

Grupos de Autoayuda

Cartilla
Temática
#6



¿Es posible que las personas con discapacidad, sus familiares y cuidadores conozcan y defiendan sus derechos?

El modelo democrático colombiano facilita que todos los ciudadanos, incluidos los que tienen alguna discapacidad, intervengan en las decisiones del país mediante mecanismos de participación y protección para la ciudadanía.



Grupos de Autoayuda

Arcángeles Fundación para la Rehabilitación Integral.
Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional USAID.
Arcángeles Fundación para la Rehabilitación Integral / Proyecto SportPower2.

Esta cartilla fue elaborada por:

- Directora del Proyecto: Adriana Natali Rincón González
- Coordinadora Interinstitucional: Angélica María Barrera Villanueva
- Autoras: Angie Katherin Cortés Rodríguez
Cendy Camila Torres Camargo

- Edición: Leonardo Bello Muñóz
- Diagramación: Diego Alejandro Pardo Castro
- Ilustraciones: Omar Fernando Lara Bolívar

2023

Este documento ha sido posible gracias al generoso apoyo del pueblo de Estados Unidos, a través de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). Su contenido es responsabilidad de la Fundación Arcángeles y no refleja necesariamente la opinión de USAID o el gobierno de los Estados Unidos.

Datos Personales

¿Quiénes han facilitado este taller sobre Grupos de Autoayuda en tu territorio?

Como coautor(a) y gestor(a) de este proyecto en tu territorio, escribe tu nombre, tu email, tu teléfono, un agradecimiento y una recomendación para fortalecer los facilitadores de la inclusión social de las personas con discapacidad y eliminar las barreras que la impiden.

Mi nombre:

Mi email:

Mi teléfono:

Mi agradecimiento:

Mi recomendación:

Mi nombre:

Mi email:

Mi teléfono:

Mi agradecimiento:

Mi recomendación:

Mi nombre:

Mi email:

Mi teléfono:

Mi agradecimiento:

Mi recomendación:

Mi nombre:

Mi email:

Mi teléfono:

Mi agradecimiento:

Mi recomendación:

Mi nombre:

Mi email:

Mi teléfono:

Mi agradecimiento:

Mi recomendación:

Mi nombre:

Mi email:

Mi teléfono:

Mi agradecimiento:

Mi recomendación:

Mi nombre:

Mi email:

Mi teléfono:

Mi agradecimiento:

Mi recomendación:

Temas de esta cartilla

PÁG. **6**

¿Qué vas a enseñar, promover y animar en tu territorio sobre Grupos de Autoayuda?

PÁG. **7**

Grupos de autoayuda y empoderamiento

PÁG. **8**

Enfoque territorial de los grupos de autoayuda

PÁG. **10**

El empoderamiento de las personas con discapacidad y sus familias

PÁG. **11**

Mecanismos de participación ciudadana

PÁG. **16**

Mecanismos de protección ciudadana

PÁG. **27**

Grupos de autoayuda



PÁG. **28**

Definición
de los grupos
de autoayuda



PÁG. **29**

Funciones de los
grupos de apoyo



PÁG. **30**

Fases de los
grupos de apoyo



PÁG. **35**

Guía para organizar
y realizar el taller
de grupos
de autoayuda



PÁG. **48**

Siglas y palabras



PÁG. **49**

Encuentra
información
adicional



PÁG. **54**

Contactos para
la inclusión

Marco conceptual

Esta cartilla de **Grupos de Autoayuda** hace parte de la caja de herramientas para la inclusión social de personas con discapacidad y víctimas del conflicto.

Fue creada y diseñada en el marco del proyecto SportPower2, desarrollado por la **Fundación Arcángeles** y auspiciado por la **Agencia de Estados Unidos para el Desarrollo Internacional-USAID**.



Las personas con discapacidad, sus familias y sus cuidadores pueden:

Usar mecanismos democráticos valiosos para reconocer y proteger sus derechos.

Conformar grupos de autoayuda y apoyo.

Empoderarse de su destino individual, familiar, social y territorial



Grupos de autoayuda y empoderamiento



¿Qué son los grupos de autoayuda?

Son grupos informales que se reúnen para tratar problemas comunes con énfasis en el apoyo mutuo.

Cuando las personas con discapacidad pertenecen a un grupo u organización pueden:

- Participar en sus comunidades.
- Ampliar su conciencia y las de sus comunidades.
- Tomar sus propias decisiones.
- Asumir responsabilidades.
- Organizarse y emprender acciones para el cambio.
- Identificar y superar las barreras presentes.

Al mismo tiempo, estos grupos logran:

- Incluir a las personas con discapacidad.
- Aumentar su sentido de pertenencia.
- Mejorar su participación en los procesos de desarrollo social.

Enfoque territorial de los grupos de autoayuda

Este enfoque se basa en la estrategia de Rehabilitación Basada en Comunidad (RBC), propuesta por la Organización Mundial de la Salud y acogida por el Ministerio de Salud y Protección Social.



En el componente de empoderamiento se articulan cinco áreas:



¿Qué dice la Organización Mundial de la Salud **acerca del empoderamiento?**

Rol Contribuir al proceso de empoderamiento promoviendo, apoyando y facilitando la participación de las personas con discapacidad y sus familias en los temas que afectan sus vidas.

Definición “Un proceso mediante el cual las personas adquieren un mayor control sobre las decisiones y acciones que afectan su salud, para ello, los individuos y las comunidades necesitan desarrollar habilidades, tener acceso a la información y a los recursos, y la oportunidad de participar e influir en los factores que afectan su salud y bienestar”



El empoderamiento
de las personas
con discapacidad
y sus familias

Tres temas básicos para el empoderamiento de las **personas con discapacidad y sus familias**

1.

Los mecanismos de
participación ciudadana.



2.

Los mecanismos de
protección ciudadana.



3.

Los grupos de
autoayuda y apoyo.





Mecanismos de participación ciudadana

a Mecanismos de participación ciudadana

El modelo democrático colombiano busca que todos los ciudadanos puedan participar en las decisiones que definan el rumbo del país mediante los diferentes mecanismos de participación ciudadana.

¿Con qué mecanismos de participación ciudadana cuentan los colombianos?

El artículo 103 de la Constitución Política de Colombia pone a disposición de los ciudadanos seis mecanismos de participación e invita al pueblo a ejercer de esta manera su soberanía:

1. El voto
2. El plebiscito
3. El referendo
4. La consulta popular
5. El cabildo abierto
6. La iniciativa legislativa y la revocatoria del mandato.

