

Título:	Iniciativa Interuniversitaria de Desarrollo Regional “Implementación del Enfoque de Mejoramiento de Vida a través de procesos de planificación participativa en comunidades de los cantones de La Cruz y Liberia, 2012-2014”.
País:	Costa Rica
Nombre de ex-becario/a. Año del curso de capacitación	Nombre exbecaria: Lilliam Canales Pizarro (exbecaria, I Sub Coordinadora de la REDCAM-drp) Año del curso: 2010 Zeidy Mata Mejía (<u>no becaria</u> , actual II Sub Coordinadora de REDCAM-drp) y coordinadora de esta Iniciativa Interuniversitaria
Organización objeto:	Programa de Regionalización Interuniversitaria del Consejo Nacional de Rectores (CONARE). La Universidad Estatal a Distancia (UNED) como responsable de la iniciativa y el Instituto Nacional de Desarrollo Rural (INDER) como contraparte.
Area objeto y nombre de comunidad:	Asentamiento Valle Real. Cantón de La Cruz Provincia de Guanacaste
Comunitarios objeto: (población, sexo, edad, número de participantes, etc.)	En cada sesión de trabajo asisten de 20 a 35 personas, hombres y mujeres, jóvenes y adultos, con edades entre los 15 a 75 años que representan a 31 familias del asentamiento.

1. Detalles

Situación	
Situación o problemas antes de MV	<ul style="list-style-type: none"> • Asentamiento campesino apoyado por el Instituto Nacional de Desarrollo Rural (INDER). Conformado por parcelas de 4 hectáreas cada una. Las personas habitantes tienen pocos o nulos vínculos entre ellas, debido al poco tiempo de habitar el lugar y a que proceden de diferentes lugares del cantón de La Cruz. • Bajo grado de escolaridad en todas las personas adultas. • Falta de empleo e iniciativa para creación de emprendimientos. • Personas individualistas con dificultades para el trabajo en equipo y la organización comunal. • Desinterés por la limpieza y embellecimiento de la comunidad. • Casas con falta de higiene y mantenimiento. • Falta de equidad y corresponsabilidad en las relaciones familiares. • Poca importancia en el cuidado de la flora y la fauna. • Falta de autocuidado y estilos de vida saludables.

Qué hicieron?	Ex-becarios	<ul style="list-style-type: none"> • Solicitud a la academia para la integración del Asentamiento Valle Real dentro de la población meta de la iniciativa “Implementación del Enfoque de Mejoramiento de Vida (Seikatsu Kaizen), a través de Procesos de Planificación Participativa, en comunidades de los cantones de La Cruz y Liberia, 2012-2014”, • El INDER ha mantenido el apoyo como contraparte, con transportes, alimentación y con recurso humano a través de su representante exbecaria y de otra funcionaria que forman parte del equipo de facilitadores y en conjunto con la representante de la UNED han coordinado acciones interinstitucionales y dado seguimiento de cerca a las actividades realizadas por la comunidad. • Se desarrollaron los talleres propuestos en la guía metodológica del Mejoramiento de Vida, y se adaptaron algunas dinámicas acuerdo a las características de la población. • Facilitación de talleres para que la comunidad elaborara planes de acción en ejes: social, económico, salud, ambiental y cultural; para la solución de problemas y la promoción de la calidad de vida. • Visitas periódicas para el seguimiento de los planes de acción. • Ejecución del Programa Integral de Alimentos del Instituto de Desarrollo Rural (INDER), como respuesta a solicitud de apoyo de recursos para la producción de granos básicos (enfoque convencional). • La Caja Costarricense de Seguro Social les está facilitando capacitación en el tema “Estilos de Vida Saludables”, para la promoción de la salud integral; esto por solicitud de la comunidad y coordinación interinstitucional.
	Promotores	
	Comunidades	<ul style="list-style-type: none"> • Participación activa en los talleres de capacitación y apropiación del Enfoque de Mejoramiento de Vida. • Fortalecimiento de los valores como el sentido de pertenencia a la comunidad y la toma de decisiones por consenso. • Disposición de trascender el asistencialismo institucional como la única manera de satisfacer para sus necesidades.
Situación después de MV		<ul style="list-style-type: none"> • Autogestión de proyectos para la mejora social, económica, salud, ambiental y cultural; para esto se organizaron en comités para trabajar cada eje. Ejemplos: limpieza y reparación de la casona de reuniones de la comunidad, acciones de autocuidado como protegerse del sol mientras realizan trabajo de campo. • Autogestión de solicitud de capacitación y educación secundaria en la comunidad. • Participación en nuevos procesos de capacitación: 1- Estilos de vida saludable. 2- Manejo de desechos sólidos 3- Raíces y tubérculos, entre otros. • Participación en el I Encuentro Nacional de Grupos de Mejoramiento de Vida, organizado por la REDCAM-drp Capítulo Costa Rica.

