



Semillas de Cambio

Herramientas para cultivar la participación adolescente



Estrategia Para Aprender a Cuidarnos

RED DE PARTICIPACIÓN
ADOLESCENTES
EN MOVIMIENTO
POR SUS DERECHOS



unicef 

para cada infancia

HISTORIAS DE SOLIDARIOS VALIENTES *contra la xenofobia*

Cartilla pedagógica para estudiantes



somos **panas** colombia



ACNUR
La Agencia de la ONU
para los Refugiados

Cartilla pedagógica Súper Panas

Una publicación del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)
y la Agencia de la ONU para los Refugiados (ACNUR),
en el marco de la campaña Somos Panas Colombia.

somos panas colombia



*Somos Panas Colombia es una campaña de ACNUR,
que busca desalentar la xenofobia y promover la solidaridad
hacia las personas provenientes de Venezuela en Colombia.
Y brindar información útil para su protección.*

Diseño y textos: IPublicidad

Textos: Nicolás Altamar Robayo, María Paula Padilla, María Paula Rodríguez

Ilustraciones: Jorge Ávila

www.somospanascolombia.com/super-panas

www.unicef.org.co

www.acnur.org/colombia



¡Hola, soy Jaime!



¡Yo soy Ana!

Queremos contarte cómo podemos ser
¡ Súper Panas!

¿Cómo te llamas? _____

¿Cuántos años tienes? _____

¿Qué es lo que más te gusta de tu colegio? _____

¿Cuál es el nombre de tus mejores amigos/as? _____

Al igual que tú, estudiamos en una escuela. Nos levantamos todas las mañanas, ayudamos a nuestras familias y venimos a estudiar. Tenemos grandes amigos con los cuales compartimos clases y juegos. Desde hace un tiempo han llegado a diferentes cursos varios estudiantes que vienen de Venezuela. Muchos de ellos están sin su familia completa o tienen dificultades económicas. En fin, estando lejos de casa muchos de ellos se sienten solos y sin apoyo y no la están pasando nada bien.

Por esto nos hemos acercado a varios de ellos para conocerlos, para entender de dónde vienen y por qué están acá.

Hemos aprendido mucho de ellos y quisiéramos contarte lo que aprendimos.

¿En tu colegio, o en tu barrio, hay algún estudiante que venga de Venezuela? Si es así, ¿Sabes por qué llegó a Colombia? Cuéntanos lo que sabes. _____

Ahora que nos presentamos y te contamos un poco de nuestra historia, te compartiremos algunos consejos que hemos aprendido para poder entender mejor qué es la xenofobia y poder decirle: No.

Pero... ¿Sabes qué es xenofobia?

Es un tipo de discriminación. Así como hay discriminación racial, o de género, la Xenofobia es la discriminación a identidades o culturales diferentes a las nuestras, es el miedo o rechazo al extranjero.

Y ¿por qué hablamos de Xenofobia en contra de los venezolanos?

Porque desde que llegaron a Colombia han tenido que pasar por situaciones difíciles en donde no todos los colombianos los han recibido de la mejor manera y la escuela no está ajena a esta situación; convirtiéndose en un súper espacio para ayudar a prevenir la xenofobia.



¿Sabes qué es un Súper Pana?

¡Un o una Súper Pana es un héroe o una heroína valientes y solidarios que se enfrentan a una manifestación de xenofobia con tranquilidad y argumentos recontra poderosos! Así logra hacerle ver a las personas, que no está bien discriminar a nadie por ningún motivo.

A continuación te contaremos algunos consejos que nos ayudaron a volvernos Súper Panas y pueden ayudarte a ti a lograrlo.

1. Mantener la calma frente a comentarios xenófobos en contra de los venezolanos/as
2. Ponerse en los zapatos de una persona venezolana
3. No generalizar al hablar de los venezolanos
4. Comprender que la xenofobia no es un juego y puede terminar en violencia

¿Y cómo lograr aplicar estos consejos?

A continuación, a través de cuatro historias, te vamos a explicar cada consejo y cómo poder aplicarlos y hacerlos parte de tu vida.