Los mecanismos de participación ciudadana en el marco de la ley

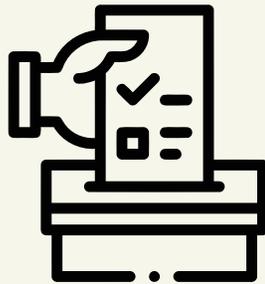
Los mecanismos de participación ciudadana están reglamentados por la ley 134 de 1994 que “establece las normas fundamentales por las que se regirá la participación democrática de las organizaciones civiles”.

En las siguientes fichas se presentarán los requerimientos y etapas de tres de esos mecanismos de participación ciudadana:

b

Principales mecanismos de participación ciudadana

Plebiscito



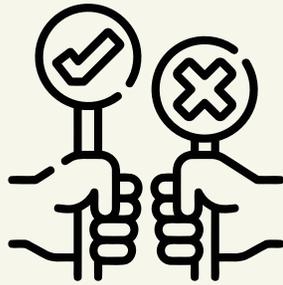
Definición

Pronunciamiento del pueblo, convocado por el presidente de la república, para apoyar o rechazar una intención del Poder Ejecutivo.

Procedimientos

1. El presidente informará al Congreso su intención de convocar un plebiscito, las razones para hacerlo y la fecha en que se votará.
2. La solicitud debe ir firmada por todos los ministros.
3. La Cámara de Representantes y el Senado de la República estudiarán las razones del presidente.
4. El presidente de la república convocará a votación el plebiscito.

Referendo



Definición

Es la convocatoria que se hace al pueblo para que apruebe o rechace un proyecto de norma jurídica o derogue o no una norma ya vigente.

Procedimientos

1. Constituir un comité promotor.
2. Inscribir la iniciativa de referendo.
3. Recolectar las firmas que lo respalden.
4. Diligenciar en el formulario de la Registraduría Nacional del Estado Civil el número de solicitud. La información para la inscripción y el resumen de contenido
5. Verificar constitucionalidad.
6. Convocar a votaciones sobre el referendo.

Cabildo abierto



Definición

Reunión pública de los concejos distritales, municipales o de las juntas administradoras locales, en la cual los habitantes pueden participar directamente con el fin de discutir asuntos de interés para la comunidad.

Procedimientos

1. Se requieren mínimo cinco electores por cada mil para pedirlo.
2. Se precisan mínimo quince días de anticipación.
3. Se tratará cualquier asunto de interés para la comunidad.
4. Podrán asistir todas las personas que tengan interés en el asunto.
5. Tendrán voz el vocero solicitante y quienes se inscriban.
6. Los voceros deben anotarse a más tardar tres días antes y presentar un resumen de su intervención.
7. Las víctimas con discapacidad pueden participar en las mesas y espacios donde las organizaciones de víctimas y las organizaciones defensoras de las víctimas deliberan para hacer propuestas.



Mecanismos de protección ciudadana

a

¿Qué son y para qué **sirven**?

De acuerdo con el Ministerio de Salud, los mecanismos de protección ciudadana son instrumentos creados para proteger los derechos fundamentales consagrados en la Constitución Política de Colombia, los cuales se presentan ante una autoridad judicial o administrativa.

b

Principales mecanismos de **protección ciudadana**

- Derecho de petición
- Quejas
- Reclamos
- Denuncias
- Acción de tutela
- Acción popular
- Acción de grupo

En las fichas siguientes, se explicará cada uno.



Derecho de petición

¿Qué es?

Es el derecho a:

- Presentar solicitudes ante las autoridades o ciertos particulares y
- Obtener soluciones rápidas y efectivas a esas solicitudes.

¿Quiénes lo ejercen?

Todas las personas tienen derecho a presentar peticiones en Colombia:

- Personas nacionales y extranjeras.
- Las personas con discapacidad.
- Las mayores y las menores de edad.
- Las letradas y las analfabetas.

¿A quién se presenta?

- Las autoridades.
- Los particulares que presten un servicio público o desarrollen de funciones públicas.
- Organizaciones privadas (esta parte la reglamenta el Poder Legislativo del país).

¿Qué se pide?

- Iniciar una actuación administrativa.
- Conceder el acceso a la información sobre las acciones que desarrollan.
- Permitir conocer documentos no reservados u obtener copias de estos.
- Proporcionar dictámenes o conceptos sobre asuntos de su competencia.

¿Cuáles son los requisitos?

- La designación de la autoridad a la que se dirige.
- Los nombres y apellidos completos del solicitante y del representante, si es el caso.
- Los documentos de identidad y las direcciones del solicitante y del representante, si es el caso.
- El objetivo de la petición.
- Las razones en que se apoya.
- La firma de la persona peticionaria (en el caso correspondiente).

Modelo Derecho de Petición:

Señores:

(Nombre y/o cargo de la autoridad o del particular que presta un servicio público o desarrolla funciones públicas a quien se dirige la petición).

Asunto: Derecho de Petición.

(Queja, reclamo, solicitud de información, manifestación o consulta) acerca de: (agregar un resumen muy breve de lo que se solicita).

Respetados señores:

Yo, *(nombre de la persona)*, identificado como aparece al pie de mi firma, de conformidad con lo establecido en el artículo 23 de la Constitución Política, en concordancia con la Ley 1755 de 2015, comedidamente me permito presentar la petición que más adelante se describe.

A continuación, pongo a consideración de ustedes los hechos que justifican esta *(queja, reclamo, solicitud de información, manifestación o consulta):*
(Relacionar detalladamente los hechos)

Lo anterior lo requiero para: *(narrar brevemente para qué requiere lo solicitado).*

Para facilitar la resolución de lo solicitado estoy adjuntando los siguientes documentos: *(listar los documentos que se van a adjuntar)*

Por favor, enviar la correspondencia a través de alguno de los siguientes medios:

Correo electrónico:

Dirección de correspondencia:

Ciudad:

Cordialmente,

Firma:

Documento de identidad:

Teléfono:

Queja

¿Qué es?

Manifestación verbal o escrita de insatisfacción.

¿Quién la hace?

Una persona natural o jurídica o su representante.

¿Sobre qué la hace?

La conducta o actuar de un funcionario en cuanto al desarrollo de sus funciones.

¿Cuándo se responde?

Dentro de los quince (15) días hábiles siguientes a la recepción.

Reclamo

¿Qué es?

Manifestación verbal o escrita de insatisfacción.

¿Quién la hace?

Una persona natural o jurídica o su representante.

