

UNA IDEA SALUDABLE





Primera edición: 2023

Coordinación: María Martínez Rupérez, Equipo de Inclusión de Cáritas Española

Elaboración: Grupo Confederal "Por el derecho a una alimentación saludable, sostenible e inclusiva" y Proyecto ACCEDE

Dibujos: Quique Palomo

Agradecimiento especial a Ana López, Mar Ortiz, Mercè Darnell, Sole Crespo, Vero García, de Cáritas diocesanas de Albacete, Bilbao, Barcelona, Córdoba y Girona.

Edita: Cáritas Española Editores

Embajadores, 162

28045, Madrid

publicaciones@caritas.es

www.caritas.es

Presentación

Estimadas lectoras y lectores,

tenemos el gusto de presentaros este cómic. Estas páginas pretenden recoger de otra manera, más creativa y visual, los procesos en los que tantos equipos de Cáritas estáis empeñados en seguir recorriendo y otros grupos estáis viendo cómo hacer estos tránsitos.

Pues sí, Quique Palomo, el autor del cómic, ha dado vida a unos personajes en los que muy posiblemente, os sintáis representadas. Personas que, en algún momento, se ven en el círculo de la vulnerabilidad social y con la necesidad de pedir apoyo, personas tejiendo redes, contribuyendo a un mundo más justo, habitable y amoroso, y todas, con ganas de poner su granito de arena en este empeño.

Personajes que plantean los principios en los que está enmarcado nuestro modelo y estrategia confederal: “**Derecho a una alimentación saludable, sostenible e inclusiva, cuestión de dignidad, autonomía y justicia**”. En cada viñeta se va dibujando cada una de estas palabras.

Siendo importante alimentar el cuerpo, lo es igualmente nutrir el corazón. Este cambio de modelo nos está permitiendo, justamente esto, disponer de tiempo –ya no tenemos la agotadora tarea que lleva la organización del reparto de alimentos–, para podernos dedicar a estar cerca, a generar una relación de confianza para conocer qué otras situaciones están viviendo las personas, y, sobre todo, para ofrecer un lugar de encuentro donde compartir vida, organizar actividades socioculturales, lúdicas y/o formativas que permitan desplegar nuevas habilidades y competencias.

En estos espacios abiertos, lo más hermoso es que se generan relaciones de confianza, donde cada quien aporta por el bien común, tejiendo redes de mutuo apoyo. Se desdibuja el “papel o etiqueta”, ya que son lugares privilegiados para SER personas, sin etiquetas.



Resaltamos la importancia de una **alimentación saludable**, de calidad, nutritiva con productos frescos, para mantener un cuerpo y una mente sana. Además, numerosas relaciones se gestan y consolidan en una mesa, festejando, compartiendo alimentos y sentimientos.

Sostenible, porque las personas, en el reconocimiento de su dignidad y autonomía y desde la relación de confianza que establecemos, pueden decidir qué quieren comer, nadie mejor que ellas para adecuar su cesta de la compra a gustos y costumbres o por temas de salud, y dónde adquirir esos productos, como lo hacen el resto de su vecindario. Es una contribución a minimizar el desperdicio alimentario.

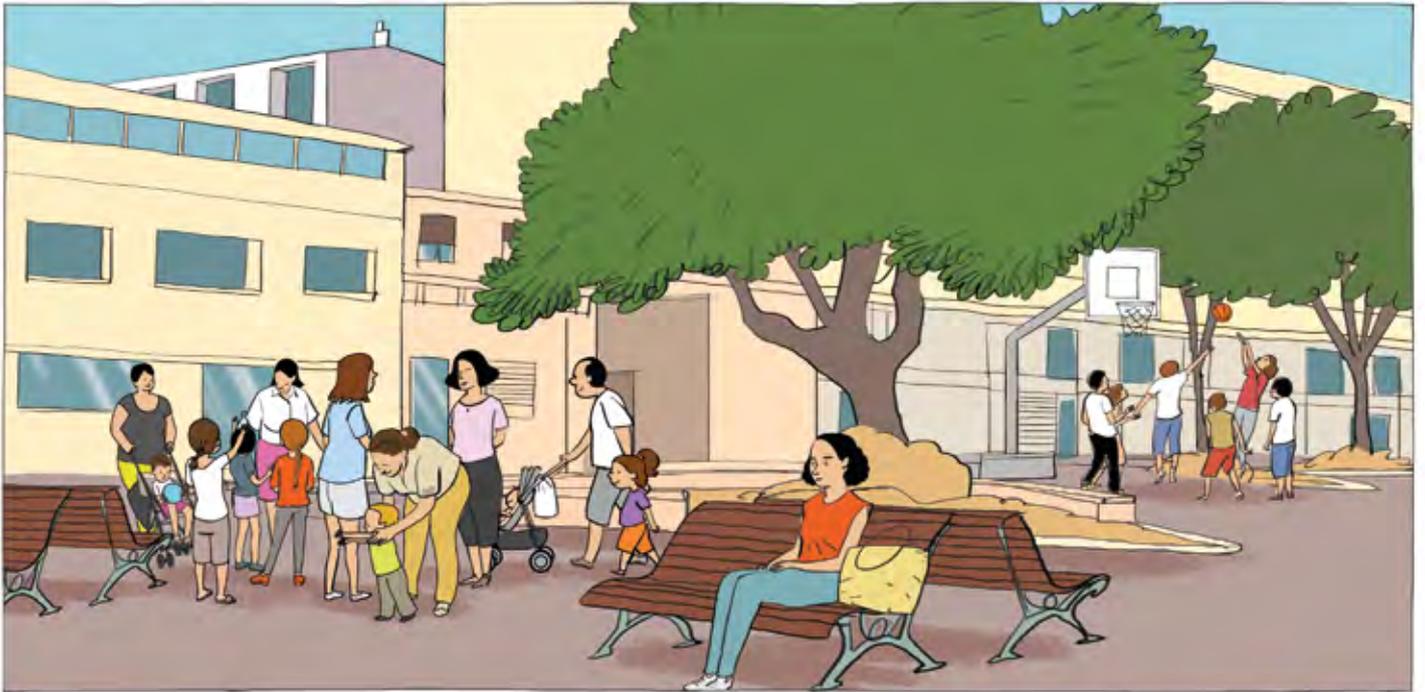
Inclusiva, porque facilitamos que las personas acudan y se relacionen en espacios normalizados –no en lugares exclusivos para personas en situaciones precarias–.

