones tempranas y otras prácticas de riesgo.

	<ul style="list-style-type: none"> • Siempre, de diversas maneras, debes hacerles comprender que, aunque parece normal no es legal que un hombre adulto se una con una chica menor de 18 años, y a quien le lleve 5 años o más. • En todos los momentos, debes evidenciar la relación de poder que tiene el hombre adulto sobre la chica. • Aprovecha todos los momentos necesarios para evidenciar el impacto positivo que tiene para sus vidas el terminar la escuela, construir y apegarse a un plan de vida y alejarse de las uniones tempranas.
<p>Tratamiento y procedimiento a casos o situaciones especiales que surjan durante el encuentro.</p>	<p>Como hemos venido abordando, debes evitar vulnerar o exponer al chisme, burla o conocimiento público las situaciones que te comparten las chicas. Esto no significa, ignorar o evitar conocer sus situaciones.</p> <p>Desde este proceso formativo todos los casos o situaciones de vulnerabilidad o riesgo explícito que se detecte en las chicas, deben ser referidos a la psicóloga, y de ser necesario proceder como lo indica el protocolo definido por PROSOLI. Estas situaciones pueden ser expresadas por las mismas chicas o porque tú lo hayas constatado personalmente.</p> <p>Si en medio del encuentro tienes una situación que requiere atención, la ruta recomendada es:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Creer en el relato de la niña o adolescente. Informarle que este tema abordarán de forma privada, si sucede en público. 2. Abordarlo con la psicóloga y coordinadora local del Proyecto quien a su vez indicará los próximos pasos a seguir según el protocolo de atención. 3. Escuchar a la chica en privado atentamente, e informar que se informará a un equipo especializado. 4. Serán las instituciones competentes quienes definirán los siguientes pasos, según sus protocolos de acción definidos.

V. Datos importantes del módulo I

Nombre del módulo: Creciendo Juntas
Cantidad de encuentros sincrónicos: 9 encuentros
Cantidad de actividades asincrónicas: 8 actividades asincrónicas
Total de horas de estudio: 20 horas, aproximadamente

1. Objetivo general del módulo 1: Establecer en las chicas participantes conceptos y definiciones comunes favorables al ejercicio de sus derechos, ejercitando la reflexión, el análisis y la aplicación de conocimientos y actitudes que prevengan las uniones o casamientos antes de los 18 años.

2. Indicadores de éxito del módulo I:

Niñas y adolescentes:

- a. Identifican sus fortalezas y puntos de mejora para lograr autoestima.
- b. Aplican ideas relacionadas con el desarrollo de su autoestima y autoconfianza.
- c. Aplican ideas relacionadas con el desarrollo de su autoeficacia.
- d. Nombran al menos 5 de sus derechos como niñas y adolescentes.
- e. Nombran razones o argumentos sobre la importancia de los derechos en la vida de las niñas y adolescentes.
- f. Identifican situaciones concretas en las cuales se pone en riesgo el cumplimiento de derechos de niñas y adolescentes.
- g. Identifican situaciones concretas de sus propias vidas en las que el cumplimiento de sus derechos les permitirá seguir adelante.
- h. Nombran impactos positivos del cumplimiento y defensa de derechos.
- i. Las chicas escriben su visión de futuro.

3. Descripción detallada del Módulo

		Pretest (asincrónico)	
Módulo #1 Creciendo juntas	Capítulo #1.1 Segura de mí misma Temas: Autoestima Autoconfianza Autoeficacia	Encuentro #1 Crezcamos juntas	Encuentro de bienvenida y explicación del programa de formación, acuerdos y metodologías de trabajo.
		No hay reto del día	N/A
		Encuentro #2 Llegó mi mejor momento	Se realiza una introducción y desarrollo de conceptos, reflexiones y ejercicios para el desarrollo de autoestima y autoeficacia.
		Reto #2 Video Trivia	Ver este video: https://www.youtube.com/watch?v=VRnmiXLyqKE Escribir 2 cualidades y su frase de poder en su diario de sueños
		Encuentro #3 Yo creo que sí es posible	Se realizarán reflexiones y ejercicios para el desarrollo de autoestima y autoeficacia

		Reto #3 Trabajo en Diario de sueños	Trivia sobre autoestima y autoeficacia (incluira ejemplos, casos, verdadero y falso)
	<p style="text-align: center;">Capítulo #2 Conozco y defiendo mis derechos</p> <p style="text-align: center;">Temas: Derechos humanos de las niñas y adolescentes</p>	Encuentro #4 Mi mejor regalo	Se introduce el concepto e importancia de los derechos humanos de las niñas y adolescentes.
		Reto #4 Video Escribir en diario de sueños	Escribir en el diario de sueños: ¿Sobre qué cosas te hizo reflexionar el video? ¿Qué harás cada vez que alguien te quiera tratar de menos o no cumplir tus derechos?
		Encuentro #5 Tengo derecho a ser feliz	Afianzaremos los conocimientos sobre los derechos de las niñas y adolescentes, quienes son los garantes de sus derechos y se discuten formas de promover y defender sus derechos.
		Reto #5 Google form Escribir en diario de sueños	Llenado de google form: Identificar una chica que ella conozca a la que se le cumplen sus derechos y otra chica a la que no se le cumple ese mismo derecho. Escribir en el Diario de sueños: Un resumen de 5 derechos que tengo
		Encuentro #6 Echar pa' lante	Abordamos el concepto de visión de futuro, importancia, impacto positivo en sus vidas.
	Reto #6 Video Google form	I. Paso 1: Ver Video de Adriana Macías Paso 2: Responder el Google form: <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cuáles son tus super poderes? ● ¿Cuál es el sueño que cumplirás en un año? ● ¿Qué puntos crees que debes mejorar para ser cada vez más fuerte? II. Google form: Primera parte del ejercicio: Construyendo tu visión de futuro	
	Encuentro #7 Decidiendo mi futuro	Iniciaremos el desarrollo del concepto de plan de vida y su conexión con el fortalecimiento de autoestima, autoeficacia y visión de futuro, y como esto apoya a prevenir las uniones tempranas. Presentaremos el proyecto personal: Construyendo un plan de vida. (Explicación de cómo irán construyéndolo en todo el programa de formación en su Diario de Sueños).	
	<p style="text-align: center;">Capítulo #3: Soñando despierta</p> <p style="text-align: center;">Tema: Visión de futuro</p>		

Módulo I: Creciendo juntas
Guía de facilitación del Club de Chicas

	Capítulo 4 Siempre alerta	Reto previo al encuentro #8 Búsqueda de información Envío de información a mentora	Buscarán ejemplos de mensajes y noticias falsas en Facebook. Las llevarán y explicarán en la última sesión (pilas con eso).
	Tema: Gestión de la información	Encuentro # 8 Pilas con eso	Encuentro que aborda el impacto del manejo de información y uso de las redes sociales en sus vidas. Apelando al autocuidado y prevención de las uniones tempranas
	Post - test (asincrónico)		
	Fiesta de logros	Encuentro # 9 Fiesta de logros	Resumen del módulo I y celebración de logros
Resumen	Capítulos	Encuentros sincrónicos	Actividades asincrónicas
Total	5	9	8 (6 retos del día + 1 pretest + 1 post test)

VI. Paso a paso para desarrollar cada encuentro y reto del día

A partir de esta sección encontrarás el desglose detallado de cada capítulo con sus respectivos encuentros y retos del día.

CAPÍTULO 1: SEGURA DE MÍ MISMA

Síntesis del capítulo: Desarrolla concepto, análisis y ejercicios importantes para el reconocimiento y fortalecimiento de la autoestima y autoeficacia en las chicas, como una base fundamental en la prevención de las uniones tempranas en sus vidas.

1. **Objetivos de Aprendizaje:** Identifican e integran elementos claves para el fortalecimiento de su autoestima y autoeficacia.
2. **Habilidades:** Participación – autogestión – empatía - pensamiento crítico – autogestión – toma de decisiones - comunicación
3. **Importancia del proceso de aprendizaje trazado para la construcción de competencias en las niñas y adolescentes:**

Hemos decidido iniciar el programa de formación de los clubes de chicas con este tema principal y base que ayudará a las chicas a tomar mejores decisiones en sus vidas, porque: cuando una persona (sea adolescente o no) se ama y se valora tomará decisiones que le benefician o al menos que no la perjudican. Todos estos elementos los abordaremos no solo en el módulo I de este programa de formación, sino que será un eje transversal durante todos los encuentros y diálogos que tengas con las niñas y adolescentes.

4. **Desglose de actividades educativas**
 - Encuentro #1: Crezcamos juntas (no tiene reto)
 - Encuentro #2: Llegó mi mejor momento
 - Reto # 2: Comunicando mi frase de poder y cualidades
 - Encuentro #3: Yo creo que sí es posible
 - Reto # 3: Amándome a mí misma

Encuentro #1: Creciendo juntas

A continuación, te presentamos la ficha resumen del encuentro, la cual te permitirá tener una radiografía general de los objetivos de aprendizaje, competencias, acciones previas y agenda que desarrollarás. Al final de la ficha también se ubican los mensajes claves que debes tener en cuenta para el desarrollo de todo el encuentro.

Ficha del encuentro #1: Creciendo juntas				
Participantes	Total de participantes del Club		Duración	60 minutos
Objetivos de aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Conocen el proceso formativo de los clubes de chicas. • Se motivan y se proyectan dentro del proceso formativo. • Reconocen la importancia de trabajar con otras chicas en la República Dominicana (relevar el valor positivo presente y futuro de las mujeres adolescentes). • Conocen la metodología y equipo de trabajo en los clubes. • Construyen con otras chicas y facilitadoras los acuerdos de convivencia y las rutas de comunicación para el seguimiento a las acciones en la plataforma. 			
Competencias a desarrollar	Participación – Autogestión – Empatía			
Temas y conceptos clave	Inauguración del Programa de formación.			
Agenda del Encuentro				
N	Momentos del Encuentro	Duración	Detalle	Recursos necesarios
Apertura del Club (3 minutos)				
1.	Recepción	3 minutos	Celebración del inicio del programa de formación virtual. Motivación y bienvenida a la sesión.	Compartir pantalla: Logo Club de Chicas Canción de fondo: Claro que Yes
Calentamiento (7 minutos)				
2.	Bienvenida al grupo	7 minutos	Se presentarán los clubes de chicas como un esfuerzo conjunto entre las chicas y las facilitadoras. Se hará énfasis en que están dentro de un espacio virtual seguro, respetuoso, tranquilo y entretenido.	Mentora del Club
Momento # 1 (45 minutos)				
3.	Palabras de la coordinadora	10 minutos	Se explicará el objetivo del Programa de formación e impacto esperado para la vida de las chicas tomando en cuenta la situación de las niñas y adolescentes en República Dominicana.	Coordinadora del proyecto en el municipio

Módulo I: Creciendo juntas
Guía de facilitación del Club de Chicas

4.	Tómbola de juego	20 minutos	5 chicas participarán y compartirán sus expectativas y compromiso con este programa de formación.	Psicóloga del Club Tómbola virtual https://app-sorteos.com/es/apps/la-ruleta-decide?hash=L6NK87
5.	Explicación del programa de formación	15 minutos	Se explicará sobre los días y horarios de cada encuentro, sobre los retos del día, ejemplos de actividades que vivirán y kit de herramientas. Indicaciones sobre los requerimientos técnicos.	Mentora del club Presentación del Programa de formación
Momento # 2 (6 minutos)				
6.	Cantando juntas	5 minutos	Karaoke como celebración del inicio del Programa de formación.	Video canción con coreografía: Vivir mi vida (Marc Antony) https://www.youtube.com/watch?v=vEg_srO-1Ek
7.	Cierre	1 min	Permite que las chicas se vayan saliendo de la sesión a su ritmo, con la sensación de querer quedarse.	Logo Club de Chicas Canción de fondo: Vivir mi vida (Marc Antony)
	Total:	1 hora		

Previo al encuentro:

- Antes del primer encuentro, las chicas tuvieron que haber tenido comunicación con el equipo coordinador explicándole sobre: llenado del primer cuestionario (pretest), envío de su caja de herramientas, fecha y hora del primer encuentro.
- Debes explicarle a cada chica que con la caja de herramientas que recibieron pueden decorar de forma creativa el espacio donde recibirán su primer encuentro y que es importante que **utilicen su camiseta**.
- Asegúrate de tener acceso a la carpeta digital en Drive, donde aparecen los recursos requeridos para este encuentro.
- Recuerda escribir los nombres de las chicas en tómbola digital
- Lee y practica la presentación de Power Point. Recuerda escribir los días y horas en que tu club se reunirá.

Recursos requeridos:

- Canción Claro que yes: https://www.youtube.com/watch?v=i_sxqlzPYUA
- Ficha que describe el Diario de sueños (objetivo, diferentes partes y forma en que lo utilizarán) **Pendiente diseñar**
- Tómbola virtual <https://app-sorteos.com/es/apps/la-ruleta-decide?hash=L6NK87>
- Presentación Power Point del Programa de formación + detalles del Diario de sueños **Pendiente diseñar**
- Video canción con coreografía: Vivir mi vida (Marc Antony)
https://www.youtube.com/watch?v=vEg_srO-1Ek
- Logo Club de Chicas

Mensajes claves:

- Este programa formativo ayudará a las chicas a tomar mejores decisiones en sus vidas
- Cuando estamos unidas y crecemos juntas tenemos la oportunidad de apoyarnos y darnos ideas para superar los problemas u obstáculos
- Unidas tenemos más fuerza

- Este es el inicio de un gran logro para nuestras vidas, pues nos ayudará a tomar decisiones que favorecerán nuestro futuro
- Las chicas convivirán y compartirán en espacios lúdicos, inspiradores, multimedia
- No son una réplica de la educación formal donde ellas se sientan evaluadas o peor aún obligadas.
- Deseamos construir un espacio que las chicas anhelen y extrañen.
- Deseamos el empoderamiento de sus derechos como niñas y adolescentes
- Durante todo el programa de formación desarrollarán su proyecto de vida o su plan de vida, es decir, irán escribiendo su visión de futuro, sus metas y actividades que las llevarán a hacer de sus sueños una realidad.

I. Paso a paso del encuentro #1: Creciendo juntas

Apertura del Club (3 minutos)

1. Recepción (3 minutos)

Antes de la actividad: Ten lista para reproducir la canción Claro que yes:

https://www.youtube.com/watch?v=i_sxqlzPYUA y el Logo del Club de chicas.

- a. Desde antes que empiece la sesión asegúrate tener la pantalla compartida donde aparezca el logo del Club de chicas y esté la canción de fondo: “Claro que yes”.
- b. Al estilo DJ, permanece alegre animando el inicio del evento, diciendo frases como: “Estamos iniciando nuestro primer encuentro virtual del Club de chicas” “Bienvenidas a este encuentro: Creciendo Juntas”.
- c. Puedes también hacer comentarios sobre el clima, dependiendo de la hora preguntarles cómo les fue en clases, etc. A medida que las chicas vayan entrando y conectándose salúdalas por su nombre y diles bienvenidas.

Calentamiento (7 minutos)

2. Bienvenida al grupo (7 minutos)

- a. Una vez hayan pasado los 3 minutos, quita el logo del club de chicas y con tu cámara encendida salúdalas y diles que estás muy contenta por estar con ellas hoy. Diles que pasarán un momento espectacular y que aprenderán y disfrutarán mucho. Di tu nombre y menciona al resto de facilitadoras que estén contigo, según sea el caso. Ellas pueden sonreír y saludar en la cámara.
- b. Explica que estarán conectadas durante 1 hora y que es importante mantener sus cámaras encendidas para que todas sientan que están dialogando y compartiendo juntas.
- c. Pide a 2 chicas que digan su nombre y compartan ¿Por qué les gusta estar en el Club de chicas?
- d. Pide a otras 2 chicas que digan su nombre y que compartan ¿De qué creen que trata este curso?
- e. Menciona que al igual que las reuniones presenciales que han tenido, este espacio virtual es un lugar seguro, respetuoso, tranquilo y entretenido.
- f. Presenta a la coordinadora del programa y menciona que ahora ella explicará de qué se trata este plan de formación

Momento #1 (45 minutos)

3. Palabras de la coordinadora (10 minutos)

- a. La coordinadora del proyecto en el municipio dice su nombre y también expresa que se siente muy contenta de estar con las chicas en este curso virtual. Puede decir frases como: “estamos a la moda, muchas chicas en todo el mundo están recibiendo cursos en línea” “qué modernas somos”
- b. Empieza preguntando ¿Qué tenemos en común todas nosotras?
- c. Luego expresa: levante la mano a la que le gusta el mangú (menciona algunos nombres de las que levantaron la mano) levante la mano a la que le gusta bailar (menciona algunos nombres de las que levantaron la mano) levante la mano a la que le gusta ir a la playa (menciona algunos nombres de las que levantaron la mano)
- d. Luego menciona: Tenemos muchas cosas en común. También puedo mencionarles otras como: todas somos mujeres, todas vivimos en: _____ (nombre del municipio), la mayoría de ustedes tienen entre 12 a 17 años.
- e. Pregunta: ¿Si tenemos todo eso en común, creen que también tenemos problemas en común?
- f. Repite a la pregunta y deja un espacio de 3 segundos.

- g. Apóyate de estas ideas para realizar tu exposición:

Ideas para la reflexión:

- La realidad es que sí, aunque cada una tiene su propia vida y quizás algunas más problemas que otras; hay algunas situaciones que tenemos muy parecidas. Por ejemplo: Muchas chicas tienen problemas en la escuela, viven situaciones difíciles en sus hogares, enfrentan gritos o golpes, algunas quisieran tener mejores condiciones en sus casas, tener su espacio o más ropa o tener más dinero para ir de paseo o para tener comida en su casa. Y otro problema muy grave es que hay muchos “Tigueres” y hombres mayores que andan buscando chicas para ellos complacerse. Por eso creamos este Programa para que tengamos un espacio libre de peligro y donde podamos crecer y aprender todas juntas. Para desarrollar nuevas habilidades y mejorar las que ya tenemos. Por eso el módulo lleva por nombre: Creciendo juntas, porque juntas vamos a salir adelante. Vamos a tener muchas actividades que nos van a mantener entretenidas, vamos a tener invitadas especiales, vamos a jugar, cantar y crecer mucho.
- h. Agradece porque la hayan escuchado y presenta a la psicóloga del Club.

4. Tómbola de juego (20 minutos)

Antes de la actividad: Recuerda tener lista la tómbola digital con los nombres de las chicas de tu Club.

- a. La psicóloga del club se presenta y expresa que se siente feliz de estar con las chicas reunidas.