¿Sobre qué la hace?

Incumplimiento o irregularidad de alguna de las características de los servicios ofrecidos por la Entidad.

¿Cuándo se responde?

Dentro de los quince (15) días hábiles siguientes a la recepción.



Denuncia

¿Qué es?

Acción ciudadana.

¿Quién la hace?

Una persona natural o jurídica o su representante.

¿Sobre qué la hace?

Comunica, informa o da aviso sobre el conocimiento de hechos o conductas irregulares que impliquen un daño de los bienes o recursos públicos.

¿Cuándo se responde?

Dentro de los quince (15) días hábiles siguientes a la recepción.

Tres recomendaciones **sobre las peticiones**

Renuncia

Las personas solicitantes pueden desistir de las peticiones en forma expresa, cuando como peticionarios así lo manifiesten, y en forma tácita cuando, conforme a la ley, opere la presunción de desistimiento.

Violación del derecho

Es importante resaltar, que el silencio administrativo, de acuerdo con la jurisprudencia de la Corte Constitucional, es la falta de resolución tardía y constituye una forma de violación del derecho de petición.

Tutela del derecho

Además, cuando se vulnera o amenaza el derecho constitucional de petición por acción u omisión de las autoridades, las personas afectadas pueden ejercer la acción de tutela para reclamar ante los jueces la protección inmediata de su derecho.

Acción de tutela

¿Qué es?

Es un mecanismo que protege los derechos fundamentales de un ciudadano de manera rápida y directa.

¿Para qué se ejerce?

Para reclamar ante los jueces la protección inmediata de derechos constitucionales fundamentales cuando éstos resulten vulnerados o amenazados ya sea por la autoridad pública o por particulares.

¿Quién la interpone?

- Cualquier persona.
- El procurador.
- El defensor del pueblo
- Los personeros municipales.

¿Ante quién?

- Los jueces o tribunales del municipio donde ocurren los hechos.
- La Personería, si desea asesoría permanente (gratuita).

¿Cuáles son los requisitos?

- Nombre y lugar de residencia.
- Derechos fundamentales amenazados o vulnerados
- Nombre del responsable.
- Acción que lo motiva a interponer.
- Relato de los hechos.
- Manifestación de que no ha interpuesto otra acción por los mismos hechos y derechos.

¿Cuándo debe resolverse?

- El juez no podrá tardar más de diez (10) días en decidir sobre la solicitud.

¿En qué se basa?

- Artículo 86 de la Constitución Política Colombiana.
- Decretos 2591 de 1991 y 306 de 1992.

Modelo Acción de Tutela:

Señor Juez *(El juez puede ser promiscuo, civil municipal, de menores, civil del circuito, civil de familia, penal municipal, penal del circuito, tribunal superior)*. de *(Se escribe el territorio donde se ubica el juez)*.

Referencia: Acción de Tutela.

Accionante: *(Se escriben los nombres y apellidos de la persona que interpone la acción de tutela, tal y como aparece en el documento de identificación)*.

Accionado: *(Se escribe la entidad a la que se solicita la garantía de los derechos, por ejemplo, alcaldía, gobernación, secretaría, instituto, entre otros)*.

Yo, *(nombre de la persona)*, identificado con la cédula de ciudadanía No. _____ mayor de edad, residente en _____ acudo ante usted respetuosamente, para promover en nombre propio, la presente acción de tutela, de conformidad con los artículos 23 y 86 de la Constitución Política y el Decreto reglamentario 2591 de 1991, con el fin de que se amparen los derechos constitucionales establecidos en la Ley Estatutaria 1618 de 2013; a causa de los siguientes hechos: *(Relacionar detalladamente los hechos)*

DERECHOS AMENAZADOS Y/O VULNERADOS:

Los anteriores hechos constituyen una violación o amenaza a mi derecho fundamental a *(Se escribe el o los derechos fundamentales vulnerados, por ejemplo, salud, educación)*. de acuerdo con *(Se escriben las leyes, decretos, resoluciones, sentencias y/o artículos que hacen parte de las normas vigentes, relacionadas con el derecho vulnerado)*.

PETICIÓN

Con fundamento en los hechos narrados y en las consideraciones expuestas, le solicito a usted de manera urgente y en forma inmediata, se ordene a: *(Se escribe la entidad a la que se solicita la garantía de los derechos, por ejemplo, alcaldía, gobernación, secretaría, instituto, entre otros)* tutelar en mi favor los derechos reclamados en el presente escrito, según lo establecido por la ley.

JURAMENTO

Bajo la gravedad de juramento me permito manifestarle que, por los mismos hechos y derechos, no he presentado petición similar ante alguna autoridad judicial.

PRUEBAS

Solicito al señor juez se ordenen, practiquen y tenga en cuenta el siguiente material probatorio, al momento del fallo: *(listar los documentos que se van a adjuntar)*

A la acción de tutela se le deben anexar fotocopias de todos los documentos que usted listó en las pruebas, por ejemplo, declaraciones, testimonios, oficios, correos electrónicos y otros.

NOTIFICACIONES

El accionante recibe notificaciones en la ciudad de:

Dirección:

Teléfonos:

Atentamente,

NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS

(como aparece en el documento de identidad)

CÉDULA DE CIUDADANÍA _____

Acción popular

¿Qué es?

Es un instrumento para la defensa y protección de los derechos e intereses públicos o colectivos como el patrimonio público, el espacio, la seguridad pública, la moral administrativa, la libre competencia económica, el ambiente y la salud pública.

¿Para qué se ejerce?

Para evitar el daño contingente, hacer cesar el peligro, la amenaza, la vulneración o agravio sobre los derechos e intereses colectivos, o para restituir las cosas a su estado anterior cuando fuere posible.

¿Quién la interpone?

- Toda persona natural o jurídica.
- Organizaciones No Gubernamentales (ONG), populares, cívicas o de índole similar.
- Procurador general de la nación, defensor del pueblo y personeros municipales.
- Los alcaldes y demás servidores públicos.

¿Cuáles son los requisitos?

- La indicación del derecho o interés colectivo amenazado o vulnerado.
- El relato de los hechos, actos, acciones u omisiones que motivan su petición.
- Las pretensiones.
- La identificación de la persona natural o jurídica, o la autoridad pública presuntamente responsable de la amenaza o del agravio, si fuere posible.
- Las pruebas que pretenda hacer valer.
- Las direcciones para notificaciones.
- Nombre e identificación de quien ejerce la acción.

¿Ante quién?