A todo ello ha contribuido también la puesta en marcha del **Proyecto ACCEDE**, experiencia desarrollada en 18 Cáritas Diocesanas, que apuntala la necesidad de un enfoque integral para acompañar la realidad de las personas que acogemos a través de una escucha activa, dignificando las ayudas que se realizan, como el apoyo en alimentación. Esto permite incorporar una dimensión de trabajo comunitario o una serie de actuaciones formativas.

Y todo ello porque es una **cuestión de justicia**, las personas somos titular/sujeto de este derecho universal, no se trata pues de un privilegio –o una ayuda en forma de limosna–, y como tal derecho, el Estado, en sus múltiples formas autonómicas, provinciales, municipales, es el garante y responsable de su efectivo cumplimiento.

Solo nos queda reconocer la inmensa labor de cada una de vosotras, las personas que estáis recorriendo este sendero o en la búsqueda de él, porque **juntas, estamos caminando nuestras palabras**, poniendo vida a cada concepto, por unas relaciones más equilibradas, por un mundo más justo y saludable. Que disfrutéis de su lectura y, que sirva como material inspirador para repensar e impulsar nuevas iniciativas.



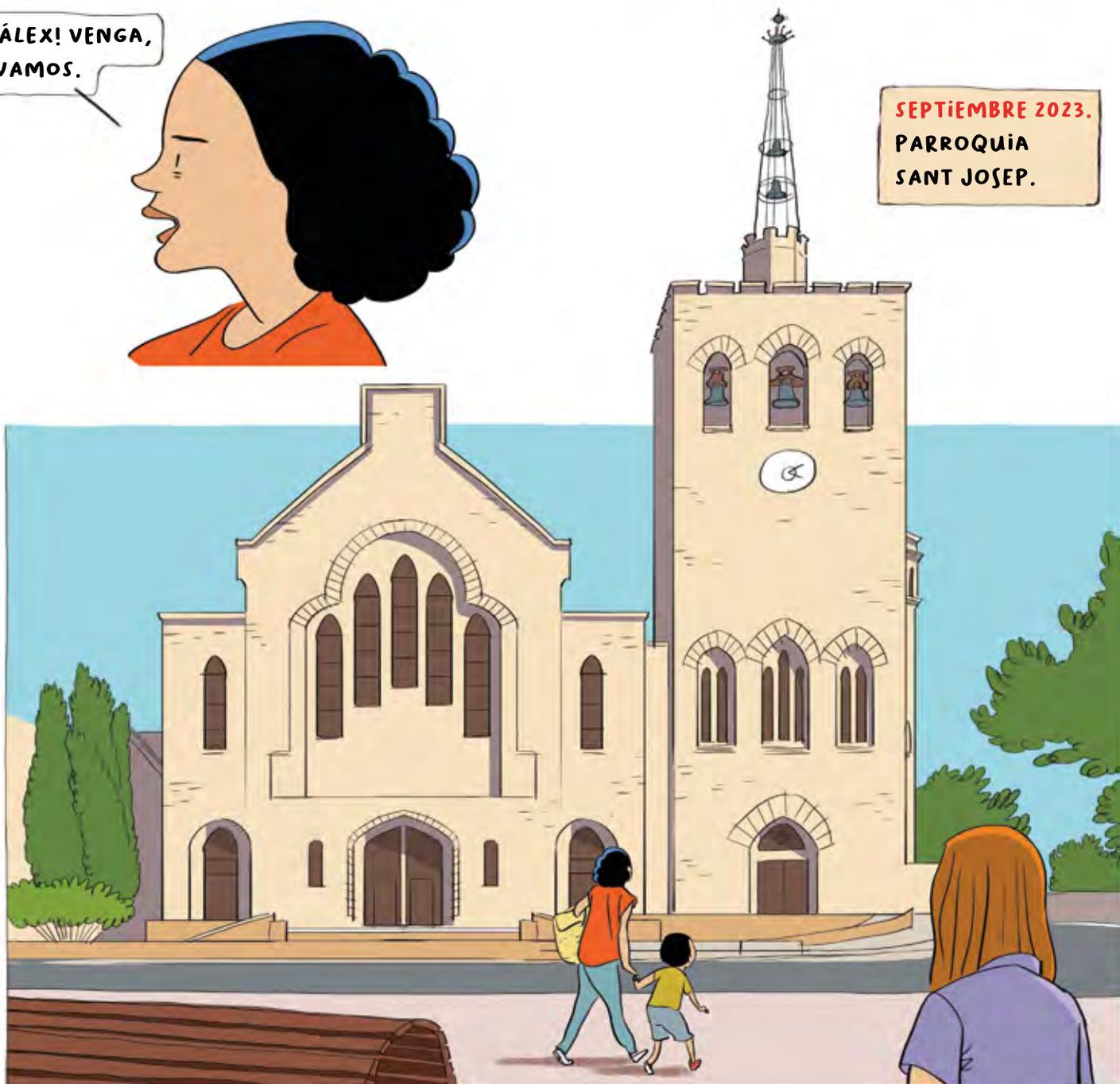




¡ÁLEX! VENGA,
VAMOS.



SEPTIEMBRE 2023.
PARROQUIA
SANT JOSEP.



¿POR QUÉ NO PUEDO SEGUIR JUGANDO CON LOS NIÑOS?



MAÑANA LES VES OTRA VEZ.