Logros	
Logro Cuantitativo	<ul style="list-style-type: none"> • Se beneficiaron directamente 31 familias con la capacitación en el Enfoque de Mejoramiento de Vida. • Han mejorado la diversificación de sus actividades productivas con 14 granjas avícolas, 1 chanchera, 1 invernadero, una pulpería en una casa de habitación, venta de productos derivados del maíz y confección de prendas de vestir. • Un documento que dispone de planes de acción en los ejes social, económico, salud, ambiental y cultural; cada eje dispone de al menos 3 proyectos y actividades específicas. • Dieron valor agregado a algunos de sus productos agropecuarios y aprovecharon a venderlos, por ejemplo: elotes cocidos, tamales, pan casero.
Logro Cualitativo	<ul style="list-style-type: none"> • Aprovechamiento de los recursos locales en la implementación de mejoras diarias tales como alimentación balanceada, por ejemplo. • Algunas personas se motivaron a terminar la educación primaria y otras se matricularon este año en programa especial de educación secundaria. • Permanencia durante el proceso de capacitación y ejecución de los planes de acción. • Mejoraron en las relaciones familiares y con los vecinos. • La niñez recibió la capacitación del Enfoque de mejoramiento de vida, lo que facilita las mejoras a nivel familiar.
Voces sobre cambio entre el antes y después de MV	
Promotores	Los miembros del equipo interinstitucional (Caja Costarricense de Seguro Social, Instituto Mixto de Ayuda Social, Ministerio de Agricultura y Ganadería, Consejo Nacional de Producción y Municipalidad de La Cruz) manifiestan su satisfacción al acompañar a la comunidad en el proceso de mejoramiento de vida desde un Enfoque diferente al convencional.
Comunitarios	<p>Lecciones aprendidas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajo en equipo y autogestión. • Elaboración de proyectos a nivel comunal. • Las buenas relaciones entre vecinos y familia son parte del mejoramiento. • Protección de los recursos naturales. • Aprovechamiento de los recursos locales para mejorar sin requerimiento de dinero. • Se debe mejorar en todo, no solo en la parte económica. • Satisfacción por la atención recibida por los facilitadores del enfoque de mejoramiento de vida.
Evaluación y Observación (basadas en las voces de los comunitarios)	
Evaluación	Elija uno entre (Excelente, Bueno , Satisfactorio, No Satisfactorio):
Justificación de la	Bueno : Con base en el compromiso mostrado por los participantes durante todo el

evaluación	proceso, sus cambios de actitud y el inicio de actividades de autogestión, las personas facilitadoras del Enfoque consideran como bueno el abordaje realizado.
Claves del éxito o Comentarios para mejorar en los casos de No Satisfactorios	<p>Integración de miembros (ex becarios) del Equipo de Mejoramiento de Vida del cantón de La Cruz.</p> <p>Existe un equipo interinstitucional e interdisciplinario consolidado que apoyó en la etapa de capacitación y actualmente apoya en el seguimiento de los planes de acción comunal.</p> <p>Se cuenta con una guía metodológica para el abordaje del enfoque de mejoramiento de vida.</p> <p>Disponibilidad de presupuesto para el desarrollo de los talleres de capacitación y el seguimiento de los planes de acción, asignado por el CONARE y la Universidad Estatal a Distancia, con el apoyo como contraparte prioritaria del INDER y de las demás instituciones mencionadas.</p>
Otros (si hay)	Acompañamiento en el proceso de la REDCAM-drp.