Apóyate de estas ideas para el momento de presentarte:

- Soy psicóloga, estoy aquí para ustedes.
 - Si quieren hablar después del encuentro o cualquier día de la semana pueden contar conmigo
 - Somos un equipo y este club es para que crezcamos juntas y unidas.
- b. Expresa que llegó el momento del primer juego. Explica que es una tómbola donde están todos los nombres de las chicas. La tómbola girará y el nombre que salga seleccionado cuando se detenga es quien responderá 1 pregunta o cumplirá 1 reto.
- c. Comparte pantalla y muestra la tómbola
- d. Gira la tómbola. Una vez la tómbola seleccione el primer nombre anima a la chica y dile que es una pregunta sencilla, que no es un examen
- e. Pregúntale: ¿qué te parece esta idea de tener este curso en nuestro Club? Luego que la chica responde, agradécele
- f. Gira por segunda vez la tómbola. Una vez la tómbola seleccione el nombre anima a la chica y dile a ti te tocó un reto: Canta tu canción favorita
- g. Gira por tercera vez la tómbola. Una vez la tómbola seleccione el nombre anima a la chica y pregúntale: ¿Qué es lo que más te gusta de tener este curso? Luego que la chica responde, agradécele
- h. Gira por cuarta vez la tómbola. Una vez la tómbola seleccione el nombre anima a la chica y dile: Canta la canción: La vida es un carnaval de Celia Cruz.
- i. Gira por quinta vez la tómbola. Una vez la tómbola seleccione el nombre anima a la chica y dile: ¿por qué crees que es importante este curso? Luego que la chica responde, agradécele
- j. Gira por sexta vez la tómbola. Una vez la tómbola seleccione el nombre anima a la chica y pregúntale: ¿A qué te comprometes con este curso? Por ejemplo: A no faltar a ningún encuentro, a participar, etc. Luego que la chica responde, agradécele
- k. Agradéceles a todas por haber participado. Explica que ahora la mentora del Club les dirá una información importante.

5. Explicación del programa de formación (15 minutos)

Antes de la actividad: Recuerda tener lista la presentación de power point. Recuerda escribir los días y horas en que tu club se reunirá.

- a. De forma animada, pregunta ¿Cómo se sienten? ¿están alegres?
- b. Comparte pantalla con la presentación de power point llamada: Explicación del programa virtual educativo
- c. Expresa que ahora explicarás con detalle sobre este el programa en el que estarán participando. Apóyate de estas ideas para realizar tu exposición:

Ideas para la reflexión:

- Este programa tiene varios encuentros, estaremos juntas un buen tiempo, ya verán cómo pasa volando. Tendremos muchas actividades creativas como: juegos, grabaremos videos, canciones, tendremos invitadas especiales, al finalizar cada módulo tendremos una fiesta, en fin, este curso será una oportunidad para que Crezcamos juntas.
- Cada vez que nos reunamos duraremos una hora todas juntas, a esto le llamaremos Encuentros. Luego viene algo muy divertido, porque cada una cumplirá un reto después de cada encuentro. No queremos que lo vean como una tarea, sino como una experiencia para seguir creciendo. Estos retos son variados, un día será una trivia, otro día ver un video, escribir una carta, etc.

- d. Plan A: Si las chicas del Club ya recibieron su Diario de sueños
- e. Ahora pídeles que busquen en su caja de herramientas: El Diario de los sueños y lo muestren en la cámara.
- f. Utilizando la ficha de contenido del Diario de sueños, muéstraselos y explícales que su uso.

Es su diario, donde irán escribiendo lo que les gustó de la clase, lo que aprendieron o las nuevas ideas que tengan. Es suyo, pueden decorarlo como quieran. Cada vez que haya un encuentro deben tener su diario de sueños y la caja de herramientas cerca, porque usarán varios instrumentos de ahí.

- g. Plan B: Si las chicas del Club no han recibido su Diario de sueños Muéstrasales los diseños de las páginas que trae el Diario de sueños y explícales su uso. Infórmales que muy pronto estarán recibiendo su Diario de sueños. Que les encantará porque fue hecho especialmente para ellas. Contarle sobre cada sección del Diario de Sueños.

- h. Cuando llegue a la última diapositiva con la siguiente información:

Días y horas de los encuentros para el Club
Dónde: Explica el método de comunicación seleccionado para reunirse
¿Dónde llamar o escribir? Si las chicas tienen dudas o alguna pregunta bríndales un número de teléfono dónde llamarte o escribirte por WhatsApp

- i. Haz énfasis en la importancia que guarden siempre esa hora y fecha. Si van a salir o hablar con alguien háganlo mucho antes para que no lleguen tarde a la clase. Recuerden que es solo 1 hora y si llegan tarde se perderán mucho de lo aprendido.
- j. Abre un espacio por si quieren hacer preguntas o tienen alguna duda
- k. Luego de responder las preguntas, agrádeceles y díles lo animada que estas porque al fin empezaron este curso que tanto estaban esperando.

Observación: Si este momento se extiende mucho, disminuye el tiempo de la siguiente sesión cantando juntas o quítala por completo y cierra de una forma similar al inicio: con música de fondo, saludándolas a todas y siguiendo los pasos recomendados en la despedida.

Momento #2 (6 minutos)

6. Cantando juntas (5 minutos)

Antes de esta actividad: Ten listo el video con la coreografía de la canción: Vivir mi vida (Marc Antony)

- a. Comparte pantalla del video durante 30 segundos
- b. Luego deja de compartir pantalla, pero deja la canción de fondo.
- c. La psicóloga del Club agradece a la mentora y también expresa su emoción por empezar este curso. Indica que está tan alegre que quiere cantar.
- d. La psicóloga canta las primeras líneas de la canción
- e. Luego la coordinadora canta otras líneas
- f. Luego la mentora les dice a las chicas: ¿Qué les parece sin cantamos todas?
- g. Comparte la pantalla con el video de la coreografía y promueve que todas canten.
- h. Todas con micrófono abierto cantan
- i. La mentora puede ir diciendo algunos nombres y pedirles que canten una estrofa.
- j. Si ninguna se anima a cantar, no las obligues y sigue con la canción de fondo hacia la despedida.

Cierre del encuentro (1 minuto)

7. Despedida (1 minuto)

- a. Mientras todas están alegres baja un poco la canción y dejás de compartir pantalla
- b. Hablándoles frente a la cámara, pero con la canción de fondo expresas:

Recuerden que nos volvemos a ver: _____ (día y hora)

Recomendaciones para facilitar el encuentro

- a. Recuerda que este encuentro, al ser el primero, debe dar la sensación de alegría y unidad. No trates de expresar todos los análisis y reflexiones sobre sus vulnerabilidades o situación de las uniones tempranas. Si no, intenta mantener al grupo motivado y alerta a las nuevas sorpresas.
- b. Deseamos, sobre todo, que terminen motivadas, no engañadas sobre el curso, pero sí con una imagen positiva del proceso. Para ello es clave que todas las facilitadoras se sientan a seguras con los momentos que facilitarán, que no se vean tímidas o temerosas frente a la cámara, se vean sonrientes y naturales.

Encuentro #2: Llegó mi mejor momento

A continuación, te presentamos la ficha resumen del encuentro, la cual te permitirá tener una radiografía general de los objetivos de aprendizaje, competencias, acciones previas y agenda que desarrollarás. Al final de la ficha también se ubican los

Ficha del encuentro #2: Llegó mi mejor momento				
Participantes	Total de participantes del Club	Duración	60 minutos	
Objetivos de aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> Nombran y entienden los conceptos de autoestima, autoconfianza y autoeficacia. Nombran algunas acciones que ayudan a desarrollar la autoestima y autoconfianza. Identifican aspectos clave de su autoestima y autoconfianza. Desarrollan ejercicios para explicar los conceptos principales sobre Autoestima a otras chicas. 			
Competencias a desarrollar	Pensamiento crítico – Autogestión			
Temas y conceptos clave	Autoestima y autoeficacia			
Agenda de Encuentro				
N	Actividad	Duración	Descripción	Recursos necesarios
Apertura del encuentro (2 minutos)				
1.	Recepción	2 minutos	Dar la bienvenida a las chicas	Compartir pantalla: Logo Club de Chicas Canción de fondo: Todo tiene su hora (Juan Luis Guerra) https://www.youtube.com/watch?v=r2hrKeLTRO4
Momento # 1: (35 minutos)				
2.	Historia de Ingrid	10 minutos	Estudio de caso	Mentora del Club Dibujo de una chica – adolescente
3.	Trabajo de grupo	10 minutos	División de 3 salas de grupo Respondiendo 1 pregunta	Mentora Psicóloga Coordinadora
4.	Exposición grupal	15 minutos	Cada grupo expone sus resultados	Mentora
Momento #2 (20 minutos)				
5.	Exposición	12 minutos	Exposición sobre: <ul style="list-style-type: none"> Autoestima y autoconfianza Importancia y peligros de no desarrollarla 	Psicóloga Presentación Power Point

			<ul style="list-style-type: none"> • Cómo identificar sus niveles de autoestima y autoconfianza • Tips sobre cómo desarrollar constantemente la autoestima 	
6.	Ejercicio individual	8 minutos	2 preguntas que cada chica debe responder en su Diario de Sueños	Mentora Presentación Power Point
Aviso del reto (5 minutos)				
7.	Cierre	5 minutos	Explicación del Reto del día	Mentora
Cierre del encuentro (1 minuto)				
8.	Despedida	1 min	Cierre alegre	Compartir pantalla: Logo Club de Chicas Canción de fondo: Claro que yes https://www.youtube.com/watch?v=i_sxqlzPYUA
	Total:	1 hora		

Acciones de preparación:

- Antes del encuentro, debes haber tenido comunicación con cada una de las chicas que componen el club, para confirmarles la fecha y hora del segundo encuentro. Explícales que es importante que utilicen su camiseta y tengan a mano su diario de sueños. Recuerda descargar los recursos que indica el encuentro.
- Practica en la plataforma digital cómo dividir en grupos a las chicas
- Revisa que todos los recursos están en la carpeta en Drive del Encuentro #2

Recursos requeridos

- Logo Club de Chicas
- Canción Todo tiene su hora (Juan Luis Guerra)
<https://www.youtube.com/watch?v=r2hrKeLTRO4>
- Canción: Claro que yes. Claro que yes. https://www.youtube.com/watch?v=i_sxqlzPYUA
- Presentación Power point sobre autoestima

Mensajes claves:

- Autoestima: Es la forma en cómo nos valoramos y cómo nos sentimos con nosotras mismas. Incluye la capacidad para amarnos y aceptarnos tal como somos.
- Cuando logras tener buena autoestima, no permites que te hagan daño, porque te amas mucho y no permitirás que te utilicen o se aprovechen de tus sentimientos ni de tu cuerpo.
- Todas tenemos experiencias distintas; cada experiencia nos aumenta o disminuye la autoestima.
- Todas tenemos la capacidad para cambiar o reprogramar nuestra mente. Si alguien nos quiso bajar la autoestima, nosotros podemos subirla y mantenerla alta.
- Existen técnicas que te pueden ayudar a recuperar o mejorar tu autoestima.

I. Paso a paso del Encuentro #2: Llegó mi mejor momento

Apertura del encuentro: (2 minutos)

1. Recepción (2 minutos)

- a. Desde antes que empiece la sesión asegúrate tener la pantalla compartida donde aparezca el logo del Club de chicas y esté la canción de fondo: “Todo tiene su hora.”
- b. Al estilo DJ, permanece alegre animando el inicio del encuentro. A medida que las chicas vayan entrando y conectándose salúdalas por su nombre y diles bienvenidas.

Momento #1: 35 minutos

2. Historia de Ingrid (10 minutos)

- a. Inicia la sesión saludándolas y diciéndoles que quieres contarles algo que te pasó hoy cuando fuiste al colmado.
- b. Lee la siguiente historia, intentando agregar entonaciones y drama para mantener el interés de las chicas:
Nota: si alguna participante se llama Ingrid, cambia el nombre de la chica de la historia.

“Fíjense que fui al colmado a comprar pan y conocí a una chica que se llama Ingrid. Tiene el cabello parecido al de (menciona el nombre de una de las chicas), los ojos son como los de (menciona otra de las chicas) y la sonrisa es bien bonita, así como (menciona otra chica).

Resulta que ella iba a comprar pan también, pero iba llorando. Yo le pregunté ¿qué te pasó? Y ella me contestó:

Es que yo soy muy fea y además no soy inteligente. Yo creo que no voy a ser nada en la vida.

Me asusté y no supe qué decirle. Quedamos que hoy en la tarde voy a llamarla por teléfono para que hablemos más en privado. Así que creo que ustedes me pueden ayudar a pensar ¿Cómo ayudamos a Ingrid?, ¿cómo la podemos apoyar para que se sienta mejor?

- c. Ahora motiva a al menos 3 chicas a que te den ideas ¿cómo ayudar a Ingrid?
- d. Si alguna de las chicas menciona la palabra autoestima o algo similar (como amor propio, quererse ella misma, auto valorarse), pregúntale:
 - Y hablando de autoestima (o el concepto que hayan utilizado) ¿Quién me puede explicar lo que es la autoestima?
- e. Si nadie menciona el concepto, introdúcelo preguntándoles ¿Y ustedes creen que esto tenga algo que ver con la autoestima?, para luego pasar a preguntarles que saben de este concepto.
- f. Permite que 2 chicas respondan y promueve que la otras coloquen sus ideas en el chat.
- g. Con ayuda de los mensajes claves de este encuentro, promueve que entre las chicas lleguen a un consenso sobre lo que significa la autoestima.
- h. Agradéceles por haber participado y explica la siguiente actividad

3. Trabajo grupal (10 minutos)

Antes de esta actividad: Garantiza haber aprendido cómo dividir en grupo al grupo en Google meet o la plataforma que estén utilizando. La división de cada grupo será por edades similares.

Observación: Aunque la mentora también será responsable de un grupo, deberá al mismo tiempo, dirigir este momento:

- a. Como mentora, menciona que se te ocurrió una idea. Formarán 2 grupos y cada grupo trabajará con una de ustedes y así habrá muchas ideas para Ingrid.
- b. Divide al grupo en las 2 salas de trabajo.

- c. La mentora y psicóloga serán responsable de 1 grupo cada una. Al tener cada grupo conformado, les dirán que responderán juntas una pregunta:

Grupo de la mentora trabajará la siguiente pregunta: ¿Por qué es importante tener buena o alta autoestima? ¿Qué le recomendarías a Ingrid para que pueda tener una mejor autoestima?

Grupo de la psicóloga trabajará la siguiente pregunta: ¿Cómo podemos hacer para tener buena autoestima? ¿Qué le recomendarías a Ingrid para que pueda tener mejor autoestima?

- d. Motiva a que la mayoría de las chicas participen o compartan sus propuestas.
- e. Pídeles que seleccionen una responsable de grupo para que comparta al resto del Club las respuestas o reflexiones que tuvieron en el grupo.
- f. Al finalizar el tiempo, agrádeceles y felicítalas por todas las ideas.

4. Exposición de grupo (12 minutos)

Observación: Aunque la mentora también será responsable de un grupo, deberá al mismo tiempo, dirigir este momento.

- a. Cada responsable de grupo tendrá 4 minutos para presentar junto con una de las chicas, los resultados del trabajo en grupo.
- b. Intenta que hablen ambas chicas del grupo. Sin embargo, no la dejes hablando sola, haz que se sienta apoyada y acompañada por su mentora o psicóloga. Así también las demás chicas irán teniendo más confianza para participar.
- c. Felicita a cada grupo después de cada presentación

Momento #2: 20 minutos

5. Exposición y reflexión grupal (10 minutos)

Antes de esta actividad: Ten lista la presentación de Power Point sobre autoestima

- a. La psicóloga les felicitará por todas las propuestas que hicieron, indica que, en el próximo encuentro, la mentora contará cómo le fue en su conversación con Ingrid.
- b. Diles que ahora explicarás rápidamente qué es autoestima, por qué es importante y darás unas pequeñas ideas de cómo mejorar nuestra autoestima.
- c. Prepara tu presentación con apoyo de los contenidos del manual de contenidos, los mensajes clave y las siguientes ideas para la reflexión:

- Autoestima: Es la forma en cómo nos valoramos y cómo nos sentimos con nosotras mismas. Incluye la capacidad para amarnos y aceptarnos tal como somos. Son los pensamientos, sentimientos y acciones que tenemos acerca de nosotras mismas.
- Cuando logras tener buena autoestima, no permites que te hagan daño, porque te amas mucho y no permitirás que te utilicen o se aprovechen de tus sentimientos ni de tu cuerpo.
- Todas tenemos experiencias distintas; cada experiencia nos aumenta o disminuye la autoestima.

Nota: Recuerda leer en el manual de contenido sobre:

- ¿Por qué es importante tener buena autoestima?

¿Cómo podemos saber cuándo una chica tiene una autoestima y autoconfianza adecuadas?:

- ¿De qué forma nos damos cuenta cuando tenemos baja autoestima y autoconfianza?
- ¿Cómo podemos mejorar nuestra autoestima?

6. Ejercicio individual (8 minutos)

- a. Ahora pídeles que saquen su Diario de sueños. Diles que se dibujarán a sí mismas y en una hoja escribirán algo de lo que se sienten orgullosas de sí mismas.
- b. Luego de que hayan terminado, pide a al menos 3 chicas que quieran compartir de qué se sienten orgullosas.

Aviso del reto (5 minutos)

7. Cierre

- a. Explícales que, como continuación de este encuentro, deberán cumplir el reto del día (explica el reto del día).

“Verán un video que ofrece ideas para fortalecer la autoestima. Posteriormente en el dibujo que tienen de ellas mismas escribirán dos fortalezas personales que les ayudan a tener su autoestima alta. Finalmente le tomarán una fotografía y la enviarán a su mentora.”