- Un juez administrativo o un juez civil de circuito del lugar de los hechos o del lugar de domicilio del presunto responsable de la amenaza.

¿En qué se basa?

- Artículo 88 de la Constitución Política de Colombia.

Acción de grupo

¿Qué es?

Acción interpuesta por un conjunto de personas que comparten la misma causa que originó perjuicios individuales para dichas personas.

¿Para qué se ejerce?

Obtener el reconocimiento y pago de la indemnización de los perjuicios.

¿Quién la interpone?

- Las personas naturales o jurídicas que hayan sufrido un perjuicio individual.
- El defensor del pueblo o los personeros municipales y distritales en nombre de quien lo solicite o se encuentre en situación de desamparo o indefensión.
- Debe hacerse a través de abogado.

¿Ante quién?

- Un juez administrativo o civil, dependiendo de la causa.

¿Cuáles son los requisitos?

- Nombre del apoderado, anexando el poder legalmente conferido.
- Debe ser presentada por mínimo 20 personas.
- La identificación de las personas que otorgan el poder.
- El valor estimado de los perjuicios ocasionados por la eventual vulneración.
- Si no es posible proporcionar el nombre de todos los individuos de un mismo grupo, expresar los criterios para identificarlos y definir el grupo.
- La identificación del demandado.
- Justificación sobre la procedencia de la acción de grupo.
- Los hechos de la demanda y las pruebas que se pretenden hacer valer dentro del proceso.

¿En qué se basa?

- Artículo 89 de la Constitución Política de Colombia.
- El título segundo y el artículo 3 de la ley 472 de 1998.

Grupos de autoayuda

Fuera de los mecanismos de participación y protección ciudadana que vimos atrás, ¿qué más pueden hacer las personas con discapacidad y sus familias para mejorar su inclusión social?

Ellas pueden conformar grupos de autoayuda para ampliar sus redes y alcanzar sus propósitos comunes. Es bueno que se unan para conocer y proteger sus derechos, para apoyarse y ayudarse.



- a. Definición de los grupos de autoayuda
- b. Funciones de los grupos de apoyo
- c. Fases de los grupos de apoyo



Definición de los grupos **de autoayuda**

La Organización Mundial de la Salud adoptó la definición de los investigadores Katz y Bender (1976).

Definición	Son grupos pequeños y voluntarios de ayuda mutua unidos por un propósito común.
Composición	Personas iguales que comparten una necesidad común.
Finalidad	Ayudarse mutuamente para: <ul style="list-style-type: none">• Atender su necesidad común.• Superar problemas que afectan su vida cotidiana.• Liderar cambios sociales o personales.
Beneficiarios	Personas con redes sociales limitadas. Personas que en su red social más cercana no comparten su necesidad común. Personas sobreprotegidas, controladas o abandonadas por su red natural.
Ayuda a PcD	Las personas con discapacidad y sus familias: <ul style="list-style-type: none">• Crean vínculos.• Amplían sus redes sociales.• Generan nuevas perspectivas.• Se acercan a los apoyos que necesitan.• Se capacitan para emprender acciones solidarias.

b

Funciones de los grupos **de apoyo**

Apoyo emocional

Acompañar y entender a otro miembro del grupo para que pueda:

- Adaptarse o cambiar determinada situación.
- Compartir experiencias comunes en el grupo.
- Contribuir a la aceptación.

Apoyo instrumental

Intercambiar ayudas para resolver problemas prácticos y cotidianos.

Intercambio de información

Intercambiar información, consejo y educación para mejorar la capacidad de respuesta de sus miembros ante las diferentes situaciones.

Reestructuración cognitiva

Considerar los problemas desde diferentes perspectivas para generar:

- Distintas alternativas de solución y manejo.
- Múltiples formas de actuar.
- Formas más efectivas de afrontamiento.

Lograr que la persona:

- Se sienta capaz de asumir y manejar las circunstancias que lo rodean.
- Aumente sus sentimientos de autonomía.

Socialización

Propiciar la socialización de los miembros del grupo mediante actividades para:

- Superar los sentimientos de aislamiento social.
- Facilitar la integración y participación en la comunidad.

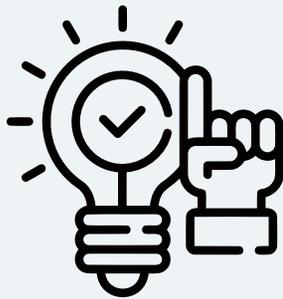
Fomento de cualidades

Realizar distintas actividades en los grupos de autoayuda para:

- Superar la pasividad.
- Promover la participación conjunta y solidaria de sus miembros.
- Fortalecer su red de apoyo.
- Incrementar los sentimientos de control sobre su propia vida.
- Desarrollar su autoestima.

C Fases de los **grupos de apoyo**

FASE 1: Creación



Se crean las condiciones para erigir el grupo.

1. Una persona toma la iniciativa de crear el grupo.

Puede ser la persona que identificó la necesidad y considera oportuna y adecuada la intervención grupal o alguno de los futuros miembros del grupo.

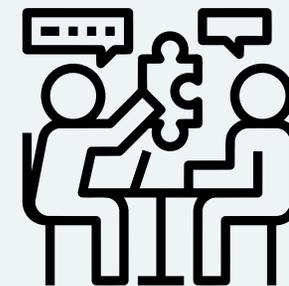
2. Inicia el período de preparación.

Las personas interesadas en formar parte del grupo empiezan a contactarse entre sí, comprender cuál es el sentido del grupo, cómo funciona y qué compromisos conlleva.

Las personas interesadas en crear el grupo difunden información sobre la creación del grupo de apoyo e invitan a las personas interesadas a trabajar en el mismo.

FASE 2: Primer acercamiento

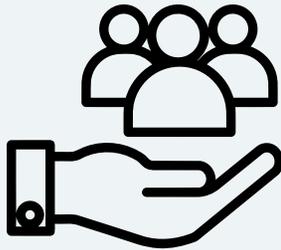
Esta fase puede durar entre tres y cuatro sesiones:



Propósitos de esta fase:

1. Motivar que los miembros del grupo se conozcan.
2. Propiciar relaciones entre los miembros del grupo.
3. Suscitar acuerdos alrededor de los elementos comunes más importantes.
4. Consolidar el grupo de manera activa, continua y progresiva.
5. Aclarar la función del grupo.
6. Definir la metodología de las sesiones.
7. Animar a los miembros del grupo a:
 - a. *Hacerse responsables de sus propios procesos de cambio.*
 - b. *Tomar conciencia de los recursos y déficits individuales relacionados con las necesidades comunes.*
8. Acordar:
 - a. *Objetivos.*
 - b. *Reglas.*
 - c. *Actividades.*
 - d. *Número de participantes.*
 - e. *Condiciones de ingreso.*
 - f. *Lugar y fecha de las reuniones.*
9. Incrementar la calidad del apoyo emocional e instrumental:
 - a. *Proveer condiciones y metodologías que favorezcan la expresión de los miembros del grupo.*
10. Aumentar el número de encuentros para:
 - a. *Ampliar las redes sociales del grupo*
 - b. *Afianzar su permanencia.*
 - c. *Preparar y facilitar cada nueva sesión con diferentes miembros del grupo para darles autonomía.*

FASE 3: Acompañamiento profesional



Esta fase puede durar hasta 12 sesiones.

