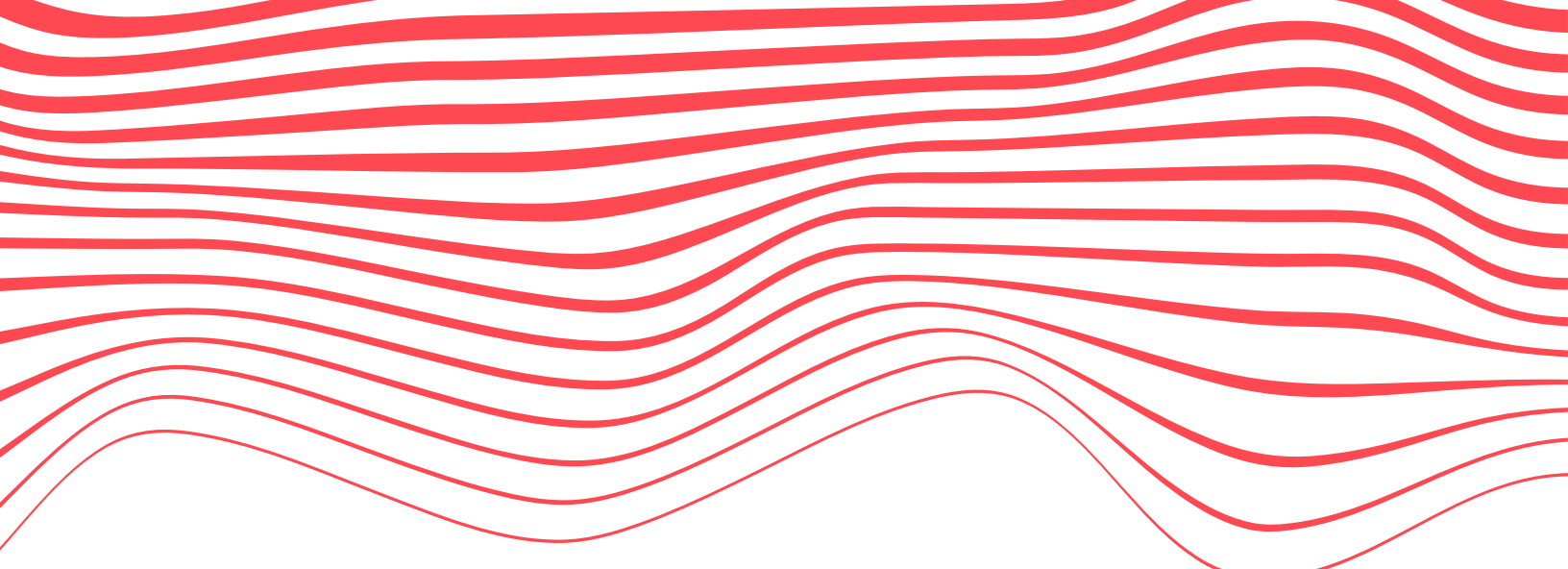


Preparados y preparadas:

Guía para profesores de Escuelas Especiales en Preparación ante Desastres





«Este documento se ha realizado con la ayuda financiera de la Unión Europea. Su contenido es responsabilidad exclusiva del proyecto Comunidades Inclusivas y Resilientes y en modo alguno debe considerarse que refleja la posición de la Unión Europea».

Compilación de textos: Sonia Alvarez

Diseño: Dariagna Steyners

Fotos: Proyecto Comunidades Inclusivas y Resiliente implementado por Humanity & Inclusion con financiamiento de la Unión Europea, y fotos del Proyecto de Desarrollo local INARY

Contenido

Introducción	5
¿A quién va dirigida esta guía?	6
¿Cuáles son sus objetivos?	6
¿Por qué incluir una mirada desde la inclusión en la preparación ante desastres?	7
Estrategias y pasos para facilitar el aprendizaje en su clase	8
Paso 1. Conocimientos básicos. Conceptos sobre la Gestión Inclusiva del Riesgo de Desastres	8
Paso 2. Impacto psicológico y social de los desastres. La atención socioemocional en niños, niñas y adolescentes	9
Paso 3: Estrategias de aprendizaje	10
Ejemplos implementados en las escuelas:	12
Recursos y materiales	21
Enfoques y conceptos claves:	22
Defensa Civil cubana, sobre los desastres.	23
Actividades para realizar con niñas, niños y adolescentes por profesoras y profesores en Preparación ante Desastres (UNESCO, 2014)	24



Introducción

A nuestros profesores, profesoras y toda la comunidad educativa que acompañan a niñas, niños y adolescentes con discapacidad intelectual:

Hoy queremos honrar su compromiso excepcional, no solo como educadores que los acompañan cada día, sino como quienes comparten aprendizajes que van más allá del aula. También deseamos reconocer la dedicación que aportaron a la Guía de Preparación ante Desastres, integrando sus enseñanzas al currículo y actividades complementarias con aportes valiosos para mejorarla, demostrando que la educación especial forja vocación y creatividad.