- b. Recuérdales qué pueden utilizar los colores, brillantina y otros materiales de su caja de herramientas.
- c. Explícales que les enviarás un audio por WhatsApp en el que le explicarás los detalles para hacer el reto.
- d. Recuérdales que este reto es un ejercicio personal que permite fortalecer conocimientos, poner en práctica los aprendizajes y desarrollar sus habilidades creativas, de análisis, de comunicación y participación.
- e. Es importante enfatizar que hagan el reto ellas mismas, que se atrevan a crear y desarrollar sus ideas. No hay creaciones mejores que otras, porque son chicas únicas y particulares, y cada una tiene distintas habilidades para completar el reto.
- b. Luego que hayas explicado, pídeles que te digan si tienen alguna duda o comentario

Revisión y cierre del encuentro (1 minuto)

8. Despedida (1 min)

- a. Pon la canción de fondo: Claro que yes
- b. Mientras todas están alegres bajas un poco la canción
- c. Hablándoles frente a la cámara, pero con la canción de fondo, motívalas a que respondan: ¡Claro que yes! Pregúntales:
 - ¿Les gustó el encuentro? Chicas responden: Claro que yes
 - ¿Harán su reto del día? Chicas responden: Claro que yes
 - ¿Nos vemos el (día y hora del encuentro)? Chicas responden: Claro que yes

Módulo I: Creciendo juntas
Guía de facilitación del Club de Chicas

Síntesis	Las chicas participantes verán un video que ofrece ideas para fortalecer la autoestima. Posteriormente en el dibujo que tienen de ellas mismas escribirán dos fortalezas personales que les ayudan a tener su autoestima alta. Finalmente le tomarán una fotografía y la enviarán a su mentora.		
Participantes	Toda las chicas participantes del encuentro 2	Duración estimada para realizar el reto	2 horas
Formatos	Video – Escritos – Dibujos – Fotografías	Modalidad	Individual - Asincrónica
Objetivos del reto	<p>Recuerdan y mencionan ideas claves relacionadas con el desarrollo del autoestima y autoeficacia</p> <p>Aplican los conceptos en ejercicios para fortalecer la autovaloración y autoconfianza</p>		
Competencias por desarrollar	<p>Comunicación / Toma de decisiones / Participación</p> <p>Cada una de las chicas participantes selecciona y comunica sus fortalezas, presentándolas de forma gráfica y creativa</p>		
Materiales y herramientas para utilizar por las chicas	<p>Diario de sueños, bolígrafo o lápiz.</p> <p>Lápices de colores, hojas de papel, brillantina o escarcha, borrador, pega y tijera, Teléfono celular, WhatsApp, YouTube, datos</p>		
Recursos requeridos	<p>Video: https://www.youtube.com/watch?v=VRnmiXLyqKE</p> <p>Preguntas de apoyo para reflexionar sobre el video</p>		

Paso a paso del reto:

1. Luego del encuentro 2:

- 1) En el grupo de WhatsApp, agrádeceles por haber participado en el encuentro. Si no tienes creado el grupo con todas las integrantes del Club, créalo para hacer más fácil la comunicación o envíales el mensaje a cada una.
- 2) Envíales un mensaje motivador y corto (no más de 30 palabras o 30 segundos de audio) para animarles a completar el reto.
- 3) Indícales el paso a paso en un audio o también puedes enviarles una copia de este cuadro para que sigan las instrucciones:

Paso 1: Primero verán el video y contestarán:
¿Qué cosas del video te llamaron más la atención? ¿En qué te hizo pensar el video? Algo que no vas a olvidar del video es..
Escribe tus respuestas en tu diario de sueños
Paso 2: Escribirán 2 fortalezas de las que se sienten orgullosas y 2 debilidades que debes mejorar para tener mejor autoestima.
Escribe las 2 cualidades en tu diario de sueños
Paso 3: Decora tus fortalezas
En el dibujo que tienes de ti misma, escribe y decora con tus colores y escarcha las 2 fortalezas de las que te sientes orgullosa. Luego abajo en un cuadro, escribe las 2 debilidades que debes mejorar para tener mejor autoestima
Toma la foto de tu dibujo y envíala por WhatsApp a tu mentora.

- 4) Recuérdales que pueden plantear dudas o preguntas sobre el reto en cualquier momento, en el grupo, para facilitar las respuestas a todas ellas. En ocasiones, alguna persona puede atreverse a preguntar y la respuesta a ella en grupo favorece a otra persona que quería preguntar y no se atrevía.
- 5) Recuérdales que las principales beneficiarias de los resultados de sus retos son ellas mismas. Que eso va fortaleciendo y desarrollando sus habilidades; porque los retos son ejercicios para poner en práctica lo que se va aprendiendo y compartiendo en los encuentros.
- 6) Recuérdales que deben enviarte por WhatsApp la foto de su dibujo creativo, indicando la fecha máxima para la entrega.

3. Luego de recibir la mayoría de las fotos (al menos un 60% del grupo de chicas):

- 1) Agradece y felicita a las chicas en el grupo de WhatsApp de chicas por su dedicación, compromiso y creatividad en su propio desarrollo.
- 2) Anima a quienes aún no lo han enviado a hacerlo. Recuérdales que lo importante es su propia creación. No compararlo con el de las otras personas.

Encuentro #3: Yo creo que sí es posible

A continuación, te presentamos la ficha resumen del encuentro #3, la cual te permitirá tener una radiografía general de los objetivos de aprendizaje, competencias, acciones previas y agenda que desarrollarás. Al final de la ficha también se ubican los mensajes claves que debes tener en cuenta para el desarrollo de todo el encuentro.

Ficha del encuentro #3: Yo creo que sí es posible				
Participantes	Total de participantes del	Duración	60 minutos	
Objetivos de aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> Reconocen sus fortalezas y puntos de mejora para lograr una mayor autoeficacia Reconocen que son personas importantes y capaces de desarrollar acciones para su bienestar Reconocen la importancia de apoyarse unas a otras en sus desarrollos personales y colectivos 			
Habilidades para desarrollar	Pensamiento crítico – Autogestión – Toma de decisiones			
Temas y conceptos clave	Autoestima y autoeficacia			
Agenda del Encuentro				
N	Actividad	Duración	Descripción	Recursos necesarios
Apertura del encuentro (4 minutos)				
1.	Recepción	2 minutos	Mientras las chicas van conectándose, el video estará presentándose	Compartir pantalla: video Roar de Kate Perry con letra en español https://www.youtube.com/watch?v=BglYcVlaWBo
2.	Bienvenida al grupo	2 minutos	Felicita a las chicas por mantenerse activas en el Club. Da la bienvenida al tercer encuentro.	Mentora del Club
Momento# 1 (40 minutos)				
3.	Historia de poder	25 minutos	Celebrarán historias personales de éxito	Mentora del Club App tómbola virtual https://app-sorteos.com/es/apps/la-ruleta-decide?hash=L6NK87
4.	Exposición	15 minutos	Qué es autoeficacia Por qué es importante Cómo desarrollarla	Psicóloga del club Presentación Power Point Video: Piper https://www.youtube.com/watch?v=rr7AWD2PZal
Momento# 2 (10 minutos)				
5.	Ejercicio individual	10 minutos	Escribiendo mi frase de poder	Música de fondo Color esperanza https://www.youtube.com/watch?v=Nb1VOQRs-Vs
Aviso del reto (6 minutos)				

6.	Reto del día Cierre	6 minutos	Explicación del reto del día Aclaración de dudas de las chicas	Mentora del Club
Revisión y cierre del encuentro (1 minuto)				
7.	Despedida	1 min	Celebrar el cierre y despedir el encuentro	Compartir pantalla: video: Roar de Kate Perry con letra en español https://www.youtube.com/watch?v=BgIYcVlaWBo
	Total:			1 hora

Acciones de preparación:

- Antes de este encuentro es importante que revises y leas sobre autoeficacia en el manual de contenido y comprendas la diferencia que tiene con autoestima, para que así las chicas no sientan que es un encuentro repetitivo, sino que les da nuevas herramientas para creer en ellas mismas.
- Garantiza que tienes todos los recursos requeridos para el encuentro
- Ubica los nombres de las chicas en la App de la tómbola virtual. Recuerda editar las opciones para que no se repitan los nombres.
- Revisa y juega tú también la trivía correspondiente al reto del día, para que estés familiarizada cuando te toque explicarlo.

Recursos requeridos:

Video: Roar de Kate Perry con letra en español <https://www.youtube.com/watch?v=BgIYcVlaWBo>

Recurso: App tómbola virtual <https://app-sorteos.com/es/apps/la-ruleta-decide?hash=L6NK87>

Video: Piper <https://www.youtube.com/watch?v=rr7AWD2PZaI>

Canción: Color esperanza de Diego Torres: <https://www.youtube.com/watch?v=Nb1VOQRs-Vs>

Presentación sobre Autoeficacia

Mensajes claves:

- Autoeficacia es: la sensación de seguridad que cada persona tiene porque se siente capaz de realizar algo.
- Mientras más capaz te sientas de superar una situación, mayor esfuerzo pondrás para lograrlo.
- Tener una alta sensación de eficacia en las chicas, les permitirá sentirse más empoderadas para enfrentar cualquier obstáculo.
- Mientras más alta sea la sensación de autoeficacia en las chicas serán menos susceptibles a caer en las manipulaciones de los hombres adultos.

I. Paso a paso del encuentro #3: Yo creo que sí es posible

Apertura del encuentro

1. Recepción (2 minutos)

- a. Comparte pantalla con el video que tiene la letra en español de la canción: Roar de Kate Perry.
- b. Mientras las chicas se van conectando salúdalas e invítalas a cantar y disfrutar.
- c. Explícales que deben tener cerca de ellas: Una hoja de color, lápices de colores, escarcha y marcadores pues la utilizarán en una actividad. Que tengan todo a mano para que no se atrasen buscándola cuando empiecen la actividad .

2. Bienvenida al grupo (2 minutos)

- a. Con tu cámara encendida saluda a las chicas, agrádeceles por conectarse una vez más al encuentro.
- b. Comparte un rato con ellas preguntándoles si les gustó la canción, si leyeron la letra.
- c. Menciona algunas frases de la canción que te gustaron, como: “Yo soy una campeona” “Ya no voy a dejarme vencer”. Diles que, aunque la canción está en inglés, quisiste ponerles el significado en español, porque todas podemos rugir, o sea, todas somos fuertes y campeonas.

Momento# 1 (40 minutos)

3. Historia de poder (25 minutos)

Antes de esta actividad: Recuerda tener lista la tómbola digital.

- a. Empieza la sesión contándoles que volviste a encontrarte con Ingrid, (la misma chica que viste en el Encuentro #2) que le contaste todos los consejos que ellas te mencionaron. Que Ingrid se motivó mucho con todas las ideas que las chicas le enviaron
- b. Diles que estuviste reflexionando que es muy importante darnos ánimo entre nosotras porque a veces creemos que estamos solas. Por ello, preparaste una tómbola virtual donde están sus nombres y vamos a celebrar nuestros logros.
- c. Inicia tú, comparte algo que hiciste, que al inicio tenías temor, pero al final lo lograste. Utiliza esta expresión:
“Un día me dijeron en la universidad que debía hacer una presentación frente a un grupo de psicólogos muy famosos. Yo tenía mucho miedo, porque dije, ellos saben mucho y yo apenas estoy aprendiendo, se me van a burlar. Pero después pensé que iba a hacer todo mi esfuerzo y lo iba a intentar. Hice la exposición y después me felicitaron”.
- d. La psicóloga del club debe expresar sus felicitaciones hacia ti: “Imagino tus nervios, pero también te felicito por esa valentía”.
- e. Ahora diles a las chicas, que les darás 1 minuto para que piensen en una historia en la que al inicio tenían miedo hacerla y luego se atrevieron. Las historias no solo deben ser de su escuela, pueden ser en su comunidad, con sus amigas, en su casa, etc.
- f. Pasado el minuto, comparte la pantalla con la tómbola de nombres y diles a las chicas que empezaremos el juego
- g. Inicia la tómbola y cuando salga el primer nombre dile:
(su nombre) queremos escuchar tu historia de poder y celebrar contigo
- h. Una vez la chica comparta su historia, pide al resto del grupo que aplauda y le diga felicidades (su nombre)

Nota: Si la chica no quiere participar, intenta decirle que todas las historias son importantes, ni una es más buena que la otra. La que ella quiera compartir es la que celebrarán. Si aun así no logra contar una historia, dile que no se preocupe, que intentaremos después. Y vuelve a rodar la tómbola virtual para buscar una siguiente participante.

- i. Harás este mismo proceso con 3 chicas, donde contarán una situación en la que se lograron hacer algo que les daba temor.
- j. Mantente atenta a sus historias y trata de animarlas a que reconozcan que cada una de sus historias es importante
- k. Ahora pide a 3 chicas que compartan ¿Qué sintieron al escuchar tantas historias de poder? ¿Qué sentimientos les generó?
- l. Si ninguna se atreve de forma voluntaria, llámalas por su nombre y pídeles si les gustaría compartir ¿Cómo se sintieron escuchando estas historias?

Al finalizar:

1. Felicítalas a todas y diles que, aunque no había tiempo para que todas contaran sus historias sabes que cada una tiene muchas historias de poder
2. Has un breve recorrido en lo que ellas contaron y utiliza estas siguientes ideas para tu reflexión:

- Pudiste notar cuántas cualidades y fortalezas ellas tienen, son admirables
- A lo largo de su vida van a ir enfrentándose a situaciones así, en las que saben que si hacen algo será para su bien y aun así experimentarán miedo o nervios
- Sin embargo, si es alguna actividad que más bien las pondrá en peligro, es mejor no atreverse. Por ejemplo: aunque sientas que puedes y tienes la valentía, si no sabes nadar no te tires al agua.
- Si un hombre mayor te dice que te vayas con él, que seas valiente, sabes que te está tratando de manipular, realmente está jugando con tu valentía. Pero irte con él será la peor decisión.

4. Exposición (15 minutos)

Antes de la actividad: Recuerda tener lista la presentación de Power Point que aborda sobre Autoeficacia.

- a. La psicóloga del Club se une a las felicitaciones y les comenta a todas que ahora hará una pequeña explicación de cómo tener más seguridad en ellas mismas y por qué es tan importante.
- b. Detalla que irá mostrándoles algunas explicaciones y que si alguna quiere hacer alguna pregunta puede hacerlo e interrumpirla cuando desee.
- c. La exposición debe durar un máximo de 10 minutos y empezará con la siguiente frase:

Mientras más capaz te sientas de superar una situación, mayor esfuerzo pondrás para lograrlo.

c.1 Pregunta a 2 chicas, qué opinan de esa frase. ¿Están de acuerdo?

c.2 Inicia la presentación en power point sobre autoeficacia

c.3 Luego presenta el video de piper

c.4 Al finalizar el video haz un pequeño resumen de qué trata la historia de Piper

c.5 Ahora pregunta a 1 chica: Qué límites logró superar Piper

c.6 Pregunta a otra chica: Qué enseñanza nos deja Piper

c.7 Ahora diles que de eso se trata tu pequeña exposición, en recordarles que los psicólogos han demostrado que, mientras más confianza tenemos en nosotras mismas, más haremos el esfuerzo por lograr nuestras metas. Pero si, al contrario, no creemos que seamos capaces será muy difícil lograrlo.

c.7 Ahora pregunta, ¿Qué creen que es una frase de poder? Pide a 2 chicas que participen

c.8 Comparte la presentación de power point, en el punto que aborda la Frase de poder. Realiza la exposición, según el orden de las diapositivas. Agradece la atención recibida y da paso a la mentora del Club.

Momento# 2

5. Ejercicio individual (10 minutos)

- a. Ahora indícales que tienes una idea. Cada chica escribirá su propia frase de poder. Para que cada vez que tenga temor de no poder realizar algo importante para su vida, se repetirá esa frase.

- b. Pídeles que saquen su Diario de Sueños o una hoja de color, lápices de colores, escarcha y marcador.
- c. Explícales que escribirán su propia frase de poder y después si quieren la pegarán a la orilla de su cama o en su diario de sueños. Tendrán 5 minutos para escribirla y decorarla.
- d. Pon de fondo la canción Color esperanza. Cada minuto, baja la música y recuérdales cuál es la asignación: Escribir su propia frase de poder. Para que cada vez que tenga temor de no poder realizar algo importante para su vida, se repetirán esa frase.
- e. Cuando falte solo 1 minuto, exprésale a las chicas: ya casi se acaba el tiempo, estamos a 1 minuto para empezar
- f. Al finalizar los 5 minutos felicítalas por ese gran paso que acaban de dar.
- g. Pídeles a 2 chicas si desean compartir su frase de poder
- h. Pídele al resto que la muestren por su cámara y te envíen una foto de su frase de poder por WhatsApp

Aviso del reto: Explicación del Reto del día y Cierre (6 minutos)

- a. Explícales que, como continuación de este encuentro, deberán cumplir el reto del día (explica el reto del día).

“Verán un video que brinda información importante sobre cómo fortalecer nuestra autoestima. Luego les llegará un link para responder una trivía. No es un examen, son solamente algunas preguntas para repasar lo que han ido aprendiendo.”

- b. Explícales que les enviarás por WhatsApp el vínculo para ver el video y para la realización de la trivía. Aclara que la trivía abrirá otra página para ser completada. Explícales que no es un examen, es una manera de ver como ellas mismas como van aprendiendo y entendiendo los contenidos de los encuentros. Esto servirá para aclarar dudas o profundizar en futuros encuentros
- c. Recuérdales que el reto es un ejercicio personal que permite fortalecer conocimientos, poner en práctica los aprendizajes y desarrollar sus habilidades creativas, de análisis, de decisión y priorización en sus vidas.
- d. Es importante que hagan el reto ellas mismas, y que independientemente de lo que vayan teniendo como respuestas, lo vivan como un momento de aprendizaje y crecimiento personal.
- e. Luego que hayas explicado, pídeles que te expresen si tienen alguna duda o comentario

Cierre del encuentro (1 minuto)

6. Despedida (1 min)

- a. Pon la canción de fondo: Roar de Kate Perry
- b. Mientras todas están alegres bajas un poco la canción
- c. Hablándoles frente a la cámara, pero con la canción de fondo expresas:
Recuerden que nos volvemos a ver: (día y hora)

RETO 3: AMÁNDOME A MÍ MISMA

Síntesis	Las chicas participantes profundizan en sus reflexiones a través de un video que aborda pautas para el mejoramiento de la autoestima. Escriben ideas y reflexiones en su diario, como una forma de registrar sus propias ideas y animar el reconocimiento de sus propias creaciones mentales. Además, refuerzan y recuerdan contenidos de los encuentros 2 y 3, respondiendo una trivía digital de opciones múltiples que permita monitorear el aprendizaje de contenidos.
----------	--

Participantes	Toda las chicas participantes del encuentro 3	Duración estimada para realizar el reto	1 hora
Formatos	Escritos – Trivia Digital	Modalidad	Individual - Asincrónica
Objetivos del reto	Aplican los aprendizajes relacionados con los conceptos de autoestima en un juego de trivia colectivo		
Competencias por desarrollar	Pensamiento crítico (analiza) / Toma de decisiones (nombra - diferencia) / Autogestión (prioriza - evita) Cada una de las chicas participantes selecciona respuestas en una Trivia Digital analizando y diferenciando distintas informaciones y opciones presentadas, procurando responder acertadamente y evidenciando intenciones de priorización y evitación en sus propias vidas para una mejor autoestima y autoeficacia.		
Materiales y herramientas para utilizar por las chicas	Diario de sueños, bolígrafo o lápiz Teléfono celular, WhatsApp, YouTube, datos		
Recursos requeridos	Video https://www.youtube.com/watch?v=VRnmiXLyqKE Trivia sobre autoestima y autoeficacia (selección múltiple y verdadero o falso)		

Paso a paso del reto:

1. Luego del encuentro 3:

- 1) Envíales el vínculo del video y de la Trivia a su grupo de WhatsApp
- 2) Con el envío de los vínculos, envíales un mensaje de ánimo y motivación (no más de 30 palabras o 30 segundos de audio) para completar el reto
- 3) Explícales el paso a paso del reto:

El resultado de la trivia les aparecerá inmediatamente terminen.

Paso 1: Mira el Video y responde

¿Qué aspectos de los presentados en el video me ayudan para mejorar mi autoestima?
 ¿Cómo podría compartir estas ideas con otras chicas?