PERO LOS VIERNES YA SABES QUE VENIMOS A LA PARROQUIA A ENCONTRARNOS CON NUESTROS AMIGOS.



BUENAS TARDES.



¡HOLA, DÉBORA!

Y EL PEQUEÑO ÁLEX. FIELES A LA CITA.

PASAD, QUE COMO SIEMPRE...



...AQUÍ TENÉIS EL CAFÉ, LA FRUTA, PASTAS CASERAS...

...Y UN COLACAO PARA TÍ, ÁLEX.

¿QUÉ SE DICE?



GRACIAS

HOLA DÉBORA. ¿TE SIÉNTAS CON NOSOTRAS?



PERO, ¡SI ESTÁIS DE REUNIÓN!

QUE NO, MUJER, ES EL ENCUENTRO DE LOS VIERNES. SIEMPRE ESTÁIS INVITADAS.



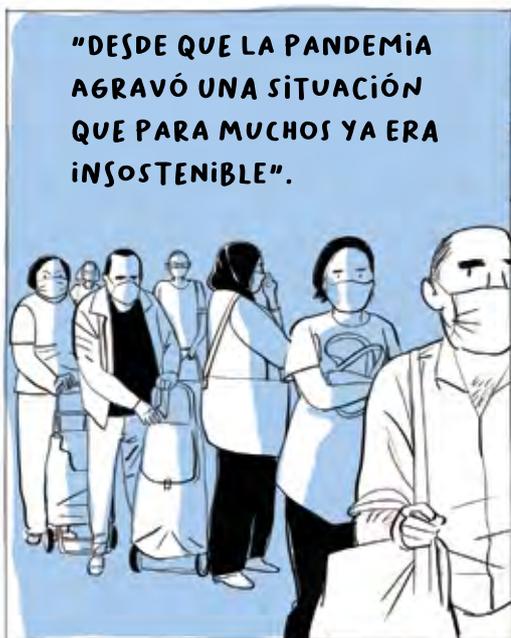
"YA HACE TRES AÑOS".

SEPTIEMBRE 2020.
PARROQUIA
SANT JOSEP.



"DESDE QUE LA PANDEMIA
AGRAVÓ UNA SITUACIÓN
QUE PARA MUCHOS YA ERA
INSOSTENIBLE".

"REALMENTE NO ESTÁBAMOS CON
VOȘOTROS. OS DÁBAMOS EL
PAQUETE Y NO SABÍAMOS SI OS
VOLVERÍAMOS A VER".



"LAS COLAS NO NOS
GUSTABAN. PERO NO
SABÍAMOS QUÉ HACER
SINO ATENDEROS
URGENTEMENTE".

HABÍA POCO TIEMPO, POCAS
PREGUNTAS. NECESITÁBAMOS
OTRAS COSAS ADEMÁS DE LA
AYUDA.

NO TENGO DÓNDE COCINAR
ESTE ARROZ. ¿NO TENÉIS ALGO
FRESCO?

LO SIENTO.
HOY NO TENEMOS
OTRA COSA







EN LA COLA HABÍA DE TODO: AGRADECIMIENTOS, CRÍTICAS...



PERO SABÍAMOS QUE NADA ERA FÁCIL.

TAMPOCO PARA VOȘOTROS.



CUIDADO, PAU, TE VAS A DESLOMAR.

LA SEMANA PASADA ACABÉ MOLIDO, ES VERDAD. PERO, ¿QUÉ PODEMOS HACER?

LAS DONACIONES LLEGAN DE IMPROVISO, Y HAY QUE ORDENARLO TODO, HAY QUE HACER LAS BOLSAS.



DAR SALIDA RÁPIDA CUANDO LLEGAN PRODUCTOS FRESCOS.



¿SABÉIS QUÉ?
YO NO SÉ
HASTA QUÉ
PUNTO LES
ESTAMOS
AYUDANDO
DE VERDAD.