El propósito de esta fase es acompañar profesionalmente a los miembros del grupo para que:

1. Acojan y asuman la metodología de autoayuda.
2. Preparen y coordinen las sesiones.

El profesional de apoyo intervendrá sólo si es necesario, para facilitar y orientar la comunicación entre los miembros del grupo.

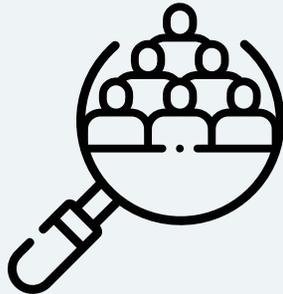
FASE 4: Observación

Esta fase puede durar 3 a 4 sesiones.

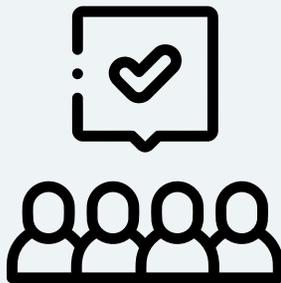
El propósito de esta fase es que el grupo conduzca la sesión sin la participación del profesional de apoyo.

El profesional se concentrará en:

1. Observar al grupo y tomar algunas notas del desarrollo de la sesión.
2. Permanecer en el sitio de reunión fuera del círculo del grupo.
3. Prestar especial atención al coordinador de la reunión.
4. Relatar y comentar lo observado, si es necesario.



FASE 5: Externa



Esta fase tiene una duración de 3 a 4 sesiones

El propósito de esta fase es que el grupo de autoayuda se conduzca sólo y realice la sesión con total autonomía.

El grupo celebrará la reunión sin la presencia del profesional.

El profesional:

1. Estará en un espacio diferente al de la sesión grupal.
2. Se reunirá con el coordinador del grupo al finalizar cada encuentro, si lo considera conveniente.
3. Le ayudará al coordinador a realizar una evaluación.



En las siguientes páginas encontrarás
los pasos básicos para hacer el
Taller de Grupos de Autoayuda

¿Sabías que hay tres mecanismos
muy útiles para defender los derechos
de las personas con discapacidad?

Los participantes en este taller
aprenderán cuáles son y cuando
usarlos.

Así que **¡ayúdate y déjate ayudar!**

A stylized map on a light brown background with a dashed white path winding through it. The path starts from the bottom left, goes up, then right, then up again, and finally right towards the top right. There are small green tree icons scattered across the map. A magnifying glass with a black handle and a black frame is positioned over the lower-left part of the map. The text "Partes de esta Guía" is written in a bold, black, sans-serif font, with "Guía" being significantly larger than "Partes de esta".

Partes de esta Guía

1. Objetivos

2. Población

3. Resultados

4. Recomendaciones

5. Taller

6. Materiales

7. Anexos

1. Objetivos

Los participantes aprenderán a:

- Proteger los derechos fundamentales de las personas con discapacidad, sus cuidadores y sus familias mediante el conocimiento y uso de mecanismos de participación y protección ciudadana, para favorecer su inclusión social.
- Fomentar la conformación de grupos de apoyo con el fin de ampliar la red social de las personas con discapacidad, sus cuidadores y sus familias mediante la creación de vínculos sólidos entre ellas.
- Proporcionar información sobre el funcionamiento y rutas de acceso del Sistema Nacional de Discapacidad y Sistema Nacional de Atención y Reparación Integral a las Víctimas, con el fin de minimizar las barreras que restringen la participación de las personas con discapacidad, su cuidador y familia en la sociedad.

2. Población

- Personas con discapacidad.
- Cuidadores.
- Familia.
- Comunidad.

3. Resultados

Los participantes en el taller, las personas con discapacidad y sus cuidadores:

- Comprenden la importancia de crear redes de apoyo sólidas.
- Protegen los derechos de las personas con discapacidad.
- Reconocen los mecanismos de participación y protección ciudadana.
- Favorecen el empoderamiento comunitario y la inclusión social de esta población.



4. Recomendaciones

Elegir un salón:

- Accesible para todas las personas, por ejemplo, personas con movilidad reducida o que llevan bebés en coche.
- Iluminado, ventilado y amplio para mantener el distanciamiento físico.

Si en la convocatoria se identifican personas con:

- Discapacidad auditiva, se necesita contar con el apoyo de un intérprete de lengua de señas.
- Discapacidad visual, se necesita usar lenguaje descriptivo de las imágenes de apoyo que se usen.

Emplear el lenguaje inclusivo:

LENGUAJE EXCLUYENTE

- Minusválido X
- Inválido X
- Sufre X
- Padece X
- Postrado X
- Sordomudos X
- Discapacitado X