Aprendizajes para replicar:

- » Asegura la integración de la preparación ante desastres en el currículo, mejora la comprensión y las buenas prácticas, usando ejemplos cotidianos y adaptando contenidos para el aprendizaje inclusivo.
- » Crea actividades complementarias innovadoras con juegos, materiales visuales que aseguran que el mensaje de protección y las buenas prácticas lleguen de una mejor manera.
- » Trabaja en equipo, comparte tus experiencias y ajustes metodológicos para enriquecer la guía y beneficiar a toda la comunidad educativa.

¡Sigamos inspirándonos con su trabajo!

Con admiración y gratitud,

Proyecto Comunidades Inclusivas y Resilientes

Cada paso en tu comunidad educativa marca la diferencia

¿A quién va dirigida esta guía?

Esta guía está dirigida a profesores de escuelas especiales que trabajan con niñas, niños y adolescentes con discapacidad intelectual. También puede ser útil para otros profesionales educativos, padres y miembros de la comunidad interesados en la preparación inclusiva ante desastres.

¿Cuáles son sus objetivos?

Esta herramienta ofrece rutas y recomendaciones para la preparación de alumnas y alumnos ante desastres, con los siguientes propósitos:

- » Proporcionar a los profesores y profesoras información clara y concisa sobre la preparación ante desastres y la atención socioemocional.
- » Rescatar oportunidades, estrategias y prácticas implementadas por las escuelas en el currículo escolar, desde un enfoque lúdico-pedagógico.
- » Poner a disposición la caja de actividades y materiales utilizados en el proyecto.

La preparación de niños, niñas y adolescentes ante desastres es clave, especialmente en un país como Cuba, cuya situación geográfica la expone a eventos hidrometeorológicos extremos, como huracanes y fuertes lluvias. La provincia de Pinar del Río, en particular, ha sido afectada por eventos devastadores, como el huracán Ian.

Esta guía sugiere aprovechar la flexibilidad curricular que brinda el Tercer Perfeccionamiento del Sistema Educativo en Cuba para integrar y abordar estos contenidos de manera creativa en el currículo escolar.

¡Es fundamental trabajar para construir escuelas más seguras y resilientes!

¡Preparadas y Preparados, listos... ya!

¿Por qué incluir una mirada desde la inclusión en la preparación ante desastres?

Ciertos grupos (considerando el género, la discapacidad y la edad) están más expuestos a los desastres debido a barreras del entorno, actitudinales e institucionales. Por ello, la preparación inclusiva ante desastres busca reducir las vulnerabilidades y aumentar sus capacidades para mitigar los riesgos.

Según Humanity & Inclusion (HI), es esencial evaluar y mejorar cuatro indicadores clave:

- » Participación: Asegurar que todos los grupos en riesgo participen y conozcan los riesgos y cómo reducirlos.
- » Diversidad: Promover enfoques adaptados a las necesidades de cada persona.
- » Inclusión: Asegurar que las estrategias no excluyan a nadie.
- » Resiliencia: Reforzar la capacidad de recuperación de la comunidad.

Estrategias y pasos para facilitar el aprendizaje en su clase

CONTENIDOS:

- » Conceptos básicos: Explicación de términos clave relacionados con la reducción del riesgo de desastres y la atención socioemocional.
- » Estrategias de enseñanza: Ideas para facilitar el aprendizaje en el aula y a través de actividades complementarias.
- » Recuperación psicosocial: Cómo apoyar a los estudiantes después de un desastre.

PASO 1. Conocimientos básicos. Conceptos sobre la Gestión Inclusiva del Riesgo de Desastres

Es clave que profesoras y profesores adquieran los conocimientos básicos sobre las principales amenazas que afectan a su escuela y comunidad, así como los desastres que han enfrentado. También es importante mejorar la comprensión de los factores que propician los riesgos.

Riesgo: Probabilidad de que una amenaza se materialice, generando daños sociales, económicos o ambientales, en función de la vulnerabilidad y las capacidades de una comunidad.

La fórmula clave es:
$$\text{Riesgo} = \frac{(\text{Amenaza} \times \text{Vulnerabilidad})}{\text{Capacidades}}$$

Amenaza: Fenómeno, sustancia o actividad humana potencialmente peligrosa (natural, tecnológica o provocada por los humanos) que puede causar daños en condiciones específicas.

Vulnerabilidad: Condiciones físicas, sociales, económicas o ambientales que incrementan la susceptibilidad de una comunidad al impacto de una amenaza.

Desastre: Evento que causa una interrupción grave en el funcionamiento normal de una comunidad, superando su capacidad de respuesta y requiriendo ayuda externa. El desastre no es el fenómeno natural en sí, sino sus consecuencias no gestionadas.

