

# Propuesta metodológica de formación sobre lineamientos metodológicos de protección, autoprotección, autocuidado y cuidado

Dirigido a organizaciones defensoras de derechos humanos, ambientalistas y de mujeres



## Fondo de ayudas de Emergencia y Fortalecimiento Organizacional en Protección y Autoprotección FFP

Conformado por:



Este documento, se realiza en el marco de la estrategia de Protección integral a defensores y defensoras, líderes, lideresas y organizaciones sociales y de Derechos Humanos Integrales y Derechos de la naturaleza en Colombia.

### Elaboración del Contenido

María Eugenia Ramírez Brisneda, investigadora de ILSA

### Diseño y Producción Editorial

Danna Palencia Robayo

### Comité coordinador del Fondo de Protección y Autoprotección FFP

Olga Lucía Silva, directora de Humanidad Vigente

María Eugenia Ramírez Brisneda, directora de ILSA

Diana Lorena Archilla Reyes, subdirectora de Justapaz

Ángela Ospina, directora de Caps



### Unión Europea

Esta publicación ha sido elaborada con el apoyo financiero de Unión Europea. El contenido de la misma es responsabilidad exclusiva del Fondo de ayudas de Emergencia y Fortalecimiento Organizacional en Protección y Autoprotección FFP y en ningún caso debe considerarse que refleja los puntos de vista de Unión Europea.



@FFP\_Proteccion

### Fondo de ayudas de Emergencia y Fortalecimiento Organizacional en Protección y Autoprotección FFP

## Presentación

---

La idea es que se hagan tres documentos base, no mayores a 10 páginas, que integren una referencia bibliográfica de apoyo, y serían:

- Documento protección, autoprotección y seguridad humana
- Bienestar integral (cuidado y autocuidado)
- Marco legal y de derechos humanos de defensoras y defensores en Colombia

Con estos tres documentos, se desarrolla la metodología-didáctica que propongo en 7 módulos

1. Contexto y desafíos
2. Protección y seguridad humana
3. Bienestar integral (cuidado y autocuidado)
4. Cuidado comunitario y solidaridad-sororidad
5. Género, mujeres y diversidad en la seguridad humana y el bienestar integral
6. Marco legal y derechos humanos
7. Promoción y defensa de la seguridad humana y el bienestar integral de las defensoras y defensores.

En este aparte se explica el contexto del documento, los documentos base, la metodología-didáctica.

---

## Módulo 1: Contexto y desafíos

---

### Propósito del módulo

- Introducción a los desafíos que enfrentan las organizaciones defensoras de derechos humanos, ambientalistas y de mujeres en términos de seguridad humana y bienestar integral.
- Identificación de amenazas comunes y riesgos en el trabajo de defensa.
- Análisis de casos significativos de organizaciones, en la gestión de su seguridad humana y el bienestar integral (cuidado-autocuidado).- casos nacionales e internacionales.

---

### Metodología- didáctica

---


#### Paso 1: Introducción (2 horas)

Objetivo: Establecer una base para comprender los desafíos en la defensa de derechos y la importancia de la seguridad humana y el bienestar integral (cuidado-autocuidado).

1. Bienvenida y presentación (30 minutos)
  - Dar la bienvenida a los y las participantes.
  - Introducir el objetivo del módulo y su importancia.
  - Realizar una actividad de presentación para que los y las participantes se conozcan.
  - Repasar el módulo anterior.
2. Introducción a los desafíos (1 hora):
  - Presentar una visión general de los desafíos comunes que enfrentan las organizaciones defensoras de derechos humanos, ambientalistas y de mujeres.
  - Utilizar datos, estadísticas o ejemplos concretos para ilustrar estos desafíos.
3. Identificación de amenazas y riesgos (30 minutos):
  - Facilitar una discusión en grupo sobre las amenazas y riesgos que las organizaciones han experimentado o anticipan en su trabajo.
  - Registrar estas amenazas en un pizarrón o en un documento compartido.

#### Paso 2: Análisis de casos (3 horas)

Objetivo: Analizar casos significativos de organizaciones en la gestión de su seguridad humana y el bienestar integral (cuidado- autocuidado) para extraer aprendizajes clave.

