



CASOS CONCRETOS de Mejoramiento de Vida a nivel personal, familiar y comunal

Círculos de
Mejoramiento de Vida
En Conchagua, La Unión Sur,
EL SALVADOR

Proyecto "Revitalización comunal
a través del mejoramiento de vida de las mujeres
y la formación de visión juvenil.
-Apoyo en el proceso de desarrollo
aprovechando el potencial que tienen-"



CASOS CONCRETOS de Mejoramiento de Vida a nivel Personal y Familiar

“Aprendí a cuidarme de mí misma,
a cuidar mi salud y a emprender por MV.

Ahora hago y vendo pan.

Tenía que levantarme a las 4 de la mañana para viajar

hasta La Unión por curso de Panadería,
sin dejar de hacer todos los oficios de la casa.

Fue un trabajo duro, pero mereció la pena
porque ahora me ha dado resultados.

En el futuro, quiero abrir una cafetería.

Y quiero vender pan.”

Grecia Hernandez

Abreviatura en este folleto

Enfoque de Mejoramiento de Vida: EMV

Mejoramiento de Vida : MV

Merarys Pérez, apostándole al crecimiento personal.

Circulo de MV "Mujeres valientes"
Cantón Llano de Los Patos



Yo joven tímida, sin aspiraciones, decidida a solo cuidar mis hijas y a mi esposo.

Inicié en Mejoramiento de Vida, y **reflexioné que mi futuro solo dependía de mi**, por lo cual inicié haciendo personales enfocándome en mi crecimiento y formación personal.

Me di cuenta que tenía habilidades para desarrollarme, empecé a verme y a descubrir potencialidades como mujer, me di cuenta que soy importante para mis hijas. Decidí retomar mis estudios y aprender un oficio. He cambiado cosas en mi hogar, encerré las gallinas, limpié el patio y coloqué piedras en la entrada de la casa donde se hace charco. Hoy ayudo a mis niñas hacer la tarea. He iniciado a trabajar en un Hotel aquí en la zona, esto me ha hecho darme cuenta que puedo, que en poco tiempo he avanzado mucho.

A nivel comunitario me he integrado al Comité de Salud, nunca antes se me hubiera ocurrido que podía participar en alguna organización comunitaria.



Siempre reviso mi plan de acción

Decidí retomar mis estudios



Recibiendo diploma



Camino para llegar a la casa



Mi nuevo trabajo en el Hotel



Participando en Comité de Salud

Ana Julia Ortiz, Mejorando mi servicio en el emprendimiento

Círculo de MV "Perlas Marinas"
Caserío Torola, Cantón Las Tunas

4 EDUCACIÓN
DE CALIDAD



Cuando inicié en los círculos, era una mujer recién separada de mi esposo, tenía sueños pero no les daba importancia si los cumplía o no.



Iniciamos haciendo cambios en familia, ya que tres participamos en los círculos, decidimos ordenar nuestra casa. ¿Cómo? Haciendo un espacio para colocar los zapatos, porque era una de las cosas que dejábamos tirada por toda la casa. Esto permitió que se viera más ordenada.





El pertenecer al círculo me ha hecho ver todas mis habilidades, y darme cuenta que uno puede hacer lo que se propone.

Así mismo le estamos apostando a nivel comunitario a mejorar nuestra comunidad, apostándole a un mejor medio ambiente, apoyando a mi papa que es el líder de nuestra comunidad.

Luego inicie mi crecimiento personal, inicie estudiando gastronomía para mejorar el servicio que ofrecemos en nuestro emprendimiento en la Playa.



Siguiente meta es Huerta escolar

Blanca Viera, una convivencia de armonía y amor con mis hijos.

Circulo de MV "Mujeres empoderadas" Colonia Belén



También compartimos las labores de nuestro emprendimiento



Que me dio Mejoramiento de Vida, el darme cuenta que las cosas pequeñas de la vida, nos dan la felicidad, comunicarme con mis hijos, aprender a disfrutar mi vida.

Yo, era una mujer que trabajaba, y no me daba tiempo para mi y mis hijos, la comunicación no era muy buena, el reto de criar 3 hijos para mi era difícil. En la jornada de nuestro tiempo, reflexioné sobre darme mas tiempo a mi persona y también a mis hijos.

Lo que ha permitido compartir más con mi hijos y demás familia.

En mi emprendimiento de elaboración de pupusas, hoy descansamos un día a la semana, en este día lo **dedicamos a divertirnos con mis hijos, a cuidarme yo como mujer.**

Al mejorar la comunicación me ha permitido que podamos compartimos los quehaceres del emprendimiento, de la casa, lo que nos permite disfrutar el trabajo que hacemos juntos.



Magdalena Billanueva

He aprendido a ver oportunidades

He iniciado mi huerto familiar, en el cual mi meta es mejorar mi economía



Estoy cuidando mi cuerpo y salud, he mejorado mi alimentación



Estoy con deseos cada día de aprender .