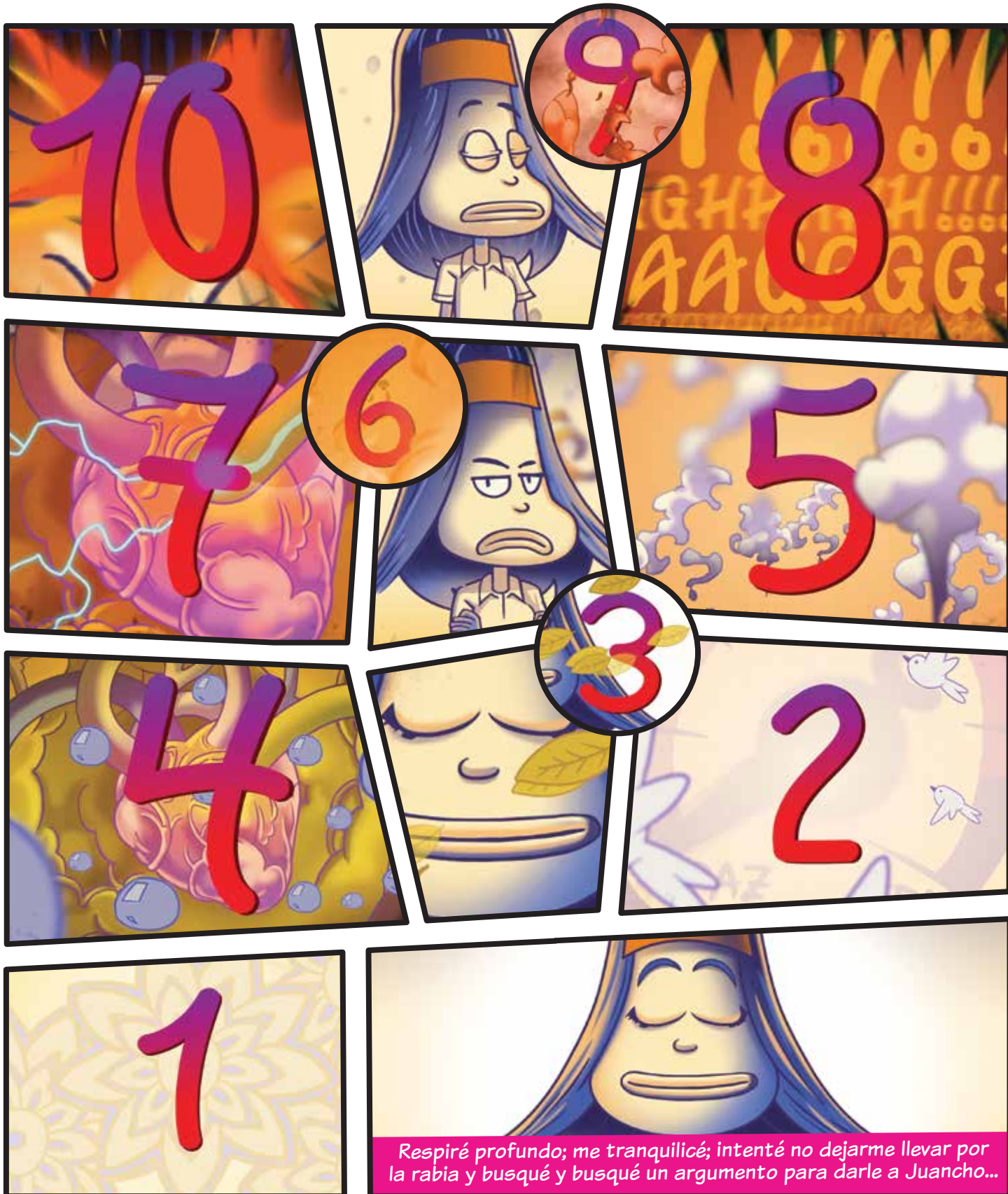
HISTORIAS DE SOLIDARIOS VALIENTES

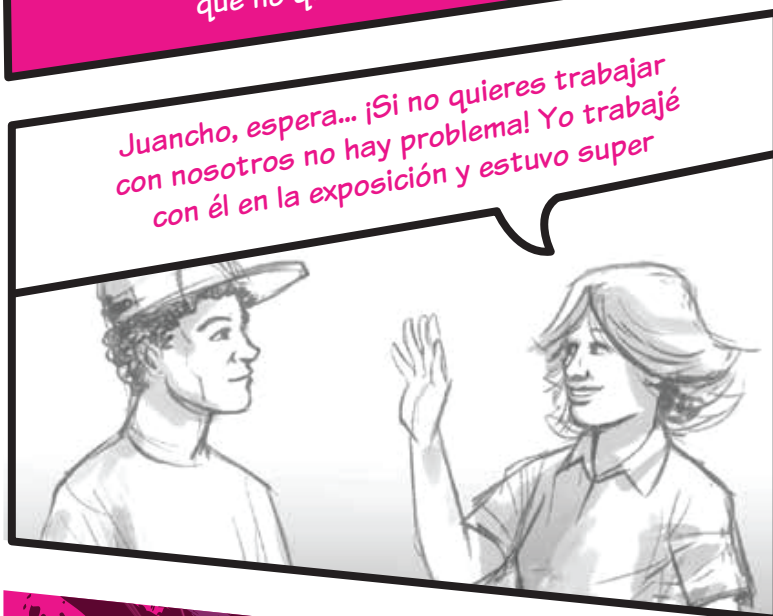
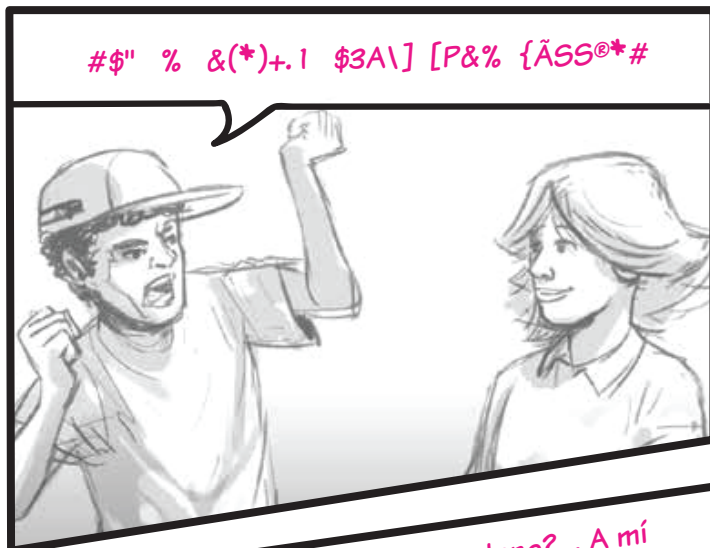


"RELAJA TUS MÚSCULOS"

¡Tus ideas son más fuertes!

¡CUENTA HASTA 10!







Preguntas orientadoras:

¿Qué crees que significa "relaja tus músculos, tus ideas son más fuertes"?

¿Por qué crees que Juancho se puso bravo?

¿Qué fue lo que hizo Yuly?



1.

Actividad #1

Escribe en la mitad de la hoja y en letra pequeña una palabra fea u ofensiva que hayas escuchado decir sobre los colombianos (los pastusos, los paisas, los rolos, los caleños, los costeños), o sobre los de tu ciudad o tu región, que te moleste mucho (conchudo, perezoso, mentiroso, avivato, etc.).



2.

Busca una pareja y cuéntale tu palabra y todo lo que ella te produce. Piensa y siente todo lo que pasa en tu cuerpo cuando recuerdas esa palabra y a quienes la dicen. Agradécele a tu pareja por escucharte y escúchalo/la tú también.



3.

Ahora vuelve a tu hoja, ¡Relájate! Haz cuenta regresiva desde diez (10...9...8...7...6...5...4...3...2...1). Con un color o colores diferentes al inicial, escribe con letra más grande y alrededor de la palabra ofensiva todas las cualidades y virtudes que tienen los colombianos (los pastusos, los paisas, los rolos, los caleños, los costeños) o personas de tu región (ejemplos de virtudes: alegres, colaboradores, amables, trabajadores). Escribe todas las que se te vengan a la mente.



4.

Cuando termines de escribir todas esas palabras, decora tu hoja lo más bonito que puedas.



5.

Dale la vuelta a la hoja y piensa en las siguientes preguntas. Escribe todo lo que se te ocurra. ¿Cuándo discutes te exaltas? ¿Crees que es posible discutir en calma o te parece difícil lograr esto? ¿Por qué?



6.

Para finalizar, reflexiona acerca de lo que acabas de escribir y comenta con tus compañeros/as si has experimentado alguna situación en la que alguien haya hablado mal de los venezolanos y cómo la enfrentaste en su momento. ¡Ahora tienes herramientas para mantener la calma en estos casos!