LENGUAJE INCLUSIVO

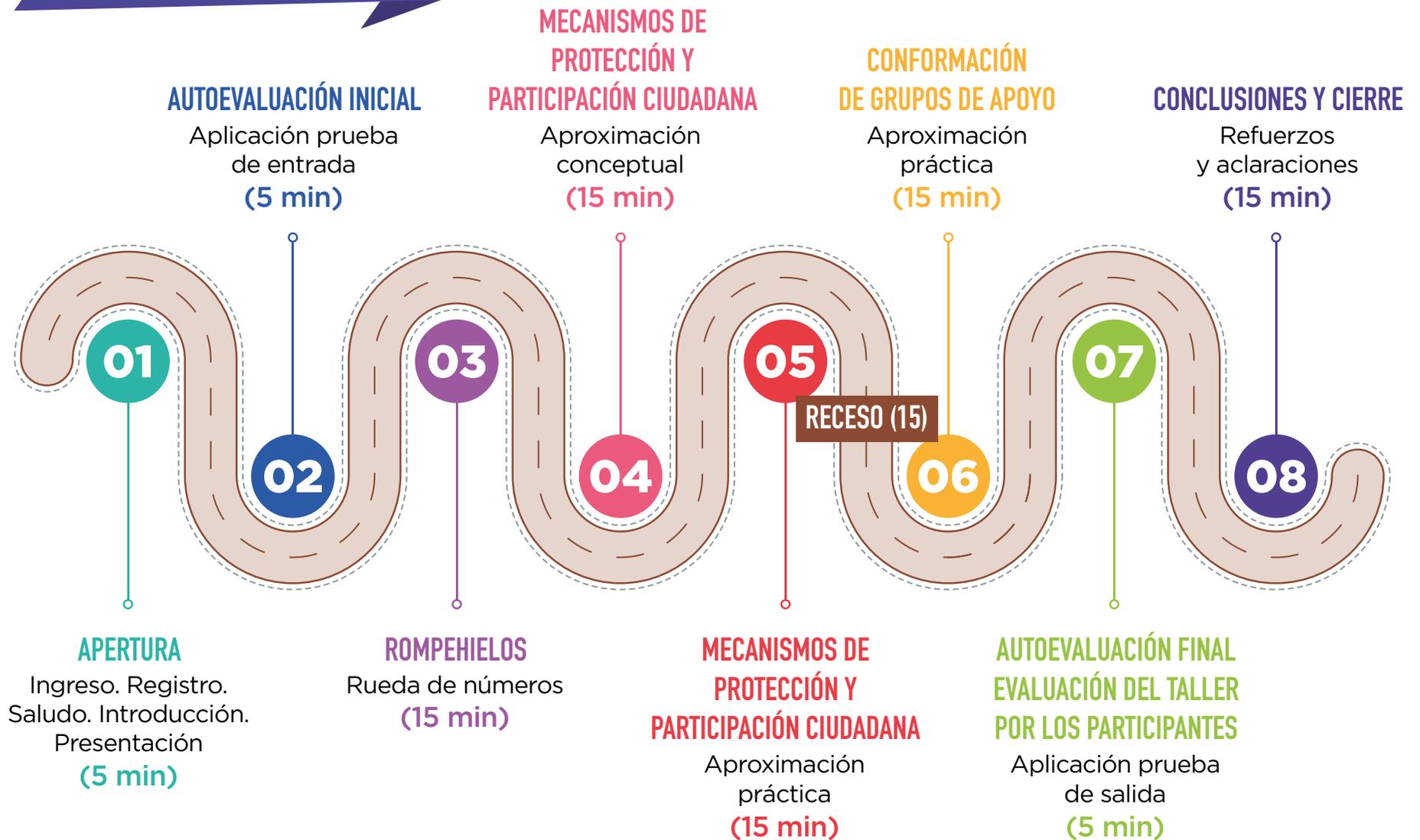
- ✓ Persona sorda
- ✓ Persona con discapacidad
- ✓ Tiene una...
- ✓ Es usuario de...
- ✓ Persona en silla de ruedas
- ✓ Niño con autismo
- ✓ Persona con síndrome de down

4. Recomendaciones

Utiliza lenguaje inclusivo en cuanto a género

Incorrecto		Correcto
Los niños y las niñas		La población infante, infancia
Las mujeres y los hombres jóvenes		Jóvenes o personas jóvenes
Los hombres y las mujeres		La población
Las mujeres y los hombres participantes		Las personas participantes
La participación de las vecinas y los vecinos		La participación de la ciudadanía
Las expertas y los expertos		Las personas expertas
Las trabajadoras y trabajadores		Las personas trabajadoras

5. Taller



6. Materiales

ACTIVIDAD

DESCRIPCIÓN Y MATERIALES

Apertura y evaluaciones

Descripción: Ingreso. Registro. Saludo. Introducción. Presentación. Aplicación pruebas de entrada y salida.

Materiales: Registro de asistencia.
Autoevaluación inicial y final (anexos).

Rueda de números

Descripción: El facilitador les pide a los participantes que,
1) Formen un círculo. **2)** Caminen por dentro del círculo.
3) Les presenta una paleta con un número menor que 6 para que formen grupos con el mismo número de miembros. Esto lo hace con cuatro números distintos.

Materiales: Paletas con números (2, 3, 4, 5)

Mecanismos de participación y protección

*ver marco conceptual
páginas 5 - 26

Descripción:

1) Exposición conceptual de los mecanismos.
2) Conformación de 4 grupos. Cada uno recibe 1 ficha que contiene un caso vivido por una persona con discapacidad.
3) El grupo escribe el mecanismo de protección o participación adecuado para resolver el caso, bajo la orientación del facilitador. El grupo que termine antes de tiempo puede tomar otra ficha para resolver un nuevo caso.
4) Los participantes comparten las soluciones propuestas y sacan las conclusiones, orientados por el facilitador.

Materiales: 4 fichas de casos para resolver

ACTIVIDAD Y DESCRIPCIÓN

Conformación grupos de apoyo

Descripción:

- 1) Los participantes se ubican en círculo mirando hacia fuera.
- 2) A cada uno se le coloca una diadema con un rótulo que no puede ver.
- 3) Caminan por la parte interna del círculo, leen los rótulos de los demás y reaccionan ante ellos en la forma que la mayoría lo haría mediante gestos evidentes. El facilitador les pide que no hablen ni pregunten cuál es el rótulo que llevan puesto.
- 4) Se demarcan tres espacios con cinta de enmascarar. En el primero el facilitador ubica a la persona que lleva el rótulo de ama de casa, en el segundo, la que lleva el de monja y en el tercero, la que porta el de homosexual.
- 5) Estas tres personas se acercan a cada una de las demás y las invitan a su espacio mediante un toque en el hombro. Las demás personas deciden si se unen a ellas o no.
- 6) El facilitador pregunta: ¿con cuál de los tres formaría un grupo de apoyo emocional? ¿A cuál le daría un abrazo? ¿Con cuáles formaría un grupo de intercambio de información y consejo? ¿Cuál merece que le dé una oportunidad? ¿Con cuáles formaría un grupo de fomento de cualidades? ¿Con cuáles de los rótulos formaría un grupo de socialización?
- 7) El facilitador les pide a los participantes que descubran su rótulo y cómo se sintieron al llevarlo durante la actividad.
- 8) Los participantes, guiados por el facilitador, sacan conclusiones acerca de la importancia de los grupos de apoyo.