Mejoramiento de Vida, me despertó "si puedo".



Magdalena. Piedras blancas, El Salvador
#enfocoque_de_mejoramiento_de_vida #IFPaT

Circulo de MV : Bendición de dios
Cantón Piedras Blancas



ANTES



HOY

Mujer luchadora, trabajadora, soñadora, como me decían pleitista, pero con muchos deseos de salir adelante. Cómo inicié yo.... Bueno ordenando mi casa, eso me permitió verla más grande, bonita, e inicié a soñar. Hoy quiero ponerle cerámica para verla más bonita. Además comprendí, que tenía que mejorar en algunas cosas como la relación con mis vecinas, hoy amigas.

Isabel Sorto, Quiero seguir soñando...

El Circulo de MV “Mujeres Valientes”
Cantón Llano de Los Patos



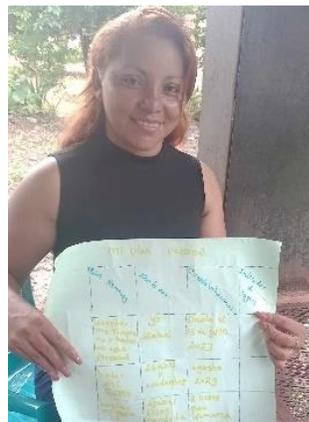
Como soy
emprendedora



Hago Vino
Artesanal de
Jamaica



Empecé ha soñar, me
gradué de Estilista en
Uñas Acrílicas, he inicie
mi emprendimiento a
poner uñas a domicilio.



Así mismo he mejorado, en mi estado
de animo, hoy soy una mujer alegre
con deseo de superación, estoy
tratando de aprender todo lo que
puedo, mejorar la relación con mis
hijos, con mi esposo y mi familia.



Cuando iniciamos, estaba triste, sin deseos de nada.
Con Mejoramiento de Vida, hoy he vuelto a ser una mujer
alegre, con sueños e ideas para salir adelante.
En unas de las jornadas, **me di cuenta cuánto tiempo perdía
en el acarreo de agua**, me puse a buscar en el teléfono una
alternativa, y la encontré. Coloqué un tuvo desde el pozo a
mi lavadero, esto me dio mas tiempo para mi.

Verónica Rovira.

He descubierto que tengo muchas habilidades y puedo..

Así mismo la confianza en mi misma creció, fui aprender a cortar pelo para hombres. Hoy en un espacio comunitario, ofrezco mis servicios.



Soy una mujer emprendedora, además pongo uñas acrílicas a domicilio.



Circulo de MV "Mujeres del Futuro"
Cantón El Jaguey

Cuando inicié en los Círculos vivía en una casa prestada, al pedírmela me sentí triste y abatida, pero empecé a soñar, y ahorrar. Mi suegro me dió un terreno, inicié comprando material poco a poco y hoy ya tengo mi casa.

Mejoramiento de Vida, me ha permitido descubrir mis habilidades, ver y comprobar que cuando uno tiene metas, se puede.



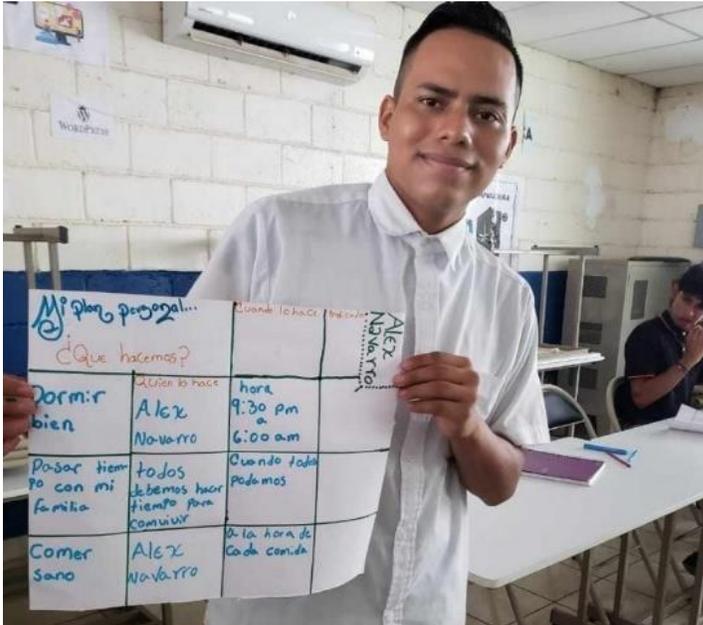
Ruben Alexander Navarro, “Cuando uno cambia, la vida cambia”

Circulo de MV “Jóvenes del Futuro”
Complejo Educativo Los Patos



Cuando iniciaron los círculos en el Complejo yo no tenía muchos amigos, tenía malas relaciones con la mayoría. Mis notas por el suelo, me comprometí conmigo hacer pequeños cambios.