- Escribe tus respuestas en tu diario de sueños

Paso 2: Abre el vínculo y responde la Trivia

- La trivia te presentará una serie de informaciones en las que debes elegir opciones de respuestas.
- Las respuestas deben ser tus respuestas, no las de otras chicas
- Es importante que al responder lo hagas leyendo y analizando bien las opciones que se presentan
- Recuerda que estamos en un proceso de aprendizaje, así que disfruta y vive la experiencia de crecer al responderla

4) Recuérdales completar el reto a más tardar el día:

2. Luego de confirmar que la mayoría ha completado la trivia (al menos un 60% del grupo de chicas):

- 1) Agradece vía el grupo de WhatsApp a las chicas por su dedicación y compromiso con el reto
- 2) Anima a quienes aún no la han completado a que lo hagan. Recuérdales que lo importante es responderla para saber cómo vamos. No se trata de compararse con otras chicas
- 3) Una vez completada la fecha de envío, revisa los resultados generales de la trivia y elabora una lista de los principales temas a reforzar en los siguientes encuentros. También puedes identificar si alguna chica requiere de atención particular de reforzamiento, a partir de la trivia.

CAPÍTULO 2: CONOZCO Y DEFIENDO MIS DERECHOS

1. **Síntesis del capítulo:** Presenta y analiza concepto y desarrolla ejercicios sobre los derechos humanos de la niñez y la adolescencia, haciendo énfasis en la conciencia del impacto que tiene el cumplimiento de estos en las vidas de las niñas y las adolescentes.
2. **Objetivos de Aprendizaje:** Nombran sus derechos y la importancia que tienen en sus vidas.
3. **Habilidades:** Pensamiento crítico – autogestión – toma de decisiones - comunicación
4. **Importancia del proceso de aprendizaje trazado para la construcción de competencias en las niñas y adolescentes:**

Deseamos explicar a todas las chicas, que su seguridad y felicidad no depende de la buena voluntad de alguien, que tampoco constituye un regalo por portarse bien. Se hará énfasis que los derechos humanos, es decir, la protección legal que tenemos las personas nos acompañan desde nuestro nacimiento. Además, las niñas y adolescentes tienen derechos especiales que deben conocer y defender. En este módulo y todo el programa de formación, la consigna permanente debe ser: Tienes derechos, son tuyos y nadie te los puede quitar, naces con ellos y se te deben cumplir.

5. **Desglose de actividades educativas de este capítulo**

- Encuentro #4: Mi mejor regalo
- Reto # 4: Mis derechos, nuestros derechos
- Encuentro #5: Tengo derecho a ser feliz
- Reto # 5: Buscando mi felicidad

Ficha del encuentro #4: Mi mejor regalo

Participantes	Total de participantes del Club	Duración	60 minutos
---------------	---------------------------------	----------	------------

Módulo I: Creciendo juntas
Guía de facilitación del Club de Chicas

Objetivos de aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> Nombran los derechos de las niñas y adolescentes Nombran razones o argumentos sobre la importancia de los derechos en la vida de las niñas y adolescentes
Habilidades para desarrollar	Pensamiento crítico – participación – comunicación
Temas y conceptos	Derechos humanos de las niñas y adolescentes

Encuentro # 4: Mi mejor regalo

Agenda del encuentro

N	Actividad	Duración	Descripción	Recursos necesarios
Apertura del encuentro (2 minutos)				
1.	Recepción	2 minutos	Se celebrará a las chicas que vayan llegando y conectándose a la sesión, deseándoles algo positivo para su semana.	Canción de fondo: Tengo derecho a ser feliz. Versión bachata https://www.youtube.com/watch?v=iVh91_u94HM Presentar en Compartir pantalla con deseos positivos para la semana. Mentora del Club
Calentamiento (2 minutos)				
2.	Bienvenida al grupo	2 minutos	Se presentará el tema de los derechos de la niñez y la adolescencia,	Mentora del Club
Momento # 1 (25 minutos)				
3.	Compartiendo lo que sabemos sobre: ¿Qué son los derechos de las niñas y adolescentes?	15 minutos	Se expondrá sobre derechos humanos en general y por qué existen derechos especiales para las niñas y adolescentes (o sea para ellas)	Mentora del Club Video: Los derechos de las niñas y adolescentes https://www.youtube.com/watch?v=pHEid0rqPhE Presentación con el concepto de derechos de las chicas
4.	El desastre de un mundo sin sus derechos	15 minutos	Se hará un ejercicio donde se pregunten ¿Cómo serían sus vidas sin derechos?	Mentora del Club Chicas participantes
Momento # 2 (25 minutos)				
5.	La importancia de vivir con sus derechos	5 minutos	Se retomarán las participaciones del ejercicio anterior y se transformarán para evidenciar los aspectos positivos del cumplimiento de sus derechos.	Mentora del Club Chicas participantes
6.	Ejemplos de cómo se afectan tus derechos	10 minutos	Se abordarán ejemplos de cómo se les afectan sus derechos	Mentora del Club Chicas participantes
Aviso del reto (5 minutos)				

7.	Explicación del Reto del día	5 minutos		Mentora del Club
Cierre del encuentro (5 minutos)				
8.	Despedida	5 min	Agradecimiento a las chicas y se expresará apertura para ampliar información si así lo desean	Mentora del Club Canción: Claro que yes. https://www.youtube.com/watch?v=i_sxqlzPYUA
	Total:			1 hora

Acciones de preparación

Antes de este encuentro es importante que revise y lea lo concerniente a los derechos humanos y los derechos especiales de las niñas y adolescentes en el manual de contenidos. Esto es particularmente importante para conectar estos temas con el reconocimiento de derechos en la vida de las chicas.

Verifica que la carpeta de Drive del Encuentro #4 tenga todos los recursos requeridos.

Lee y comprende las tres presentaciones de power point:

- La primera es con deseos positivos para la semana
- La segunda presentación deberá contener el concepto de derechos humanos de las niñas y adolescentes
- La tercera presentación deberá contener un ejemplo concreto sobre la vida de una chica y cómo se conectan los derechos en su vida.

Recursos requeridos

Las tres presentaciones de power point

Video: Los derechos de las niñas y adolescentes:

<https://www.youtube.com/watch?v=pHEid0rqPhE>

Canción: Tengo derecho a ser feliz. Versión bachata

https://www.youtube.com/watch?v=iVh91_u94HM

Canción: Claro que yes. https://www.youtube.com/watch?v=i_sxqlzPYUA

Mensajes claves:

- La seguridad y felicidad no depende de la buena voluntad de alguien, tampoco constituye un regalo por portarse bien.
- Los derechos de las chicas son la protección legal que tienen desde su nacimiento.
- Las chicas tienen derechos especiales, porque están en una etapa muy importante que definirá en gran medida su futuro.
- Es importante creer que tienen derechos y conocerlos, para luego defenderlos y promover su cumplimiento.
- Cada gobierno de cada país tiene la obligación de cumplirles los derechos a las chicas.

I. Paso a paso del encuentro #4: Mi mejor regalo

Apertura del encuentro (2 minutos)

1. Recepción (2 minutos)

- a. Comienza poniendo de fondo la canción: tengo derecho a ser feliz (versión bachata). Iníciala desde 1:55 en adelante. Donde aparece el coro: tengo derecho a ser feliz.

- b. Mientras la canción está sonando, comparte tu pantalla con la presentación donde se expresan deseos positivos para las chicas. Ve pasando las diapositivas cada 8 segundos.
- c. Lee cada deseo que va apareciendo en forma de reflexión
- d. Una vez hayas finalizado la presentación; dales una bienvenida general, recordándoles lo importante de empezar todos sus días con deseos y aspiraciones positivas para sus vidas y las vidas de las personas importantes para ellas, como el derecho que tienen a ser felices, a soñar, aspirar y visionar una mejor vida.

Calentamiento (2 minutos)

2. Bienvenida al grupo (2 minutos)

- a. Explica que este encuentro abordará sobre esos derechos que ellas tienen en la vida. Que no solo es asunto de una bonita canción de bachata. Que es verdad, tienen derecho a ser felices. Hoy conocerán como se puede lograr.
- b. Apóyate en estas ideas para tu introducción:

- Diles que sabes que todas ellas tienen algún conocimiento sobre los derechos de la niñez y la adolescencia, porque lo han aprendido en la escuela, o en la casa, o de cualquier otra forma, y que estos aprendizajes sobre sus derechos son importantes.
- Explica que es importante que ellas compartan sus conocimientos e ideas sobre el tema de los derechos, y que, al compartirlos en grupo, todas reforzamos lo que sabemos.
- Cuéntales que también hablarán sobre la importancia que se cumplan sus derechos e identificarán que cosas podrían impedir, limitar o obstaculizar su cumplimiento.
- Compárteles que esta sesión es una primera sesión, pero que el tema de derechos seguirá presente durante todos los siguientes encuentros, y que de distintas maneras se irán abordando en los contenidos de las siguientes sesiones.
- Recuérdales que es importante que ellas puedan profundizar sobre el tema por otros medios, para ir enriqueciendo el diálogo y la reflexión entre las chicas participantes del club.
- Recuérdales que es importante que compartan sus dudas e inquietudes sobre los temas, en cualquiera de los encuentros. Las dudas o preguntas que una chica se atreve a compartir es de beneficio no solo para ella, sino para todas las que escuchan la respuesta.

Momento # 1 (25 minutos)

3. Compartiendo lo que sabemos (15 minutos) ¿Qué son los derechos de las niñas y adolescentes?

Antes de esta actividad: Ten listo el video: Los derechos de las niñas y adolescentes:
<https://www.youtube.com/watch?v=pHEid0rqPhE>

- a. Indica que, para comenzar con el tema, es importante e ver un breve video donde se resume de forma rápida cuáles son sus derechos como niñas y adolescentes.
- b. Comparte tu pantalla y pídeles que pongan mucha atención porque luego les harás algunas preguntas Presenta el video: Los derechos de las niñas y adolescentes
- c. Al finalizar el video, haz un breve resumen de lo que acaban de ver.

- d. Pide a cuatro chicas (escogidas aleatoriamente) que compartan con el resto de las participantes ¿qué entienden ellas que son los derechos de las niñas y adolescentes?, y que den algún (algunos) ejemplos. Si alguna no quiere participar en ese momento, no hay problema, en otro momento tendrá la oportunidad nuevamente de participar.
- e. Después la participación de cada chica repite las ideas o palabras clave de lo que ellas dijeron. Esto es importante para mantener la atención del grupo, reconocer y respetar la participación individual y animar a recordar las ideas claves, tanto para ti como para el resto de chicas.
- f. Una vez se hayan completado las cuatro (4) participaciones, resume las ideas que se han dicho. No tiene que ser literal, pero si cercano a lo que ellas en conjunto compartieron.
- g. Ahora realiza una pequeña reflexión apoyándote de estas ideas:

- Los derechos humanos son las obligaciones que tiene el Estado y la sociedad tienen con todos los seres humanos, para garantizarles una vida digna, en condiciones de igualdad, libertad y seguridad, en la que puedan desarrollarse a plenitud.
- Garantizan que las personas vivamos en armonía y estemos protegidas en todas las etapas de nuestra vida. Sin los derechos humanos las personas no pueden desarrollarse ni vivir con dignidad.
- Los tenemos todos y todas desde que nacemos, nadie puede quitárnoslos o decirnos que tenemos algunos de ellos.
- Toda persona menor de 18 años es niña o adolescente. Todas las que están en este club son menores de 18 años, lo cual quiere decir que estos derechos que mencionamos son derechos para ustedes.
- Cuando hablamos de derechos humanos integra a personas de todas las edades. Sin embargo, cuando decimos derechos de la niñez y la adolescencia es porque se requieren cuidados específicos que deben ser cumplidos con prioridad en esta etapa de la vida. Toda persona menor de 18 años tiene derecho a que sean cumplidos todos sus derechos y por lo tanto existen leyes e instituciones que los protegen y garantizan.
- Es deber del Estado garantizar que se les cumplan sus derechos.
- Nuestra comunidad y familia deben estar atentos a que se les cumplan sus derechos de las niñas y adolescentes no dependen si se comportan bien o mal, ni de cómo se visten o si nos parecen buenas o malas personas. Son derechos que no les deben ser negados y debemos garantizarles su cumplimiento.

- h. Comparte pantalla con la presentación donde se muestran los ejemplos de derechos que ellas tienen en República Dominicana (educación, salud, información, participación, no violencia, familia, cuidado)
- i. Una vez finalizada tu exposición, agrádeceles su atención y da paso a la siguiente actividad.

4. El desastre de un mundo sin nuestros derechos (15 minutos)

Se preguntará a las chicas de manera aleatoria, (distintas a quienes participaron en el ejercicio anterior) ¿Qué creen ustedes que pasaría en el mundo si ustedes no tuvieran derechos?

- a. Pídeles que piensen en frases que describan un mundo sin derechos para ellas.
- b. Aleatoriamente pide a cinco (5) chicas que voluntariamente compartan las frases que pensaron
- c. Modera la participación de cada chica para que no exceda de un (1) minuto.
- d. Después de la participación de cada chica, repite palabras o ideas clave de lo que cada una expresó. Esto es importante para mantener la atención del grupo, reconocer y respetar la participación individual, y animar a recordar las palabras claves, tanto para ti como para el resto de chicas.

- e. Comparte cómo estas frases son de un mundo que no permitiría el desarrollo de las chicas. Un mundo que no se desea. Un mundo negativo para el desarrollo integral de las chicas.

Momento # 2 (25 minutos)

5. La importancia de vivir con derechos (5 minutos)

- Retoma las frases del ejercicio anterior y recuérdales lo impactante y negativo que sería un mundo sin sus derechos. Limitando el desarrollo y vida plena en sus vidas. Modera una reflexión sobre el tema con base en los aportes de las chicas y las siguientes ideas para la reflexión: Sus derechos están pensados para que puedan tener las mejores oportunidades para desarrollar todo su potencial.
- Estos derechos son para todas, independientemente de su raza, género, identidad sexual, religión, nivel educativo, o cualquier otra característica.
- Cada acción para mejorar la condición de vida de las personas no es un acto de caridad sino el cumplimiento de los derechos que le corresponden a cada persona.
- Es importante respetar y defender los derechos propios y los de otras personas también.

6. Ejemplos de cómo se afectan tus derechos (10 minutos)

- a. Facilita una lluvia de ideas y pídeles algunos ejemplos sobre las distintas formas en que no se cumplen los derechos de las niñas y las adolescentes.
- b. Explica que no necesariamente tienen que utilizar ejemplos propios, pueden ser cosas que han visto con otras chicas en la comunidad o en la escuela o en cualquier otro lugar.
- c. Trata de que las participaciones sean cortas y concretas. Puedes pedirles que sus ideas y opiniones vayan en una frase concreta que completen. Por ejemplo, “No se cumplen los derechos de las chicas cuando _____.”

- Haz un recuento de las cosas que dijeron las chicas en la ronda de participación y facilita una reflexión sobre el tema con base en los aportes de las chicas y las siguientes ideas:
- Algunas veces existen personas que bajo el argumento de protegernos lo que realmente hacen es vulnerar o incumplir nuestros derechos. Por ejemplo, cuando se prohíbe a las chicas ir a jugar a la cancha o asistir a otra actividad, con la justificación de que es inseguro ir.
- No se cumplen sus derechos, por ejemplo, en una familia se deja salir a los hermanos, pero a las hermanas no. Esto es una desigualdad de género y es importante que cambie. Cuando no las llevan a un centro de salud, cuando las golpean o humillan, cuando las obligan a casarse o unirse con un hombre mayor.
- Todas ustedes tienen derechos a recibir la información sobre los temas que les interesan y también tienen derecho a participar en las decisiones sobre sus vidas.
- A veces las personas adultas pueden creer erróneamente que las chicas no tienen la capacidad de entender algunos temas o tomar decisiones. Y esto afecta sus derechos. Hay distintas formas de brindar una información según su edad y grado de madurez, pero negársela es una negación a sus derechos.
- Recuerden que si en su casa o escuela no les cumplen sus derechos ustedes pueden dialogar y defenderlos de forma pacífica; si ven que no tienen ninguna respuesta o más bien reciben ofensas o golpes pueden buscar ayuda en algunas instituciones del Estado.

Aviso del reto del día (5 minutos)

7. Explicación del reto del día (5 minutos)

- a. Explícales que, como continuación de este encuentro, deberán cumplir el reto del día (explica el reto del día).

Grabarán un mensaje de voz donde explicarán por qué son importantes los derechos en sus vidas. Luego llenarán una pequeña trivía con algunas preguntas para reforzar lo que aprendieron en el encuentro.
- b. Compárteles la importancia de completar todas las actividades contenidas en el reto, y recuérdales que la trivía que se incluye es para reforzar conocimientos. No es un examen sino una manera de ver cómo andamos con los aprendizajes.
- c. Explícales que les enviarás por WhatsApp el link para la realización de la trivía.
- d. Recuérdales que el reto es un ejercicio personal que permite fortalecer conocimientos, poner en práctica los aprendizajes y desarrollar sus habilidades creativas, de análisis, de decisión y priorización en sus vidas.
- e. Es importante que hagan el reto ellas mismas, y que independientemente de lo que vayan teniendo como respuestas, lo vivan como un momento de aprendizaje y crecimiento personal.
- f. Luego que hayas explicado, pídeles que te digan si tienen alguna duda o comentario.

Cierre del encuentro (5 minutos)

8. Despedida (5 minutos)

Antes de la actividad: Recuerda tener listo el video con la canción Claro que yes.

- a. Gracias a todas por su participación y por compartir sus conocimientos.
- b. Todas tenemos conocimientos que hemos aprendido de distintas maneras y esos conocimientos son importantes en nuestras vidas.
- c. Sus derechos como niñas y adolescentes son un tema muy importante para el desarrollo en el presente y el futuro.
- d. Si tienen preguntas o inquietudes envíenlas antes del siguiente encuentro o las traen escritas a nuestro siguiente encuentro.
- e. Recuerden que nos volvemos a ver (día y hora).
- f. Despidete alegremente frente a la cámara.

II. Recomendaciones generales

- a. Este es un encuentro que al abordar los derechos humanos puede ser percibido como distante de las vidas de las chicas, sobre todo porque no es un tema que cotidianamente se converse en grupos tan grandes.
- b. Ellas vienen de encuentros en los que han abordado la autoestima, la autoimagen, y este tema debe mantenerse vinculado con el carácter personal que han traído los encuentros anteriores. Los ejemplos, el tono, las palabras deben ir en la dirección de un diálogo. Recuerda en todo momento vincular los derechos con la vida personal.
- c. Lee varias veces las anotaciones sobre derechos humanos y derechos de niñas, niños y adolescentes. La idea no es conocer de memoria cada aspecto de los derechos, sin embargo, es importante tener el recurso a mano para abordar los distintos mecanismos que garantizan el cumplimiento de derechos.
- d.