YO ESTARÍA HARTO
DE TANTO ARROZ Y
TANTOS MACARRONES.



YO TAMBIÉN
PIENSO ES.

Y PIENSO TAMBIÉN QUE, EN
OCASIONES, SE NOS VA CASI
TODA LA TARDE CARGANDO...

...ORDENANDO,
PREPARANDO
LAS BOLSAS...

QUE NO DIGO QUE
ESTÉ MAL, CLARO, PERO...



A MÍ ME GUSTARÍA HABLAR DURANTE MÁS
TIEMPO CON ALGUNAS DE ESTAS PERSONAS.

CONOCER MEJOR
SU REALIDAD.

PODER DECIRLES QUE
NOS TIENEN AQUÍ
PARA LO QUE NECESITEN.



TENÉIS TODA LA RAZÓN.
ES NORMAL QUE MUCHOS
EMPECEMOS A CUESTIONARNOS
SI PODEMOS MEJORAR NUESTRA
LABOR.

¿PERO QUÉ
PODRÍAMOS
HACER PARA QUE
ESTO CAMBIE?



"Y DIERON UN PRIMER PASO: MONTARON UN ECONOMATO".



"FUNCIONÓ COMO SOLUCIÓN EN UN PRINCIPIO PERO PRONTO SE DIERON CUENTA DE QUE NO ERA SUFICIENTE: LA OFERTA DE ALIMENTOS SEGUÍA SIENDO LIMITADA Y LAS PERSONAS SEGUÍAN PERTENECIENDO A UNA CATEGORÍA DISTINTA AL RESTO DE VECINOS. Y DECIDIERON DEJARLO".



"Y FUE ENTONCES CUANDO EL EQUIPO TOMÓ UNA DECISIÓN IMPORTANTE: LA TARJETA SOLIDARIA, QUE TAMBIÉN INCLUÍA DIGNIDAD, AUTONOMÍA E INCLUSIÓN".



"CON ESTA TARJETA PODRÍAN COMPRAR SEGÚN SUS NECESIDADES, CON CAPACIDAD DE ELECCIÓN. LES DIERON ESA CONFIANZA. CONOCÍAN Y CONFIABAN EN LAS PERSONAS".



"SERÍA BENEFICIOSO PARA LAS PERSONAS VULNERABLES Y TAMBIÉN PARA LOS VOLUNTARIOS Y VOLUNTARIAS QUE SE ENCARGABAN DE REPARTIR LAS BOLSAS DE ALIMENTOS: PORQUE CON EL TIEMPO QUE IBAN A GANAR PODRÍAN HACER COSAS MUCHO MÁS INTERESANTES".

"PODRÍAN ESCUCHAR Y DEDICAR MÁS TIEMPO A CONOCERSE, A COMPARTIR SUS VIDAS".



"Y ORGANIZAR ENCUENTROS Y TALLERES FORMATIVOS PARA EDUCAR EN UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE, PRESUPUESTOS DOMÉSTICOS, ORIENTACIÓN LABORAL..."



"PARA TODO ESTO SE CONTÓ CON LA AYUDA DE LOS SACERDOTES DE DISTINTAS PARROQUIAS..."



"...QUE FACILITARON TRANSMITIR LA IDEA A DISTINTOS GRUPOS PARROQUIALES: DE CATEQUESIS, DE APOYO ESCOLAR, DE OCIO Y TIEMPO LIBRE..."



"...INCLUSO CON ALUMNADO DE CENTROS ESCOLARES E INSTITUTOS, QUE HICIERON COLECTAS..."

"...IGUAL QUE HICIERON COLECTAS EN LAS MISAS DESPUÉS DE QUE EL PÁRROCO EXPLICASE A LOS FELIGRESES LA INTENCIÓN DEL CAMBIO".



PERO LO MÁS INTERESANTE DE TODO ERA ACLARAR QUE RECOGER ESTE DINERO ÍBA A SIGNIFICAR UN CAMBIO EN EL MODO DE ESTAR CON LAS PERSONAS.



Y ESTO ES LO QUE FUIMOS ENTENDIENDO NOSOTROS TAMBIÉN.

ESO ES.

VIMOS QUE FACILITANDO UNA AYUDA ECONÓMICA PODRÍAMOS CONOCER OTRAS NECESIDADES, MÁS ALLÁ DE LA ALIMENTARIA. ¡Y LOS TALENTOS Y CAPACIDADES QUE TIENEN!



COMO CULTIVAR EL CONSUMO LOCAL, EL COMERCIO DE PROXIMIDAD...



...EVITAR EL DESPILFARRO, FOMENTAR LA SOLIDARIDAD ALIMENTARIA...



...SIN OLVIDAR NUNCA QUE ESTARÍAMOS RESPONDIENDO A ESTA NECESIDAD, QUE ES UN DERECHO FUNDAMENTAL, TANTO COMO LA EDUCACIÓN O LA SANIDAD.



EL PROBLEMA ES QUE ESTO ES OBLIGACIÓN DE LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA.

HABLAMOS DE POLÍTICA.



ASÍ QUE, TODOS JUNTOS, TENDRÍAMOS QUE MOVILIZARNOS PARA DENUNCIAR Y REIVINDICAR ESTE DERECHO.