4. Presentación de casos significativos (1 hora):
    - Presentar casos reales de organizaciones que han enfrentado amenazas y riesgos similares.
- 

- Resaltar las estrategias que estas organizaciones utilizaron para abordar los desafíos.
5. Análisis en grupos pequeños (1,5 horas):
    - Dividir a los y las participantes en grupos pequeños.
    - Asignar a cada grupo un caso significativo para analizar.
    - Pedir a cada grupo que identifique las estrategias específicas utilizadas por la organización en su caso asignado.
    - Discutir cómo estas estrategias podrían aplicarse a las propias organizaciones de los participantes.
  6. Presentación y discusión en plenaria (30 minutos):
    - Cada grupo presenta sus hallazgos y lecciones aprendidas del caso que analizaron.
    - Facilitar una discusión en plenaria sobre las estrategias más efectivas y susceptibles de ser transferibles o replicadas.

### **Paso 3: Evaluación y reflexión (1 hora)**

Objetivo: Evaluar el aprendizaje y reflexionar acerca de la importancia de abordar la seguridad humana y el bienestar integral (cuidado-autocuidado) en el trabajo de defensa.

7. Reflexión y compromiso (30 minutos):
  - Facilitar una conversación sobre la importancia de la seguridad humana y el bienestar integral (cuidado-autocuidado) en el trabajo de defensa.
  - Pedir a los participantes que compartan compromisos personales o de grupo para aplicar lo aprendido en su trabajo futuro.

---

## ***Módulo 2: Protección y seguridad humana***

---

### **Propósito del módulo**

- Identificación y evaluación de riesgos específicos.
- Elaboración de planos de seguridad humana y protocolos de actuación.
- Herramientas de comunicación segura y protección de datos.
- Uso seguro de tecnologías y redes sociales.

---

### ***Metodología-didáctica***

---

### **Paso 1: Identificación de riesgos (2 horas)**

Objetivo: Acompañar a los y las participantes a identificar y comprender los riesgos específicos que enfrentan en su trabajo de defensa.

1. Bienvenida y presentación (30 minutos)
  - Dar la bienvenida a los y las participantes.
  - Introducir el objetivo del módulo y su importancia.
  - Realizar una actividad de presentación para que los y las participantes se conozcan.
  - Repasar el módulo anterior.
2. Ejercicio de identificación de riesgos (1 hora):
  - Facilitar una discusión en grupo sobre los riesgos específicos que las organizaciones han experimentado o anticipan en su trabajo.
  - Utilizar ejemplos y casos concretos para ilustrar diferentes tipos de riesgos.
  - Registre estos riesgos en un pizarrón o en un documento compartido
3. Ejercicio en grupos
  - Pedir a cada grupo que identifique los riesgos específicos en ese escenario.
  - Los grupos pueden utilizar herramientas como listas de verificación, diagramas de flujo, tablas dinámicas para este propósito.
4. Discusión en Plenaria (30 minutos):
  - Cada grupo comparte sus hallazgos de riesgos con los demás grupos.
  - Facilitar una discusión sobre las similitudes y diferencias en los riesgos identificados.

### **Paso 2: Elaboración de planes de seguridad humana (3 horas)**

Objetivo: Acompañar a los y las participantes a desarrollar planes de seguridad humana efectivos para abordar los riesgos identificados.

5. Introducción a la planificación de la seguridad humana(30 minutos):
  - Presentar conceptos clave sobre planificación de seguridad humana y protocolos de actuación.
  - Explicar la estructura típica de un plan de seguridad humana.
  - Explique la importancia de tener un plan de seguridad humana sólido.
6. Momento práctico (2 horas):
  - Proporcionar a cada grupo un escenario de riesgo específico relacionado con el trabajo de defensa.
  - Pedir a cada grupo que elabore un plan de seguridad completo para abordar el escenario, incluyendo medidas de protección y comunicación
  - Cada grupo presenta su plan de seguridad y comparte sus decisiones.
  - Facilitar una discusión en plenaria para compartir buenas prácticas y estrategias efectivas.

### **Paso 3: Herramientas de comunicación y protección de datos (2 horas)**

Objetivo: Proporcionar a las organizaciones herramientas y conocimientos sobre comunicación segura y protección de datos.

7. Comunicación Segura (1 hora):

- Introducción a herramientas de comunicación segura, como el cifrado de mensajes y las comunicaciones de extremo a extremo.
  - Demostración práctica de cómo utilizar estas herramientas.
8. Protección de datos (1 hora):
- Introducción a la protección de datos y la privacidad en línea.
  - Discusión sobre la importancia de proteger la información sensible de la organización.
  - Recomendaciones y buenas prácticas para proteger los datos.