Reto 4: Mis derechos, nuestros derechos

Síntesis	Las chicas participantes retoman y aplican sus aprendizajes sobre sus derechos de la niñez y la adolescencia. Profundizan sobre acciones necesarias para garantizar el cumplimiento de derechos. Verbalizan sus aprendizaje a través de un audio y además, refuerzan y recuerdan contenidos del encuentro 4, respondiendo una trivía digital de opciones múltiples que permita monitorear el aprendizaje de contenidos.		
Participantes	Todas las chicas participantes del encuentro 4	Duración estimada para realizar el reto	1 hora
Formatos	Escritos – Trivía Digital - Audio	Modalidad	Individual - Asincrónica
Objetivos del reto	Observan y describen las realidades de sus pares en sus contextos Utilizan el conocimiento sobre los derechos en un ejercicio práctico Exponen sus ideas y experiencias sobre la realidad a partir de los conocimientos sobre los derechos		
Habilidades por desarrollar	Comunicación (interpreta presenta) / Pensamiento crítico (propone desarrolla) / Autogestión (analiza evita) / Toma de decisiones (establece expresa) Cada una de las chicas participantes selecciona respuestas en una Trivía Digital analizando y diferenciando distintas informaciones y opciones presentadas sobre los derechos humanos, procurando responder acertadamente. Cada una de las chicas crea y comunica mensajes de audio relacionados con el cumplimiento, promoción o defensa de los derechos humanos de las chicas.		
Materiales y herramientas para utilizar por las chicas	Diario de sueños, bolígrafo o lápiz Teléfono celular, WhatsApp, YouTube, datos de internet		
Recursos requeridos	Trivía sobre sus derechos (descrita abajo)		

Paso a paso del reto:

1. Luego del encuentro 4:

- 1) Envíales un mensaje de ánimo y motivación (no más de 30 palabras o 40 segundos) para completar el reto
- 2) Envíales el vínculo de la Trivía por el grupo de WhatsApp.
- 3) Comparte las siguientes indicaciones:

Paso 1: Grabar un mensaje de voz para la mentora
Grabarán un mensaje de voz donde explicarán por qué son importantes los derechos en sus vidas. Enviarán su audio a la mentora del club
Paso 2: Llenar la trivía

- La trivía te presentará una serie de informaciones en las que deberes elegir opciones de respuestas.
- Las respuestas deben ser tus respuestas, no las de otras chicas
- Es importante que al responder lo hagas leyendo y analizando bien las opciones que se presentan
- Recuerda que estamos en un proceso de aprendizaje, así que disfruta y vive la experiencia de crecer al responderla

4) Recuérdales completar el reto a más tardar el día:

2. Luego de confirmar que la mayoría ha completado la trivía y enviado el audio (al menos un 60% del grupo de chicas):

- 4) Agradece al grupo de chicas por su dedicación y compromiso con el reto
- 5) Anima a quienes aún no han completado la trivía o enviado el audio a que lo hagan. Recuérdales que lo importante es responder la trivía para saber cómo vamos, y grabar un audio para poner en práctica los conocimientos. No se trata de compararse con otras chicas.
- 6) Una vez completada la fecha de envío, revisa los resultados generales de la trivía y elabora una lista de los principales temas a reforzar en los siguientes encuentros. También puedes identificar si alguna chica requiere de atención particular de reforzamiento, a partir de la trivía.

Encuentro #5: Tengo derecho a ser feliz

Ficha del encuentro #5: Tengo derecho a ser feliz

Participantes	Total de participantes del Club	Duración	60
Objetivos de aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Identifican situaciones concretas de sus propias vidas en las que el cumplimiento de sus derechos les permitirá seguir adelante • Nombran impactos positivos del cumplimiento y defensa 		
Habilidades para desarrollar	Pensamiento crítico – Autogestión – Toma de decisiones		
Temas y conceptos clave	Derechos de las niñas y adolescentes		

Agenda del encuentro

N	Actividad	Duración	Descripción	Recursos necesarios
Apertura del encuentro (10 minutos)				
1.	Recepción	8 minutos	Se les pedirá a las chicas que a medida que vayan llegando (conectándose) puedan expresar	Canción de fondo: Happy de Pharrell Williams https://www.youtube.com/watch?v=ZbZSe6N_BXs

Módulo I: Creciendo juntas
Guía de facilitación del Club de Chicas

			<p>en una frase algo a lo que ellas tienen derecho. Soy _____.</p> <p>Y tengo derecho a _____.</p>	Mentora del Club Chicas participantes
2.	Bienvenida al grupo	2 minutos	Se presentará el encuentro como una continuidad al encuentro de derechos anterior, explicando que este encuentro tiene un momento para preguntas e inquietudes sobre los derechos	Mentora del Club
Calentamiento (10 minutos)				
3.	Repasando y repensando los derechos	10 minutos	Se animará un espacio para que las chicas puedan plantear inquietudes o preguntas con respecto a los derechos y la información abordada en el encuentro anterior, repasando así los contenidos sobre los derechos.	Mentora del club Chicas participantes
Momento #1 (15 minutos)				
4.	Los derechos en mi vida	15 minutos	Se promoverá que las chicas identifiquen a nivel individual derechos clave para su desarrollo integral, construyendo un listado de posibles acciones para lograr el cumplimiento de sus derechos.	Mentora del club Chicas participantes Diapositiva de Power Point con explicación de trabajo individual y trabajo grupal
Momento #2 (15 minutos)				
5.	Expresiones y beneficios del cumplimiento de derechos	15 minutos	Se abordarán una lista de derechos que son clave para el desarrollo integral, identificando expresiones concretas de como el cumplimiento de estos derechos favorece el desarrollo integral de las chicas.	Mentora del club Chicas participantes
Aviso del reto del día (5 minutos)				
6.	Explicación del Reto del día Cierre	5 minutos		Mentora del club
Cierre (5 minutos)				
7.	Despedida	5 min	Se dará las gracias a todas las chicas participantes por su trabajo realizado. Se retomarán los contenidos abordados vinculándolos con el desarrollo presente y futuro, relevando la importancia del cumplimiento de derechos para el alcance de metas colectivas y personales.	Canción de fondo: Canción: Happy de Pharrell Williams Mentora del club
	Total:			1 hora

Acciones de preparación

Antes de este encuentro es importante que revises y leas los mensajes clave del apartado sobre derechos humanos del manual de contenidos. También debes tener contigo ya preparada la tabla de trabajo para la identificación de derechos clave para el desarrollo integral de las chicas.

Y finalmente, preparar respuestas a posibles preguntas sobre los derechos de las niñas y adolescentes, teniendo como base el material y contenidos abordados en el encuentro anterior.

Recursos requeridos

- Canción: Happy de Pharrell Williams. <https://www.youtube.com/watch?v=ZbZSe6N BXs>
- Diapositiva con el ejercicio de inicio (recepción)
- Diapositiva de Power Point con explicación de trabajo individual y trabajo grupal.
- Tabla de trabajo para la identificación de derechos clave para el desarrollo integral de las chicas.
- Respuestas a posibles preguntas sobre los derechos de las niñas y adolescentes

Mensajes claves

- Si bien todos los derechos son importantes, el derecho a la educación de calidad, la información y atención en la salud, el vivir sin violencia, el participar en las decisiones - dentro de la comunidad y la familia- que afectan la vida propia, son algunos de los derechos claves para poder desarrollar el potencial de las chicas en las comunidades, la sociedad, la escuela y la familia.
- Estos derechos abren la puerta a mejores condiciones para que las chicas puedan desarrollarse integralmente en la vida.
- El cumplimiento de derechos en la vida de las chicas les permite estudiar y desarrollarse profesionalmente, les permite vivir sin violencia desarrollándose sin miedo en la sociedad, les permite cuidar su salud sin restricciones ni temores, y les permite involucrarse y participar en las áreas sociales, educativas, recreativas, familiares y comunitarias.
- Es responsabilidad del Estado y las instituciones el cumplimiento de todos los derechos.
- Pero también las familias y las comunidades deben promover y vigilar que se cumplan los derechos de las niñas y adolescentes.

I. Paso a paso del encuentro # 5: Tengo derecho a ser feliz

Apertura del encuentro (10 minutos)

1. Recepción (8 minutos)

Antes de esta actividad: Ten lista la canción: Happy de Pharrell Williams

- a. Utiliza de fondo la canción: Happy de Pharrell Williams. El primer minuto será para dar la bienvenida a la sesión.
- b. Luego de saludar y animar el inicio del encuentro, se explicará el ejercicio para que cada una complete la frase:
Soy (nombre_) y tengo derecho a:
- c. Recuerda, es importante no presionar la participación y dejar que en este primer momento fluyan. Puedes preguntar directamente o utilizar la lista de participantes.
- d. Una vez hayan completado las frases, haz un recuento de todas las cosas que identificaron como derechos y como eso haría la vida más plena y su desarrollo más integral.

2. Bienvenida al grupo (2 minutos)

- a. Recuérdales que es importante aclarar las dudas e inquietudes que uno tiene sobre las cosas. Así se aprende y se crece.
- b. Plantea que este encuentro requiere de un trabajo comprometido de cada una con su propia vida e historia

- c. Enfatiza que cada una de ellas tiene su propio ritmo y prioridades, y es importante respetar el proceso que cada una lleva.

Calentamiento (10 minutos)

3. Repasando y repensando los derechos (10 minutos)

- a. Preguntar a las chicas si hay alguna inquietud o pregunta relacionada con los contenidos de derechos humanos abordados en el encuentro anterior.
- b. Si hay inquietudes o preguntas, recógelas en una primera ronda para poder responderlas en orden.
- c. Si no hubiese inquietudes o preguntas por parte de las chicas, haz tú algunas preguntas a las chicas, puedes auxiliarte de las preguntas utilizadas en la trivía
- d. Una vez se hayan agotado las inquietudes o preguntas, conecta los derechos con la importancia de cumplirlos para poder desarrollarse plenamente.
- e. Haz un breve resumen de la información brindada en el encuentro anterior. Apóyate de estas ideas para la reflexión:

- Que las chicas conozcan sus derechos les ayuda a saber qué pueden exigir en sus familias, su escuela, los centros de salud para ser protegidas de los peligros que enfrentan.
- Si promueven y exigen que se cumplan sus derechos tendrán más posibilidades de que se cumplan tus metas personales de educación, salud, seguridad, de formación técnica o profesional, entre otras.
- Así como es importante que las chicas conozcan sus derechos también es esencial que sepan reconocer cuándo están siendo vulneradas o corren peligro. Algunos ejemplos de las formas comunes en que no se cumplen los derechos de las niñas y adolescentes pueden ser:
 - Compararlas u obligarlas a ser de una sola forma sin reconocer que cada una tiene un estilo, identidad y personalidad.
 - Expresarles mensajes negativos que las humillan o bajan su autoestima.
 - Limitarles ir a la escuela para quedarse en casa ya sea cuidando a sus hermanos o trabajando.
 - Negarles la comida como castigo o amenaza.
 - Golpearlas para disciplinarlas.
 - Burlarse de ellas o contar sus secretos a otras personas.
 - Obligarlas a unirse con un hombre mayor o de su edad para beneficio económico de ella o su familia.

Momento #1 (15 minutos)

4. Los derechos en mi vida (15 minutos)

Antes de esta actividad: Recuerda practicar en la plataforma virtual, cómo dividirás en grupos a las chicas. Ten preparada la diapositiva donde se explican las indicaciones para el trabajo individual y grupal.

- a. Se explicará que las dividirán en 2 grupos. La plataforma donde estén realizando el encuentro las dividirá al azar, logrando dos grupos con la misma cantidad de chicas cada uno.
- b. Antes de hacer la división de grupos, explicarás qué es lo que harán en el ejercicio.
- c. Explica que:

Nota: Mientras explicas los pasos comparte pantalla con la diapositiva de la tabla de explicación del ejercicio.

C. 1 Paso 1: Tendrán cinco (5) minutos para escribir 2 derechos que consideran muy importante para la vida de las chicas escribiendo el derecho y qué beneficios traen a su vida esos derechos.

C.2 Paso 2: Cuando hayan terminado, se compartirán los derechos que escribieron.

C.3 Paso 3: Dialogarán cómo pueden hacer para hacer cumplir esos derechos. Escribirán las propuestas. Una del grupo enviará una fotografía por WhatsApp a la mentora con las propuestas que escribieron.

C.4 Explicarán sus respuestas al resto del Club

	Trabajo individual (5 minutos)		Trabajo de grupos de tres (10 minutos)
	Derechos seleccionados	Beneficios en mi vida	¿Cómo pueden hacer para hacer cumplir esos derechos?
1			
2			

Momento #2 (15 minutos)

5. Expresiones y beneficios del cumplimiento de derechos (15 minutos)

Antes de esta actividad: Ten lista la presentación sobre los derechos que tienen las chicas y cómo saber que se están cumpliendo.

- a. Pide a cada grupo que expongan los derechos que escogieron y qué beneficios tienen para sus vidas.

Una vez terminadas las exposiciones, agrádeceles y comparte la diapositiva donde se explica los derechos que tienen las chicas y cómo saber que se están cumpliendo.

Derecho a:	¿Cómo sabemos si ese derecho se está cumpliendo?	Beneficios al desarrollo integral de las chicas
Educación	Escuelas disponibles y accesibles para que estudies, seguridad en las escuelas, no te llenen de muchos quehaceres en la casa para que tengas tiempo de estudiar, seguimiento de madre y padre a tus asignaciones escolares.	
Salud	Clínicas para información, consejería y atención en salud, acceso a diagnósticos y tratamientos de enfermedades, prioridad en el hogar de cuidados preventivos en salud, acceso a agua limpia, acceso a buena alimentación.	
Participación	Que te permitan opinar sobre ideas de cómo mejorar la situación en tu casa, comunidad, escuela y del país. Organizarte en espacios propios donde puedas dialogar con otras chicas y chicos de tu edad de manera sana y recreativa.	
Vida sin violencia	Lugares para buscar ayuda en caso de violencia, lugares donde denunciar la violencia que están viviendo, redes de apoyo para enfrentar la violencia o el riesgo de violencia, calles seguras e iluminadas, escuelas seguras, familias y	

	personas de la comunidad rechazan los golpes o humillaciones contra las niñas y adolescentes.	
Familia	Responsabilidad de madres y padres en tu crianza, registro de tu nombre, distribución equitativa de las responsabilidades en el hogar.	

Aviso del reto del día (5 minutos)

7. Explicación del reto del día (5 minutos)

- Explícales que, como continuación de este encuentro, deberán cumplir el reto del día (explica el reto del día)

Identificarán una chica que ellas conozcan y consideran que se le están cumpliendo sus derechos y luego a otra chica a la que no se le cumplen esos mismos derechos. Luego escribirán en su Diario de Sueños: un resumen de 5 derechos que tengo.

Es importante aclarar que este reto en particular es un ejercicio para analizar las distintas situaciones que enfrentan las chicas en las comunidades, barrios y ciudades dominicanas. No es un ejercicio para juzgar las vidas de las chicas, sino para tomar consciencia sobre las realidades que las chicas enfrentan a diario en el ejercicio de sus derechos.

- Las chicas identificadas pueden ser chicas que ellas conocen o no. Sin embargo, para sus apuntes y reporte pondrán nombres ficticios (falsos) a cada una de ellas, para cuidar sus identidades.
- Explícales que les enviarás el vínculo para el formulario de Google donde escribirán los resultados del ejercicio. Recuérdales que el reto es un ejercicio personal que permite fortalecer conocimientos, poner en práctica los aprendizajes y desarrollar sus habilidades creativas, de análisis, de decisión y priorización en sus vidas.
- Es importante que hagan el reto ellas mismas, y que independientemente de lo que vayan teniendo como respuestas, lo vivan como un momento de aprendizaje y crecimiento personal.
- Luego que hayas explicado, pídeles que te expresen si tienen alguna duda o comentario, duda o inquietud.

Cierre del encuentro (5 minutos)

8. Despedida (5 minutos)

- Pon la canción de fondo: Canción: Happy de Pharrell Williams
- Dalas gracias a todas las chicas participantes por su trabajo realizado. Recuerden que si tienen dudas o quieren hablar con alguien tienen a su psicóloga o mentora del Club
- Recuerden que nos volvemos a ver (día y hora)
- Despídete alegremente frente a la cámara.

Reto 5: BUSCANDO MI FELICIDAD

Síntesis	Las chicas participantes retoman y aplican aprendizajes sobre sus derechos en el análisis de situaciones de sus pares (observación de la vida de dos chicas) y sus entornos. Profundizan sus análisis sobre el cumplimiento o no de derechos, proponiendo acciones que pueden tomarse para cuidar del cumplimiento de derechos en las chicas y en su propia vida, con base en la
----------	--

	empatía con las situaciones y realidades observadas. Escriben conclusiones y reflexiones en su diario, como una forma de registrar sus propias ideas y animar el reconocimiento de sus propias creaciones mentales.		
Participantes	Todas las chicas participantes del encuentro 5	Duración estimada para realizar el reto	1 hora
Formatos	Formulario digital (Google Form)	Modalidad	Individual - Asincrónica
Objetivos del reto	Observan y describen las realidades de sus pares en sus contextos. Utilizan el conocimiento sobre los derechos en un ejercicio práctico. Exponen sus ideas y experiencias sobre la realidad a partir de los conocimientos sobre los derechos.		
Habilidades por desarrollar	Comunicación (Interpreta Presenta / Pensamiento crítico (Analiza Argumenta) / Autogestión (Ejercita Prioriza) / Empatía (diferencia observa)		
Materiales y herramientas para utilizar por las chicas	Diario de sueños, bolígrafo o lápiz Teléfono celular, Whatsapp, YouTube, datos de internet		
Recursos requeridos	Formulario de google form: Identificar una chica que ella conozca a la que se le cumplen sus derechos y otra chica a la que no se le cumple ese mismo derecho. Escribir en el Diario de sueños: Un resumen de 5 derechos que tiene la chica.		