PUES PARA NO SER VUESTRA OBLIGACIÓN LO ESTÁIS HACIENDO MUY BIEN.



PORQUE MIRA, ABDENNOUR TAMBIÉN OS PUEDE CONTAR CÓMO LE HA IDO A ÉL.



¡HOMBRE ABDENNOUR, CÓMO ESTÁS!

SIÉNTATE, POR FAVOR.



PERO SI ESTÁIS EN REUNIÓN.



OTRO IGUAL.

QUE NO, QUE ERES PARTE DE LA REUNIÓN, COMO DÉBORA, COMO CUALQUIERA.



ES QUE ESTAMOS ESCUCHANDO CÓMO OS HA IDO A LOS QUE LLEVÁIS POCO TIEMPO CON LA TARJETA.

ALGUNOS OS CONOCEMOS MÁS; PERO OTROS NO, QUE AQUÍ HAY MUCHO TRASIEGO DE PERSONAS.

¿CUÁNTO LLEVAS EN ESPAÑA, ABDENNOUR?



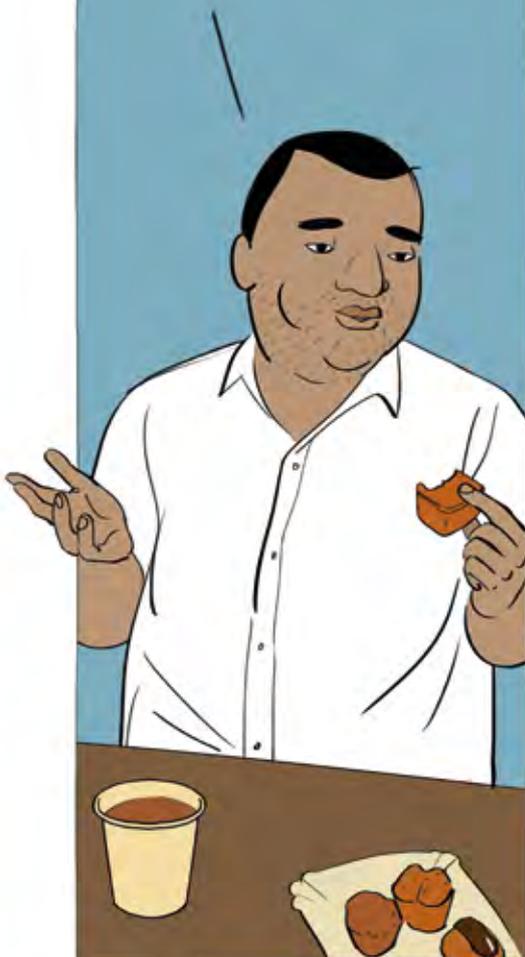
UN AÑO. Y AHORA ES QUE LLEVO SIETE MESES CON LA TARJETA.



¿Y QUÉ TAL?



PUES QUE EL PRINCIPIO EN PARROQUÍA NOS DABAN ALIMENTOS. Y LOS PONÍAN EN LOS CARROS Y YA ESTÁ. SIEMPRE DABAN ARROZ, ACEITE, UN POQUITO DE MACARRONES Y YA ESTÁ.



NO NOS DABAN LOS ALIMENTOS AHÍ Y YA ESTÁ. NO PODÍAMOS ELEGIR. AHORA TENGO UNA TARJETA. ENTONCES CON ESA TARJETA PUEDO IR A TODOS LOS MERCADOS Y COMPRAR LO QUE NECESITAMOS.



Y NADIE SABE SI ES TARJETA DE CÁRITAS O NO ES TARJETA DE CÁRITAS. COMPRAMOS SIN PROBLEMA, TODO BIEN: PESCADO, CARNE, TODO LO QUE SEA... TODO ESTO PODEMOS COMPRAR AHORA SIN PROBLEMA Y COCINAR MÁS SALUDABLE.



PERO ABDENNOUR HA APROVECHADO BIEN EL TIEMPO, ¡EH, ABDENNOUR!

NO ES QUE HAYA ESTADO ESPERANDO LA TARJETA SENTADO EN UN BANCO DEL PARQUE.

ES QUE CUANDO LLEGUÉ TENÍA LOS PAPELES DE SOLICITUD PROTECCIÓN INTERNACIONAL. Y ME QUEDO ASÍ HASTA QUE CÁRITAS ME DICE QUE ME PUEDE AYUDAR.

"TENÍA CONFIANZA CON LA VOLUNTARIA QUE SIEMPRE ME ESCUCHABA Y PEDÍ QUE ME ACOMPAÑE AL TALLER DE CÁRITAS. Y EMPIEZO UN CURSO CON ELLOS DE LA HOSTELERÍA, COMO CAMARERO."

"DESPUÉS HAGO PRÁCTICAS EN UN HOTEL, Y PARECE QUE ESTÁ BIEN. ESPERO QUE SE RESOLVERÁ POSITIVAMENTE MI SOLICITUD."



O SEA, QUE LO MISMO TE DURA POCO LA TARJETA.



ESO ES MUY BUENO.

YA ENTIENDO QUE AYUDAS ES UN TIEMPO; Y SI NO TENGO MÁS TARJETA ES QUE TENGO EL TRABAJO; Y DEVUELVO LA TARJETA Y YA ESTÁ.