#### **Paso 4: Uso seguro de tecnologías y redes sociales (1,5 horas)**

Objetivo: Desarrollar capacidades en las organizaciones sobre cómo utilizar tecnologías y redes sociales de manera segura.

9. Uso Seguro de tecnologías (1 hora):
- Discusión sobre las amenazas en línea y cómo protegerse de ellas.
  - Presentación de buenas prácticas para un uso seguro de dispositivos móviles y computadoras de escritorio y portátiles.
10. Redes sociales seguras (30 minutos):
- Estrategias para el uso seguro de redes sociales.
  - Cómo gestionar la privacidad y proteger la identidad en línea.

#### **Paso 5: Evaluación y reflexión (1 hora)**

Objetivo: Evaluar el aprendizaje y reflexionar sobre la importancia de la protección y seguridad humana.

11. Evaluación (30 minutos):
- Realizar una breve prueba de conocimientos para evaluar la comprensión de los contenidos por parte de las y los participantes.
  - Socializar las respuestas y aclarar o hacer precisiones sobre cualquier duda.
12. Reflexión y Compromiso (30 minutos):
- Facilitar una conversación sobre la importancia de la protección y seguridad humana en el trabajo de defensa.
  - Pedir a los participantes que compartan compromisos personales o de grupo para aplicar lo aprendido en su trabajo futuro.

---

### *Módulo 3: Bienestar integral (cuidado y autocuidado)*

---

#### **Propósito del módulo**

- Estrategias individuales y colectivas de bienestar integral (cuidado y autocuidado).
- Prevención del agotamiento físico-emocional-espiritual y el estrés en el trabajo de defensa.
- Técnicas de manejo de la ansiedad, el miedo y la culpa.
- Manejo de información sensible y protección de la identidad.

---

#### *Metodología-didáctica*

---


#### **Paso 1: Estrategias individuales y colectivas de autoprotección (2 horas)**

Objetivo: Acompañar a los y las participantes a comprender la importancia de la autoprotección y proporcionar estrategias para su aplicación tanto a nivel individual como colectivo.

1. Bienvenida y presentación (30 minutos)
  - Dar la bienvenida a los y las participantes.
  - Introducir el objetivo del módulo y su importancia.
  - Realizar una actividad de presentación para que los y las participantes se conozcan.
  - Repasar el módulo anterior.
2. Estrategias individuales (1 hora):
  - Presentar estrategias individuales de autoprotección (recursos, técnicas, ayudas externas, etc.)
  - Facilitar ejercicios prácticos para que los y las participantes experimenten estas estrategias.
3. Estrategias colectivas (30 minutos):
  - Dialogar acerca de la importancia de la colaboración y el apoyo mutuo en la autoprotección.
  - Facilitar una lluvia de ideas sobre cómo las organizaciones pueden implementar estrategias colectivas de autoprotección y su relación con la autoprotección individual.

#### **Paso 2: El bienestar integral: Prevención del agotamiento físico-emocional-espiritual y el estrés (3 horas)**

Objetivo: Compartir a los y las participantes cómo incorporar el bienestar integral en el trabajo de defensa.

4. Prevención del Agotamiento (1,5 horas):
    - Presentar las causas y señales de agotamiento físico-emocional-espiritual y el estrés.
- 

- Facilitar una discusión sobre cómo prevenir el agotamiento físico-emocional-espiritual y el estrés a nivel individual y organizativo.
  - Compartir ejemplos de estrategias significativas de bienestar integral
5. Manejo de la ansiedad, el miedo y la culpa (1,5 horas):
- Introducir técnicas prácticas para el manejo de la ansiedad, el miedo y la culpa (respiración consciente, meditación, yoga, etc.)
  - Facilitar ejercicios prácticos para que los y las participantes practiquen estas técnicas.

### **Paso 3: El autocuidado femenino: un asunto de derechos humanos y autonomía**

Objetivo: Generar un espacio de reflexión profunda en las y los participantes acerca de los impactos diferenciales que viven las defensoras por la labor que desempeñan.

6. El enfoque interseccional en la defensa
- Reflexión sobre el autocuidado femenino y su relación con la garantía de los ddhh de las mujeres y el camino a su autonomía.
  - Práctica de escritura para dilucidar prácticas misóginas, machistas, patriarcales que afectan el bienestar integral de las defensoras.