Paso a paso del reto:

1. Luego del encuentro 5:

- 1) Envíales el vínculo del formulario al grupo de WhatsApp del club.
- 2) Mándales un mensaje de ánimo y motivación (no más de 30 palabras o 30 segundos de audio) para completar el reto.
- 3) Recuérdales completar el reto a más tardar en la fecha acordada.
- 4) Formulario de Google form que les llegará en el link:

Paso 1: Identifica a una chica a la que piensas que se le cumplen sus derechos y llena la siguiente información	Edad Estudia (Si, No, No estoy segura)
Paso 2: A continuación, te daremos una lista y tú seleccionarás los 2 derechos que se le están cumpliendo	derecho a la educación derecho a disfrutar de una vida sin violencia derecho a la Salud derecho a la protección de una familia derecho a la participación derecho al acceso a la información
Paso 3: Cuéntanos un poco, ¿cómo crees que se le cumplen esos derechos que seleccionaste?	(Cuadro de texto)
Paso 4: Ahora escoge a la chica que crees que no se le están cumpliendo sus derechos	Edad Estudia (Si, No, No estoy segura)

Paso 5: Escoge los 2 derechos que no se les están cumpliendo	derecho a la educación derecho a disfrutar de una vida sin violencia derecho a la Salud derecho a la protección de una familia derecho la participación derecho al acceso a la información
Paso 6: Explícanos por qué dices que esos derechos no se le está cumpliendo	(Cuadro de texto)
Paso 7: ¿Qué crees que pasará en la vida de ella si no se le cumplen sus derechos?	(Cuadro de texto)

2. Luego de confirmar que la mayoría ha completado el formulario (al menos un 60% del grupo de chicas):

- 1) Agradece al grupo de chicas por su dedicación y compromiso con el reto que respondieron en el Google form.
- 2) Anima a quienes aún no han completado el formulario de Google a que lo hagan. Recuérdales que lo importante es realizar el ejercicio para poner en práctica los conocimientos y experiencias. No se trata de comparar a las dos chicas sino de analizar las consecuencias de que los derechos no sean cumplidos.
- 3) Una vez completada la fecha de envío, revisa los resultados generales del formulario y elabora una lista de los principales temas a reforzar y reflexionar en los siguientes encuentros, con ayuda del Manual de contenidos.

CAPÍTULO 3: SOÑANDO DESPIERTA

1. **Síntesis del capítulo:** Desarrolla concepto, análisis y ejercicios sobre la importancia e impacto de la visión de futuro en las niñas y adolescentes.
2. **Objetivos de Aprendizaje:** Desarrollan sus visiones de futuro identificando previamente la importancia y herramientas para diseñarla.
3. **Habilidades:** Pensamiento crítico – Autogestión – Toma de decisiones – Cooperación
4. **Importancia del proceso de aprendizaje trazado para la construcción de competencias en las niñas y adolescentes:** Presentar la visión de futuro es una apuesta para que las chicas pasen de los anhelos de una vida mejor a tomar acciones inmediatas para crear el futuro que se merecen. Con los encuentros desarrollados se pretende que las chicas logren tener un pensamiento crítico ante las opciones que la sociedad les da para que se desarrollen personal y profesionalmente, identificar cuáles son sus expectativas y evitar aquello que podría obstaculizar o limitar el alcance de sus metas. Se espera también que puedan autogestionar las acciones que requieren para cumplir su visión de futuro, cooperarán con otras chicas para apoyarlas a diseñar sus estrategias y, sobre todo, reconocerán el impacto de sus decisiones en su vida presente y futura.
5. **Desglose de actividades educativas de este módulo**
 - A. Encuentro #6: Echar pa' lante
 - B. Reto # 6: Cambiando mi futuro hoy

Encuentro #6: Echar pa' lante

Ficha del encuentro #6: Echar pa' lante			
Participantes	Total de participantes del	Duración	60
Objetivos de aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Describen en sus propias palabras el concepto de Visión de Futuro. • Nombran razones o argumentos por los cuales las visiones de futuro son importantes para ellas. • Identifican en sus propias vidas las visiones de futuro que han tenido o tienen. • Comparan posibles resultados en la vida de chicas según el tipo de visión de futuro y la presencia de educación o 		
Habilidades a desarrollar	Pensamiento crítico – Autogestión – Toma de decisiones – Cooperación		
Temas y conceptos clave	Visión de futuro		

Agenda del Encuentro			
Actividad	Duración	Descripción	Recursos necesarios
Apertura del Encuentro (1 minuto)			
Recepción	1 minuto	Saludos y bienvenida a la sesión	Compartir pantalla: Logo Club de Chicas Canción de fondo: la Bicicleta. Shakira y Carlos Vives https://www.youtube.com/watch?v=-UVOQGLmYys
Calentamiento (15 minutos)			
Bienvenida al grupo	15 minutos	Bienvenida Trivia	Mentora del Club Trivia
Momento # 1 (15 minutos)			
Visión de futuro	15 minutos	Explicación de qué es y cuál es la importancia de tener una visión de futuro	Mentora del Club Power Point
Momento # 2 (20 minutos)			
Juego ¿Cómo sería mi vida si?	10 minutos	Psicóloga dirá algunas frases y las chicas las completarán	Psicóloga del club
Video	10 minutos	Presentación de video: https://www.youtube.com/watch?v=7jamzK0C4Eg Video Mensaje para reflexionar (– Es posible)	Psicóloga del club Video Mensaje para reflexionar (– Es posible)
Aviso del reto (5 minutos)			

Explicación del Reto del día Cierre	5 minutos		Mentora del Club
Cierre del encuentro (1 minuto)			
Despedida	1 minuto	Agradecimiento y salida alegre	Mentora del Club Compartir pantalla: Logo Club de Chicas Canción de fondo: Color esperanza
Total:	1 hora		

Acciones de preparación

- Garantiza que la trivía esté activa para que puedas realizarla con las chicas. Puedes tener un plan B, colocando las preguntas en una presentación de Power Point. Coloca una pregunta por diapositiva para que puedas mantener el mismo sentido que la trivía.
- Con ayuda del Manual de contenidos, practica la presentación de Power Point donde aparece una breve explicación sobre el concepto de visión de futuro.

Recursos requeridos

- Abre la Trivía que fue diseñada para este encuentro
- Abrir el Power Point con explicación de qué es y cuál es la importancia de visión de futuro
- Video: Mensaje para reflexionar (Michael Ronda - ES POSIBLE)
<https://www.youtube.com/watch?v=7jamzK0C4Eg>
- Canción Color Esperanza
<https://www.youtube.com/watch?v=Nb1VOQRs-Vs>
- Canción de fondo: Bicicleta. Shakira y Carlos Vives <https://www.youtube.com/watch?v=-UV0QGLmYys>

Mensajes clave:

- Cuando se cumplen todos los derechos de las chicas, ellas tienen mayores oportunidades para hacer realidad las metas y los sueños que tienen para su presente y su futuro.
- Es importante el cumplimiento de derechos para poder alcanzar las metas para la vida presente y futura en las chicas.
- La visión de futuro es como el mapa del futuro. Es aquello que se quiere conseguir o llegar a ser.
- La visión de futuro permite tener una dirección en el camino para así no perderse. Sentir que se vive cada día con un propósito, despertar cada mañana pensando que es un día más para llevar el camino a conquistar los sueños.
- Es muy importante que esa visión de futuro no sea conformarse con la realidad actual, mucho más aún si en esta realidad no se cumplen los derechos.
- También es importante saber distinguir entre lo que pueden ser sueños realizables de lo que son fantasías.
- Aunque sepamos que actualmente estamos pasando dificultades económicas o en nuestras familias, si nos lo proponemos, no siempre estaremos así. Peor aún, tampoco debemos soñar con cosas que nos hagan daño y ser peligrosas para ti y los tuyos: no tener una visión de ser narcotraficante, delincuente, casarse con un hombre mayor para salir de la pobreza.

Paso a paso del encuentro #6: Echar pa' lante

Apertura del encuentro (1 minuto)

a. Recepción (1 minuto)

- a. Pon la música de fondo: La bicicleta de Carlos Vives y Shakira
- b. Como de costumbre, saluda a las chicas mientras van llegando

Calentamiento (15 minutos)

b. Bienvenida al grupo (15 minutos)

- a. Diles que se realizará una bienvenida diferente. Esta vez empezarán jugando.
- b. Empieza compartiendo la pantalla donde tienes la trivia. Dile que haremos un juego en el que tres chicas responderán una pregunta, e inmediatamente veremos si la respuesta es correcta. Recuerda decirles que no es un examen, solo un juego.
- c. La trivia tiene 3 preguntas
 - c.1 Visión de futuro es: a. Ser adivina b. Las metas que tenemos para nuestra vida c. no sé
 - c.2 Quiénes deben tener una visión de futuro a. Las profesionales b. Nadie c. Nosotras
 - c.3 Verdadero o falso: Una chica debe tener una visión de futuro
- d. Al terminar la trivia, pide a todas un aplauso y menciona que el tema de hoy será trabajar en la visión de futuro de nuestras vidas.

Momento #1 (15 minutos)

Visión de futuro (15 minutos)

Diles que esa trivia era una forma de presentar algunas de las ideas que tenemos sobre visión de futuro, que ahora de forma rápida, presentarás qué es y por qué es importante.

- a. Comparte pantalla con la presentación de Power point. Pon la frase de la diapositiva 1: Frase: Si puedes soñarlo, puedes lograrlo
- b. Para dirigir tu exposición sigue el contenido que aparece en la presentación. Ahora pide que cada una escribe en una hoja su visión de futuro de cómo se ven cuando tengan 25 años. Quienes quieran pueden compartirlo en el chat. Pide 3 voluntarias que lo compartan al resto.
- c. Termina agradeciendo a las chicas y diciéndoles que esperas que les haya ayudado la presentación. Si alguna quiere hacer una pregunta o comentario puede hacerlo.

Momento #2 (20 minutos)

c. Juego ¿Cómo sería mi vida si...? (10 minutos)

- a. Ahora la psicóloga del Club les dice que harán un pequeño juego, ella mencionará una frase y una chica de forma voluntaria la terminará. Para mostrarles, hace un ejemplo con la mentora:

Psicóloga: ¿Si hoy me duermo a las 12 de la noche mañana estaré?

Mentora: Con mucho sueño

Psicóloga: ¿Si corro frente a un perro que me está ladrando entonces?

Mentora: El perro te caerá atrás y te morderá

- b. Ahora es el turno de las chicas. Pide 1 voluntaria y empieza la frase, luego pide su respuesta, lo harás así con todas las otras frases y chicas del ejercicio.
- c. Frases:
 - c.1 i me como 4 platos de comida de una sola vez, entonces
 - c.2 Si dejo de ir la escuela, entonces mi vida será...

- c.3 Si me hago novia de un tiguere, mi vida será...
- c.4 ¿Si me voy de mi casa con un hombre mayor, mi vida será?
- c.5. ¿Si me embarazo antes de terminar la escuela, mi vida será?
- c.6 ¿Si me organizo y me enfoco en hacer realidad mis sueños, entonces mi vida será?
- C7 Si mi novio me cela o me controla porque dice que me quiere, entonces....
- C8 Si un hombre mayor me quiere hacer regalos y yo los acepto, entonces.....

- d. Para finalizar, pide un aplauso para todas las chicas que participaron y felicítalas por haber compartido sus opiniones.

Nota: Si algunas de las respuestas fueron contrarias a los mensajes que estamos promoviendo (prevención de uniones tempranas o permanencia en la escuela) deberás dedicar un tiempo mayor para reflexionar sobre esos temas (sin juzgarlas) sino, mencionando que está demostrado que cuando dejamos la escuela o nos unimos con un hombre antes de terminar la escuela, es menos probable que logremos cumplir nuestros sueños o ser independientes en la vida. Si necesitas más tiempo para esta reflexión puedes eliminar la actividad del Video Pip y tomar el tiempo necesario para ampliar la reflexión y participación de las chicas.

d. Video Mensaje para reflexionar (– Es posible - Michael Ronda (10 minutos)

- a. Esta actividad la presentarás si la actividad anterior no se extiende, todo dependerá si las respuestas a las frases fluyen de forma positiva o si habrá que profundizar en la reflexión.
- b. Diles que les presentarás un video muy especial. Y veremos qué importante y bonito es cuando tenemos una visión de futuro en nuestra vida.
- c. Comparte pantalla y sonido y abre el video Mensaje para reflexionar (Michael Ronda – Es posible.
- d. Al terminar de ver el video, pide a 2 chicas que compartan qué les pareció todo lo que dijo el chico.
- e. Finaliza agradeciéndoles su participación y facilitando una reflexión final apoyada en las siguientes ideas:

- Cuando escribimos nuestros sueños y nuestras metas tenemos una especie de recordatorio de cómo queremos que sea nuestra vida. Cada vez que veamos nuestro sueño escrito, agarraremos fuerzas y lucharemos para poder conseguir esas metas para que no se queden en meros sueños.
- Si un hombre mayor ofrece ropa, comida para la familia o diversión siempre pedirá algo a cambio (sexo o esclavitud en el hogar) Por lo tanto, el dinero o beneficio no se disfruta en libertad sino con tristeza y dolor.
- Estudiar requiere más tiempo, paciencia e inversión económica pero la ganancia es superior y de por vida, porque la carrera técnica o universitaria no es solo el diploma, sino que les ayudará a ser libres e independientes. No deberán rogarle dinero a un hombre o ser obligadas a cumplir sus deseos a cambio de dinero.

Aviso del reto (5 minutos)

e. Explicación del Reto del día (5 minutos)

- a. Explícales que, para complementar este encuentro, deberán cumplir el reto del día (explica el reto del día).

- b. Explica el reto a las chicas utilizando la síntesis que se incluye en la ficha del reto 6. Este reto implica ser creativas y volar hacia el futuro, en todas esas cosas que se quieren lograr. Es construir las ideas de esas metas y visiones que cada una tiene. Es nombrar los sueños y diseñar el camino para alcanzarlos. Cada una tiene sus propias visiones de futuro, siendo cada una de ellas importantes.
- c. Explica que en el reto hay tres actividades: la primera es el análisis de un video y la proyección de lo que ellas quieren SER en el futuro, es decir esos “superpoderes” que quisieran tener para lograr sus sueños: ser inteligentes, fuertes, creativas, perseverantes, disciplinadas.
- d. La segunda actividad del reto es dibujar su visión de futuro.
- e. El tercer es enviar una nota de voz a su mentora, hablando sobre el video de Super Lola y explicando su dibujo.
- f. Recuérdales qué materiales, guías y notas deben tener a mano para completar el reto.
- g. Recuérdales que el reto es un ejercicio personal que permite fortalecer conocimientos, poner en práctica los aprendizajes y desarrollar sus habilidades creativas, de análisis, de decisión y priorización en sus vidas.
- h. Es importante que hagan el reto ellas mismas, y que independientemente de lo que vayan teniendo como respuestas, lo vivan como un momento de aprendizaje y crecimiento personal.
- i. Luego que hayas explicado, pídeles que te digan si tienen alguna duda o comentario.

Cierre del encuentro (1 minuto)

f. Despedida (1 minuto)

- Pon la música de fondo, Canción Color Esperanza
<https://www.youtube.com/watch?v=Nb1VOQRs-Vs>
- a. Agradéceles por haber participado y diles: Recuerda, si puedes soñarlo, puedes lograrlo.
- b. Pídeles a todas que a la cuenta de 3 repetirán la frase: (1, 2, 3) “Si puedes soñarlo, puedes lograrlo”.

RETO 6: ¡CAMBIANDO MI FUTURO HOY!

Síntesis	Las chicas participantes retoman y aplican aprendizajes sobre el concepto de la visión de futuro y su importancia en el desarrollo de sus vidas y las vidas de otras chicas. Analizan y reaccionan a un video sobre los sueños de las niñas y adolescentes, respondiendo preguntas desde su propia experiencia. Profundizan sobre sus expectativas y visiones de futuro, creando una imagen visual que represente sus ideas y prioridades de visión de
----------	--

Módulo I: Creciendo juntas
Guía de facilitación del Club de Chicas

	futuro en sus vidas. Escriben conclusiones y reflexiones en su diario, como una forma de registrar sus propias ideas y animar el reconocimiento de sus propias creaciones mentales.		
Participantes	Todas las chicas participantes del encuentro 6	Duración estimada para realizar el reto	1 hora
Formatos	Video – Dibujo – Nota de voz	Modalidad	Individual - Asincrónica
Objetivos del reto	Aplican el concepto de visión de futuro a sus propias vidas y aspiraciones presentes y futuras. Identifican posibles secuencias de acciones para alcanzar sus visiones de futuro, limitaciones y posibles barreras. Organizan pasos y decisiones clave para alcanzar sus visiones de futuro.		
Competencias por desarrollar	Pensamiento crítico (analiza argumenta) / Toma de decisiones (establece expresa) / Autogestión (ejercita prioriza) / Comunicación (interpreta presenta) Cada una de las chicas participantes analiza y reflexiona sobre la importancia de construir visiones de futuro, identificando aquellos elementos que creen más importantes y prioritarios para alcanzar las metas incluida en sus visiones de futuro, y comunicando creativamente una representación gráfica de su propia visión de futuro.		
Materiales y herramientas para utilizar por las chicas	Diario de sueños, bolígrafo o lápiz / teléfono celular, WhatsApp, YouTube, Datos Lápices de colores, hojas de papel, Pega, Tijera,		
Recursos requeridos	Video: Super Lola - https://www.youtube.com/watch?v=qzX_nbF6pfQ		

Paso a paso del reto:

1. Luego del encuentro 6:

- 1) Envíales un mensaje de ánimo y motivación (no más de 30 palabras o 30 segundos) para completar el reto.
- 2) Recuérdales completar el reto a más tardar la fecha acordada.
- 3) Explícales el paso a paso del reto.

Paso 1: Ver el Video

Primero debes ver el video Adriana Macías: Un ejemplo de superación en el siguiente vínculo:
https://www.youtube.com/watch?v=RuhG80_b4ok

Segundo, después de ver el video, piensa en lo siguiente:

- ¿Cuáles son los sueños que quiero cumplir en el futuro?
- ¿Qué puntos crees que debes mejorar para ser cada vez más fuerte y segura de ti misma?

Escribe tus respuestas a la guía en tu diario de sueños

Vas a necesitar estas respuestas para luego hacer el siguiente paso

Paso 2: Dibuja

Dibuja cómo te ves a ti misma cuando tengas 25 años, cumpliendo tus sueños

Paso 3: Enviar un audio a la mentora

Envíale una foto de tu dibujo a tu mentora

Envíale una nota de voz por WhatsApp a tu mentora y cuéntale qué te pareció el video de Adriana Macías y explicándole tu dibujo, cómo te ves tú cumpliendo tus sueños y tus metas.

3. Luego de confirmar que la mayoría ha completado el reto (al menos un 60% del grupo de chicas):

- 1) Agradece al grupo de chicas por su dedicación y compromiso con el reto
- 2) Una vez completada la fecha de envío, revisa los resultados generales de los mensajes y dibujos que recibiste para analizar si las visiones de futuro están encaminadas a terminar la escuela.
- 3) Revisa si hay algún mensaje que debas reforzar en el siguiente encuentro.