Una de mis acciones hacer fue mejorar mi notas, y logre a fin de año sacarme el 2do. Lugar en los estudios.



Elabore mi plan de acción personal

Así mismo, he mejorado en la convivencia con mi familia, hoy converso, les cuento mis cosas y los escucho. También mejore mi relación con mis compañeros, hice más amigos, al inicio solo era 1 hoy son 20 amigos.



También he apoyado en mi comunidad, en la fumigación, en hacer limpieza, esto me ha permitido sentirme útil y feliz de poder colaborar.

Natalia Iveth Hernández Marquina. Confiar en uno, es importante.....

Circulo de MV de Complejo Educativo Mario Gomez

Cuando iniciamos en el Complejo con los Círculos, yo estaba en unos momentos tristes, no confiaba en mi.

Me hizo reflexionar y pensar que yo tenía mi capacidad y habilidades.



Mis padres y yo



Inicié hacer cambio a nivel personal. He aprendido a organizar mi tiempo, antes no me quedaba tiempo de nada. Hoy puedo hacer actividades que son de beneficio para mi y mi casa. Inicié haciendo acciones como ordenar mi cama, y cuarto, eso me ayudó a tener un espacio bonito y cómodo. Así mismo mantener mi pequeño jardín y partes externas de la casa limpio ordenado y bonito.

También he mejorado la relación con mis padres, hoy converso mas, comparto mas tiempo con mi mama, y el tiempo que esta mi papa en casa trato de contarle cosas más.



Mi casa y cuarto, bien ordenado



Participando en las jornadas de reflexión



“Consejo para los estudiantes, sigan adelante, siempre luchando por sus sueños que nadie los haga dudar de sus virtudes...” Zulma

Mejoramiento a nivel personal

- 1- Caleb: personalidad
- 2- Iquell: Responsabilidad y confianza en mi misma
- 3- Alexa: alimentación y responsabilidad
- 4- Keyli: compañerismo
- 5-Ruben: responsable con mi tiempo
- 6-Zulma: inseguridad

Circulo de MV “jóvenes del futuro”

El Cantón el Jaguey.

El Bachillerato Técnico Vocacional
Agropecuario

Mejoramiento a nivel familiar

- 1- Caleb: Más colaborador
- 2- Iquell: Más comunicación con mis padres
- 2- Alexa: Más comunicación y responsabilidad
- 3- Keyli: Más colaboradora y ayuda a solucionar problemas
- 4-Ruben: Más responsable y colaborador
- 6-Zulma: Comunicación y colaboración

Trabajando y
analizando



Yeny Ondina Sorto Campos,
 “Aprendí de MV, inicié primero hablar desde mí a mi familia. Ahora me siento más segura.”

Circulo de Mejoramiento de Vida
 En Colonia El Havillal,
 del Cantón El Ciprés

Cambios visibles



Construí el tejado de la casa.



Ahora cada uno tiene su habitación y feliz.

Siguiente paso quiero cambiar la cocina acá poniendo techo para no mojar.



Cambios invisibles

Antes, los niños sólo iban a la escuela y no ayudaban, y mi marido sólo trabajaba fuera.
Ahora mis hijos me ayudan y mi marido prepara la cena. Es un gran cambio.

Antes Mis niños grandes no querían hablar mucho de sí mismos.
Aprendí de MV, yo misma acerqué a ellos para platicar.
Ahora mi hijo, que tiene 17 años, me cuenta cómo le ha ido el día.

Antes me preocupaba que no supiera cuándo llegaría a casa o a qué hora lo haría.
Ahora me cuenta su horario, así que me siento segura.



CASOS CONCRETOS de Mejoramiento de Vida a nivel ESCOLAR y COMUNAL

Ahora los alumnos llevan sus platos después de comer.

Ya no comen tanto comida chatarra.

Ahora tiene un buzón donde los alumnos puedan escribir sus inquietudes e ideas para mejorar su vida escolar.

“Este proyecto nos ha impactado en la escuela a todos los maestros y alumnos, y también estamos replicando con padres de familia.”

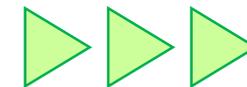


Felicita Quintana de Santos,
Directora de Complejo Educativo Los Patos



La iniciativa del líder comunitario, promovió el corazón de los jóvenes para cuidar la comunidad y la playa.

Circulo de MV “Perlas Marinas”
Caserío Torola, Colonia Efraín Ponce



[Situación anterior]

La gente acostumbra sacar basura de la casa y tirlarla a la calle. Cerca de la playa, aumentaba muchas bolsas de plástico de agua, por todas partes. El día siguiente de la lluvia, la basura queda enterrada bajo tierra, con mucho lodo y con feo olor, y es difícil de sacar. Todo esto era un gran dolor de cabeza. Era difícil de concienciar.