### **Paso 4. Manejo de Información sensible y protección de la Identidad (2 horas)**

Objetivo: Desarrollar capacidades en las y los participantes en cómo manejar información sensible y proteger su identidad en el trabajo de defensa.

7. Manejo de información sensible (1 hora):
- Discutir la importancia de manejar la información sensata de manera segura.
  - Presentar buenas prácticas para el manejo de documentos y datos sensibles.
8. Protección de la identidad (1 hora):
- Presentar estrategias para proteger la identidad en línea y fuera de línea.
  - Facilitar una discusión sobre la importancia de mantener la confidencialidad en el trabajo de defensa.

### **Paso 5: Evaluación y Reflexión (1 hora)**

Objetivo: Evaluar el aprendizaje y fomentar la reflexión sobre la importancia del bienestar integral.

9. Evaluación (30 minutos):
- Realizar una breve prueba de conocimientos para evaluar la comprensión de los contenidos por parte de las y los participantes.
  - Socializar las respuestas y aclarar o hacer precisiones sobre cualquier duda.
10. Reflexión y Compromiso (30 minutos):
- Realizar una breve prueba de conocimientos para evaluar la comprensión de los contenidos por parte de las y los participantes.
  - Socializar las respuestas y aclarar o hacer precisiones sobre cualquier duda.

---

## Módulo 4: Cuidado comunitario y solidaridad-sororidad

---

### Propósito del módulo

- Construcción de redes de apoyo y solidaridad-sororidad dentro de las organizaciones.
- Estrategias para el cuidado mutuo, la resiliencia y la resistencia.
- Creación de protocolos de acción ante situaciones de crisis.
- Promoción de la salud mental y emocional en la comunidad.

---

### Metodología-didáctica

---

#### Paso 1: Introducción (2 horas)

Objetivo: Establecer una base para comprender la importancia de la solidaridad y el cuidado comunitario en el trabajo de defensa.

1. Bienvenida y presentación (30 minutos)
  - Dar la bienvenida a los y las participantes.
  - Introducir el objetivo del módulo y su importancia.
  - Realizar una actividad de presentación para que los y las participantes se conozcan.
  - Repasar el módulo anterior.
2. Importancia de la solidaridad-sororidad y el cuidado comunitario (1 hora):
  - Presentar una visión general de la diferencia entre solidaridad y sororidad: sus usos y alcances políticos.
  - Presentar una visión general de la importancia de la solidaridad-sororidad y el cuidado comunitario en el trabajo de defensa.
  - Utilizar ejemplos concretos de cómo estas estrategias han fortalecido a organizaciones similares
3. Identificación de situaciones de crisis (30 minutos):
  - Facilitar una discusión en grupo sobre situaciones.
  - Registre estas situaciones en un tablero o en un documento compartido.

#### Paso 2: Construcción de redes de apoyo (3 horas)

Objetivo: Acompañar a las organizaciones cómo construir redes de apoyo sólidas y fomentar la solidaridad-sororidad dentro de la comunidad.

4. Teoría y conceptos (1,5 horas):
  - Introducir conceptos clave como sororidad-sororidad, resiliencia y resistencia.
  - Presentar ejemplos de organizaciones que han construido redes de apoyo efectivas.
5. Taller de construcción de redes (1,5 horas):
  - Dividir a los y las participantes en grupos pequeños.
  - Asignar a cada grupo la tarea de crear un plan para construir una red de apoyo sólida dentro de sus organizaciones.

- Los planes deben incluir estrategias concretas y acciones.
- Los planes deben incluir un análisis diferencial (el que requieran, género, interétnico-cultural, inter-generacional, construcción de paz, etc.)

### **Paso 3: Protocolos de acción en crisis (2 horas)**

Objetivo: Acompañar a las organizaciones a desarrollar protocolos de acción efectivos para situaciones de crisis.

6. Introducción a protocolos de acción (1 hora):
  - Presentar la importancia de tener protocolos de acción en situaciones de crisis
  - Dialogar sobre las aproximaciones conceptuales y humanas sobre lo que significa “situaciones en crisis”
  - Discutir ejemplos de situaciones de crisis que requieren protocolos.
7. Desarrollo de Protocolos (1 hora):
  - Dividir a los participantes en grupos pequeños.
  - Asignar a cada grupo la tarea de desarrollar un protocolo de acción para una situación de crisis específica.
  - Los protocolos deben incluir pasos claros y roles definidos- así como enfoques diferenciales, de género u otros requeridos.