ESO ES.

SI EL EQUIPO TE DA DE BAJA LA TARJETA ES PORQUE YA NO HACE FALTA.

ESTE ES EL MOMENTO DE MAYOR ALEGRÍA PARA NOSOTRAS.



¡PUES VENGA, ALEGRÍA, ALEGRÍA PARA TODOS!

¿PERO QUÉ PASA?



Y DEVOLVÍ LA TARJETA, YA TENÍA TRABAJO, NO LA NECESITABA.

Y LO QUEREMOS CELEBRAR, MIS NIÑOS Y YO, CON TODOS USTEDES.



¡PERO QUÉ FANTÁSTICO, VALERIA! ¡MUCHAS GRACIAS!

SEGURO QUE HAS HECHO TÚ EL PASTEL.

PUES CLARO. ES UNA RECETA DE MI TIERRA. LA HICE CON MIS HIJAS.



BLA, BLA, BLA.



¡QUÉ BUEN AMBIENTE HAY EN ESTA SALA!

YO TAMBIÉN QUIERO UN POQUITO DE PASTEL.



¡HOMBRE, NUESTRO QUERIDO PÁRROCO!

ESTA ES LA DIFERENCIA ENTRE LAS COLAS Y LAS TARJETAS.

ENTRE DAR SOLO UNA AYUDA U ORGANIZARNOS PARA FACILITAR LA INTEGRACIÓN Y PARTICIPACIÓN DE LAS PERSONAS.



BUENO, ESTE ES EL PROPÓSITO DE LA PARROQUIA.

SIEMPRE ESTUVO LA IDEA DE GRUPOS ABIERTOS DONDE ACOGERNOS Y CUIDARNOS MUTUAMENTE.



NO HAY MÁS QUE VER QUE ERA TOTALMENTE NECESARIO CAMBIAR EL ENFOQUE PARA PONER EN EL CENTRO A LA PERSONA.

¡Y ASÍ, JA, JA, PERMITIR QUE APAREZCA ESTA DELICIA DE PASTELITO!

¡QUÉ BENDICIÓN!







¿UN TROCITO DE PASTEL?



DÉBORA, QUÉ DETALLE, MUCHAS GRACIAS. TE HAS ACORDADO DE NOSOTROS.

ES UN PASTEL ESPECIAL. LO HA HECHO VALERIA PORQUE LE HAN DADO DE BAJA LA TARJETA.

Y LO HA QUERIDO CELEBRAR ASÍ, COMIENDO TODOS JUNTOS.



QUÉ GRAN NOTICIA. CUÁNTO ME ALEGRO POR VALERIA.

¿Y TU ÁLEX, DÉBORA, DÓNDE ANDA?

LE HE DEJADO EN EL TALLER DE REFUERZO.

YO CON MI TARJETA, ÉL CON SU TALLER: ESTAMOS MUY SATISFECHOS.

UF, QUÉ RICO.



ASÍ QUE ¿CÓMO NO ME VOY A ACORDAR DE VOŠOTROS?

¿QUERÉIS QUE OS ECHE UNA MANO?

ME ENCANTARÍA PODER OFRECEROS ALGO DESPUÉS DE TODO LO QUE ME HABÉIS DADO.



ES QUE ESTA ES COMO NUESTRA SEGUNDA CASA.









**BIP
BIP**





Guía didáctica

Imaginamos que, al llegar a estas páginas, ya has podido disfrutar de la creatividad de las imágenes y de la narrativa del texto, contenido que posiblemente te ha suscitado ideas, retos, sueños. Ahora os proponemos dedicar un tiempo a todo esto.

Las propuestas que os apuntamos, no tienen por qué seguir este orden, las podéis adaptar como consideréis que se ajusta más a vuestro equipo, al momento que estáis viviendo, a los procesos de reflexión, o a sus necesidades, intereses y expectativas. Y, además, es muy posible, que a partir de aquí os sugieran otras propuestas para seguir abordando el derecho a la alimentación en las claves en las que estamos llamadas a impulsarlo –saludable, sostenible e inclusiva–, desde nuestro Modelo de Acción Social, desde nuestro compromiso con las personas más vulnerables.

Comentarios que son dinámicas motivadoras que nos permiten seguir trabajando por la toma de conciencia de qué supone situarnos en un modelo asistencialista o en otro basado en un enfoque de derechos, qué nuevas posibilidades nos brinda y sobre todo qué beneficios tienen para el bienestar de las personas y también para el cuidado del planeta.

Por ello, os proponemos invitar a un trabajo conjunto con todas aquellas personas que pueden sumarse a este modelo, tanto con nuestros equipos de Cáritas parroquiales, con otras entidades colaboradoras –asociaciones, hermandades, cofradías...–, o si vamos a algún centro escolar o instituto, o con nuestros proyectos de tiempo libre o de catequesis.

Pensamos que cada reunión puede ser vivida desde el encuentro, como comunidad, como grupo, y para ello podemos empezar con una oración, meditación, canción, poesía, que nos lleve a preparar y disfrutar de este espacio juntas.