Encuentro #7: Decidiendo mi futuro

Ficha del encuentro #7: Decidiendo mi futuro				
Participantes	Total de participantes del Club		Duración	65 minutos
Objetivos de aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> Organizan pasos y decisiones para alcanzar sus visiones de futuro. Conectan en sus planes de vida la prevención de las uniones tempranas Sus visiones de futuro priorizan la permanencia en la escuela y la formación vocacional. 			
Competencias para desarrollar	Pensamiento crítico – Autogestión – Toma de decisiones – Comunicación			
Temas y conceptos clave	Visión de futuro y plan de vida			
Agenda del Encuentro				
N	Actividad	Duración	Descripción	Recursos necesarios
Apertura del encuentro (2 minutos)				
1.	Recepción	2 minutos	Se compartirá la pantalla con la presentación de frases relacionadas con visión de futuro y plan de vida, y frases de poder. En la presentación debe garantizar música animada instrumental alegre.	Mentora del club Presentación de frases sobre visión de futuro y plan de vida Música de fondo: Creo en mí de Natalia Jiménez
Calentamiento (3 minutos)				
2.	Bienvenida al grupo	3 minutos	Explicación de los principales temas del encuentro. Importancia de tener un plan para vivir mejor.	Mentora del club
Momento #1 (25 minutos)				
3.	Narración	10 minutos	Descripción del cuento: Los sueños de Angelina.	Mentora del club Psicóloga del club (Narración)
4.	Plan de Vida	15 minutos	Explicación sobre qué es y cuál es la importancia de un plan de vida. Diferencia entre plan de vida y visión de futuro. Ejemplos sobre la historia de Angelina.	Mentora del club
Momento #2 (25 minutos)				
5.	Construyendo un plan de vida	15 minutos	Exposición de cómo construir su plan de vida	Mentora del club
6.	Diseñando mi propio plan de vida (proyecto personal)	10 minutos	Se presentará una propuesta de 10 pasos a seguir en la construcción de un Plan de Vida, se explicará la ruta para completar sus propios planes a través de los siguientes encuentros, poniendo en práctica los nuevos conocimientos y aprendizajes y previniendo situaciones de riesgo a	Mentora del club

			sus planes, tales como las uniones tempranas	
Aviso del reto (5 minutos)				
7.	Explicación del Reto del día Cierre	5 minutos	Explicación de las acciones asincrónicas y aclaración de dudas o comentarios de las chicas participantes.	Mentora del club
Cierre del encuentro (5 minutos)				
8.	Despedida	5 min	Agradecimiento por la participación de las chicas. Promoción de la construcción del Plan de Vida. Mejoramiento del Plan de Vida con los nuevos aprendizajes de cada encuentro. Recordatorio para el siguiente encuentro y las acciones asincrónicas por completar.	Mentora del club
	Total:	1 hora y 5 minutos		

Acciones de preparación:

- Antes de este encuentro es importante que revises y leas los mensajes claves del apartado sobre visión de futuro y plan de vida desarrollados en el manual de contenidos y las sesiones previas sobre autoeficacia y autocuidado.
- Prepara también la lista de pasos para el proyecto personal y la guía de trabajo que utilizarán las chicas para ir construyendo su plan de vida entre encuentros.
- Busca en Youtube y ten lista la canción: Creo en mí de Natalia Jiménez.
- Lee y practica presentación de Power Point con las frases de visiones de futuro, plan de vida, y frases de poder que se presentará.
- Ensaya la lectura de la historia que narraras a las chicas, así podrás fluir más tranquilamente con la narración. ¡Si no está disponible una segunda persona para apoyarte en la narración, simplemente dale otro tono de voz a Angelina y listo!

Recursos requeridos:

- Canción: "Creo en mí" de Natalia Jiménez
<https://www.youtube.com/watch?v=aCE9pTuxkWA>
- Presentación de Power Point con las frases de visiones de futuro
- Presentación de power point sobre Plan de vida
- Lista de pasos para el proyecto personal.
- Guía de trabajo de plan de vida que aparece en el Diario de Sueños.

Mensajes claves:

- Todas las personas tenemos sueños, visiones de lo que queremos en el futuro, y es pensando en esos sueños y visiones de futuro que tomamos acciones y decisiones en nuestras vidas.
- Tenemos derecho a tener sueños y en la adolescencia es la edad en la que más sueños tenemos. Pero un sueño solo puede convertirse en realidad si creamos un plan para lograrlo. Si no se queda siendo un sueño nada más.
- Para poder hacer y ejecutar un plan de vida es fundamental diferenciar entre sueños y fantasías.
- Un plan de vida puede ser llamado: proyecto de vida, plan de acción, en fin; lo más importante es identificar qué es y para qué sirve en la vida de las niñas y adolescentes.
- Es importante que las personas fortalezcan su autoestima y autoconfianza, para sentir que son capaces de llevar adelante su propio plan de vida. ¡A medida que se van logrando las metas a corto plazo, se fortalece la confianza en alcanzar metas más grandes!

- Un plan de vida responsable te protege de vulneraciones a tus derechos, es decir, de cosas que te hagan daño o te impacten negativamente, como las uniones tempranas o los embarazos a temprana edad.
- En algunos casos, nuestras visiones de futuro no se corresponden con el tiempo y realidades que tenemos, por eso es importante revisar que las cosas que queremos lograr sean realistas en los tiempos y momentos que vivimos. No podemos ser dueñas de tres empresas en un año, terminar la escuela y además estudiar una carrera técnica, todo al mismo tiempo.

I. Paso a paso del encuentro #7:

Apertura de la sesión (2 minutos)

1. Recepción (2 minutos)

- a. Pon durante 1 minuto el video de Natalia Jiménez: Creo en mí
- b. Pasado 1 minuto comparte la pantalla con la presentación de frases relacionadas con visión de futuro y plan de vida, y frases de poder.

Calentamiento (3 minutos)

2. Bienvenida al grupo (3 minutos)

- a. Da la bienvenida al grupo, y presenta el encuentro como una continuidad de los encuentros anteriores, recordando qué temas se han venido trabajando (puedes preguntarlos a las chicas o presentarlos directamente).

- Comparte la información sobre el encuentro de hoy, utilizando los siguientes mensajes: Este encuentro es sobre el Plan de Vida, y se relaciona mucho con lo que aprendieron en el encuentro sobre Visión de Futuro
- Existen diferencias entre sueños, visiones de futuro, y planes de vida.
- Es importante tener planes de vida porque nos permiten organizarnos mejor y alcanzar nuestras metas de vida.
- Hay mucha gente que se olvida de crear sus Planes de Vida y eso les complica la vida, porque no tienen una ruta clara y van tomando decisiones sin planificar su futuro.
- El Plan de Vida no es algo que se hace y sale perfecto a la primera, se debe practicar y practicar. Sumando lo nuevo que se aprende.

Momento #1 (25 minutos)

3. Narración: Los sueños de Angelina (10 minutos)

- a. Indica a las chicas participantes que vas a leer una historia y que es importante que pongan atención. Que vas a leerla dos veces para que puedan conocer bien la historia y lo que pasa. Luego van a dialogar sobre lo que pasa en la historia.

Nota: En caso de que en el grupo haya alguien llamado como la protagonista de la historia, cámbiale el nombre.

- b. Lee pausadamente la historia de Angelina:

Angelina tiene 15 años y vive con su abuela, quien la crió desde chiquita. Ella ama mucho a su abuela, pero en este momento ella quisiera vivir sola, quiere ser independiente, ser profesional, tener su propio negocio e incluso poder ayudar después a su abuelita. Antes, ella decía que quería casarse hasta los 25 años y tener hijos cuando tuviera 28 años, quería comprar su propia casa, para no tener ninguna necesidad.

Pero ahora Angelina acaba de conocer a Félix, que es recién llegado de New York. Él tiene 28 años. Lo conoció en el colmado de la esquina. Félix le chatea por WhatsApp y ella le responde escondida de su abuelita.

Félix le pidió que se vayan a vivir juntos a casa de su mamá. Él es mensajero y da servicio de motoconcho. Tú eres su amiga, y ella te comparte que está pensando en irse a vivir con Félix y que tiene el siguiente plan:

Cambia a otra voz (Mentora del club) para simular la voz de Angelina:

“Mira, amiga, este es, mira mi plan:

- Me voy a vivir con Félix a la casa de su mamá.
- Dejo de estudiar para que él no gaste y podamos ahorrar con lo que gana con el motoconcho.
- En un par de años vamos a tener suficiente dinero para comprar una casita propia, aunque sea pequeña
- Y de los ahorros comienzo mi propio negocio.
- Después ya montado el negocio, cuando tengamos más dinero, vuelvo a estudiar.
- Él dice que ahorita no quiere hijos, que más adelante cuando tengamos más dinero.
- ¿Qué te parece? Amiga, ¡Estoy emocionada amiga!

- c. Anima la participación voluntaria de las chicas. Pídeles que le respondan a Angelina, ¿Qué les parece su plan? ¿Creen que ese plan pueda ser loggable? ¿Qué cosas podrían salir mal?
- d. Dado el tiempo, puedes considerar dos o tres participaciones como máximo, y anima a que las que quieran puedan colocar su opinión en el chat.
- e. Explica que más adelante tendrán la oportunidad de seguir opinando sobre esta situación.
- f. Anota las ideas y opiniones principales que las chicas compartan en sus participaciones para aprovecharlas como ejemplos en la siguiente actividad.

4. Plan de Vida (10 minutos)

- a. Retoma el plan que tenía Angelina y explica qué es un plan de vida.
Comparte pantalla con la presentación de power point sobre Plan de vida
- a. Pregunta a las chicas si hay alguna pregunta o comentario sobre el Plan de Vida.

Momento #2 (25 minutos)

5. Construyendo un plan de vida (10 minutos)

- a. Diles que ahora, cada una le ayudará a Angelina a tener un mejor plan de vida
- b. Primero preguntará: ¿Angelina tenía Visión de futuro?
- c. Espera 2 o 3 respuestas y luego facilita una reflexión con apoyo de las siguientes ideas:
 - Recuérdales que Angelina sí tenía una visión de futuro. Era: quería ser independiente, ser profesional, tener su propio negocio, e incluso, poder ayudar después a su abuelita. Decía que quería casarse hasta los 25 años y tener hijos cuando tuviera 28 años. Quería comprar su propia casa, para no tener ninguna necesidad.
 - El problema era que Angelina no había definido un plan claro para lograrlo.
 - La diferencia principal entre visión de futuro y plan de vida es que: la visión de futuro es la proyección o imaginación personal de cómo la persona desea estar. Sin embargo, el plan de vida implica ponerles metas, planes y plazos a esos sueños, para así poder cumplirlos.
 - Cuando se hace un plan de vida, podemos analizar si el tiempo en que queremos cumplir una visión es realista. O bien identificar qué cosas debemos tomar en cuenta para cumplir con lo que soñamos o tenemos como visión de futuro. También nos permite identificar que debemos ir cambiando para alcanzar más rápido y mejor nuestras metas. Por ejemplo, si alguien quiere tener su casa propia para lograrlo debe ahorrar dinero, trabajar, buscar los mejores precios, etc.

- Tener un plan también nos ayuda a tener claro cuáles son las decisiones que nos conviene tomar para alcanzarlo o cuales nos impiden o alejan de lograr hacer realidad nuestros deseos.

- Explicales que ahora que ya sabemos cuál es la diferencia entre las visiones de futuro y el plan de vida, vamos a poner en práctica los conceptos y vamos a ayudarle a Angelina a hacer un plan de vida, para evitar que se case con Félix cuando ella apenas tiene 15 años, para que pueda lograr su sueños y metas personales. Por ejemplo, primero debe terminar la escuela.
- Permite una lluvia de ideas de las chicas en las que propongan qué debe hacer Angelina para cumplir su visión de futuro.
- Permite de 3 a 4 opiniones y pide a las demás que usen el chat para recoger las opiniones de las demás chicas.
- Aunque estas opiniones no sean las ideales, les estarás ayudando a las chicas a que generen ideas e imaginen diferentes pasos y rutas para construir un plan de vida. Si existiera una opinión muy opuesta a los propósitos de este encuentro o que favorezcan la maternidad o la unión temprana, dedica algún tiempo para explicar los riesgos de estas prácticas.

6. Diseñando mi propio Plan de Vida (20 minutos)

Ahora que se han ejercitado en analizar el Plan de Vida de Angelina, explica que:

- Cada una de ellas tendrá la oportunidad de ir construyendo su plan de vida a lo largo de los encuentros en todo este programa educativo de los Clubes de Chicas.
- Buscarán las visiones de futuro que construyeron en el encuentro #6, podrán mejorarlas o cambiarlas si lo desean, antes de empezar a trabajar con su Plan de Vida o en cualquier otro momento que ellas lo decidan.
- Ahora, para lograr esa visión de futuro escribirán su propio plan de vida.
- Para construir sus planes de vida, cada una de ellas usará la sección de Plan de vida en su Diario de sueños, sobre la cual irán organizando sus ideas y prioridades.
- Similar a la historia de Angelina, ahora les pides a ellas que escriban su plan de vida, según el formato que tienen en su Diario de sueños Al finalizar se lo enviaran por WhatsApp a su mentora
- Consulta si tienen preguntas o comentarios sobre esta idea de ir construyendo su plan y proyecto personal.

7. Explicación del reto del día (5 minutos)

- Explicales que, para complementar este encuentro, deberán cumplir el reto del día (explica el reto del día)
- Tendrán dos actividades a realizar:
Paso 1: Tomarle una foto al plan de vida que hicieron en el encuentro y mandárselo a su mentora. (las que no lo hicieron durante el encuentro)
Paso 2. Buscarán un video, una publicación, foto o noticia en Facebook, YouTube o Instagram, que pareciera real pero después se supo que era mentira. Escríbela en tu diario de sueños y llévalo listo para el siguiente encuentro.

Luego que hayas explicado el reto, pregúntales si tienen alguna duda o comentario.

Cierre del encuentro (5 minutos)

8. Despedida (5 minutos)

Da las gracias a todas las chicas participantes por el trabajo realizado. Se retomarán los contenidos abordados vinculándolos con el desarrollo presente y futuro, relevando la

importancia de la Visión de Futuro y el Plan de Vida, como ejercicios que permiten ordenar y planificar las acciones y decisiones en la vida de las chicas, previniendo riesgos y optimizando sus fortalezas.

b. Facilita una reflexión final reforzando los mensajes clave, con ayuda de las siguientes ideas:

- La historia de Angelina es una historia como muchas. Y es importante defender el derecho que tiene cada chica a tener su visión de un futuro grande, bonita, productiva y alegre. Sin embargo, para que eso suceda, los planes deben ser planes cuidadosos y bien pensados, para evitar riesgos y posibles estancamientos en situaciones peligrosas o incómodas en nuestras vidas.
- Juntas pudimos encontrar soluciones de menor riesgo para la vida de Angelina. Eso también lo podemos hacer con nuestras propias vidas, y con las vidas de otras chicas que conocemos.
- Es importante y útil completar el ejercicio del Plan de Vida, porque así podemos ver qué cosas debemos ir cuidando, y qué apoyos vamos a necesitar en cada paso de nuestro plan de vida.
- Aun si estamos tristes o preocupadas por algunas situaciones, es importante construir nuestro Plan de Vida, precisamente porque cuando hacemos el Plan de Vida nos damos cuenta de cosas que debemos resolver, otras situaciones que debemos tomar en cuenta y hasta qué debemos aprender para dar el siguiente paso en nuestro Plan.

- a. Recuerden que nos volvemos a ver (día y hora)
- b. Despidete alegremente frente a la cámara.

Paso a paso del reto:

1. Luego del encuentro 7:

- 1) Envíales la explicación del paso a paso del reto que deberán cumplir previo al Encuentro #8.
- 2) Con el envío de los vínculos, envíales un audio o mensaje de ánimo para completar este reto. Recuérdales completar el reto a más tardar la fecha:
- 3) Guía para las actividades del reto para el encuentro 8

Búsqueda de noticias falsas y verdaderas

Navega en la internet y en tus redes sociales e identifica:

- Una noticia que creas que es falsa
- Escribe en tu diario de sueños ¿cómo llegaste a pensar que la noticia era falsa (¿estás segura de que es falsa? ¿Le creíste en algún momento? ¿Cómo supiste que era falsa?

3. Previo al encuentro 8:

- 1) Completa el reto para que puedas contar con noticias e informaciones en caso de que las chicas no quieran iniciar compartiendo.
- 2) Recuerda tener tus respuestas en lenguaje que sea de fácil comprensión para las chicas, y animar la participación con esas respuestas.

CAPÍTULO 4: SIEMPRE ALERTA

1. **Síntesis del capítulo:** Desarrolla concepto, análisis y ejercicios importantes para identificar los riesgos del mal uso de las redes sociales y su impacto en posibles uniones tempranas o abusos en sus vidas.
2. **Objetivos de Aprendizaje:** Identifican e integran pistas para el autocuidado y buen uso de las redes sociales
3. **Habilidades:** Autogestión –pensamiento crítico – Toma de decisiones
4. **Importancia del proceso de aprendizaje trazado para la construcción de competencias en las niñas y adolescentes:** Este tema se incluye en el módulo I, ya que las personas adolescentes están cada vez más expuestas a los peligros de la navegación en internet y la gestión de contenidos digitales. Incluso fuera del programa formativo, las chicas se exponen a contactos con hombres adultos o de sus edades que eventualmente las pueden captar o manipular para uniones tempranas o peor aún para explotación sexual comercial.
5. **Desglose de actividades educativas de este modulo:**
6. Reto del encuentro #8 Estoy siempre alerta
7. Encuentro #8: Pilas con eso

Reto del Encuentro #8: Estoy siempre alerta

Síntesis	Las chicas participantes concluyen el ejercicio de plan de vida realizado en el encuentro #8 e inician el ejercicio de pensamiento crítico en el análisis de noticias en la internet y redes sociales. Reaccionan a estas noticias estableciendo criterios de juicio para determinar si son verdaderas o falsas noticias. Comunican criterios y elementos a tomar en cuenta para analizar si una noticia apoya o limita el desarrollo de las chicas en sus vidas. Escriben conclusiones y reflexiones en su diario, como una forma de registrar sus propias ideas y animar el reconocimiento de sus propias creaciones mentales.		
Participantes	Todas las chicas participantes del encuentro 8	Duración estimada para reto	1.5 horas
Formatos	Navegación digital Web - Escritos	Modalidad	Individual - Asincrónica
Objetivos del reto	Ejecutan y registran métodos de búsqueda de información en las redes e internet. Distinguen posibles noticias falsas de posibles noticias reales, en las redes. Relacionan el ejercicio de derechos con las informaciones y noticias en las redes sociales.		
Habilidades desarrollar	por Pensamiento crítico (analiza argumenta) / Toma de decisiones (establece expresa) / Comunicación (interpreta presenta) Cada una de las chicas participantes <ul style="list-style-type: none"> - establece criterios para la valoración de noticias e informaciones verdaderas y falsas. - expresan sus opiniones y argumentos sobre noticias e informaciones que apoyan o limitan el desarrollo de las visiones de futuro y el ejercicio de derechos de las chicas. - proponen criterios, elementos, argumentos, a tomar en cuenta en la búsqueda y utilización de información en las redes sociales e internet para favorecer el desarrollo de sus vidas. 		
Materiales y herramientas para utilizar por las chicas	Cuaderno o block de notas, bolígrafo o lápiz / Teléfono celular, WhatsApp, Datos para acceso a web		
Recursos requeridos	Guía para las actividades del reto para el encuentro 8		