MATERIALES

Materiales:

Diademas de cartulina con los siguientes rótulos:

Prostituta, Policía, Sacerdote, Travesti, Desplazado, Político, Ama de Casa, Millonario, Médico, Analfabeta, Afrodescendiente, Modelo, Indígena, Desmovilizado, Monja, Profesor, Extranjero, Homosexual, Niña, Camionero, Periodista, Empresario, Niño, Pastor, Campesino, Militar, Drogadicto, Habitante de Calle, Lesbiana, Persona con Discapacidad.

Cinta de enmascarar.

7. Anexos



Autoevaluación
inicial para el
participante

Autoevaluación
final para el
participante

Evaluación
del taller por
el participante

Evaluación
del taller por
el facilitador

Autoevaluación inicial para el participante

Puedes revisar todo el material disponible para responder estas preguntas. La búsqueda activa de la información y su uso práctico es lo más importante.



Selecciona la respuesta correcta:

1. Los mecanismos de participación ciudadana:

Sirven para proteger los derechos de las personas con discapacidad.	<input checked="" type="checkbox"/>
Sólo sirven para hacer peticiones, quejas o reclamos a entidades públicas.	<input type="checkbox"/>
Son mecanismos para la conformación de grupos de autoayuda y apoyo.	<input type="checkbox"/>

2. Los grupos de autoayuda:

Son un componente de la Rehabilitación Basada en Comunidad.	<input type="checkbox"/>
Son grupos informales que se reúnen para tratar problemas comunes con énfasis en el apoyo mutuo.	<input checked="" type="checkbox"/>
Son grupos para agrupar a las personas con discapacidad y atenderlas allí.	<input type="checkbox"/>

3. El plebiscito y el referendo son:

Instrumentos del Congreso.	<input type="checkbox"/>
Mecanismos de participación ciudadana.	<input checked="" type="checkbox"/>
Mecanismos de protección ciudadana.	<input type="checkbox"/>

4. El derecho de petición y la acción de tutela son:

Instrumentos del Congreso.	<input type="checkbox"/>
Mecanismos de participación ciudadana.	<input type="checkbox"/>
Mecanismos de protección ciudadana.	<input checked="" type="checkbox"/>

Autoevaluación final para el participante

Puedes revisar todo el material disponible para responder estas preguntas. La búsqueda activa de la información y su uso práctico es lo más importante.



Selecciona la respuesta correcta:

1. Para proteger los derechos de las personas con discapacidad:

Se hacen colectas territoriales.	<input type="checkbox"/>
Se busca ayuda internacional.	<input type="checkbox"/>
Se usan los mecanismos de participación y protección ciudadana.	<input checked="" type="checkbox"/>

2. Las personas que comparten un problema común:

Deben buscar sitios de atención especial.	<input type="checkbox"/>
Necesitan conformar grupos de autoayuda.	<input checked="" type="checkbox"/>
Deben esperar que las entidades públicas y privadas les ofrezcan soluciones.	<input type="checkbox"/>

3. Son mecanismos de participación ciudadana:

Los grupos de autoayuda.	<input type="checkbox"/>
El plebiscito, el referendo y el cabildo abierto.	<input checked="" type="checkbox"/>
La tutela y el derecho de petición.	<input type="checkbox"/>

4. Son mecanismos de protección ciudadana:

Los grupos de autoayuda.	<input type="checkbox"/>
El plebiscito, el referendo y el cabildo abierto.	<input type="checkbox"/>
La tutela y el derecho de petición.	<input checked="" type="checkbox"/>

Evaluación del taller por el participante



Nombre del taller:	Lugar:	Fecha y hora:
--------------------	--------	---------------

Califica de acuerdo con el siguiente criterio:

5	4	3	2	1
Muy alto	Alto	Regular	Bajo	Muy bajo

Logística del taller	5	4	3	2	1
Tiempo y forma en que se convocó					
Puntualidad en la ejecución de la agenda					
Lugar donde se realizó					
Materiales didácticos empleados					

Desempeño del facilitador	5	4	3	2	1
Dominio del tema y la metodología					
Claridad en las instrucciones					
Interacción con los participantes					
Manejo del grupo					

Desarrollo del taller	5	4	3	2	1
Tema, objetivo y agenda del día fueron claros					
La agenda presentada se cumplió					
La metodología empleada fue adecuada					
Las actividades fueron motivadoras					
Los contenidos fueron apropiados					
Todas las preguntas fueron resueltas					
Los objetivos de la sesión se cumplieron					

¿Cuál fue el tema del taller que más te impactó y por qué?

¿Qué le cambiarías o mejorarías al taller?

Evaluación del taller por el facilitador



Facilitador:	Lugar:	Fecha y hora:
--------------	--------	---------------

Califica de 1 a 5 en qué «**Nivel**» cada actividad respondió a las particularidades de las personas y el territorio.

1 es muy poco y 5 es totalmente.

En la columna «**Ok**», escribe:
 «**Sí**», si te parece que la actividad debe mantenerse;
 «**No**», si te parece que debe reemplazarse o modificarse.

Desempeño del facilitador	Nivel	Ok
1. Apertura		
2. Autoevaluación inicial		
3. Rompehielos-integración rueda de números		
4. Mecanismos de protección y participación ciudadana		
5. Conformación de grupos de apoyo		
6. Autoevaluación final y evaluación del taller por los participantes		
7. Conclusiones y cierre		

Escribe aquí los cambios que sugieres hacer y por qué:

¿Qué les recomiendas a los siguientes facilitadores?

¿Fueros necesarios ajustes razonables?
 ¿Cuáles y por qué?

Siglas y palabras



A qué corresponde cada una de las siguientes siglas:

- OMS
- OPS
- RBC

Definiciones

Mecanismos de participación y protección ciudadana: instrumentos y acciones democráticas al alcance de todos los colombianos que les permiten intervenir en las decisiones del país y sus comunidades.

Grupos de autoayuda: personas que se juntan para tratar problemas comunes.

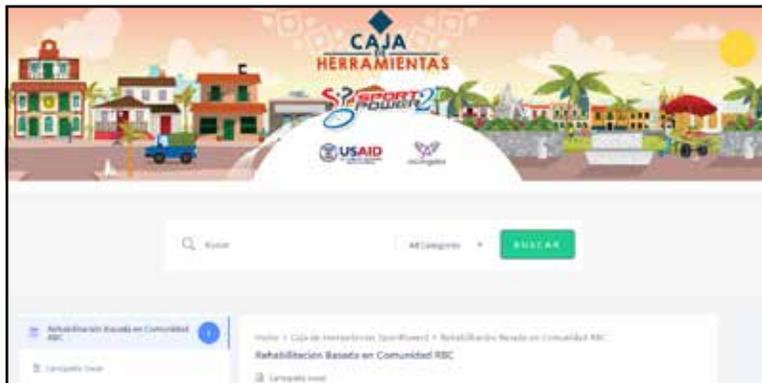
Empoderamiento: uno de los cinco componentes de la rehabilitación basada en comunidad cuyo énfasis es la participación ciudadana.