El líder Fausto Ortiz, en el Caserío Torola, por conocer Mejoramiento de Vida, decidió accionar el mismo. Primero, Don Fausto y su familia solos intentaron a recoger las basuras bajo fuerte el sol. Solo ellos recogieron cantidades de basura.

Compitiendo como deporte, anima al recoger la basura.....



Circulo de MV “Perlas Marinas”
Caserío Torola, Colonia Efraín Ponce

SPO GOMI



El liderazgo de Fausto Ortiz, ha generado acciones que permiten el cuidado del medio ambiente, a través de la recolección de basura, reciclaje. Don Fausto con la colaboración de la alcaldía y proyecto EMV, para poder motivar a la juventud y a los miembros de la comunidad, puso en práctica esta nueva manera de recoger la basura “SPO GOMI” (recoger la basura como deporte, creado por un japonés), una competencia entre los grupos a quien recoge la mayor cantidad de basura, el premio tener una comunidad limpia.



En Torola la organización comunitaria, se ha propuesto tener una comunidad limpia y ordenada, practicando además el reciclaje.





Limpiando nuestra *comunidad*

Circulo de Mejoramiento de Vida
Cantón El Ciprés



Los niños y adultos se divertieron recogiendo basura, y manifestaron **“que bonita se ve su comunidad limpia”**

Las mujeres del Circulo de Mejoramiento de Vida del Cantón El Ciprés propusieron hacer una jornada de limpieza, que hiciera ver su comunidad bonita.



Para lo cual realizaron una jornada de limpieza, desarrollando involucrando a los familiares, y para que fuera una actividad diferente, pusieron en practica el SPO GOMI.



Una comunidad limpia, una comunidad bella

Circulo de MV : Bendición de dios
Cantón Piedras Blancas

El circulo de MV, de Cantón Piedras Blancas, pensó en recibir el año con una comunidad limpia, por lo cual organizaron una jornada de limpieza, donde se involucraría a la familia y amigos



Se limpió la calle principal, se gestionó con la municipalidad el camión de la basura.



Meta próxima, colocar basureros cerca de la parada de buses, para que todo el que llegue al Cantón deposite ahí la basura

El compartir con nuestros adultos mayores



Circulo de MV “Mujeres del Futuro”
Cantón El Jaguey

“Yo pude mejorar. Ahora pensando por la comunidad, nos dimos cuenta que había varios ancianos encerrados en las casas sin salir. Pensamos que queremos hacer algo. Así planeamos e hicimos jornadas. Me gustó mucho a servir a las demás personas.”
Verónica

Nuestro Plan de Acción Comunitario :

☆ Visitar a los adultos mayores de nuestra comunidad. Realizando la primera actividad en diciembre de 2023, visitamos cerca de 35 adultos mayores, a quienes les ofrecimos una taza de poleada de arroz

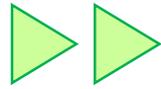


Queremos seguir periodicamente. Satisfacción haber visitado a adultos mayores que viven solos, los acompañamos un momentos y platicamos.

El espíritu de cohesión y cooperación creado por las actividades de los círculos de MV, contribuyó al funcionamiento del Comité de Salud.

El Circulo de MV “Mujeres Valientes”
Cantón Llano de Los Patos

Marvin Machado, compañera y amiga del Circulo de MV y Promotora de Salud, siempre intentaba realizar acciones como Comité de Salud. Pero dificultaba motivar a trabajar.



Se decidieron incorporar al Comité de Salud para bien de la comunidad

Ahora como las mujeres ya tiene experiencia de trabajo conjunto por circulo de MV y tiene confianza mutuamente, se ha facilitado unir a accionar. Por lo tanto, se ha realizado diversas acciones por primera vez a nivel comunal.



Pintar y limpiar el Parque de la comunidad

Celebramos el día del niño



Elaboramos un Plan de trabajo



Hacemos actividades como ventas para recolectar fondos.





Trabajando por nuestra comunidad, es como aprendemos.....

Hicimos limpieza en nuestra comunidad

Circulo de MV "Jóvenes del Futuro"
Complejo Educativo Los Patos

Fumigamos para combatir el dengue



Limpiamos el ojo de agua "El Encantado"



Siguiente paso sería huerta escolar para comer saludable

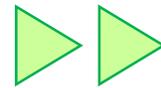
También elaborarnos barreras vivas en nuestro Complejo Educativo, para evitar la erosión



No queremos inundaciones este invierno, hemos iniciado limpiando nuestra comunidad



Limpiamos los entornos de la cancha para tener una diversión mas sana



Circulo de Mejoramiento de Vida En Colonia El Havillal, del Cantón El Ciprés



Queremos una comunidad, saludable, bonita y con armonía.