Ajá Yenny!
¡Arepita!



¡Sí! Allí donde la
señorita Venezolana



"PONERSE EN LOS ZAPATOS DEL OTRO"





Preguntas Orientadoras:

¿Qué entiendes por "ponerse en los zapatos del otro"? _____

¿Por qué Yenny se indignó al saber que Cris había comprado arepas donde la señora venezolana? _____

¿Por qué crees que Yenny cambió de parecer? _____

Actividad #2

1. Busca una pareja. Escojan quién leerá la historia A y quién la B. Cada uno lee a su compañero/a la historia que le corresponde.



HISTORIA - A

Luis es un niño de 13 años que vive en Caracas, Venezuela, con su madre Helena, su Padre Antonio y con Max, su perro, que es un hermoso dálmatá cachorro que recibió como regalo de cumpleaños al cumplir cinco años de edad. Luis y su perrito Max han vivido grandes aventuras juntos desde pequeños. Han ido al río a pescar, han escalado árboles y han paseado por bosques y parques. Su vida ha sido de mucha compañía y cuidado mutuo desde que se conocieron. Max es el amigo fiel que ha estado siempre al lado de Luis. Todos los días cuando llega del colegio, lo primero que hace Luis es saludar a Max, quien moviendo la cola de felicidad siempre lo recibe alegremente.

Una mañana Antonio llegó a casa con una cara muy triste y se sentó con su hijo y su perro. Él, muy angustiado, le contó a Luis que todos debían irse de la ciudad donde habían vivido toda su vida ya que el dinero que tenían no les alcanzaba para vivir y la situación general era cada vez más complicada. Le dijo a Luis que para irse debían emprender un viaje muy largo y que a donde iban a llegar no tenían familia, razón por la cual debían empezar una nueva vida. Le dijo también a Luis que debía decidir si se llevaba consigo a su perrito Max o lo dejaba con su tía.

¿Qué harías tú si tuvieras que tomar la decisión de Luis? ¿Por qué? _____

HISTORIA - B

María es una estudiante de quinto de primaria, tiene 12 años y vive en Maracaibo, Venezuela. Ella nació en esta ciudad y ha vivido toda su vida en el mismo barrio. María siempre ha ido al mismo colegio donde tiene grandes amigos y amigas. Conoce muy bien los parques y calles de su barrio, pues le gusta caminar e ir a jugar con sus hermanos menores después de ir al colegio. Ella tiene una familia muy grande; tres hermanos y dos hermanas que viven junto con ella y su mamá Carmen, a quien considera su mejor amiga, su apoyo incondicional.

La situación económica que está pasando la familia de María ha sido muy difícil, su mamá es una mujer trabajadora y muy entusiasta, pero María sabe que las cosas no van bien ya que la ha visto llorar varias veces. Un día María decide preguntarle si todo estaba bien y si ella podía ayudarla en algo más, a lo cual su mamá le responde: "¡Tenemos una grave situación y debemos separarnos! La próxima semana me voy a buscar trabajo a Colombia y tú debes decidir si te vienes conmigo a Colombia o te quedas con tus hermanos en casa de la abuela".

¿Qué harías tú si tuvieras que tomar la decisión de María? ¿Por qué? _____

2. Con tu pareja comparte las respuestas de cuál habría sido tu decisión si estuvieras en los zapatos de Luis y de María.

Ahora termina de leer la historia de Luis y María.

HISTORIA - A

Luis pensó por mucho tiempo si debía irse con Max o dejarlo con su tía. Finalmente decidió que la mejor opción era dejar a su perrito con su tía, ya que si su familia y él no tenían un lugar a donde llegar ni suficiente dinero para alimentarse bien, iba a ser muy complicado hacerse cargo de su gran amigo, cuando ni siquiera ellos tenían garantizada su vivienda y alimentación. Lloró mucho en su despedida pero supo que era la mejor decisión para todos.

HISTORIA - B

María no entiende muy bien las razones por las cuales deben separarse, pero sabe que su madre lo hace por ellos. Para ella su mamá es lo más importante en la vida. Sin embargo entiende que para su madre va ser muy difícil llegar a un nuevo lugar y garantizar su bienestar y protección. Ella cree que por ahora la mejor manera de ayudar a su mamá es cuidando a sus hermanos. Con todo el dolor del alma decide quedarse.