Mecanismos de participación: voto, plebiscito, referendo, consulta popular, cabildo abierto, iniciativa legislativa y revocatoria del mandato.

Mecanismos de protección: derechos de petición y acciones de tutela, de grupo y popular.

Encuentra información adicional

Enlace web a la caja de herramientas
<https://cajadeherramientas.arcangeles.org/>



Enlace corto a los videos de SP2
<https://www.youtube.com/@ArcangelesFundacion>





Congreso de la República. (2007). Ley 1145 de 2007. Por medio de la cual se organiza el sistema nacional de discapacidad y se dictan otras disposiciones. <https://www.minsalud.gov.co>. • Recuperado de https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/LEY%201145%20DE%202007.pdf



Congreso de la República (2009). Ley 1346 de 2009. Por medio de la cual se aprueba la “Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad”, adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 13 de diciembre de 2006. <http://www.mincit.gov.co> • Recuperado de: <http://www.mincit.gov.co/ministerio/ministerio-en-breve/docs/ley-1346-de-2009.aspx>



Congreso de la República (2011). Ley 1148 de 2011. Por la cual se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno y se dictan otras disposiciones. <https://www.unidadvictimas.gov.co> • Recuperado de: <https://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/ley-1448-de-2011.pdf>



Congreso de la República (2013). Ley Estatutaria 1618. Por medio de la cual se establecen las disposiciones para garantizar el pleno ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad. <https://www.funcionpublica.gov.co>. • Recuperado de: <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=52081>



Constitución Política De Colombia (1991). <http://pdba.georgetown.edu>. • Recuperado de: <http://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Colombia/colombia91.pdf>



Domenech, Y. (2013). Los grupos de autoayuda como estrategia de intervención en el apoyo social. <https://rua.ua.es>. • Recuperado de: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/5802/1/ALT_06_08.pdf



Gobernación de Casanare. (2011). Mecanismos de Protección. <http://web.casanare.gov.co> • Recuperado de: http://web.casanare.gov.co/odih/Info/Nivel_2/2011-06-09_12-35-31-pmII%20Mecanismos_Legales_de_Protecci__n.pdf



Gómez, M., Jusidman, C., Yanes, E. (1999). Manual de grupos de autoayuda, sugerencias para organizar, establecer y dirigir grupos de autoayuda. <http://www.sideso.cdmx.gob.mx>. • Recuperado de: http://www.sideso.cdmx.gob.mx/documentos/manual_de_grupos_de_autoayuda.pdf



Ministerio de Minas y Energía (2021) Plan de Participación Ciudadana 2021. <https://www.minenergia.gov.co> Recuperado de: <https://www.minenergia.gov.co/es/servicio-al-ciudadano/foros/plan-de-acci%C3%B3n-del-ministerio-de-minas-y-energ%C3%ADa-2021/>



Ministerio de Minas y Energía. (s.f) Mecanismos Ciudadanos. <https://www.minenergia.gov.co>. • Recuperado de: <https://www.minenergia.gov.co/es/servicio-al-ciudadano/mecanismos-ciudadanos/>



Ministerio de Salud y Protección Social. (2015). Auto 006- Programa de Protección a Personas con Discapacidad. <https://www.minsalud.gov.co>. • Recuperado de: https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/Victimas_CorteConstitucional_Auto006.aspx



Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). Resolución 583. Por la cual se implementa la certificación de discapacidad y el Registro de Localización y Caracterización de Personas con Discapacidad <https://www.minsalud.gov.co>. • Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/Resolucion-583-de-2018.pdf>



Ministerio de Salud y Protección Social. (s.f.). Sistema Nacional de Discapacidad. <https://www.minsalud.gov.co> • Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/Sistema%20Nacional%20de%20Discapacidad.aspx>



Ministerio de Salud y Protección Social. (s.f.). ABECÉ de la Discapacidad. <https://www.minsalud.gov.co>. • Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/abece-de-la-discapacidad.pdf>



Organización Mundial de la Salud. (2012). Guías para la RBC Componente de Fortalecimiento. <https://apps.who.int>. • Recuperado de: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44809/9789243548050_Fortalecimiento_spa.pdf;jsessionid=BC4FAAD015BA69D502331108E206571F?sequence=2



Registraduría Nacional del estado civil (s.f.). Estos son los Mecanismos mecanismos de Participación participación CiudadanaCiudadana. <https://www.registraduria.gov.co/> • Recuperado de: <https://www.registraduria.gov.co/Estos-son-los-mecanismos-de.html>



Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas. (2014). Víctimas del Conflicto Armado con Discapacidad. <https://www.unidadvictimas.gov.co>. • Recuperado de: <https://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/cartilladiscapacidad2014.pdf>



Unidad para las Víctimas. (2015). Personas con Discapacidad. <http://www.portalsnariv.gov.co>. • Recuperado de: http://www.portalsnariv.gov.co/sites/default/files/documentos_biblioteca/discapacidad.pdf



Vargas, L. (2014). Auto 173 de 2014 de la Corte Constitucional Protección de las personas en situación de desplazamiento con discapacidad. <https://www.unidadvictimas.gov.co>. • Recuperado de: <https://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/auto173.pdf>



Contactos para la inclusión

Escribe los datos de quienes fortalecen la inclusión social de las personas con discapacidad en tu territorio.

Nombre:

Email:

Teléfono:

Entidad u organización:

Cargo:

Tipo de aporte:

Nombre:

Email:

Teléfono:

Entidad u organización:

Cargo:

Tipo de aporte:

Nombre:

Email:

Teléfono:

Entidad u organización:

Cargo:

Tipo de aporte:

Nombre:

Email:

Teléfono:

Entidad u organización:

Cargo:

Tipo de aporte:

Nombre:

Email:

Teléfono:

Entidad u organización:

Cargo:

Tipo de aporte:

Nombre:

Email:

Teléfono:

Entidad u organización:

Cargo:

Tipo de aporte:

Nombre:

Email:

Teléfono:

Entidad u organización:

Cargo:

Tipo de aporte:

Grupos de Autoayuda

Gracias!

