



**Construye
comunidad** ( **Plenalab**)
Una nueva forma de trabajar en red



HERRAMIENTA
**EL ARTE DE ACOGER
E INVITAR**

Parte de:



**Caja de herramientas
Construye Comunidad**

Estrategias para contribuir a comunidades
acogedoras e inclusivas.

Más info: www.construyecomunidad.org



¿PARA QUÉ SIRVE?

Esta es una herramienta que ayuda a humanizar pueblos y ciudades.

Puedes utilizarla si deseas fomentar un sentido más profundo de pertenencia dentro de tu barrio, de tu pueblo, de tu ciudad, en el trabajo o voluntariamente, en tu vida personal.

¿Pero de qué hablamos cuando hablamos de pertenencia? La pertenencia se refiere a la inclusión total, donde la gente es vista, conocida, bienvenida, aceptada, conectada, cuidada, y valorada. Pertenecer significa sentirse apegado y **tener la sensación de estar muy cerca de otros en términos de actividades, redes y espacios.** Cercanía, relaciones interdependientes, en las que las personas dependemos unas de otras, son características clave de pertenencia.

Es más probable que logremos un sentido de pertenencia cuando:

1. Los espacios comunitarios son abiertos, acogedores, y accesibles.
2. La gente es bienvenida y se siente reconocida.
3. Las personas pueden participar y contribuir de forma significativa para ellas.
4. Hay oportunidades para encontrarse con otros alrededor de un interés u objetivo común.
5. Las políticas trabajan para crear una cultura que fomente la pertenencia.

¿CÓMO SE UTILIZA?

Lograr un profundo sentido de pertenencia lleva tiempo e implica un proceso más complejo que el que puede ser capturado en un check-list. Pero es un importante tener un punto de partida.

En este chek-list encontrarás diferentes estrategias que te pueden ayudar a incorporar nuevas acciones en el arte de acoger e invitar a tus vecinos.

La puedes utilizar de manera individual y también en grupo para revisar **las acciones que se llevan a cabo para fomentar la pertenencia.**

Hay 5 bloques:

1. Los espacios comunitarios son abiertos, acogedores, y accesibles.
2. La gente es bienvenida y reconocida.
3. Las personas pueden participar y contribuir de forma que es personalmente significativa para ellas.
4. Hay oportunidades para encontrarse con otros alrededor de un interés u objetivo común.

5. Las políticas y prácticas trabajan para crear una cultura que fomente la pertenencia.

En cada bloque encontrarás un **listado de frases que son estrategias para desarrollar sentido de pertenencia.** En cada frase puede contestar:

- ◆ Si (cuando consideres que esa frase se cumple o lo haces)
- ◆ No (cuando no se cumple o no lo haces)
- ◆ NA (cuando esa frase no aplique al barrio o pueblo en el que estás construyendo comunidad).

Anota después de cada bloque posibles propuestas de mejora que pienses que se podrían llevar a cabo de manera individual o con tu equipo.

Al final encontrarás un resumen de puntuaciones que te ayudarán a ver qué bloques puedes mejorar y en cuáles destacas. También podrás reflexionar sobre esta importante pregunta:

A partir de mis reflexiones y resultados...

¿Qué voy a hacer diferente?



LOS ESPACIOS SON ABIERTO, ATRACTIVOS Y ACCESIBLES

Generar espacios libres de barreras...

	SÍ	NO	NA
Los espacios son físicamente accesibles. Por ejemplo, calles amplias, rampas...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No se impide financieramente a las personas estar en el espacio. Por ejemplo, espacios que no tienen o tienen un bajo costo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pedir a las personas que compartan lo que experimentan como barreras. Por ejemplo, realizar evaluaciones periódicas; pedir que se les dé retroalimentación periódica.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los espacios son accesibles al transporte público.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asegurar que los horarios sean flexibles para adecuarse a las personas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Proporcionar espacios físicos acogedores y cómodos...

	SÍ	NO	NA
Saludando a la gente de una manera alegre y hospitalaria.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Proporcionar alimentos y/o refrigerios.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Orientar a nuevas personas al espacio. Por ejemplo, ofrecer un tour.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los espacios tienen elementos físicos agradables y atractivo sensorial.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Creación de espacios sociales que no tienen un único uso fijo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Asegurar que los espacios reflejen a las personas que los utilizan...

	SÍ	NO	NA
Conocer a la gente y celebrar su diversidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Animar a la gente a opinar sobre los elementos físicos y sociales dentro del espacio y lo que les gustaría ver.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Asegurar que el espacio incluya la diversidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Creando oportunidades para experimentar una sensación de apego al espacio...