Después de leer las decisiones que tomaron Luis y María, ¿Cambia en algo tu decisión? ¿Sí? ¿No? ¿Por qué? Comparte tus respuestas con tus compañeros. _____

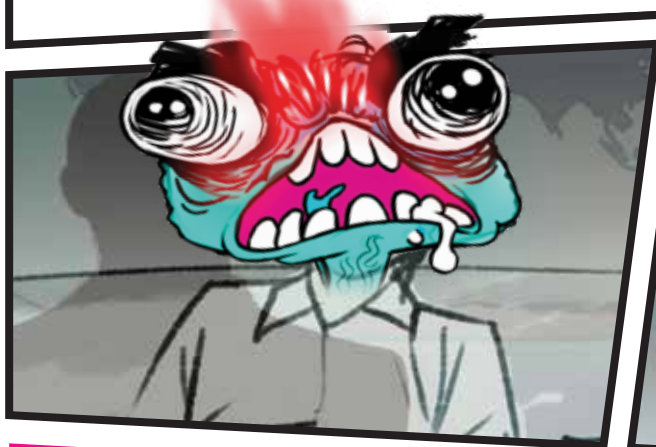
Responde y comparte con todo el salón: ¿Para qué sirve ponerse en los zapatos del otro? _____

Historieta #3 Tip 3: No todos son iguales



los responsables fueron capturados, y serán procesados por las autoridades locales, donde rendirán indagatoria el día de mañana para así determinar cuál será su situación....

No no no, ¡Qué horror!...
Cogieron una banda de ladrones...
¡Y claro! uno era venezolano.
¡es que ahí están pintados!
todos e\$()(&/\$~%&/



Pero pá... Primero: si, está muy mal que alguien esté robando. Segundo: no todos los venezolanos son iguales, no deben pagar justos por pecadores, no debemos generalizar...



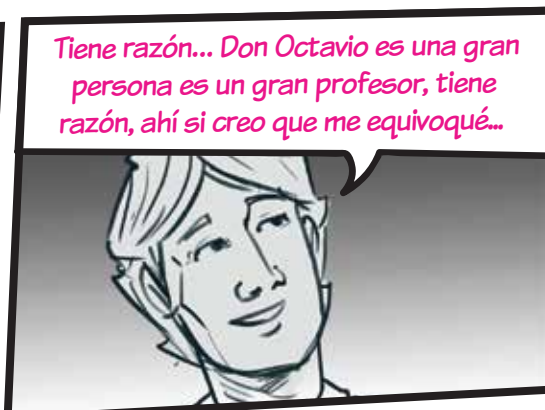
"NO TODOS SON IGUALES"



Los venezolanos así como nosotros, no son todos iguales,



Cada uno tiene su historia, sus sueños. les va mal, les va bien, se equivocan y logran cosas...





Preguntas Orientadoras:

¿Qué crees que significa "no todos son iguales"? _____

¿Por qué crees que el papá de Natalia dice que "todos son iguales"? _____

¿Por qué crees que Natalia dice "que no es bueno generalizar"? _____

Actividad #3

1. Ponte de pie y ubícate formando una media luna con el resto de tus compañeros.
2. Cuando estés en la media luna, comenzarás a oír las siguientes frases acerca de los colombianos. Si estás de acuerdo, pasa al frente de la media luna y explica en voz alta por qué estás de acuerdo. Si por el contrario no estás de acuerdo, quédate en el mismo lugar donde estás y, de igual manera, explica desde ahí tu respuesta.
3. **Premisas:**
 - A. A **TODOS** los colombianos les gusta el fútbol
 - B. Los colombianos **SIEMPRE** están alegres
 - C. Los colombianos **SIEMPRE** piden rebaja
 - D. Los colombianos **SIEMPRE** tratan de hacer trampa, si les "dan papaya"
 - E. Los colombianos **NUNCA** respetan las normas de tránsito
 - F. **TODOS** los colombianos son narcotraficantes
4. G. A **LOS** colombianos no les gustan los venezolanos

Una vez finalizado el ejercicio, responde las siguientes preguntas en grupo:

¿En verdad piensas que todos los colombianos y colombianas son como se dijo antes? _____

¿Cuáles son las consecuencias de creer que son verdad esas generalizaciones sobre los colombianos y colombianas? ¿Te molestan? ¿Te gustan? _____