### **Paso 4: Promoción de la salud mental y emocional (2 horas)**

Objetivo: Sensibilizar a las organizaciones sobre la importancia de la salud mental y emocional y proporcionar estrategias para promoverla.

8. Charla sobre salud mental (1 hora):
  - Invitar a un/a profesional de la salud mental o un experto/a en bienestar integral emocional para dar una charla sobre la importancia de promover y cuidar-auto-cuidar la salud mental y emocional.
9. Estrategias prácticas (1 hora):
  - Presentar estrategias prácticas para promover la salud mental y emocional.
  - Facilitar ejercicios de relajación y manejo del agotamiento emocional-físico-espiritual y estrés.

### **Paso 5: Evaluación y reflexión (1 hora)**

Objetivo: Evaluar el aprendizaje y reflexionar sobre la importancia de la solidaridad-sororidad y cuidado comunitario.

10. Evaluación (30 minutos):
  - Realizar una breve prueba de conocimientos para evaluar la comprensión de los contenidos por parte de las y los participantes.
  - Socializar las respuestas y aclarar o hacer precisiones sobre cualquier duda.
11. Reflexión y Compromiso (30 minutos):
  - Facilitar una reflexión final sobre la importancia de la solidaridad-sororidad y el cuidado comunitario en el trabajo de defensa.
  - Pedir a los y las participantes que compartan compromisos personales o de grupo para aplicar lo aprendido en su trabajo futuro.

---

## Módulo 5: Género, mujeres y diversidad en la seguridad humana y el bienestar integral

---

### Propósito del módulo

- Enfoque diferencial de género, mujeres en la protección, la seguridad humana y el bienestar integral (cuidado-autocuidado).
- Identificación y abordaje de las violencias de género y contra las mujeres en el trabajo de defensa.
- Inclusión de la diversidad sexual y de género en las prácticas de seguridad humana y el bienestar integral (cuidado-autocuidado).

---

### Metodología-didáctica

---

#### Paso 1: Introducción y Sensibilización (2 horas)

Objetivo: Sensibilizar a los y las participantes sobre la importancia de abordar el género, las mujeres y la diversidad en la seguridad humana y el bienestar integral.

1. Bienvenida y presentación (30 minutos)
  - Dar la bienvenida a los y las participantes.
  - Introducir el objetivo del módulo y su importancia.
  - Realizar una actividad de presentación para que los y las participantes se conozcan.
  - Repasar el módulo anterior
2. Sensibilización sobre mujeres, género y diversidad (1 hora):
  - Realizar una charla introductoria sobre mujeres, género, diversidad sexual y de género.
  - Utilizar ejemplos y casos para ilustrar la importancia de abordar estas temáticas en el trabajo de defensa.
3. Ejercicios de reflexión (30 minutos):
  - Facilitar ejercicios grupales o individuales que permitan a los y las participantes reflexionar sobre su propia comprensión de los derechos humanos de mujeres, el género y la diversidad.

#### Paso 2: identificando las violencias de género y contra las mujeres (3 horas)

Objetivo: Desarrollar capacidades a los y las participantes en la identificación y abordaje de las violencias de género y contra las mujeres en el trabajo de defensa.

4. Violencias de género y contra las mujeres (1,5 horas):
  - Presentar los conceptos de violencias de género y violencia contra las mujeres (ciclos, continuum de las violencias, etc.).
  - Proporcionar ejemplos de situaciones en las que estas violencias pueden manifestarse en el trabajo de defensa y cómo afectan de manera diferencial.

5. Identificación y abordaje (1,5 horas):

- Facilitar ejercicios de estudio de casos donde los y las participantes practican la identificación y el abordaje de situaciones de violencia de género y contra las mujeres.
- Presentar estrategias para apoyar a las víctimas y denunciar las violencias.

**Paso 3: Inclusión de la diversidad sexual y de género (2 horas)**

Objetivo: Analizar junto a las organizaciones cómo incluir la diversidad sexual y de género en las prácticas de seguridad humana y bienestar integral.

6. Diversidad sexual y de género (1 hora):

- Introducir conceptos relacionados con la diversidad sexual y de género.
- Analizar la importancia de la inclusión y el respeto a la identidad de género y orientación sexual en el trabajo de defensa.

7. Estrategias de inclusión (1 hora):

- Facilitar una discusión sobre estrategias concretas para garantizar la inclusión de la diversidad sexual y de género en las organizaciones y en las prácticas de seguridad y bienestar integral.