Limpiamos los espacios comunitarios



Así quedo una área de nuestra comunidad.

Nuestra siguiente meta: Sensibilizar a los habitantes de no botar basura.

Mejoramiento a nivel Escolar

- Realizar la venta de productos elaborados a recaudar el fondo para pintura escolar
- Pintar la Pared de escuela para embellecimiento
- Aprender la importancia de poner en práctica las normas de higiene
- Más higiene en la elaboración de productos



Circulo de MV “jóvenes del futuro”
El Cantón el Jaguey.
El Bachillerato Técnico Vocacional
Agropecuario

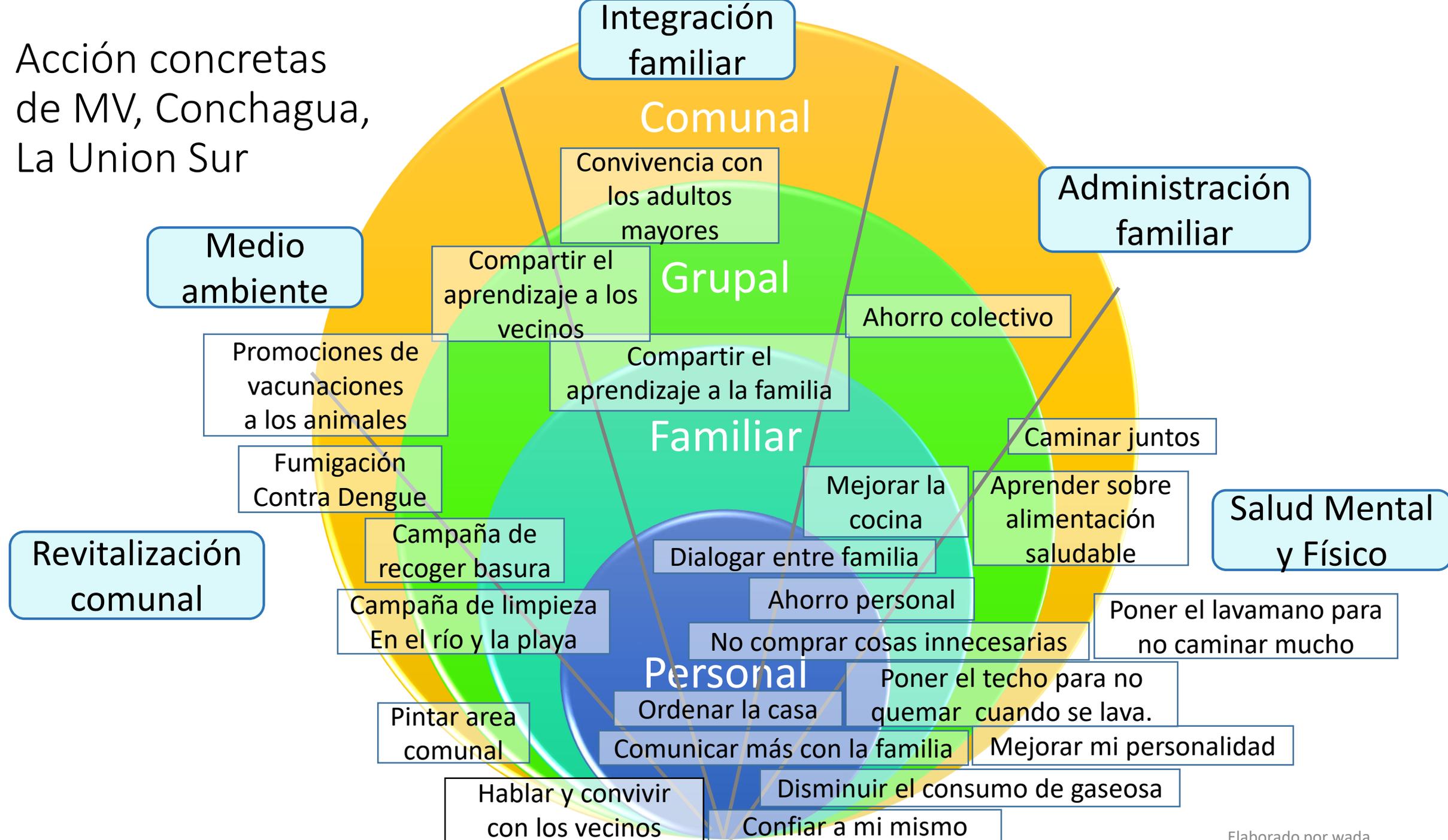


Mejoramiento a nivel Comunal

- Concientizar y promover la importancia de vacunación
- Colaborar a la Vacunación a los perros y gatos
- Ayudar a otra comunidad en técnica agrícola
- Ayudar a preparar la tierra para huerta escolar



Acción concretas de MV, Conchagua, La Union Sur



TALLERES DE MEJORAMIENTO DE VIDA - MI VIDA, MI HOGAR -

#01 ¿Qué es Mejoramiento de Vida?

¡Sin esperar apoyo de fuera, puedo hacer mil cosas para mi vida!

#02 Mejoramiento de Vida sin dinero, con propia idea

¡Por mi creatividad y recursos propios, puedo mejorar mi vida!

#03 Caminando por la casa - Mapeo

¡Descubro mi tesoro de la casa y analizo mi dificultad!

#04 Autoevaluación de mi vida y mi hogar del futuro

¡Voy a tener visión de mi vida y mi hogar en cinco años usando semáforo!

#05 Mi jornada diaria - nuestro tiempo

¿En que me utilizo mi tiempo?

#06 Árbol de la felicidad

¿Qué me hace feliz en mi vida?

#07 Mi Plan de Acción Personal

¡Inicio mi primer acción en base a mi analisis!

#08 Reflexión

¡No es evaluación por la autoridad, sino es mi reflexión!



TALLERES DE MEJORAMIENTO DE VIDA - MI AUTOESTIMA -

#01 Autoestima

¡Reconoceré como personas importantes, valorarme y quererme como tal!

#02 Valorarme como soy

El autoconocimiento a mi mismo y valorar hasta las partes que no son gratas

#03 Como me ven y Autoevaluación

¡Los de más me descubren bueno de mí!

TALLERES DE MEJORAMIENTO DE VIDA - NUESTRA COMUNIDAD -

#01 Mapeo de nuestra comunidad

¡Reconoceremos el tesoro de la comunidad y analizaremos las dificultades!

#02 Nuestro Plan de acción Comunitario

¡Dividiendo el cargo entre todos, podemos realizar diferentes acciones!

#03 Reflexión de nuestras acciones

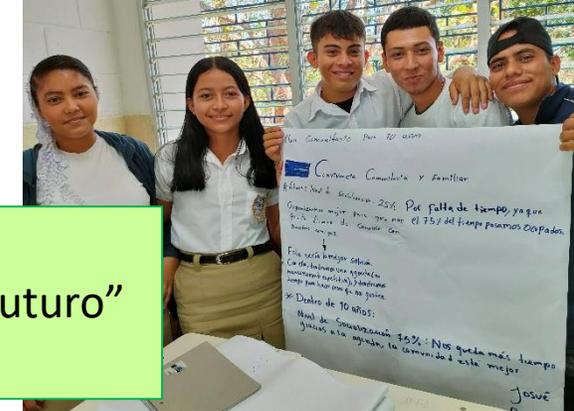
¿Se ha trabajado mutuamente? ¿Qué será siguiente paso?

#04 Visión de 10 años en nuestra Comunidad

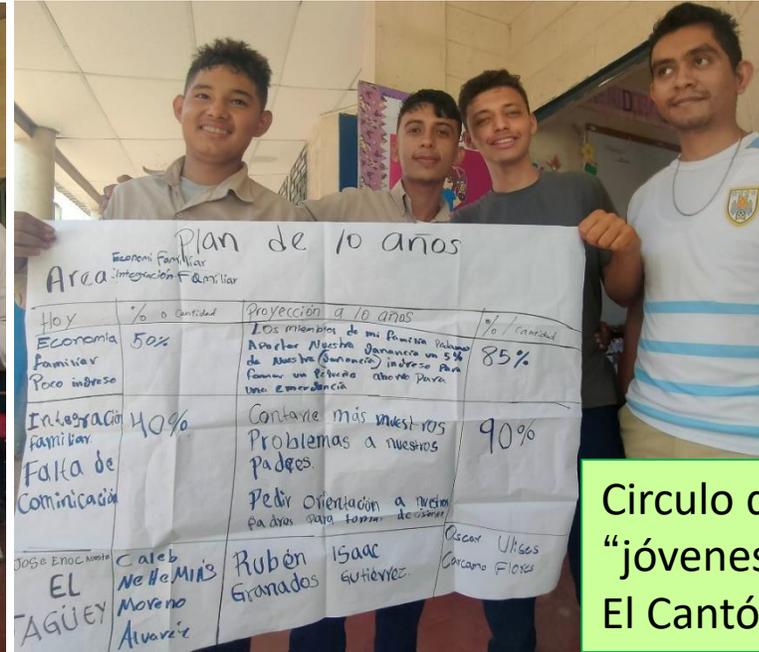
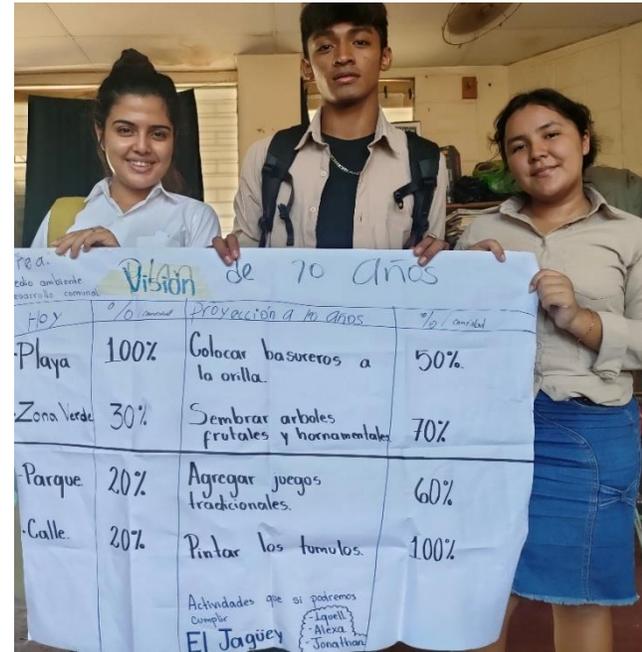
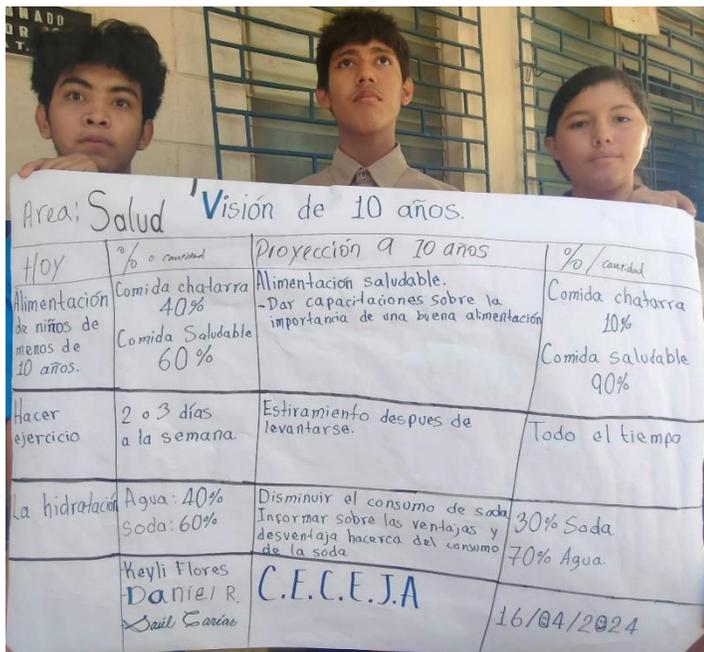
¡Teniendo una Vision o lineamiento de 10 años, desarrollará máa entre todos !

Visión de 10 años por los jovenes

De hoy adelante, seguiremos trabajando del Mejoramiento de vida personal, familiar, escolar y comunal, ya que discutimos y tenemos visión de 10 años. Pensamos salud de los niños más pequeños, de medio ambiente, y relaciones familiares también. Vamos a crear un futuro positivo por la creatividad y unión de nosotros.