¿Has escuchado generalizaciones similares sobre los venezolanos y venezolanas? _____

¿Cómo crees que sienten estas generalizaciones las personas de Venezuela? _____

¿Cuál es tu opinión sobre la generalización frente a lo que pensamos de los venezolanos y venezolanas? _____

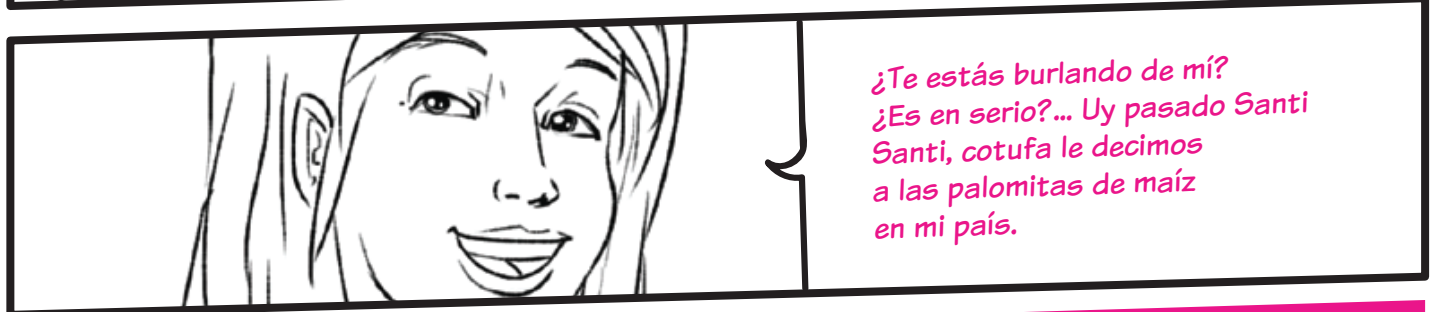
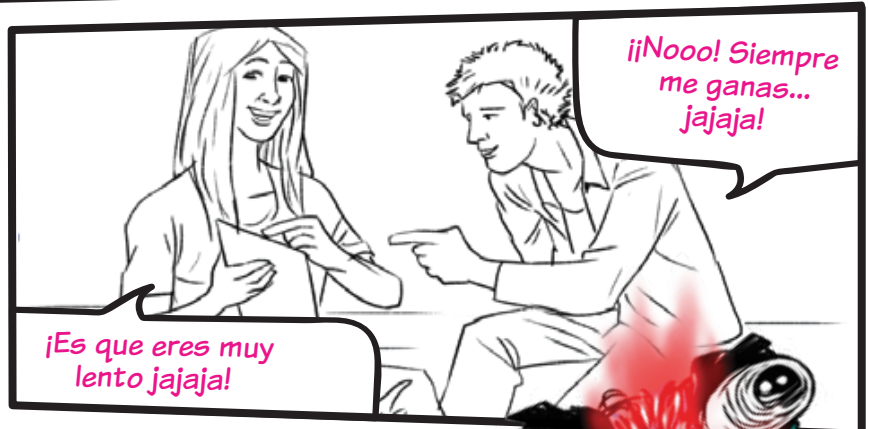
¿Qué tenemos que hacer para no generalizar lo que pensamos de los venezolanos y venezolanas? _____

¿Por qué es importante y valioso que seamos diferentes? _____

¿En qué nos parecemos y en qué nos diferenciamos con los niños venezolanos que están en tu clase? _____

Historieta #4

Tip 4: La xenofobia no es un juego



"LA XENOFOBIA NO ES UN JUEGO!!"



Preguntas Orientadoras:

¿Por qué Verónica se entristece? _____

¿Por qué Verónica dice que una burla puede terminar en violencia? _____

¿Crees que en la historia de Colombia o de otros países algunas comunidades se han visto ofendidas o señaladas y esto ha terminado en violencia contra ellas? _____

¿Qué crees que pasa en los salones de clase cuando se utilizan las ofensas y como estas generan violencia? _____

Actividad #4



1. En grupos de cuatro personas escribe en pequeños papeles las palabras y frases que has escuchado de otros compañeros, de gente de tu familia, de amigos, noticieros o de otras personas en general, para referirse a los venezolanos (ej: Panas, chamos, venecos, pedigüeños, amigos, nos están quitando los trabajos, entre otras). Escribe mínimo 10 palabras o frases.
2. Ahora clasifica con tu grupo lo que escribieron en dos categorías.
A. Lo ofensivo
B. Lo que no es ofensivo
3. Cada grupo comparte en voz alta la clasificación hecha y las razones para ubicar las palabras o frases en un grupo u otro.
4. Reflexiona sobre la siguiente pregunta: ¿Cómo una frase inofensiva para mí, puede convertirse en una gran ofensa para un venezolano?