Capacidades: Conjunto de recursos, habilidades y conocimientos (individuales, institucionales o comunitarios) para prevenir, mitigar, responder y recuperarse de desastres.

PASO 2. Impacto psicológico y social de los desastres. La atención socioemocional en niños, niñas y adolescentes

Los desastres no solo dejan daños materiales, sino también profundas huellas emocionales en la comunidad educativa (estudiantes, docentes y familias). La pérdida de viviendas, escuelas y medios de vida puede generar:

- » Sentimientos de desesperación, duelo e incertidumbre.
- » Alteración de la rutina diaria (hábitos, seguridad, redes de apoyo).
- » Interrupción educativa temporal.

Aunque estas reacciones son respuestas normales ante situaciones extremas, suelen superarse con el tiempo y requieren una atención socioemocional oportuna para evitar secuelas prolongadas.

Algunas estrategias clave para la recuperación socioemocional incluyen:

- 1—Reconstruir la normalidad**, recuperando la seguridad y rutinas como restablecer horarios escolares y de juegos y promover actividades grupales (deportes, espacios de juego, talleres artísticos) para fortalecer vínculos.

- 2—Crear espacios para la expresión emocional**, facilitando conversaciones sobre el evento, propiciando momentos para compartir experiencias, respetando a quienes no deseen hablar, validando emociones con frases como: “Es normal sentir miedo o enojo después de lo que pasó”. En cuanto a los adolescentes que no piden ayuda espontáneamente, se necesitan abordajes indirectos, juegos, deportes y talleres sobre manejo de estrés.

RECOMENDACIONES PARA DOCENTES Y FAMILIAS

Observar cambios persistentes (pesadillas por más de un mes, aislamiento, irritabilidad) y derivar a especialistas si es necesario.
Incluir a la comunidad mediante talleres para padres sobre cómo apoyar emocionalmente.

PASO 3: Estrategias de aprendizaje

Actividades de formación curricular e integradoras en el aula:

- 1—En el Plan Anual:** Incluir objetivos de la Preparación ante Desastres en la programación docente.
- 2—En la preparación de las asignaturas:** Integrar la temática en asignaturas básicas como Mi vida social, El mundo en que vivimos, Geografía, Matemática, Historia, Lengua española y Educación Laboral. También vincularla con las áreas polivalentes (talleres de educación laboral, agricultura, manualidades) y actividades en la biblioteca.
- 3—En las actividades curriculares e integradoras, se recomienda:**
- Utilizar un lenguaje sencillo y accesible.
 - Aprovechar cuentos infantiles.

- Respetar las opiniones de los estudiantes.
- Ser paciente con el ritmo de aprendizaje.
- Planificar con objetivos claros.

4—Metodología lúdico-pedagógica: Promover el aprendizaje de buenas prácticas para proteger la vida, apoyar a la familia y contribuir a la comunidad a través de:

- Incorporación de juegos, arte, literatura, teatro, títeres, videos y rompecabezas.
- Fomento de la interacción y el diálogo entre los participantes.
- Fortalecimiento de la autoestima y la confianza de los estudiantes.



ALGUNOS CONSEJOS PARA LA COMUNIDAD EDUCATIVA:

- Realiza talleres con docentes, familias y estudiantes.
- Adapta la información y los materiales, utilizando un lenguaje claro y asegurando accesibilidad para todos.
- Involucra a las familias a través de las escuelas de padres.
- Aprovecha el juego y materiales audiovisuales.
- Crea redes de apoyo.
- Invita a aliados locales y expertos (miembros de los Consejos de Defensa, bomberos, Defensa Civil u organizaciones de discapacidad) para charlas.
- Conformar brigadas escolares de niños, niñas, adolescentes y docentes.
- Refuerza la participación y el protagonismo de los y las estudiantes en la escuela y en la comunidad.
- Evalúa y ajusta. ¿Qué te pareció la actividad? Te gustaría mejorarla

Ejemplos implementados en las escuelas:

- » **Jornadas de reducción de riesgos de desastres:** Cada año, estas jornadas involucran a todos los sectores, incluyendo a las escuelas especiales. Se recomienda que las escuelas incluyan actividades prácticas con niñas, niños y jóvenes, tanto en la escuela como en la comunidad, para estimular el conocimiento y la creatividad en la preparación ante desastres.

Título

“Mapeo comunitario participativo: Niñas y niños identifican riesgos y capacidades frente a desastres”*Escuela Especial 28 de Enero*

Como parte del proyecto Comunidades Inclusivas y Resilientes, la profesora Ester, de la escuela 28 de Enero, implementó la actividad **“Mapeo de la comunidad: amenazas, riesgos y recursos”**, una metodología validada en talleres docentes. El ejercicio se centró en analizar el impacto del huracán Ian, un desastre que afectó directamente a la comunidad, utilizando la metáfora de un árbol para visualizar causas, consecuencias y soluciones.