1ª propuesta: Diálogo interno

La sugerencia inicial es que cada persona de vuestro equipo haya tenido la oportunidad de hacer una lectura pausada del cómic, fijándose en cada imagen, en el contenido, en los colores... y una vez realizado esto, pensar en estas cuestiones:

- * ¿Qué os ha llamado más la atención del cómic? Elegid una frase, una imagen, un personaje, una situación.
- * ¿Tenéis alguna experiencia similar a la que nos narran estos personajes?, ¿la identificáis con alguna realidad concreta?
- * ¿Os sentís reflejados en alguna de las situaciones?, ¿y como grupo?
- * ¿Con qué os quedáis?, ¿puede ser trasladable, modificable de vuestra realidad? Lo anotamos y lo dejamos por escrito para retomarlos más tarde.

2ª propuesta: Nos ponemos en marcha en nuestro equipo

Dinámica 1: ¡¡ A escena !!

Una vez que hemos tenido esta experiencia personal de acercarnos al cómic y dejarnos sentir qué nos dice, os proponemos que trabajemos en el equipo y le saquemos todo el jugo a este nuevo material.

- ♠ Tiempo: 1 hora.
- ♠ Material: Vestuario y mobiliario que tengáis a mano para adaptar la escena y vuestro cuaderno de notas y bolígrafo.
- ♠ Objetivo: Dejar un espacio a la vivencia.
- ♠ Dinámica:

Elegid una parte del cómic, aquella que os haya llamado la atención, o que os haya hecho repensar, soñar con nuevos planteamientos.

¡Os proponemos que seáis actrices y actores! Y con estas imágenes la llevéis a escena. Como en toda propuesta artística, tenéis toda la libertad para recrear las escenas y adaptar el guion a vuestro estilo y experiencias.

Necesitamos entre 10 y 20 minutos para: recrear el escenario, elegir quiénes vais a actuar y ya preparadas, ¡poner vida a los personajes!

Una vez disfrutada la obra, el resto del tiempo pondremos en común:

- ❁ ¿Qué sentimientos os han surgido en la vivencia de cada personaje por parte de las actrices y actores que habéis actuado?
- ❁ Por parte del público, ¿qué emociones han provocado ver esta representación?
- ❁ Si ahora nos ponemos en la piel de las personas que están viviendo en su cotidiano estas experiencias: ¿qué os provoca, cómo pensáis que ellas pueden vivir con el peso de la precariedad, de la falta de oportunidades, del desarraigo...?
- ❁ ¿Qué aprendizajes nos llevamos para nuestro equipo?



Dinámica 2 : ¿Quién quieres ser?

Cada persona elige un personaje del comic con quien pueda sentirse identificada. Si hay posibilidad, porque seamos un grupo numeroso, nos agruparemos por personaje. Os proponemos algunos:

- ✿ Débora
- ✿ Alguna de las personas voluntarias del proyecto de la Cáritas parroquial Sant Josep
- ✿ Sacerdote
- ✿ Abdenour
- ✿ Alex

Dejado unos minutos para sentir las circunstancias de cada uno de ellos:

- ✿ ¿Por qué has elegido este personaje?
- ✿ ¿Identificas con rostros, nombres a personas concretas que sean reflejo de ese personaje escogido?
- ✿ ¿Qué sentimientos, emociones te brotan?

Todo esto lo anotamos en una cartulina donde hemos puesto arriba el nombre del personaje escogido y lo compartimos en el grupo grande. De este modo obtenemos una “radiografía” de la realidad que viven estas personas representadas en el cómic.

Si solamente una persona ha elegido a un personaje, podemos pedirle que exprese en una carta como se sentiría si estuviese en esa situación.

Dinámica 3: Ponemos el foco en ...

- ♠ Tiempo: De 30 minutos a 1 hora.
- ♠ Material: Cuaderno de notas y bolígrafo, pizarra, papelógrafo o carteles viejos para reciclar y rotuladores de colores.
- ♠ Objetivo: Investigar qué sienten las personas cuando forman parte de un modelo asistencialista.
- ♠ Dinámica:

En esta ocasión os proponemos que, si es posible, podáis salir a la calle y observar qué pasa allí donde haya un centro que esté dando alimentos. Y si fuera posible y alguien está dispuesto, que os pueda contar cuál es su experiencia, de esperar en una cola, de recibir una bolsa que no sabes que contiene, o sí...

Si no fuese posible os invitamos a leer la carta de Aleida, compañera de Cáritas Santander, que os enlazamos en este código QR.



A continuación, centraros en las páginas del cómic sombreado en tonos azules, para ello daremos unos minutos para la reflexión y para poder escribir en una palabra o frase, el resultado de analizar las siguientes cuestiones:

- ❁ ¿Qué pueden estar sintiendo las personas receptoras de bolsas de alimentos?
- ❁ ¿Qué sentirías tú si estuvieses en ese escenario?
- ❁ ¿Y las personas voluntarias? Y si tú fueras una de esas personas voluntarias, ¿cómo te sentirías?
- ❁ ¿Cómo son las relaciones que se generan entre las personas?
- ❁ ¿Queda tiempo para hacer algo más que la organización del reparto de alimentos?