Actividad de cierre #5

1. Para el cierre de este proceso, te invitamos a que animes invites a otros como tú a decirle **NO a la xenofobia** contra los venezolanos y a convertirse en Súper Panas. Para ello, junto con tus compañeros van a proponer una acción para compartir lo aprendido (ej: una cartelera que explique por qué la xenofobia no es un juego; una canción que hable de los cuatro tips y que puedan enseñarla a otros; Un folleto; generar una discusión o charla en torno al tema de la xenofobia, entre otros).

Es clave que esta iniciativa la pueda ver, leer o vivir la mayor cantidad de estudiantes del Colegio. ¡Anímate!

Glosario "Súper Panas"



Decidir

Tomar una determinación definitiva sobre un asunto.

Discriminación

Separar, diferenciar o tratar a alguien como un ser inferior. Principalmente tiene que ver con excluir a una persona por cualquier característica, sea física, religiosa o cultural, o de género (por ser niña o mujer, por tener gustos sexuales y relaciones afectivas distintas a las propias), también puede darse por tener ideas o procedencias distintas a las mías.

Empatía

Capacidad que tenemos los seres humanos para comprender al otro poniéndose en su situación, con el fin de sentir lo que está viviendo y acercarnos a sus estados emocionales.

Ofensa

Herir o humillar a otros mediante palabras, gestos o acciones.

Súper Pananómetro

Es un instrumento que te sirve para medir qué tan Súper Pana eres.

Súper Panas

Es una persona valiente y solidaria, que se enfrenta a una manifestación de xenofobia con tranquilidad y argumentos poderosos, dejando ver que no está bien discriminar a las personas que vienen de Venezuela.

Xenofobia

Es un tipo de discriminación. Así como hay discriminación racial o de género, la xenofobia es la discriminación a identidades o culturas diferentes a las nuestras, es el miedo o rechazo al extranjero.



Super Pananómetro

Esta es una herramienta poderosa que desde el inicio puedes usar para detectar actitudes y comportamientos claros y visibles para saber qué tan cerca o lejos estás de ser un Súper Pana, y así hacer conciencia de lo que dices y haces frente a la xenofobia contra las personas de Venezuela.

Funciona en tres niveles distinguidos por colores diferentes. Es ideal que al iniciar la cartilla puedas revisarlo y si las respuestas a cada actitud son afirmativas, quiere decir que estás en ese nivel de Súper Pana y son esas afirmaciones en las debes trabajar, bien sea para subir al siguiente nivel o para mantener tu Súper Pana activo.

Marca con una X en lápiz, si te ha pasado

Super Pana 100%

- Cuando alguien me habla mal de un venezolano me relajo, no lo agredo y puedo explicarle por qué no debe hablar así de esa persona.
- Soy capaz de ponerme en los zapatos de los venezolanos y sentir por lo que ellos están pasado.
- Soy consciente que todos somos diferentes y no generalizo el comportamiento de los venezolanos.
- Si veo a alguien discriminando a un venezolano, le hago caer en cuenta que la xenofobia no es un juego y que genera consecuencias graves.