	SÍ	NO	NA
Fomentar las conexiones emocionales con un espacio convirtiéndolo en un lugar donde las personas se conocen entre sí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Expresando agradecimiento a través de comentarios como, "Me alegro de verte; por favor, vuelve" y "Te echamos de menos la semana pasada".	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Creando oportunidades para que las personas tengan experiencias agradables en el espacio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Apoyar el desarrollo de relaciones con otros usuarios del espacio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Apoyar la creación de recuerdos felices en el espacio (por ejemplo, colgar fotografías y collages, compartir historias).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



DOY LA BIENVENIDA A LOS DEMÁS

Ofreciendo hospitalidad...	SÍ	NO	NA
Extensión de invitaciones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seguimiento de las invitaciones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Invitar a la gente a tomar un café o a compartir una comida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reunir a la gente y facilitar las presentaciones y conexiones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Quedar para comer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Modelando la comprensión y la compasión...	SÍ	NO	NA
Ser empático con las experiencias de la gente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alentar a las personas a compartir sus experiencias y necesidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aprender las normas asociadas a la cultura de una persona, particularmente en relación con los saludos y el tacto.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Comprender y valorar las diferencias.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Extendiendo los saludos personales...	SÍ	NO	NA
Referirse a las personas por su nombre y asegurarse de que los nombres se usan correctamente. Por ejemplo, usar post-it o similar con nombres, preguntar sobre la pronunciación)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Iniciar una cálida bienvenida. Por ejemplo, contacto visual, un apretón de manos, un abrazo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Llegar a los recién llegados y a las personas que tienen más dificultades a conectarse con otros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reconocer algo específico de una persona. Por ejemplo, recordar un hecho o algo que le apasiona.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Haciendo esfuerzos para conectar a un nivel más profundo...	SÍ	NO	NA
Abstenerse de hacer suposiciones. Por ejemplo, asumir que una persona que está tranquila no quiere conectarse con los demás.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Participar en conversaciones recíprocas compartiendo aspectos de nosotros mismos. Por ejemplo: buscar cosas que compartimos en común con otros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Creando oportunidades para que se reúnan personas que inicialmente pueden verse a sí mismas como diferentes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mostrando un interés genuino tratando de aprender sobre la gente. Por ejemplo, hacer preguntas y escuchar atentamente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



CREO OPORTUNIDADES DE PARTICIPACIÓN Y CONTRIBUCIÓN

Reconozco que todo el mundo tiene fuerzas y dones personales que compartir...

	SÍ	NO	NA
Busco entender a la persona en su totalidad y descubriendo las formas en que quiere contribuir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Descubro los dones y habilidades únicas de la gente y sugiero formas de involucrarse en su comunidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Creo oportunidades para que la gente comparta sus dones y experiencias.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reconozco el valor de la contribución de cada persona (por ejemplo, expresando gratitud y aprecio en persona y/o por escrito).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Busco entender a la persona en su totalidad y descubriendo las formas en que quiere contribuir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Valoro todos los niveles de participación...

	SÍ	NO	NA
Elimino la presión para participar activamente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Acomodo las diferentes preferencias de las personas en lo que respecta a la participación. Por ejemplo: opciones para diferentes niveles de participación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Busco oportunidades de participación que pueden no ser fácilmente aparentes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trabajo para eliminar las barreras que pueden impedir que la gente participe. Por ejemplo, ofrecer formación, apoyo activo etc.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hago saber a las personas que su participación es apreciada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ánimo y apoyo a las personas para que estén presentes...

	SÍ	NO	NA
Invitando con intencionalidad a crear conexiones y promover la inclusión	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Acompaño a las personas cuando entran en situaciones nuevas y desconocidas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vínculo a las personas con conectores.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



CONECTO A LA GENTE ALREDEDOR DE UN INTERÉS COMÚN

Recurso a la comunidad antes de buscar servicios...

SÍ NO NA

Creo en el poder de la comunidad para apoyar a los ciudadanos de todos los ámbitos de la vida.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Soy intencional acerca del uso de las opciones disponibles en la comunidad que están disponibles para todos.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Resisto a la tendencia a buscar primero los servicios formales cuando se experimenta un problema o una dificultad.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Reconozco que las experiencias compartidas pueden unir a las personas y fomentar el apoyo mutuo.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Identifico y creo de oportunidades de conexión mutua...