METODOLOGÍA:

La actividad combinó participación y aprendizaje. Consistió en colocar:

» Vulnerabilidades, en las raíces del árbol

Los estudiantes identificaron vulnerabilidades (casas en mal estado, arboles grandes con ramas sin podar, techos).

» Amenazas, en el tronco del árbol

Clasificaron amenazas (huracanes, fuertes vientos, lluvias intensas).

» En los alrededores del árbol

Mapearon recursos comunitarios (escuela, las acciones de la Defensa Civil).

» En hojas y frutos

Cada niño/a colocó:

- **Hojas:** Riesgos específicos (pérdida de techos y viviendas, inundaciones, caída de árboles, postes eléctricos, crecida de los ríos).
- **Frutos:** Medidas de protección (guardar agua y comida, evacuación en casa de familias y amigos).

RESULTADOS CLAVE:

- » Colocaron las buenas prácticas aprendidas en relación con las medidas que la Defensa Civil anticipa: informarse, escuchar los avisos de la Defensa Civil, prepararse, reforzar las ventanas y puertas de las viviendas, reforzar el techo con sacos de arena, recoger agua potable.
- » Participación inclusiva: Niñas y niños con discapacidad aprendieron a través del juego las siguientes buenas prácticas: “Que debemos escuchar las informaciones y prepararnos”, “Aprendí que no debemos cruzar ríos crecidos, ni tocar cables caídos”, “Que no debemos salir de la vivienda o albergue mientras pasa el huracán”.

IMPACTO Y REPLICABILIDAD:

Esta herramienta pedagógica puede replicarse en otras escuelas del proyecto. El árbol terminó siendo:

“Árbol de la Resiliencia”, y sus raíces, tronco y frutos contaban la historia de cómo su comunidad había enfrentado al huracán Ian.

» **Asignaturas como Ciencias Naturales y El mundo en que vivimos:**

Estas clases pueden abordar temas relacionados con el clima y el medio ambiente, utilizando materiales audiovisuales para explicar el comportamiento de tormentas tropicales y huracanes, las medidas de protección y cómo actuar ante los daños que estos fenómenos causan a las comunidades y al medio ambiente.

Son muchos los ejemplos y la creatividad mostrada por la comunidad educativa, un ejemplo de ello, en las clases del mundo en que vivimos con la observación de un fragmento del tiempo en el noticiero, para identificar cómo se presenta el comportamiento del tiempo: el viento, la lluvia.

- ¿Quiénes y cómo se dan las informaciones y avisos de peligro de huracán?
- ¿Qué ocurre durante el paso de un huracán cuando se incrementan la fuerza del viento, la intensidad de las lluvias, y ocurren inundaciones?
- ¿Cómo deben comportarse ante los desastres?

Se aprovecha la clase para reforzar las siguientes medidas de protección:



1—Antes del huracán:

- Mantenerse informado.
- Salvaguardar sus bienes, viviendas, personas y animales.
- Reforzar puertas y ventanas.
- Guardar objetos que puedan volarse.
- Preparar mochilas de emergencia (agua, alimentos, medicinas, documentos, productos de apoyo y algún objeto de afecto de niños y niñas).

2—Durante el huracán

- Mantenerse en un lugar seguro, lejos de las ventanas.
- Evacuar si las autoridades lo indican.

3—Después del huracán:

- Escuchar las noticias oficiales.
- No tocar cables caídos.
- Cooperar en la limpieza y recuperación.



Escuela Especial 28 de Enero
Pinar del Río

- » **Talleres de carpintería (Educación laboral):** Se pueden construir artículos utilitarios como un portalápiz con trozos de árboles derribados por los fuertes vientos de un huracán. La maestra aprovecha esta actividad para explicar la importancia de podar las ramas grandes de los árboles para prevenir daños a la infraestructura escolar o a las viviendas, cómo reutilizar ramas y trozos de madera derribados por los huracanes y la necesidad de plantar nuevos árboles y cuidar el medio ambiente.



- » **En actividades complementarias,** por ejemplo, a través del Juego y Aprendo, y usando fragmentos de videos, los estudiantes deberán responder mediante dinámicas interactivas cuáles son las fases (informativa, alerta, alarma y recuperación) y el comportamiento que deben adoptar en cada una de ellas.



- » **Concurso “Manos a la Obra”:** Este concurso buscó concientizar a los estudiantes sobre la importancia de la preparación ante los desastres y las medidas de protección establecidas por la Defensa Civil. Las niñas, niños y adolescentes participaron mediante juegos y dibujos, expresando qué deben hacer para prepararse ante huracanes y fuertes lluvias, y cómo les gustaría ayudar en la recuperación de los daños en la escuela y la comunidad.
- » **Clase práctica “Preparados ante los desastres”:** En esta clase, la profesora explica e intercambia con los niños y niñas sobre qué hacer antes, durante y después de un desastre. Se introducen las fases de la preparación: informativa, de alerta, de alarma y de recuperación, detallando las medidas que deben tomar junto a su familia.