Super Pana 50%

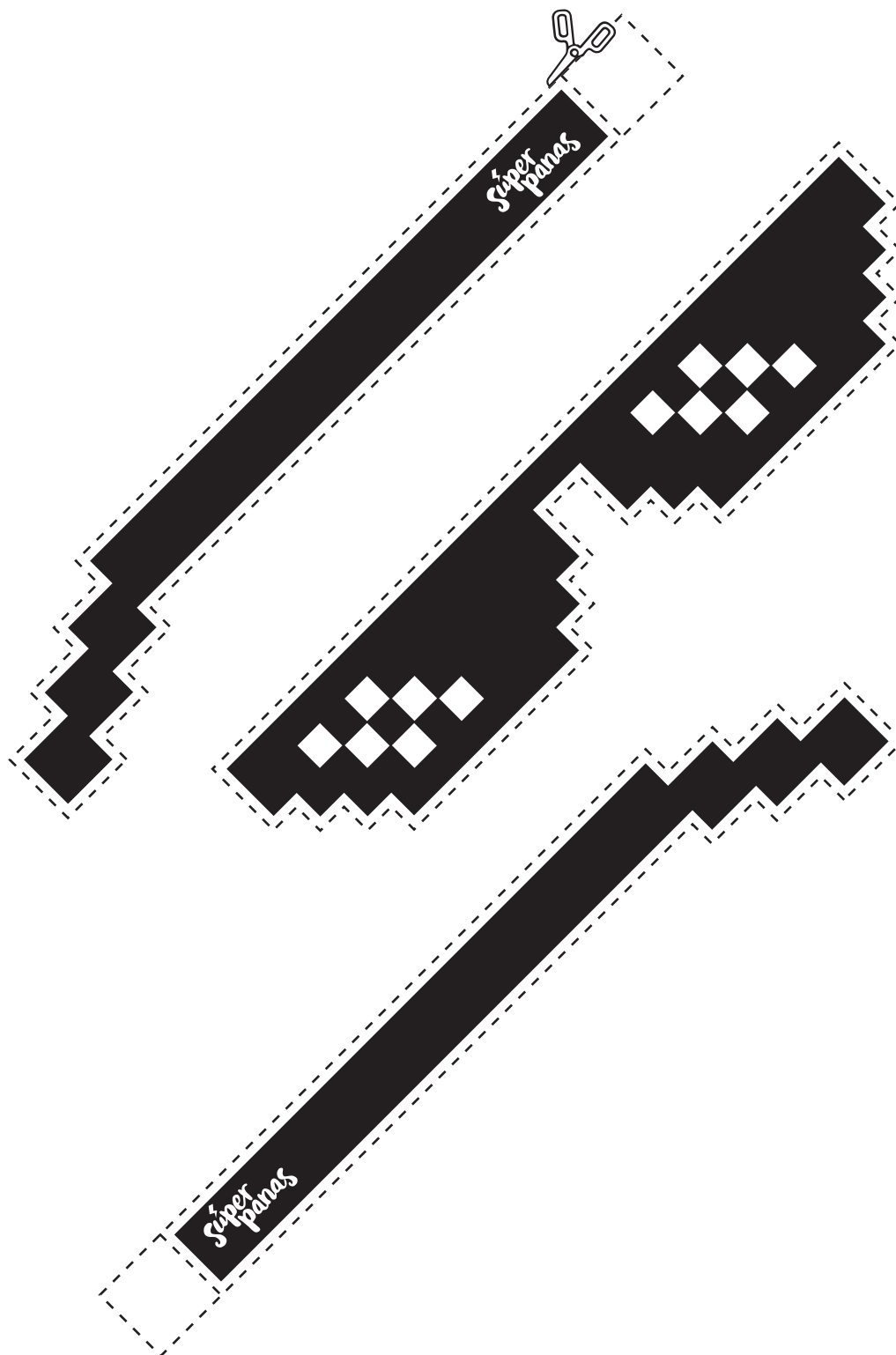
- Si alguien me habla mal de un venezolano, me irrito y molesto y prefiero no seguir discutiendo el tema.
- No suelo pensar en la situación complicada que están pasando los venezolanos ni en el por qué están acá. Creo que cada uno tiene sus propios problemas y no me interesa mucho por los de ellos.
- Creo que tienen razón algunos prejuicios sobre los venezolanos, aunque también sé que hay gente diferente.

Super Pana 0%

- Hablo mal de los venezolanos por las cosas que he visto o que me han contado que ellos hacen.
- No me relaciono con las personas que vienen de Venezuela. No me interesa.
- Digo bromas de los venezolanos.
- Cuando veo una mala actitud de los venezolanos, pienso que todos los venezolanos son así.
- Miro mal a alguien por tener un acento diferente al mío.

Gafas para Súper Panas valientes y solidarios

Corta la línea punteada





Super panas

HISTORIAS DE SOLIDARIOS VALIENTES



www.somospanascolombia.com/super-panas

www.unicef.org.co

www.acnur.org/colombia

somos **panas** colombia

unicef



**UNHCR
ACNUR**
La Agencia de la ONU
para los Refugiados