**Paso 4: Evaluación y Reflexión (1,5 horas)**

Objetivo: Evaluar el aprendizaje y reflexionar sobre la importancia de abordar el género, las mujeres y la diversidad en la seguridad humana y el bienestar integral.

8. Evaluación (30 minutos):

- Realizar una breve prueba de conocimientos para evaluar la comprensión de los contenidos por parte de las y los participantes.
- Socializar las respuestas y aclarar o hacer precisiones sobre cualquier duda.

9. Reflexión y Compromiso (1 hora):

- Facilitar una reflexión final sobre la importancia de abordar estas temáticas en el trabajo de defensa.
- Pedir a los y las participantes que compartan compromisos personales o de grupo para aplicar lo aprendido en su trabajo futuro.

---

## Módulo 6: Marco legal y derechos humanos

---

### Propósito del módulo

- Conocimiento de los derechos humanos y legales de las defensoras y defensores.
- Recursos legales y apoyos disponibles en caso de amenazas o ataques.
- Monitoreo de la situación legal y cambios en la legislación relevante en Colombia

---

### Metodología-didáctica

---

### Paso 1: Introducción y Contextualización (1,5 horas)

Objetivo: Contextualizar la importancia de conocer los derechos humanos y legales en el trabajo de defensa

1. Bienvenida y presentación (30 minutos):
  - Dar la bienvenida a los y las participantes.
  - Introducir el objetivo del módulo y su importancia.
  - Realizar una actividad de presentación para que los y las participantes se conozcan.
  - Repasar el módulo anterior
2. Contextualización (1 hora):
  - Presentar una visión general sobre la situación de los derechos humanos y legales de defensoras y defensores de ddhh, ambientales y de mujeres en Colombia.
  - Destacar la relevancia de conocer los derechos y recursos legales en el trabajo de defensa.

### Paso 2: Conocimiento de Derechos Humanos (2 horas)

Objetivo: Dialogar e incrementar capacidades en las y los participantes sobre los conceptos, alcances y perspectivas políticas y estratégicas de los derechos humanos.

3. Introducción a los Derechos Humanos (1 hora):
  - Presentar los conceptos básicos y su desarrollo en la última década de derechos humanos, incluyendo los principios y categorías.
  - Proporcionar ejemplos concretos de violaciones de derechos humanos de defensoras y defensores del ambiente, los ddhh y las mujeres en el contexto colombiano.
4. Ejercicios de identificación de violaciones (1 hora):
  - Facilitar ejercicios de estudio de casos donde las y los participantes practican la identificación de violaciones de derechos en defensoras y defensores (pueden ser sus propias situaciones)
  - Fomentar la discusión y el análisis crítico al respecto y orientar en el trato empático y la confidencialidad en el análisis de las situaciones.

### **Paso 3: Recursos legales y apoyos (2 horas)**

Objetivo: Formar a las y los participantes sobre los recursos legales y apoyos disponibles en caso de amenazas o ataques en Colombia.

5. Recursos legales (1 hora):
  - Presentar una lista de recursos legales disponibles para las defensoras y defensores de derechos humanos en Colombia.
  - Socializar cómo acceder a estos recursos y cuándo utilizarlos- rutas de acceso-.
6. Apoyos disponibles (1 hora):
  - Identificar organizaciones, redes y grupos de apoyo que pueden brindar asistencia en situaciones de amenazas o ataques contra defensores y defensoras.
  - Proporcionar información de contacto y recursos disponibles.

### **Paso 4: Monitoreo legal y cambios legislativos (1,5 horas)**

Objetivo: Enseñar a los participantes cómo monitorear la

7. Monitoreo legal (1 hora):
  - Presentar estrategias y herramientas para monitorear la situación legal y las violaciones de derechos humanos en Colombia.
  - Ejemplificar el uso de informes y registros (informes nacionales, sombra, institucionales, de plataformas de ddhh, entidades de vigilancia internacional, etc.)
8. Cambios legislativos (30 minutos):
  - Informar sobre la importancia de estar al tanto de cambios en la legislación que puedan afectar el trabajo de defensa.
  - Proporcionar fuentes y recursos para mantener información actualizada.