Buenas prácticas como:

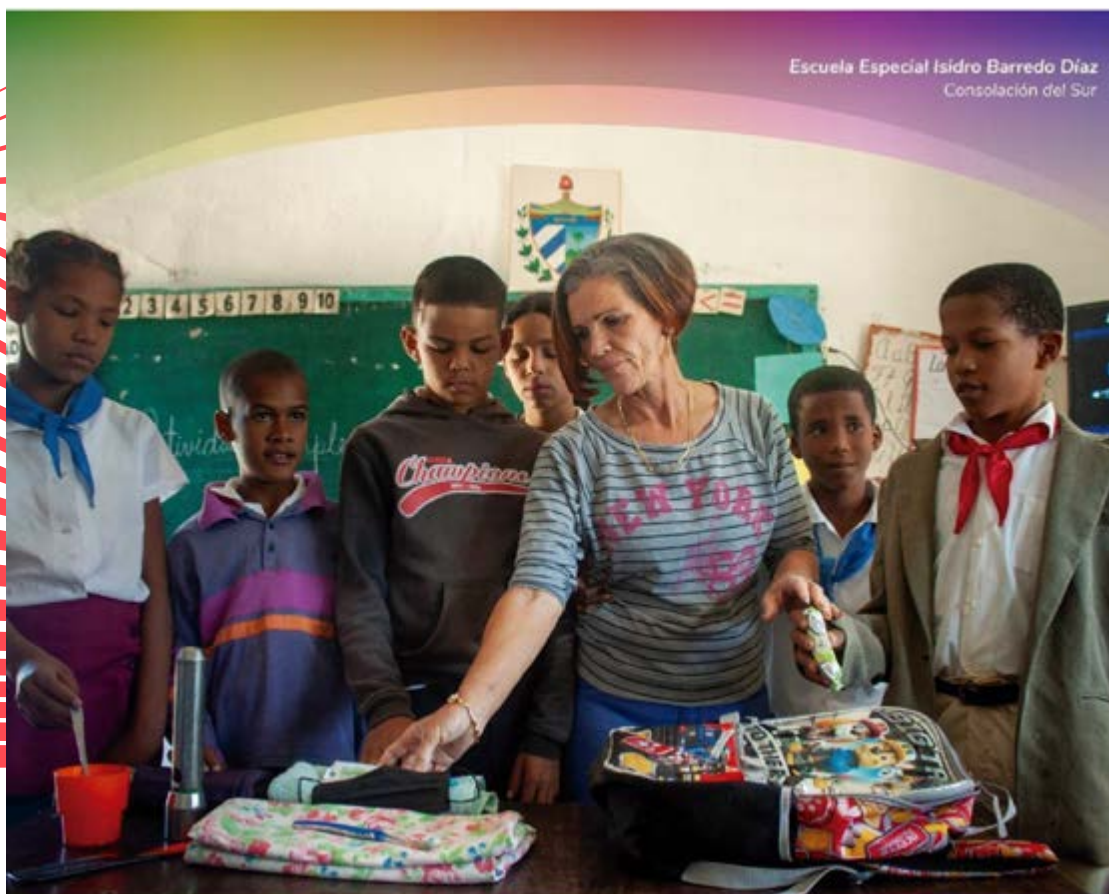
- Atender a la información de la Defensa Civil y Meteorología.
- Guardar agua y alimentos.
- Asegurar el techo, ventanas y puertas de las casas, también los animales.
- Saber el lugar donde debo protegerme durante el huracán: habitaciones seguras de la vivienda, viviendas de familias o vecinos, vara en tierra.
- Preparar la mochila familiar de emergencia y revisar que contenga todos los artículos necesarios.

**» Preparación de la mochila de emergencia:**

La maestra realiza un ejercicio práctico “Mi mochila de emergencia”, en el que los niños preparan una mochila o bolso con los artículos necesarios. Primero, muestra objetos reales (agua, linterna, medicamentos, documentos importantes, mascarillas) y pregunta ¿Qué falta? Ante la pregunta de la maestra, se chequea la lista y se guardan todos los objetos en la mochila.

Este ejercicio refuerza, como una buena práctica, el protagonismo y colaboración de los niños y niñas en la preparación familiar ante un huracán.

Otra variante que se propone: Hacer el cuento de “María y su mochila de emergencia”.

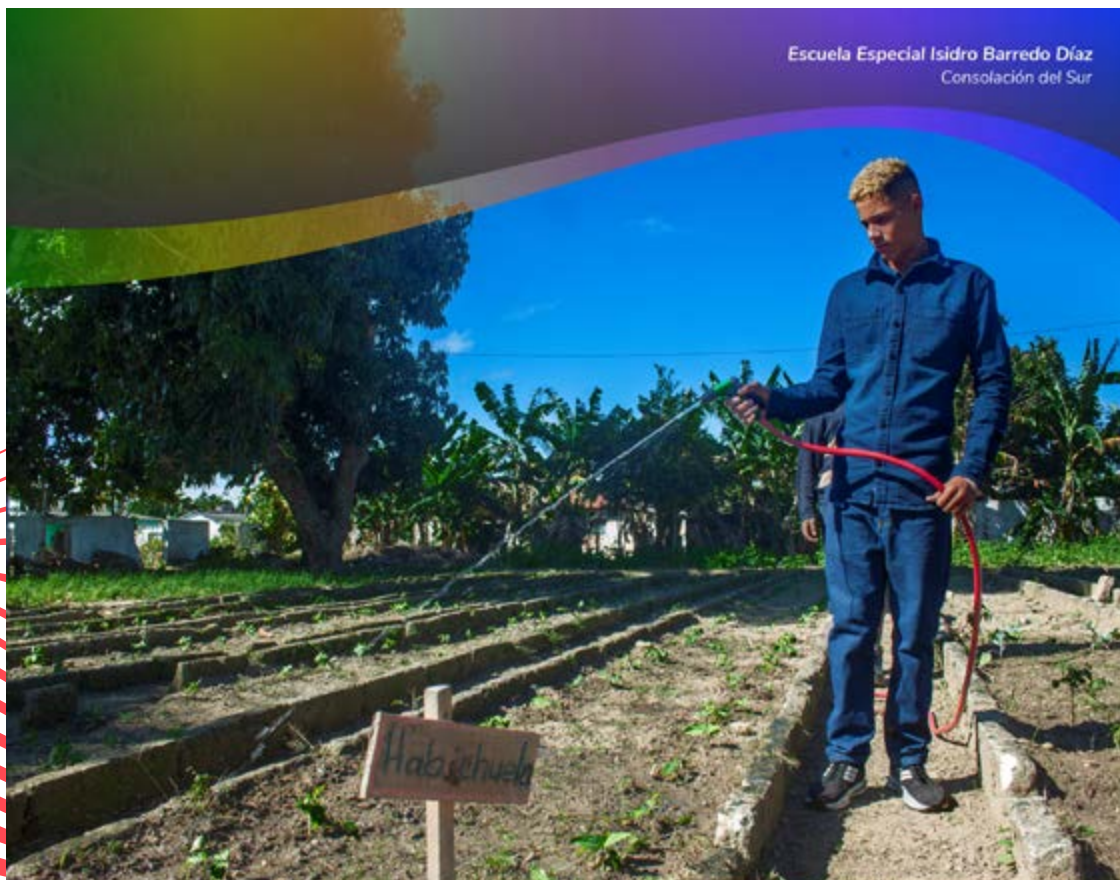


- **Medidas de seguridad:** Tanto en las clases como en las actividades de juego y deporte, se enfatizan las medidas de seguridad para preservar la vida:
 - No transitar por áreas inundadas.
 - No cruzar ríos y lagunas crecidos para pescar o bañarse.
 - No tocar cables eléctricos.
 - Alejarse de lugares con peligro de derrumbes.
 - Permanecer en el lugar seguro donde se encuentra la familia, ya que una calma después de vientos fuertes puede indicar la cercanía del ojo del huracán, seguido de vientos más intensos.

Recursos y materiales

La Guía cuenta con una caja de herramientas donde puedes encontrar:

- » Conceptos ampliados.
- » Lecturas sobre Gestión de Reducción de Riesgos.
- » Videos utilizados durante los talleres.
- » Propuesta de ejercicios a realizar con niñas, niños y adolescentes.



Enfoques y conceptos claves:

AMENAZA

es un fenómeno físico de origen natural que pueden ser hidrometeorológico (huracanes y tormentas, inundaciones, sequías), geofísico (terremotos, deslizamientos de tierra, tsunamis), biológico (plagas y epidemias como COVID), o de origen humano (la contaminación y los incendios provocados, entre otros).

La manera en que afectan a los seres humanos depende, en gran medida, de los otros dos elementos de la ecuación: la vulnerabilidad y la capacidad.

Por ejemplo:

el estado constructivo de la vivienda,

falta de protección de los recursos,

falta de información y sensibilización de la población.

Guarda una estrecha relación con la situación socioeconómica, la edad, el sexo, la salud y la discapacidad.

VULNERABILIDAD

se entienden como las características y circunstancias de una comunidad que sean susceptibles a los efectos perjudiciales de una amenaza.

La vulnerabilidad presenta muchos aspectos, consecuencia de distintos factores físicos, sociales, económicos y ambientales.

LA CAPACIDAD

es la combinación de todas las fortalezas, los atributos y los recursos disponibles dentro de una comunidad, una sociedad o una organización.

La capacidad puede incluir la infraestructura y los medios físicos, las instituciones y las habilidades de afrontamiento de la sociedad, al igual que el conocimiento humano, y destrezas y atributos colectivos como las relaciones sociales, el liderazgo y la gestión.

LA RESILIENCIA

es la capacidad de un sistema, comunidad o sociedad expuestos a una amenaza para resistir, absorber, adaptarse y recuperarse de sus efectos de manera oportuna y eficaz, lo que incluye la preservación y la restauración de sus estructuras y funciones básicas a través de la gestión de los riesgos.

Defensa Civil cubana, sobre los desastres.

La Defensa Civil cubana, en la Directiva No. 1 del presidente del Consejo de Defensa Nacional para la reducción del riesgo de desastres (2018), define:

Desastre: un probable evento extraordinario o extremo, de origen natural, tecnológico o sanitario, particularmente nocivo que puede producirse en un momento y lugar determinado; y que, con una magnitud, intensidad, frecuencia y duración dada, puede afectar la vida humana, la economía o las actividades de la sociedad, al extremo de provocar un desastre.

- » De origen natural: los peligros más frecuentes son los fuertes vientos, las inundaciones por intensas lluvias, las inundaciones costeras, la sequía intensa, los sismos o terremotos, los maremotos o tsunamis, los deslizamientos del suelo y los incendios en áreas rurales.
- » De origen tecnológico: los accidentes del transporte automotriz, ferroviario, aéreo y desastres o sucesos marinos; los accidentes con sustancias y desechos peligrosos; incendios y/o explosiones grandes en instalaciones industriales y edificaciones; y los derrames de hidrocarburos.
- » De origen sanitario: causados por agentes biológicos y plagas. Entre ellos: las epidemias y las epizootias.

Actividades para realizar con niñas, niños y adolescentes por profesoras y profesores en Preparación ante Desastres (UNESCO, 2014)



ACTIVIDAD 1: REFLEXIÓN SOBRE EXPERIENCIAS PASADAS

Objetivo: Que los estudiantes identifiquen y compartan sus experiencias relacionadas con desastres o emergencias, reconociendo las acciones de preparación y recuperación llevadas a cabo por su comunidad.

- » ¿Cuál desastre o emergencia recuerdan?
- » ¿Cómo se prepararon la escuela, sus familias y la comunidad antes del evento? ¿Recibieron información previa? ¿Cómo les ayudó esa información a prepararse?
- » ¿Qué daños o problemas se produjeron a causa del evento?
- » Recuperación: ¿Qué acciones se llevaron a cabo para la recuperación en la escuela, en sus hogares y en la comunidad después del desastre?



ACTIVIDAD 2: MAPEO COMUNITARIO: AMENAZAS, RIESGOS Y RECURSOS

Objetivo: Visualizar y comprender las amenazas, vulnerabilidades y recursos de la comunidad para la prevención de desastres (método del Árbol):

- » Raíces del Árbol: Representan las vulnerabilidades (ej.: edificios frágiles, falta de información, zonas propensas a inundaciones).
- » Tronco del Árbol: Representa las amenazas (ej.: huracanes, terremotos, sequías).
- » Alrededores del Árbol: Representan los recursos comunitarios (ej.: bomberos, centros de salud, vecinos organizados, sistemas de alerta). Tengan en cuenta cómo estos recursos pueden influir en los resultados.

- » Follaje del Árbol: Representa los resultados previstos (positivos o negativos, dependiendo de la interacción entre amenazas, vulnerabilidades y recursos).

Diálogo y reflexión:

Tomen al azar las hojas y los frutos, y pregunten al grupo: ¿Qué pueden hacer para protegerse de esos peligros? ¿Cuál de estas situaciones o peligros han vivido y cómo se han sentido?



ACTIVIDAD 3: MURALES Y EXPOSICIONES

Objetivo: Sensibilizar a la comunidad sobre la reducción del riesgo de desastres a través de expresiones artísticas y organizar murales, exposiciones que pueden dedicarse en semanas o días específicos.

Preguntas para el debate:

- » ¿Por qué eligieron este tema en particular para la pieza de la exposición o el mural?
- » ¿Por qué creen que este tema es más importante que otros que podrían haber elegido?



ACTIVIDAD 4: ¡MANOS A LA OBRA! (ACCIONES COMUNITARIAS)

Objetivo: Identificar y llevar a cabo acciones concretas que contribuyan a la recuperación y prevención de emergencias en la escuela y la comunidad.

Ejemplos: Recoger basura, sembrar árboles cerca del río, organizar una campaña de información sobre riesgos.

Actividades de atención socioemocional para realizar con niñas, niños y adolescentes (UNESCO, 2014)



ACTIVIDAD 1: CUENTO COLECTIVO

Objetivo: Construir un cuento grupal para procesar experiencias relacionadas con la emergencia.

La facilitación (profesores o profesoras) proporciona informaciones de la emergencia vivida para orientar la historia.

Se pueden iniciar con frases como: “Había una vez en la comunidad _____” o “Cecilia vivía en _____ y un día...”.

Con la guía de la facilitación se construye una historia que permita recuperar qué aprendieron y cómo deben actuar.



ACTIVIDAD 2: “EL ÁRBOL DE LA RESILIENCIA”

Objetivo: Enseñar a los estudiantes que pueden ser fuertes ante las dificultades.

- » Dibujar un árbol en el pizarrón (raíces = apoyo, tronco = fortaleza, hojas = metas).
- » Preguntar: ¿Qué te ayuda a sentirte fuerte? (Ej.: “mi familia”, “mi profesora”).
- » Cada estudiante dibuja su propio árbol y lo colorea.

Pregunta para la reflexión:

¿Cómo podemos ser como este árbol cuando pasa un huracán?



ACTIVIDAD 3: YO SIENTO

Objetivo: Identificar, expresar y asignar significado a las emociones sentidas durante una experiencia de desastre y explorar como expresarlas.

Se les pide que identifiquen dos emociones: ¿qué sintieron durante la experiencia de desastre?, que la compartan y le asignen un color, ¿de qué color es esa tristeza para ti?.

Se les pregunta a sus compañeros cómo podrían apoyarlo o apoyarla para que se sienta mejor, algún consejo o sugerencia.

Se pueden usar frases como:

- >> “En el momento del huracán yo me sentí___”.
- >> “Cuando tuvimos que salir de la casa porque se podía caer, me sentí___”.
- >> “La primera noche después de _____, yo me sentí_____”.
- >> “Cuando me di cuenta que había perdido mis cuadernos de la escuela, me sentí___”.
- >> “Cuando estoy con mi maestra en el aula y juego con mis compañeros, yo me siento___”.

Se debe aprovechar el espacio para:

- >> Normalizar que “sentir miedo está bien; todos lo sentimos alguna vez”.
- >> Enfatizar que todos los sentimientos son válidos y que siempre hay formas de sentirse mejor, ya sea individualmente o buscando apoyo. Y que, cuando mantenemos la calma, conversamos con la familia o profesores, o jugamos con amigos, nos sentimos mejor y sentimos que podemos superar los problemas.

Proyecto Comunidades Inclusivas y Resilientes

Tras el **paso devastador del huracán Ian por el occidente cubano en 2022**, este proyecto multisectorial emergió como una respuesta innovadora para reconstruir comunidades. **Centrado en la inclusión y la resiliencia**, trabajó en 16 comunidades y 4 escuelas especiales de Consolación del Sur, Pinar del Río y San Juan y Martínez, priorizando a grupos vulnerables: **mujeres, personas mayores, personas con discapacidad y niñas/os con discapacidad intelectual**. También **atendió a la urgencia de la seguridad alimentaria en 60 patios familiares y 10 organopónicos** con la rehabilitación y la instalación de energías renovables en espacios productivos de la Agricultura Urbana, Suburbana y Familiar.

¿Qué transformamos?

- » **Acceso básico:** Kits de agua segura, higiene, materiales escolares y bancos de energía para escuelas y hogares y procesos de aprendizaje en manejo de agua segura e higiene
- » **Autonomía:** Productos de apoyo para personas con discapacidad motora o sensorial.
- » **Educación inclusiva:** Kits para garantizar la gestión de agua segura e higiene; materiales escolares, mobiliario y bancos de energía.
- » **Fortalecimiento de capacidades:** Preparación ante desastres y atención socioemocional con docentes y niñas, niños y adolescentes de cuatro Escuelas Especiales con enfoque participativo y lúdico – pedagógico.
- » **Medios de vida:** Rehabilitación de 10 organopónicos y 60 patios familiares con riego fotovoltaico, prácticas agroecológicas y redes solidarias y el aprendizaje y la difusión de prácticas sostenibles y agroecológicas, y la integración en redes comunitarias y solidarias de productoras y productores de 10 organopónicos y 60 patios familiares y parcelas.
- » **Trabajo multiactor y multinivel:** Clave para impulsar procesos de capitalización de experiencias y buenas prácticas resilientes y una gestión de la comunicación como herramienta de transformación social.

El proyecto implementó un **modelo de colaboración liderado por Humanity and Inclusion (HI)**, con **financiamiento de la Unión Europea**, de conjunto con las **copartes Asociación Cubana de Técnicos Agrícolas y Forestales (ACTAF), Gobiernos locales y Consejos populares** de los tres municipios, Dirección provincial de Educación Especial, la Dirección provincial del Programa de la Agricultura Urbana y Familiar, las organizaciones de personas con discapacidad y el Centro de Estudios de Dirección y Desarrollo Local (GESTA).