La persona que acompaña esta dinámica colocará el papelógrafo (podemos usar carteles, por la parte de atrás que tengamos y que ya no usamos) en el centro de la sala. Si ésta dispone de pizarra mejor, así seguimos cuidando los bienes limitados del planeta. Y dividimos este espacio en dos mitades, la primera para aquello que salga negativo y la otra parte con aspectos positivos.

E invitará a cada persona a colocar en el papelógrafo/pizarra/cartel su palabra resumen. Recordad: **EN ROJO** aquello a mejorar, **EN AZUL** aspectos interesantes que aporta esta forma de hacer. Finalizamos con la observación de lo recogido y la valoración de los resultados.

(Nota: en previsión de que la pizarra pueda ser borrada, tomamos fotos de la sesión porque nos harán falta más adelante. Igualmente conservamos los aportes realizados en papel).

Dinámica 4 : y también ponemos el foco en ...

- ♠ Tiempo: 30 minutos.
- ♠ Material: Cuaderno de notas y bolígrafo, pizarra o paleógrafo y rotuladores de colores, y de manera opcional ordenador con altavoces y proyector.
- ♠ Objetivo: Investigar qué sienten las personas cuando se saben receptoras de un derecho.
- ♠ Dinámica:

Os proponemos realizar el mismo ejercicio anterior, pero esta vez os vais a fijar en la parte del cómic con el sombreado en tonos salmón.

Si contáis con medios, os invitamos a que empecéis viendo el vídeo realizado por un equipo de una vicaría de Cáritas Valencia, que os mostramos en este código QR.



Daremos unos minutos para la reflexión y para poder escribir en una frase, el resultado de analizar las siguientes cuestiones:

- ❁ ¿Qué pueden estar sintiendo las personas que, como receptoras de un derecho, reciben el tipo de atención que hemos visto en los dibujos del cómic y en el vídeo?
- ❁ ¿Qué sentirías tu si estuvieses en ese escenario?
- ❁ ¿Y las personas voluntarias, cómo crees que perciben esta otra manera de estar? Y si tu fueras una de ellas, ¿cómo te sentirías?
- ❁ ¿Cómo son las relaciones que se generan entre las personas?
- ❁ Qué piensas del tiempo disponible que ahora tienen y de las iniciativas que desarrollan.

Dinámica 5: Observamos para valorar las mejores opciones

- ♣ Tiempo: 30 minutos.
- ♣ Material: Cuaderno de notas y bolígrafo, pizarra o papelógrafo y gomets de colores. Si hemos utilizado pizarra, vamos a necesitar que las fotos que tomamos se proyecten para tener imágenes de lo reflexionado hasta ahora, en los ejercicios 3 y 4.
- ♣ Objetivo: Identificar los rasgos de uno y otro modelo, sus riesgos y posibilidades.
- ♣ Dinámica:

Todo el equipo estará sentado en círculo, la persona que acompaña la dinámica pondrá ambos papelógrafos en paralelo, o proyectamos las fotos recogidas en la pizarra.

Dejaremos unos minutos para observar el resultado de ambas realidades, de poder apreciar los posibles riesgos y los beneficios de cada modelo, tanto en las personas, como en nuestros equipos o en Cáritas y también las consecuencias para el planeta.

Y a continuación, cuando el grupo esté preparado, cogerán unos gomets, para, sin hablar, cada persona saldrá a colocar éstos en cada papel, de tal manera que:

- ❁ Si me parece una buena opción colocaré un gomet verde.
- ❁ Si creo que se trata de un modelo a superar, será un gomet rojo.





Seguidamente, volveremos a observar ambos cuadros y la puntuación obtenida.

- ❁ ¿Qué os parece lo que veis?
- ❁ ¿Cuál creéis que es el modelo que debemos fortalecer? Teniendo presente a las personas y aquellas palabras del Evangelio “A mí me lo hicisteis (Mt 25, 40)” o “La misma medida que utilicen para tratar a los demás, esa misma se usará para tratarlos a ustedes, y con creces (Mc 4, 24)”.

Dinámica 6 : Propón un final

- ♠ Tiempo: 30 minutos.
- ♠ Material: Papeles (se pueden reutilizar folios por la parte de atrás) cortados en cuatro partes, bolígrafo, fijo para colocarlos y tres huellas grandes recortadas en el material que tengáis disponible.
- ♠ Objetivo: Alcanzar algún tipo de compromiso que nos lleve a empezar el recorrido de un camino.
- ♠ Dinámica:

Se reparte a cada persona dos papeles. Se invita a que cada cual escriba aquellos cambios que necesitamos hacer en dos planos:

- ❁ Individual: ¿qué tengo que cambiar en mí para hacer posible que se dé la realidad que hemos visto en el cómic?
- ❁ En el ámbito grupal: ¿qué tenemos que cambiar para poder pasar del asistencialismo a ser más como el Evangelio nos pide, una comunidad de fraternidad donde no distingamos entre NOSOTROS Y ELLOS?

Ponemos en común lo aportado, colocándolo en lugar visible, y dialogamos.

Tenemos recortadas en grande tres huellas. Son las huellas que vamos a dejar colocadas para indicar que empezamos un camino. En esas huellas debemos dejar escritos tres compromisos que vamos a adquirir como grupo para ir trabajando en cambiar el modelo de ayudas en especie por otro más en clave de derechos, de participación, de inclusividad.