Encuentro #8 Pilas con eso

Ficha del encuentro #8: Pilas con eso

Participantes	Total de participantes del Club	Duración	60 minutos
Objetivos de aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> Nombran ejemplos de fuentes de información al alcance de niñas y adolescentes Diferencian los conceptos de información y comunicación Nombran medidas de protección en las acciones de búsqueda y gestión de la información Comparan productos de información, entretenimiento y comunicación que favorecen o afectan los derechos de niñas y adolescentes. Identifican elementos de presión social y estrategias para afrontarlos, en la búsqueda y gestión de la información 		
Habilidades para desarrollar	Manejo personal y emocional, pensamiento crítico		
Temas y conceptos clave	Gestión de la información		

Agenda del encuentro

N	Actividad	Duración	Descripción	Recursos necesarios
Apertura del encuentro (5 minutos)				
1.	Recepción	5 minutos	Presentación de mensajes y noticias falsas, obtenidos de las redes sociales	Canción de inicio: Waka Waka Shakira Compartir pantalla: mensajes o noticias falsas de las redes Mentora del club Chicas participantes
Calentamiento (5 minutos)				
2.	Bienvenida al grupo	5 minutos	Explicación del contenido del encuentro (a partir de comentar la presentación en la recepción de las noticias o mensajes falsos) Relación entre la información y la comunicación y los planes de vida y desarrollo de las chicas	Mentora del Club
Momento # 1 (15 minutos)				
3.	Presentación de sus retos	15 minutos	Compartirán las noticias falsas que encontraron	Mentora del club Chicas participantes
Momento#2 (25 minutos)				
4.	Tomando las mejores decisiones	10 minutos	Plataforma E.pana Jugarán: Actuemos contra el abuso http://rd.ementores.org/epana/mod_3/actuemos.php#titleancla reflexión sobre el impacto de las noticias o comunicaciones falsas en nuestras vidas	Mentora del club Chicas participantes
5.	Protegiéndonos	15 minutos	Sección: Amistades en redes sociales del portal e.pana	Mentora del club Chicas participantes

			http://rd.ementores.org/epana/mod_2/redes_sociales.php#titleancla). Luego identificación de prácticas de riesgo en la comunicación digital y la búsqueda de información	
Aviso del reto (5 minutos)				
6.	Explicación del Reto del día	5 minutos		Mentora del club
Cierre del encuentro (5 minutos)				
7.	Despedida y cierre	5 minutos	Agradecimiento a las chicas por su participación y énfasis en la importancia de los procesos de comunicación efectiva e información veraz	Mentora del club
	Total:	1 hora		

Acciones de preparación

- Entra a la plataforma E.pana, crea tu usuario (según los pasos que pide la plataforma) hazlo con anticipación para que no tengas que hacerlo minutos antes de empezar este encuentro.
- Navega por la plataforma y realiza por ti misma los 2 juegos que realizarán en este encuentro. Esto te ayudará a tener más claridad de los pasos que debes tomar
- Analizar y comprende muy bien las ideas de reflexión posterior a cada juego

Recursos requeridos

Juego E.Pana: Actuemos contra el acoso

http://rd.ementores.org/epana/mod_3/actuemos.php#titleancla

Sección: Amistades en redes sociales del portal e.pana

(http://rd.ementores.org/epana/mod_2/redes_sociales.php#titleancla).

Canción de inicio: Waka Waka Shakira <https://www.youtube.com/watch?v=dzsuE5ugxf4>

Link con el Cuestionario de monitoreo Módulo 1.

Mensajes claves:

- Este encuentro permite a las chicas identificar algunos riesgos que existen en las redes sociales y cómo afectan el cumplimiento de su Plan de Vida
- Todas las personas requerimos de información que nutra nuestros planes, que nos de nuevas ideas y posibilidades para implementar las acciones de nuestros planes. En este proceso de búsqueda de informaciones es importante contar con información real y no falsa.
- Las redes sociales como Facebook nos permiten estar informadas, pero también nos conectan con muchos riesgos que pueden interferir en el cumplimiento de nuestra visión de futuro y un plan de vida

8. Paso a paso del encuentro 8:

Apertura del encuentro (5 minutos)

9. Recepción (5 minutos)

- Antes que las chicas empiecen a conectarse, ten puesta la canción de inicio: Waka Waka de Shakira. <https://www.youtube.com/watch?v=dzsuE5ugxf4>
- Comparte tu pantalla con mensajes e información falsas que las chicas enviaron en su reto. Deberán ser mensajes e informaciones alarmantes y no fácilmente identificaciones de falsedad, sino que genere confusión sobre su veracidad.
- Permite que las chicas vean las noticias mientras van llegando y uniéndose al encuentro

Calentamiento (5 minutos)

10. Bienvenida al grupo (5 minutos)

- Luego de dar la bienvenida al grupo, presenta el encuentro y su relación con la construcción de planes de vida. Apóyate de las siguientes ideas para explicarlo:

- Es importante reconocer cómo nos cuidamos en el día a día (en la calle, cuando salimos, cuando vamos a la escuela, etc.) y hacer lo mismo cuando una está “viajando” por las redes sociales, por la internet; existen muchos riesgos que en ocasiones no vemos, y están ahí.
- Abordaremos algunos elementos a tomar en cuenta para aumentar la seguridad y disminuir los riesgos en la comunicación digital y la búsqueda de información en las plataformas digitales

Momento #1 (15 minutos)

11. Presentación de sus retos (15 minutos)

- Diles que, de forma voluntaria, al menos 5 chicas compartirán las historias falsas que encontraron, cómo supieron que eran falsas
- Luego que hayan finalizado pregúntale al resto de chicas, qué consecuencias pueden tener esas historias falsas
- Al finalizar explica que una historia falsa, un perfil falso de alguien en Facebook pueden engañarnos y dañar nuestro plan de vida
- También nosotros podemos hacer daño si compartimos una noticia falsa sobre alguien.

Momento #2 (25 minutos)

12. Tomando las mejores decisiones (15 minutos)

- Explicarás que jugarán un juego en E.pana. Verán varias historias e iremos ayudándoles a tomar decisiones
- Abre el juego y comparte la pantalla (Juego E.Pana: Actuemos contra el acoso http://rd.ementores.org/epana/mod_3/actuemos.php#titleancla)
- Según cada historia pide a una chica que te ayude a seleccionar la mejor respuesta. Ya que el juego tiene 3 historias, seleccionarás 3 chicas.
- Al finalizar el juego, realiza una breve reflexión
 - Cuando vayamos a repostear, o a publicar alguna información, vamos a cuidar que sea verdad lo que estamos diciendo, o si hace daño a alguien más, o bien, si nos expone a riesgos.
 - Comunicarnos efectivamente nos permite desarrollar más ideas sobre nuestros planes de vida, e identificar a otras personas que pueden ser de apoyo a lograr nuestros objetivos, sin exponernos a riesgos.
 - Informarnos responsablemente nos permite tener acceso a datos, informaciones, que son útiles a nuestro plan de vida, y que pueden ayudarnos a tomar decisiones y acciones importantes, con base en información verdadera.

13. Protegiéndonos (10 minutos)

- a. Diles que harán un pequeño juego conjunto, irás seleccionando al azar a una chica para que te apoye respondiendo cada una de las solicitudes de amistad del 45facebook.
- b. Abre la sección: Amistades en redes sociales del portal e.pana (http://rd.ementores.org/e pana/mod_2/redes_sociales.php#titleancla). Comparte la pantalla y proyecta el juego para que todas vean la pregunta
- c. Ahora lee la primera solicitud de amistad y pídele a la primera chica que te apoye decidiendo si aceptas o no la solicitud de amistad que aparece en el Facebook. Haz lo mismo con las 5 solicitudes que aparecen en el juego.
- d. Ahora pregunta a 2 chicas más ¿Qué otras ideas tienen para cuidarse en las redes sociales y no poner en riesgo su plan de vida?
- e. Luego de las 2 opiniones, realiza un detalle de los cuidados que deben tener. Apóyate en estas ideas para tu exposición:

- Cuida tus datos personales, y no los compartas.
- Recuerda que tus contraseñas, tus accesos o tus códigos son tuyos no se comparten a novios o amistades.
- Cuida el acceso de otras personas a tu celular, o Tablet o computador.
- Cierra bluetooth, tu localización u otras conexiones si no las usas.
- Evita postear o publicar tus estados de ánimo frecuentemente.
- Evita publicar fotos, videos u otros multimedia que creas que podrían usarse para hacerte daño en el presente o el futuro.
- Evita chatear con gente que no has verificado ni conoces.
- Recuerda no publicar tu plan del día o de la semana.

Aviso del reto del día (5 minutos)

14. Explicación del reto del día (5 minutos)

- a. Explícales que, como continuación de este encuentro, deberán cumplir el reto del día (explica el reto del día)
- b. Diles que les llegará un cuestionario. No se trata de un examen final sino solamente un resumen. Que traten de responder lo que piensan y sienten, no lo que creen que nosotras queremos escuchar. Eso nos ayudará a saber si hay cosas que debemos mejorar para los siguientes encuentros. Lo único que necesitamos es que lo contesten todo y que lo hagan por sí mismas no con ayuda de nadie o peor aún, que alguien más lo responda y no ellas.
- c. Luego que hayas explicado el reto, pídeles que te expresen si tienen alguna duda o comentario.

Cierre del encuentro (5 minutos)

15. Despedida y cierre (5 minutos)

- a. Da gracias a todas por su participación y por el trabajo realizado.
- b. La comunicación es algo que debe practicarse y con el tiempo uno va perfeccionando sus habilidades de comunicación.
- c. No toda información es útil para nuestras vidas, es importante aprender a diferenciar la información que es útil de la que no.
- d. Prevenir riesgos en las comunicaciones interpersonales y en la búsqueda de la información es muy importante en el tiempo en que vivimos.
- e. Vamos a seguir compartiendo sobre la práctica de la comunicación para el desarrollo de todas.
- f. Comunicamos todo el tiempo, con nuestras expresiones, palabras, cuerpo. Y nos informamos todos los días por distintos medios.
- g. Recuerden que nos volvemos a ver: (día y hora)
- h. Despídete alegremente frente a la cámara.

Acciones para finalizar:

En cuanto finalices este encuentro, envíales el link para el **cuestionario de monitoreo del módulo I**. Recordándole que es el reto final

CAPÍTULO 5: CELEBRANDO LOGROS

Síntesis del capítulo: Un encuentro en el cual las chicas comparten sus experiencias, aprendizajes y recomendaciones al proceso formativo del módulo I.

Objetivos de Aprendizaje: Las chicas reconocen y celebran sus vivencias y aprendizajes obtenidos en el módulo I

Habilidades: Participación – autogestión – comunicación

Importancia del proceso de aprendizaje trazado para la construcción de competencias en las niñas y adolescentes: Celebrar los logros es tan importante como obtenerlos. Este encuentro permite a las chicas ser conscientes de lo que están experimentando, de los aportes de este proceso a la construcción de su identidad y al proceso de su crecimiento personal.

Desglose de actividades educativas

- A. Cuestionario de monitoreo del módulo I (post test)
- B. Encuentro #9: Fiesta de logros

Encuentro #9: Fiesta de logros

Ficha del encuentro #9: Fiesta de logros			
Participantes	Total de participantes del Club	Duración	60 minutos
Objetivos de aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> • Celebran y reconocen el proceso que están viviendo • Se motivan para continuar a un nuevo nivel • Reconocen los beneficios adquiridos en el primer módulo 		
Competencias para desarrollar	Pensamiento crítico – Autogestión – Comunicación – Empatía		
Temas y conceptos clave	Celebración de logros		
Agenda del Encuentro			
Actividad	Duración	Descripción	Recursos necesarios
Apertura del encuentro (5 minutos)			
Recepción	2 minutos	Presentación de frases que han aparecido durante el módulo. Presentación de los nombres de las participantes simultáneamente. Canción alegre.	Compartir pantalla: Logo Club de Chicas Canción de fondo: La Gozadera
Bienvenida al grupo	3 minutos	Expresión de características positivas observadas durante el módulo. Narración de la mentora sobre frases que describen a las chicas participantes: Valientes – inteligentes – divertidas – creativas – comprometidas – humanas – directas – fuertes – solidarias – reales – etc. Narración sobre los distintos temas abordados en el Módulo.	Mentora del Club Psicóloga del Club
Momento #1 (20 minutos)			
Presentación del día de logros	5 minutos	Importancia de nombrar los logros en la vida.	Mentora del club Invitada especial
Que he logrado y que me llevo especialmente	15 minutos	Participantes comparten algo que han logrado en este tiempo y un aprendizaje especial que se llevan.	Chicas participantes Tómbola digital
Momento #2 (20 minutos)			
Una palabra	10 minutos	Participantes comparten una palabra que resume su experiencia en el primer módulo del club.	Chicas participantes
Que podemos mejorar	15 minutos	Participantes comparten ideas sobre cómo mejorar la experiencia para el siguiente módulo.	Mentora del club Chicas participantes

para el segundo modulo			
Cierre del encuentro (10 minutos)			
Celebra la vida	10 min	Baile colectivo	Mentora del club Chicas participantes Psicóloga Canción: Celebra la vida https://www.youtube.com/watch?v=-pGBqfPHTh0
Total:	1 hora		

Acciones de preparación

- Indicar a las chicas que deberán usar su camiseta y decorado con los materiales de fiesta en el lugar donde recibirán este encuentro.
- Arreglarse para la fiesta que tendremos como grupo.
- Preparar en Power Point fotos (capturas de pantalla de las sesiones anteriores) o de las diferentes actividades virtuales que han realizado. Incluyendo algunas fotos de las frases de poder que las chicas enviaron en el reto 2.
- Preparar la tómbola digital con los nombres de las chicas.

Recursos requeridos

Canciones que se utilizarán en el encuentro

- Gente de zona: https://www.youtube.com/watch?v=VMp55KH_3wo
- Roar: <https://www.youtube.com/watch?v=CevxZvSJLk8>
- Celebra la vida: <https://www.youtube.com/watch?v=-pGBqfPHTh0>
- Preparar en Power Point fotos
- Link con acceso a la tómbola digital

Mensajes claves:

- Una gran meta está compuesta por muchas metas pequeñas. Terminar este primer módulo es un avance enorme para lograr tu plan de vida.
- Celebrar los logros significa reconocer que estás haciendo un buen trabajo y felicitarte a ti misma porque has llegado a las metas que te propones.
- Es importante celebrar que estamos haciendo cosas, aunque sean pequeñitas para progresar y avanzar.

I. Paso a paso del encuentro #9:

Apertura del encuentro (5 minutos)

1. Recepción (2 minutos)

- Mientras las chicas se van conectando se pondrá la canción de fondo: la Gozadera (Gente de zona), después que pasen 30 segundos de la canción cámbiala por Roar de Kate Perry
- Compartir pantalla de la presentación en Power Point: con fotos de las sesiones anteriores.
- Salúdalas a todas y felicítalas por haber llegado al primer escalón. Son 4 escalones y nos graduaremos.

2. Bienvenida al grupo (3 minutos)

- Mentora: Inicia saludándolas a todas y explicando que se siente orgullosa de verlas llegar a esta fiesta virtual.

- b. Psicóloga le expresa a la mentora la idea de describir en una palabra a las chicas. Psicóloga empieza diciendo: creo que todas las chicas de este club son: valientes.
- c. Mentora dice: creo que todas las chicas de este club son: poderosas.
- d. Psicóloga: creativas
- e. Mentora: alegres
- f. Psicóloga: fuertes
- g. Mentora: con muchas metas
- h. ¡Dueñas de su futuro!
- i. Psicóloga: Expresa su asombro de cuántas palabras hay para describir a las chicas y ahora les pide a las chicas que también sumen una palabra que las describa. Pide a las chicas que utilicen el chat.

Momento #1 (20 minutos)

4. Presentación del día de logros (10 minutos)

- a. Para iniciar el encuentro comparte con las chicas la idea de celebrar todo lo que han logrado, lo que nos ha gustado de todos los encuentros que hemos vivido y explica ¿por qué es importante celebrar los logros? Con ayuda de las siguientes ideas:
 - No importa que sean metas pequeñas, porque las grandes metas se componen de esos pequeños pasos que das.
 - Los planes de vida tienen muchos pasos (o metas pequeñas) que te llevan a cumplir tus grandes sueños.
 - Cuando celebras tus logros, obtienes más fuerzas, confianza en ti misma y ánimos para seguir plan de vida.
- b. Psicóloga: Les explica a las chicas que les darán 1 minuto para revisar su diario de sueños y ver todo lo que han escrito, los retos o actividades que realizaron en estas 4 semanas. Luego cada una compartirá en qué le han ayudado estos encuentros, ¿qué han logrado?
- c. Poner música de fondo: Roar de Kate Perry mientras pasa el minuto. Mientras la música está de fondo, repetir las indicaciones del ejercicio.

5. Qué he logrado y qué me llevo especialmente (15 minutos)

- a. Pasado el minuto, indícales que usarán la tómbola digital y cada una podrá compartir en pocas palabras lo que ha logrado gracias a estos encuentros
- b. Recuerda que la dinámica es similar que en ocasiones anteriores. Compartes la pantalla y activas la tómbola, cada vez que aparezca el nombre de una chica la motivarás a que comparta qué logró en estas semanas. Así hasta que pasen todas las chicas o hasta que se cumplan los 15 minutos.
- c. Modera el tiempo para que todas puedan presentar. Si se cumplen los 15 minutos y no pasaron todas las chicas, guarda los nombres de las que no pudieron pasar y deberán escribirles o llamarlas posterior al encuentro para preguntarles su respuesta. Si faltan menos de 3 termina la ronda.

Momento #2 (20 minutos)

3. Una palabra (5 minutos)

- a. Las chicas nombran una palabra de forma espontánea
- b. Si ninguna empieza, se recomienda llamarlas por su nombre y pedirle que digan una cualidad o palabra que las describa a todas

6. Qué podemos mejorar para el Segundo Módulo (15 minutos)

- a. La psicóloga del club explicará que siempre podemos mejorar algo. Es importante celebrar los logros, pero también revisar qué pudiéramos mejorar para la siguiente ocasión, por lo tanto, pedirá a 3 chicas que nos compartan ¿Qué podemos mejorar para los siguientes encuentros?
- b. Las chicas deberán participar de forma voluntaria, si no, pedirles a 3 participantes que compartan su respuesta

Cierre del encuentro (10 minutos)

8. Despedida y cierre (10 minutos)

- a. Explícales que terminaremos esta fiesta bailando, que ubiquen su Tablet en un lugar donde puedan ver la pantalla y tengan sus manos y pies libres para bailar juntas.
- b. Pon el video con la coreografía Celebra la vida y diles que todas bailarán y cantarán juntas, porque es importante celebrar la vida.
- c. Cuando la canción vaya terminando agrádeceles y recuerda cuándo se volverán a reunir: Día y hora para iniciar el nuevo módulo. El módulo II.
- d. Explicar brevemente de qué se trata el módulo II y motivar la participación.

¡En horabuena hemos terminado el Módulo 1!

MATERIALES DE ESTA SERIE:

