



**Fondo
Acción** 

Escuchando tu Naturaleza

Tatiana Núñez
Coordinadora Ambiental

Abril de 2021

Ficha

Nombre del proyecto o programa	“Escuchando tu Naturaleza”
Entidad líder	Fondo Acción
Punto de contacto	elfondo@fondoaccion.org
Autor (es)	Tatiana Núñez Suárez, Coordinadora ambiental (2016-2021)
Otros actores involucrados	Happy Yoga y OpEPA
Duración de la experiencia	2018
Fecha de esta versión	Abril de 2021

Introducción

Fondo Acción busca construir una relación más armónica de los seres humanos con la naturaleza a través de la conservación y uso sostenible de la biodiversidad y del cuidado y protección de la niñez en Colombia. Esto se ha promovido durante veinte años mediante proyectos que atienden distintos temas estratégicos y necesidades de comunidades locales, a la vez que potencian sus ideas y fortalecen capacidades para el trabajo en ambiente y niñez. En distintos proyectos se han empleado herramientas de educación ambiental que aportan a la transformación de comportamientos y entornos en el país.

En el marco del proyecto Somos Tesoro, que buscaba la reducción del trabajo infantil en zonas mineras de Colombia, se diseñó y desarrolló la estrategia “Escuchando tu Naturaleza” para fortalecer los entornos comunitarios a partir del uso creativo del tiempo libre de niños, niñas y adolescentes. Buscando que esos espacios sean protectores, que promuevan los derechos de la infancia y contribuyan con la prevención del trabajo infantil minero.

La estrategia se implementó en dos municipios de Antioquia¹, El Bagre y Zaragoza, que presentan alto riesgo y ocurrencia de trabajo infantil minero en Colombia. Se capacitó un grupo de veinte representantes de cinco organizaciones no gubernamentales locales, funcionarios públicos y profesores que trabajaban con niños, niñas y adolescentes en herramientas en desarrollo personal como yoga, meditación y atención plena para estimular la creatividad, la conciencia y la toma de decisiones; así como en educación ambiental experiencial y educación al aire libre para estimular el aprendizaje y la prevención del trabajo infantil minero. Este grupo de personas luego, aplicando lo aprendido y experimentado, lideraron el desarrollo de cinco proyectos comunitarios, que beneficiaron a 275 niños, niñas y adolescentes entre los 6 y los 17 años, contribuyendo a prevenir el trabajo infantil minero a través del uso creativo del tiempo libre y el desarrollo de habilidades para la vida.

Con este documento compartimos la experiencia, los resultados y aprendizajes de esta apuesta innovadora del Fondo Acción.

1 De acuerdo al Sistema de Información Integrado para la Identificación, Registro y Caracterización del Trabajo Infantil y sus peores formas en Colombia (SIRITI, 2014) 4.964 niñas, niños y adolescentes trabajan en explotación de minas y canteras, de los cuales el 74,6% se encuentran en el departamento de Antioquia.



► ► La idea: una oportunidad para hacer las cosas de una manera diferente

Entre 2013 y 2018, Fondo Acción fue socio ejecutor del proyecto “Somos Tesoro” en el componente de política pública, que tuvo por objetivo reducir el trabajo infantil en minería de oro en Antioquia y carbón en Boyacá. El proyecto trabajó en cuatro pilares: 1) retención de los niños y adolescentes en el ciclo educativo; 2) generación de mayor estabilidad económica en las familias; 3) aplicación de las normas laborales y de seguridad e higiene minera, que protegen a los adultos y a través de ellos a sus familias, y que prohíben el trabajo infantil en las minas y 4) fortalecimiento de las políticas públicas orientadas a la protección de la infancia, el trabajo infantil y la formalización de la minería artesanal. El proyecto fue liderado por la organización PACT y desarrollado, de manera conjunta, por la Alianza por la Minería Responsable, Fundación Mi Sangre y Fondo Acción. Somos Tesoro fue financiado y apoyado por el Departamento de Trabajo de los Estados Unidos.

“Escuchando tu Naturaleza” nace en el marco de este trabajo que adelantaba Fondo Acción con los otros socios como una oportunidad para aportar en el desarrollo de habilidades para la vida de niños, niñas y adolescentes en municipios donde se desarrollaba el proyecto de Somos Tesoro, a través de una metodología que integró la práctica de yoga², la meditación, la atención plena (*mindfulness*) y la educación ambiental

2 El 11 de diciembre del 2014, en la 69 sesión de la Asamblea General de Naciones Unidas se declara el 21 de junio como el día internacional del yoga, por los beneficios que esta práctica milenaria aporta a la sociedad, el yoga ofrece un enfoque holístico en la salud y el bienestar humano. El Primer Ministro Indio durante la Asamblea menciona “el yoga representa la unidad de

a través de la experiencia. Estas herramientas ayudan a niños, niñas y adolescentes a concentrarse, enfocarse y relacionarse mejor, mejora la habilidad para enfrentar situaciones en la vida, aumenta el control de los impulsos, la capacidad para reconocer y aceptarse a sí mismo y a otros, aumenta la compasión, reduce el estrés y la ansiedad y desarrolla la empatía. Por todo lo anterior, se definió que estas herramientas podrían ser de gran beneficio para los niños, niñas y adolescentes contribuyendo a mejorar su calidad de vida y bienestar.

Para lograr este propósito, se capacitaron veinte formadores (delegados de organizaciones locales de la sociedad civil, colectivos comunitarios, funcionarios y profesores) en herramientas de desarrollo personal y educación ambiental, para la protección integral de la niñez y la prevención del trabajo infantil minero. Estos beneficiarios directos vivían en las zonas urbanas de los municipios de El Bagre y Zaragoza, la mayoría oriundos de dichos municipios, y trabajaban con niños, niñas y adolescentes tanto en las zonas urbanas como rurales. Los beneficiarios finales fueron cien niños y niñas en alto riesgo o en situación de trabajo infantil minero.

Para el desarrollo de la estrategia, Fondo Acción estableció una alianza con dos organizaciones: Happy Yoga y OpEPA. Happy Yoga es una escuela internacional que forma profesores para enseñar el yoga como una forma de vida; su equipo busca que las personas descubran la vitalidad del espíritu para servir a otros y ser parte del mundo. OpEPA, Organización para la Educación y Protección Ambiental, busca conectar a las personas con la naturaleza, a través de un modelo de acercamiento a la Tierra que lleva a las personas a conocer y después a actuar en acciones directas que tienen un impacto positivo sobre el planeta.

El desarrollo: nuevas herramientas desde el yoga, la meditación y la atención plena

“Escuchando tu Naturaleza” se desarrolló en tres momentos: el primero y tercero centrados en yoga, meditación y atención plena (*mindfulness*) y el segundo en educación ambiental experiencial. Después de cada módulo los participantes tenían una tarea práctica que les ayudaba a digerir la información recibida. Por el contexto específico del proyecto Somos Tesoro, se reforzaron mensajes claves relacionados con la prevención del trabajo infantil, por ejemplo:

Las niñas y los niños son frágiles icuidémoslos y démosles nuestro amor!

Los juegos infantiles no son tales juegos sino sus más serias actividades.

la mente y el cuerpo, el pensamiento y la acción. El yoga no se trata solo de ejercicios, se trata de una manera de descubrir el sentido de identidad de uno mismo, el mundo y la naturaleza”.

***El trabajo no es cosa de chicos.
Si se cansan que solo sea de jugar.
Que lo único que trabaje sea su imaginación.
Que no cueste trabajo ser niño.***

Al comienzo de las sesiones de yoga, meditación y atención plena, entre los participantes había mucha curiosidad acerca de lo siguiente ¿Qué es el yoga?, ¿si el yoga tiene que ver o no con una religión?, ¿si la práctica puede servir en el trabajo con niños y niñas? Por ello, durante el módulo se realizaron prácticas de diferentes tipos de yoga y meditación para adultos, buscando que cada participante pudiera experimentar, sentir y encontrar su propia definición frente al yoga, la meditación y la atención plena.

Se realizaron varios ejercicios infantiles, en las cuales a los participantes (adultos) se les trató como niños y niñas, con el fin de que ellos interiorizaran, recordaran su niñez y se conectaran más fácilmente. Desde el comienzo, las profesoras mencionaron la importancia del juego y la diversión cuando se trabaja con niños y niñas e hicieron hincapié en que ellas siempre estaban preparadas para hacer varias actividades durante la jornada escolar, pero que algunos días se pueden hacer todas, mientras que otros días no pueden completar ninguna. Sin embargo, resaltaron que a la hora de trabajar con niños, niñas y adolescentes es importante ser flexibles y adaptarse.

De igual forma, se hicieron ejercicios de atención plena con el cuerpo en quietud y en movimiento, con la respiración, el sonido y los alimentos, prácticas que se puede



replicar con los niños, niñas y adolescentes. Se practicaron diferentes técnicas de respiración adaptadas para niños y niñas, enfatizando la importancia que tiene la respiración en la vida, en cómo nos ayuda a estar más tranquilos cuando somos conscientes de que estamos respirando y nos trae al momento presente. Se enseñaron técnicas de respiración que sirven cuando los niños y niñas están enojados, ansiosos o deprimidos, las cuales permiten balancear las emociones, relajar los pensamientos y liberar emociones como la ira y la tensión.

“La consciencia plena es la energía que te ayuda a estar despierto y ser consciente del momento presente. Es una práctica que te permite conectar profundamente, instante tras instante, con la vida.” (Thich Nhat Hanh, Felicidad, 2013)

Se hicieron varios ejercicios para trabajar algunas emociones, tales como la alegría, la tristeza, la rabia, el miedo y la calma, con los cuales se buscaba que los niños y niñas pudieran identificar, expresar y aceptar sus emociones. En ese sentido, se aclaró que no existen emociones buenas ni malas, solo son emociones.

Se desarrollaron prácticas de meditación cortas y adaptadas a diferentes espacios, entre ellas, se realizó la meditación Escudo para el corazón durante pocos minutos. Esta meditación tiene como objeto transformar un estado psicofísico negativo en positivo y así ayudar a las personas a sentirse íntegros y en paz. Otra meditación que se recreó invitaba a la elaboración de un mandala en grupo para lo cual se usaron rollos de papel higiénico; esta actividad requiere trabajo en equipo en silencio respetando el turno y el diseño de cada persona.

Al final de cada día, los participantes compartían lo que se llevaban de cada sesión. En general, se reconocieron a sí mismos, siendo conscientes de sus emociones y estando conectados con su cuerpo, como base de un mayor equilibrio en sus vidas. Encontraron herramientas útiles para la vida personal para conocerse y tener paz interior, a la vez que son valiosas para ser aplicadas con los niños, niñas y adolescentes de las comunidades; por ejemplo, para liberar carga y estrés. Manifestaron su disposición por seguir aprendiendo y experimentando. Resaltaron que los ejercicios les permitieron valorarse, respetar a los otros y pensar en los niños y niñas para abordar los problemas que enfrentan.

- ▶ *“Hay momentos en que los niños lo desesperan a uno, creo que me puede servir para tener más paciencia y hacer que los niños se relajen y vean las cosas desde otro punto de vista.”*
- ▶ *“Es una experiencia muy enriquecedora, es fundamental la conexión cuerpo - espíritu; si al explorar la creatividad por medio del arte en los niños potencializan su creatividad, imagina lo increíble que puede suceder, al mezclar el manejo de sus emociones a través de su cuerpo y su imaginación. Como profesional y*

ser me llevo algo muy valioso y es lo poderosa que puede ser nuestra mente al soltar y dejar fluir mi energía. ¡Mil gracias por la experiencia!”

- ▶ *“Hoy me llevo una vivencia espiritual sin necesidad de asistir a una iglesia. Esta práctica de yoga termina siendo un reto ya que no es usual para mí realizar dichos ejercicios utilizando mi cuerpo. Hoy me voy con más ganas de experimentar mi ser y poder seguir indagando en las habilidades mentales y de concentración que puedo llegar a potencializar. Gracias.”*
- ▶ *“Reconozco que soy capaz de aprender de mi esfuerzo y de los demás, para abrirme y dejar salir el niño interior, para comunicarse con otros niños, brillar y ser la luz que alumbró mi interior y la oscuridad.”*

Para cerrar todas las sesiones, realizamos un ejercicio de agradecimiento en el que cada uno compartió lo que sintió y lo que se lleva para la vida cotidiana. Después de la intervención se pasó un hilo de lana a uno de los participantes y entre todos, al final construimos una red. Algunas frases que se compartieron son las siguientes:

“Ser más consciente de lo que soy”

“Poder comunicar mis emociones”

“El valor que tiene el silencio”

“Cuando uno mira hacia afuera uno sueña, pero cuando mira hacia adentro uno despierta”

“Tenemos un número de identificación, pero no sabemos quiénes somos”

“Es necesario empezar desde uno mismo para lograr un cambio”

“Parar y pensar antes de hablar, empezar desde uno mismo”

“Confirmar que el yoga no es una religión”

“Llegué con muchos temas en mi mente y muchos problemas y que siento que me voy más tranquilo”

El desarrollo: Educación Ambiental Experiencial

Este módulo se trabajó con la metodología de aprendizaje fluido, basada en una secuencia de juegos que busca que las experiencias con la naturaleza sean dinámicas e inspiradoras y, al final, lograr una conexión transformadora y profunda con ella.

En una primera fase, **Despertar el entusiasmo**, se realizaron actividades a partir de representaciones y sonidos de animales. En uno de los ejercicios realizados se dividió el grupo para conformar dos equipos; unos representaron a la presa y otros al predador.



Los predadores tenían los ojos tapados y las presas una pequeña maraca. Los predadores debían atrapar a las presas que emitían leves sonidos. En este ejercicio, los participantes compartieron algunos conceptos del comportamiento de ciertos animales (polillas y murciélagos) y con base en ello se trabajaron temas como la atención, la concentración y la consciencia auditiva.

En la segunda etapa, **Enfocar la atención**, se buscó desarrollar la tranquilidad y la receptividad. Una de las actividades fue caminar en silencio en un sendero no natural, con la intención de reconocer elementos no naturales en el paisaje. En esta actividad se trabajaron la memoria, la atención, la observación y la escucha. En esta fase también se desarrollaron actividades en grupo que permitieron desplegar estrategias de equipo, en las que la escucha activa, la observación, el silencio y la concentración adquirieron especial relevancia.

En la tercera fase, **Experiencia directa**, los participantes eran más conscientes de lo que veían, oían, tocaban y olían. Con el desarrollo de las fases anteriores se logró enfocar mejor la atención; con los sentidos despiertos y en calma, fue posible sincronizar más con la naturaleza y estar más abiertos a sentir y vivir la experiencia. Una de las actividades fue encontrar un árbol mediante la exploración y uso de los sentidos. Los participantes se hicieron en parejas y mientras uno guiaba, el otro tenía los ojos tapados y podía explorar el árbol, tocarlo, olerlo, sentirlo, escucharlo y probarlo por unos minutos. Luego con los ojos destapados, los participantes volvían a buscar el árbol. Esta actividad permitió reflexionar sobre la confianza en sí mismo y en los otros, en la memoria corporal, la agudización de los sentidos cuando se limita la visión creando un espacio para sentir y conectar con un árbol.

Durante estos ejercicios, los participantes valoraron la importancia de conectarse con la naturaleza desde el reconocimiento de sus propias emociones, ideas y cuerpos, así como la posibilidad de identificar oportunidades y las capacidades necesarias para replicar lo aprendido, con los niños, niñas y adolescentes a través del juego y uso adecuado del tiempo libre. Encontraron otras formas de intervenir en comunidades y con las familias, aprendiendo de manera dinámica de la naturaleza, de la que se sintieron parte.

“En estas actividades me sentí libre de expresar mis ideas, además logré conectarme con la naturaleza, ya que tenía tiempo que no disfrutaba de ella” (testimonio de uno de los participantes).

En la última fase, **Compartir inspiración**, cada participante escogió una figura de emoticones que le permitiera representar lo que había sentido durante la actividad y expresó cómo creía que lo aprendido le ayudaría en el cuidado y protección de los niños y niñas. Para cerrar, se creó colectivamente un poema en grupo, desde la reflexión y escritura creativa, en el que cada persona escribió una línea y se continuaba por el siguiente integrante, quien solo veía la frase inmediatamente anterior.



Foto: © Diego Llorente, Fondo Acción



Foto: © Diego Llorente, Fondo Acción

Poema 1

Un día muy fresco en medio de un espacio natural sientes como tu espíritu se libera con armonía de libertad y aprendes como de un pequeño objeto defines tu nueva vida.

*Y el canto de las aves acompaña con su bella melodía
Su canto de esperanza es esa tarde hermosa donde tu mente vuela
Y de repente ves, como con ella llegan aquellas gotas largas que como regadera fina perfilan tu rostro, dando luz y vida.*

Poema 2

En un día maravilloso como el de hoy, donde aprendí a tener confianza y seguridad que me permite llevarme este conocimiento a mi campo laboral y personal.

*El tiempo es efímero, pero ello no impide mi gran capacidad de ser, conocer y experimentar lo dulce como almíbar del goce natural de mi ser en mi entorno que insiste desesperado en llamarme
¿Hablar-me? Si hablar-me de cada experiencia que ha vivido y ha disfrutado, de los universos de emociones que ha creado y que solo existen en el preciso instante en que fue experimentado.*

Ver la luna, las estrellas, el sol o cualquier contacto con la naturaleza se convierte en una nueva creación.

Poema 3

Hoy en este día tan soleado comprendo el privilegio del sentido de la visión.

Ver este hermoso paisaje que nos regala Dios.

Como mi cuerpo conmemora los logros de la evolución, se ensancha en su milagro, gracioso, fluido, conmovedor.

*Recuerdo que todo ello es el sentido... Vivir el misterio de la vida.
Era fantástico, realista y agradable la experiencia de vivir las sensaciones y olores, experimentando así la confianza en lo que nos rodea*

Proyectos comunitarios: aplicar lo aprendido y vivido

Con base en lo aprendido y vivido, los participantes formularon proyectos dirigidos a los niños, niñas y adolescentes, que fueron acompañados en su ejecución por Fondo Acción, quien aportó recursos representados en materiales. El proceso de formulación de los proyectos contó con la retroalimentación y apoyo de Fondo Acción. Todos los proyectos tuvieron una duración de ocho sesiones.

Asociación Intercultural Por la Gente y los Bosques de San Lucas

La Asociación trabaja con niños, niñas, jóvenes y adolescentes en la Serranía de San Lucas en derechos humanos, música y lúdica en la zona rural del municipio de El Bagre. El proyecto buscaba brindar a los niños, niñas y adolescentes un ambiente diferente con prácticas que les permitieran hacer un buen uso del tiempo libre, despertar su amor por la naturaleza y aportar herramientas de desarrollo emocional que contribuyeran a fortalecer la orientación de los proyectos de vida.

Además de las herramientas adquiridas en “Escuchando tu Naturaleza”, se incluyó el arte, la música y el teatro. Trabajaron con cien niños, niñas y adolescentes entre los 7 y 17 años, en el manejo de las emociones, el auto-conocimiento, el reconocimiento de sus derechos, la conservación del medio ambiente, la motivación, el fortalecimiento de habilidades para la vida y las habilidades artísticas.

Corporación Latina

La Corporación Latina es una entidad sin ánimo de lucro que trabaja con niños, niñas y adolescentes entre los 6 y los 17 años en diferentes regiones de Antioquia con programas lúdicos en jornadas contrarias a la escolar como método de prevención y restablecimiento de derechos de niños, niñas y adolescentes.

El proyecto se desarrolló con una población de treinta niños y niñas identificados y focalizados del municipio de Zaragoza en riesgo de trabajo infantil y buscó aportar al reconocimiento de sí mismo, de las emociones, la comprensión de su entorno y las necesidades de las personas según el ciclo vital en el que se encontraban. El proyecto ayudó a prevenir el trabajo infantil a través del uso creativo del tiempo libre con herramientas como el yoga y el aprendizaje fluido, que permitieron abordar aspectos del ser físico, pensamiento, emoción y espíritu buscando un equilibrio y armonización entre ellos.

Fundación Mi Sangre

Fundación Mi Sangre fue creada en el año 2006 y trabaja para co-crear entornos protectores para que los niños, niñas y adolescentes descubran y ejerzan sus poderes como constructores de paz a través del arte y la lúdica. La Fundación buscó prevenir el trabajo infantil y disminuir la deserción escolar para que los niños, niñas y adolescentes puedan hacer uso adecuado del tiempo libre e incorporar en las comunidades estrategias y herramientas de protección infantil.

El proyecto se llevó a cabo con sesenta niños y niñas priorizados por presunto trabajo infantil, tanto de la zona rural como urbana de los municipios de El Bagre y Zaragoza. Buscaron enseñar, por medio del uso creativo del tiempo libre, sobre el desarrollo personal y orientación y elaboración del proyecto de vida.

Auspaza

La Asociación de Usuarios de Antena Parabólica del municipio de Zaragoza desarrolla actividades culturales y sociales para sus habitantes. Auspaza buscó con su proyecto potencializar el desarrollo personal a través de habilidades fundamentales para la vida y promover actividades que ocuparan el tiempo libre de los niños, niñas y adolescentes y así prevenir el trabajo minero infantil. Se enfocaron en que los niños, niñas y adolescentes adquirieran herramientas necesarias para tener dominio de lo físico y psíquico y aprender a tomar decisiones desde pequeños.

Se trabajó con treinta niños, niñas y adolescentes en riesgo de trabajo minero infantil sobre la importancia de cuidar el cuerpo y reconocer la naturaleza. A través de las diferentes herramientas y el aprendizaje fluido construyeron un proyecto de vida que les permitiría alejarse de las dinámicas del trabajo minero infantil. El proyecto se realizó en dos componentes el “cuidado de sí mismo” con actividades de yoga, meditación y atención plena y “Conociendo mi entorno natural” con actividades de educación ambiental experiencial.

Corporación por un Mañana Mejor

La Corporación realiza actividades culturales, lúdicas y recreativas en el municipio de El Bagre. Con el proyecto se buscó que los niños, niñas y adolescentes adquirieran habilidades para la vida como la empatía, la resolución de conflictos, la toma de decisiones, la tolerancia a la frustración, el manejo de tensión y estrés, la comunicación asertiva, el autoconocimiento, el control de emociones y el uso creativo del tiempo

libre. Lo anterior con el fin de prevenir el trabajo infantil y disminuir la deserción escolar al usar adecuadamente el tiempo libre e incorporar estrategias y herramientas de protección infantil en las comunidades. De igual forma, se quería garantizar sus derechos y un entorno protector, en el medio donde se desarrollan.

El proyecto se desarrolló con 55 niños priorizados en presunto trabajo infantil en la zona urbana del municipio de El Bagre y algunas veredas que estaban trabajando con la Corporación Cultural un Mejor Mañana.

Alcaldía de El Bagre – Sección de deportes (voléibol y ajedrez)

La Alcaldía abordó dos ejes principales: el primero, el desarrollo personal con yoga para trabajar el cuerpo, la mente y los sentimientos y, el segundo, la educación ambiental relacionada con la parte vivencial en la cual la persona experimenta el entorno que lo rodea.

Con el proyecto se buscó dar respuesta a la necesidad de que los niños, niñas y adolescentes aprovecharan mejor su tiempo libre, a la vez que se apoya su desarrollo integral y la construcción de sus proyectos de vida.

► Conclusiones: nuestra reflexión y aprendizaje

“Escuchando tu Naturaleza” brindó herramientas a los formadores para sentir paz mental, conectarse consigo mismos, con los otros y con su entorno, buscando que fueran compartidas y replicadas con los niños, niñas y adolescentes de la región. El desarrollo de la estrategia tuvo gran acogida entre los participantes, quienes recibieron herramientas que consideraron útiles para la prevención del trabajo infantil al propiciar el bienestar interior y facilitar nuevas actividades con niños, niñas y adolescentes,



docentes y padres de familia. En particular, reconocieron que las herramientas eran didácticas y desarrollaban y potenciaban habilidades para la vida cotidiana.

Es importante aclarar que el proyecto no buscó formar profesores de yoga, meditación, atención plena o de educación ambiental. Su propósito fue dar herramientas que pudieran ser utilizadas por líderes, docentes y demás personas que trabajaran con niños, niñas y adolescentes en instituciones públicas y organizaciones no gubernamentales. Por lo tanto, uno de los aprendizajes de esta primera implementación de la estrategia es que el proceso de selección de quienes participan es muy importante, pues deben contar con experiencia en trabajo con niños, niñas y adolescentes. Lo anterior debido a que el tiempo de capacitación es corto y es más provechoso si los participantes son personas que cuentan con esta experiencia y pueden adaptar fácilmente, las herramientas y los ejercicios a su trabajo.

Las actividades y la información sobre yoga, meditación, atención plena y educación ambiental experiencial se encuentran disponibles en las grandes ciudades; sin embargo, son de difícil acceso para gran parte de la población, más aún si las personas se encuentran alejadas de los grandes centros urbanos. Considerando lo anterior, el proyecto creó un manual con información sobre yoga, meditación, atención plena y educación ambiental experiencial que se entregó a los participantes, lo que les permitía tener a la mano la información de cómo realizar los ejercicios paso a paso.

La capacitación se realizó en tres módulos de tres días cada uno, lo que fue apropiado para brindar las herramientas a los participantes en cortos periodos de tiempo. Es importante dar suficiente tiempo al cierre para permitir la retroalimentación de la experiencia por los participantes.

“Escuchando tu Naturaleza” permitió la renovación pedagógica con metodologías y herramientas de desarrollo personal y educación ambiental experiencial para la expansión de capacidades y el fortalecimiento de la construcción de relaciones armónicas entre los niños, niñas, adolescentes y su entorno natural.



Somos un fondo privado colombiano con 20 años de experiencia en inversiones sostenibles en ambiente y niñez. Detonamos oportunidades y generamos conexiones que faciliten el aprendizaje y trabajo colectivo dentro de la organización y con otras instituciones tanto públicas como privadas. [Conoce todas nuestras publicaciones aquí.](#)

(+57) 1 285 3862 ext 101 • Cra 7 N° 32 - 33 piso 27 • Bogotá - Colombia

 @FondoAcción • www.fondoaccion.org