### **Paso 5: Evaluación y Reflexión (1 hora)**

Objetivo: Evaluar el aprendizaje y reflexionar sobre la importancia del conocimiento legal y de derechos humanos en

9. Evaluación (30 minutos):
  - Realizar una breve prueba de conocimientos para evaluar la comprensión de los contenidos por parte de las y los participantes.
  - Socializar las respuestas y aclarar o hacer precisiones sobre cualquier duda.
10. Reflexión y Compromiso (30 minutos):
  - Facilitar una reflexión final sobre la importancia del conocimiento legal y de derechos humanos en el trabajo de defensa.
  - Pedir a las y los participantes que compartan compromisos personales o de grupo para aplicar lo aprendido en su trabajo futuro.

---

## *Módulo 7: Promoción y defensa de la seguridad y el bienestar integral de las defensoras y defensores*

---

### **Propósito del módulo**

- Estrategias de promoción de la seguridad humana y el bienestar integral de las defensoras y defensores.
- Alianzas con otras organizaciones y actores para la defensa de los derechos de las defensoras y defensores.
- Casos de éxito en la promoción y defensa de la seguridad humana de las defensoras y defensores.

---

### *Metodología- didáctica*

---

### **Paso 1: Introducción y Contextualización (1,5 horas)**

Objetivo: Contextualizar la importancia de promover y defender la seguridad humana de las defensoras y defensores.

1. Bienvenida y presentación (30 minutos):
  - Dar la bienvenida a los y las participantes.
  - Introducir el objetivo del módulo y su importancia.
  - Realizar una actividad de presentación para que los y las participantes se conozcan.
  - Repasar el módulo anterior.
2. Contextualización (1 hora):
  - Presentar una visión general sobre los desafíos específicos que enfrentan las defensoras y defensores de derechos humanos, ambientalistas y de mujeres en cuanto a su seguridad humana.
  - Destacar la relevancia de promover y defender su seguridad humana y bienestar integral al nivel nacional, regional e internacional.

### **Paso 2: Estrategias de Promoción (2,5 horas)**

Objetivo: Dotar de herramientas a los participantes en estrategias efectivas para promover la seguridad humana y el bienestar de las defensoras y defensores.

3. Estrategias de Promoción (2 horas):
  - Presentar una variedad de estrategias efectivas para promover la seguridad humana y el bienestar integral de las defensoras y defensores.
  - Incluir ejemplos prácticos y casos significativos.
4. Taller práctico (30 minutos):
  - Dividir a las y los participantes en grupos pequeños.

- Asignar a cada grupo una estrategia de promoción y pedirles que elaboren un plan con acciones concretas.
- Socializar el proceso y sistematizar los resultados.

### **Paso 3: Alianzas y redes de Apoyo (2 horas)**

Objetivo: Incrementar capacidades en las organizaciones para establecer alianzas y redes de apoyo para la defensa de los derechos de las defensoras y defensores.

5. Alianzas y redes (1,5 horas):
  - Presentar la importancia de establecer alianzas y redes de apoyo sólidas.
  - Proporcionar ejemplos de organizaciones y actores/as que pueden ser aliados/as clave.
6. Ejercicio de identificación de Alianzas (30 minutos):
  - Facilitar un ejercicio donde las y los participantes identifiquen posibles aliados/as y actores/as clave en su contexto.

### **Paso 4: Casos significativos y buenas prácticas (2 horas)**

Objetivo: Compartir ejemplos inspiradores de organizaciones que han tenido éxito en la promoción y defensa de la seguridad humana de las defensoras y defensores.

7. Estudio de casos (2 horas):
  - Presentar casos significativos de organizaciones que han logrado promover y defender la seguridad humana de las defensoras y defensores.
  - Analizar las estrategias y lecciones aprendidas de estos casos.
  - Facilitar una discusión en grupo sobre las lecciones aprendidas de los casos significativos y cómo pueden aplicarse en contextos similares.

### **Paso 5: Evaluación y reflexión (1 hora)**

Objetivo: Evaluar el aprendizaje y reflexionar sobre la importancia de promover y defender la seguridad de las defensoras y defensores.

8. Evaluación (30 minutos):
  - Realizar una breve prueba de conocimientos para evaluar la comprensión de los contenidos por parte de las y los participantes.
  - Socializar las respuestas y aclarar o hacer precisiones sobre cualquier duda.
9. Reflexión y Compromiso (30 minutos):
  - Realizar una breve prueba de conocimientos para evaluar la comprensión de los contenidos por parte de las y los participantes.
  - Socializar las respuestas y aclarar o hacer precisiones sobre cualquier duda.