Circulo de MV "Jóvenes del Futuro" Los Patos

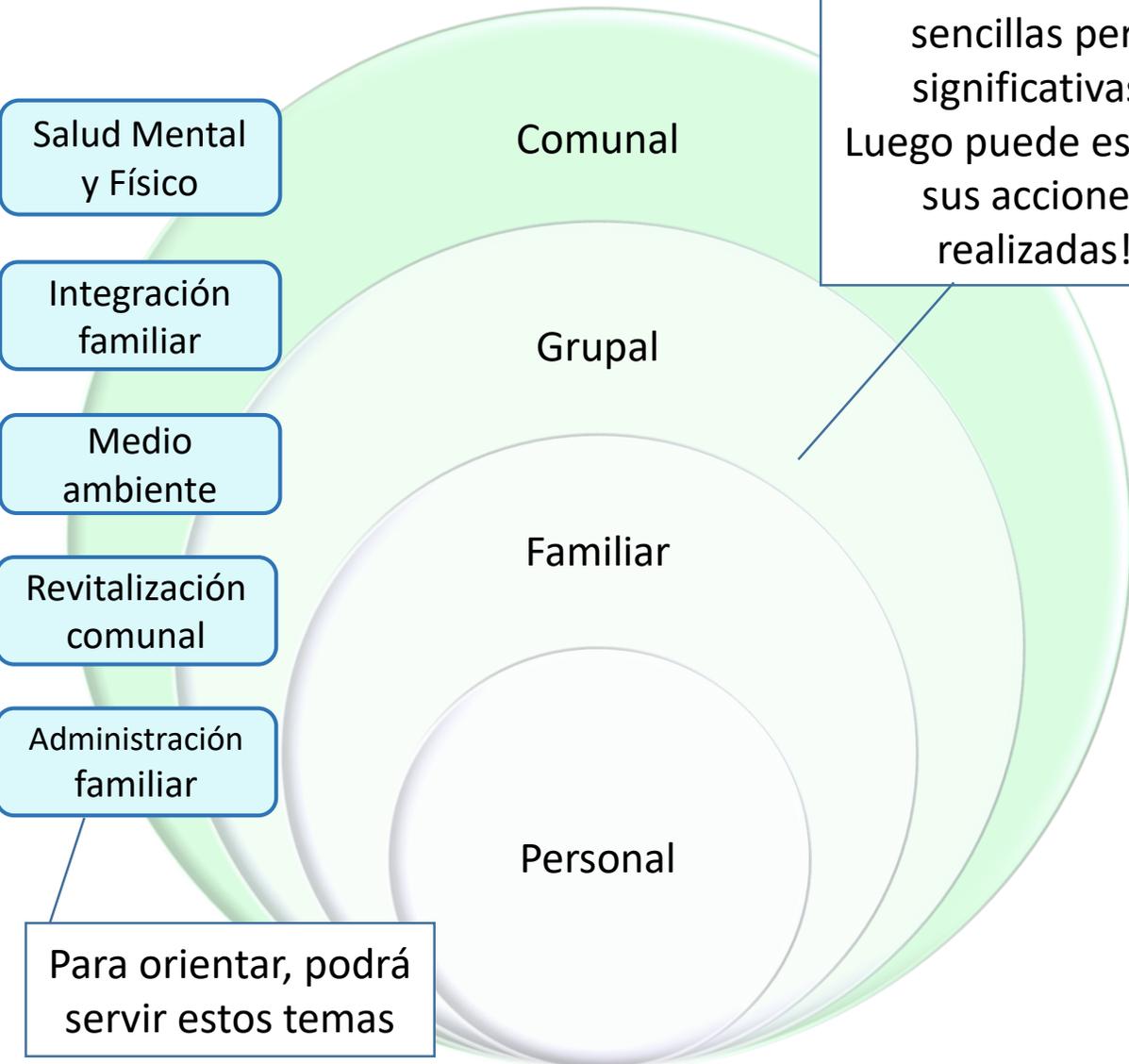


Circulo de MV "jóvenes del futuro" El Cantón el Jagüey

¡Ahora le toca a usted! Su Acciones de Mejoramiento de Vida

Su nombre:

Su visión:



¡Ahora, su turno!
Iniciamos acciones sencillas pero significativas!
Luego puede escribir sus acciones realizadas!

Para orientar, podrá servir estos temas

Hoy es buen momento para iniciar sus acciones para usted y su comunidad

Espero que este folleto le haya servido para descubrir algún tips para iniciar su acción. Cada compañero del Círculo de MV, empezó a accionar por su propia iniciativa, al haber darse cuenta de que se podía solucionar su dificultad sin estar esperando el apoyo externo. Se han iniciado, cambiando su pensamiento, creencias, actitudes así algo que no se ve. Pero es un proceso muy importante para su vida. ¡Ahora por sus iniciativas y cretividades de usted mismo, puede lograr su meta y visión! ¡Qué disfruten sus propios cambios!

Sayako Wada

Gerente General del Proyecto.
Facilitadora de Enfoque de mejoramiento de Vida. ONG IFPaT

Todos queridos de Conchagua,
Gracias por mostrar sus procesos.
Yo también cada día sigo intentando MV con mis hijos!





Proyecto "Revitalización comunal
a través del mejoramiento de vida de las mujeres y la formación de visión juvenil
- Apoyo en el proceso de desarrollo aprovechando el potencial que tienen -"

En cooperación técnica de la ONG
Bajo el Programa en colaboración con JICA (JICA Partnership Program/JPP)
【Enfoque de Mejoramiento de Vida】

EQUIPO DE IFPAT



Cecilia Patricia Villalta, Coordinadora del Proyecto
Ana Ruth Rivera, Promotora de EMV por proyecto
Sara Kobayashi, Facilitación
Sayako Wada, Gerente del proyecto



Ex extensionista de MV
Sumiko Katayama
Shuji Motohashi
Miembros de MV
Kazumi Ishijima
Atsuko Ishijima
Yuka Suzuki
Sadako Kuguri

CONTACTO

NPO: IFPaT International Farmers
Participation Technical Net-work
<http://npoifpat.com/>
wada.saya@npoifpat.com

Primera edición : Marzo 2024
Segunda edición : Mayo 2024



NPO法人
国際農民参加型技術ネットワーク (IFPaT)
International Farmers Participation Technical Net-wor



MARZO 2021 - MAYO DE 2024
ALCALDÍA DE LA UNION SUR - RED INTERNACIONAL DE TÉCNICAS PARTICIPATIVAS
PARA LOS AGRICULTORES - JICA