SÍ NO NA

Desarrollo de vecindarios fuertes con centros comunitarios activos.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Proporciono un apoyo continuo a los vecindarios poniendo a su disposición fondos y recursos.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Creo oportunidades sociales para que la gente se reúna y se conozca. Por ejemplo, planear una fiesta, organizar una comida...

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Realizo programas y apoyos dirigidos a fomentar las conexiones. Por ejemplo, programas de visitas amistosas, grupos de caminatas, etc.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Ánimo y apoyo a las personas para que estén presentes...

SÍ NO NA

Invitando con intencionalidad a crear conexiones y promover la inclusión

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Acompaño a las personas cuando entran en situaciones nuevas y desconocidas.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Vínculo a las personas con conectores.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Apoyo para que la gente descubra y/o desarrolle sus intereses y pasiones...

SÍ NO NA

Descubro los intereses de ocio de la gente. Por ejemplo, preguntar "¿Qué te gusta hacer para divertirte?".

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Centrándose en las fortalezas, dones y habilidades de las personas.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Invitar a la gente a participar en las cosas que les interesan.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

Proporcionar facilidades a las personas que puedan necesitar apoyo. Por ejemplo, hacer presentaciones, acompañar a las personas a entornos desconocidos.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------



NUTRIR LA PERTENENCIA A TRAVÉS DE POLÍTICAS Y PRÁCTICAS

Apoyar a los líderes, el personal y los voluntarios para entender y nutrir la inclusión y la pertenencia...

SÍ	NO	NA
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hacer que la inclusión y la pertenencia sean parte de la visión, la misión y los valores de una organización.

Asegurarse de que el personal y los voluntarios estén preparados para notar cuando las personas necesiten ser acogidas y apoyadas.

Desarrollar la capacidad del personal y apoyarle para que se ponga en contacto con las personas de la comunidad.

Proporcionar capacitación sobre diversidad, inclusión y pertenencia.

Adopción de estrategias de bienvenida y lenguaje inclusivo.

Tejer políticas en prácticas que creen una cultura de pertenencia...

SÍ	NO	NA
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Invitar a las personas a participar en la elaboración de políticas que repercutan en sus vidas.

Examinar las políticas y prácticas de manera continua y revisarlas según sea necesario.

Desarrollo de políticas que comuniquen el valor de la diferencia.

Asegurar que las políticas y prácticas se centren en los puntos fuertes y las posibilidades.

Organizar sistemas para crear oportunidades que fomenten la participación. Por ejemplo, reducir al mínimo la "burocracia".

Asegurar que las relaciones sean centrales dentro de la política y las prácticas...

SÍ	NO	NA
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Valorar y celebrar las conexiones y relaciones personales.

Asegurarse de que los líderes, el personal y los voluntarios puedan tomarse el tiempo para cultivar y reestablecer nuevas relaciones.

Proporcionando conectores que pueden conocer a las personas donde están en el momento y apoyarlas en la construcción de una vida comunitaria.

Asegurarse de que "todos pertenecemos" es parte de la cultura del lugar de trabajo



RESUMEN DEL CHECKLIST

LOS ESPACIOS ESTÁN ABIERTOS, INVITADORES Y ACCESIBLES	NÚMERO DE "SÍ"	DIVIDIDO ENTRE	18 - NÚMERO DE "NA"	=	<input type="text"/>	%
ACOGIENDO Y RECONOCIENDO A LOS DEMÁS	NÚMERO DE "SÍ"	DIVIDIDO ENTRE	17 - NÚMERO DE "NA"	=	<input type="text"/>	%
CREANDO OPORTUNIDADES DE PARTICIPACIÓN Y CONTRIBUCIÓN	NÚMERO DE "SÍ"	DIVIDIDO ENTRE	13 - NÚMERO DE "NA"	=	<input type="text"/>	%
CONECTAR A LA GENTE EN UN INTERÉS COMÚN	NÚMERO DE "SÍ"	DIVIDIDO ENTRE	12 - NÚMERO DE "NA"	=	<input type="text"/>	%
NUTRIR A TRAVÉS DE POLÍTICAS Y PRÁCTICAS	NÚMERO DE "SÍ"	DIVIDIDO ENTRE	14 - NÚMERO DE "NA"	=	<input type="text"/>	%
TOTAL	SUMA DE "SÍ"	DIVIDIDO ENTRE	74 - SUMA DE "NA"	=	<input type="text"/>	%

A partir de mis reflexiones y resultados... ¿QUÉ VOY A HACER DIFERENTE?