2. Fotos

Antes de MV	Después de MV
	
<p>Explicación:</p> <p>Antes. Al iniciar con el proceso de Mejoramiento de Vida las personas participantes se relacionaban poco, incluso durante las reuniones, la casa de reunión estaba sin mantenimiento entre otras situaciones.</p> <p>Después. Después de la etapa de capacitación la comunidad inició la autogestión de planes de mejora en los ejes social, económico, salud, ambiental y cultural, entre los que contemplaron acciones como limpieza de la comunidad, arreglo de la casa de reuniones, actividades para la integración grupal y recibimiento de grupos y exbecarios de otros países (tal es el caso de México) para dar a conocer su experiencia.</p>	



Título:	Iniciativa Interuniversitaria de Desarrollo Regional “Implementación del Enfoque de Mejoramiento de Vida a través de procesos de planificación participativa en comunidades de los cantones de La Cruz y Liberia, 2012-2014”.
País:	Costa Rica
Nombre de ex-becario/a. Año del curso de capacitación	Zeidy Mata Mejía (<u>no becaria</u> , actual II Sub Coordinadora de REDCAM-drp) y coordinadora de esta Iniciativa Interuniversitaria
Organización objeto:	Programa de Regionalización Interuniversitaria del Consejo Nacional de Rectores (CONARE). La Universidad Estatal a Distancia (UNED) como responsable de la ejecución de la iniciativa en esta comunidad.
Area objeto y nombre de comunidad:	Las Brisas Cantón de La Cruz Provincia de Guanacaste
Comunitarios objeto: (población, sexo, edad, número de participantes, etc.)	En cada sesión de trabajo participan de 15 a 20 personas, hombres y mujeres con edades entre los 15 a los 70 años.

1. Detalles

Situación	
Situación o problemas antes de MV	<p>Las personas participantes presentaban:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bajo grado de escolaridad en todas las personas adultas. • Falta de empleo. • Falta de autocuidado y estilos de vida saludables. • Falta de emprendimientos y comercialización de los productos. • Falta de equidad y corresponsabilidad en las relaciones familiares. <p>La comunidad presentaba:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Falta de un parque y zona recreativa. • Falta de embellecimiento a la comunidad. • Ríos contaminados con residuos sólidos que lanzan las familias. • Dificultades para la organización comunal en la realización de proyectos conjuntos.
Qué hicieron?	Ex-becarios
	<ul style="list-style-type: none"> • Se desarrollaron los talleres propuestos en la Guía Metodológica del Mejoramiento de Vida, y se adaptaron algunas dinámicas de acuerdo a las características de la población.

		<ul style="list-style-type: none"> • Facilitación de sesiones para la elaboración de planes de acción en ejes: social, económico, salud, ambiental y cultural; para la solución de problemas y la promoción de la calidad de vida, por parte de la comunidad. • Visitas periódicas para el seguimiento de los planes de acción.
	Promotores	
	Comunidades	<ul style="list-style-type: none"> • Participación activa en los talleres de capacitación y apropiación del Enfoque de Mejoramiento de Vida. • Disposición al trabajo en equipo para la autogestión de proyectos. Se organizaron en comités para trabajar los planes de acción de acuerdo a los ejes. • Solicitudes de apoyos específicos a las instituciones. • Disposición de trascender el asistencialismo institucional como la única manera de satisfacer para sus necesidades. • Participación en el curso de “Estilos de Vida Saludables”, que facilitará la Caja Costarricense de Seguro Social, de agosto a diciembre con sede en el Puesto de Salud de Las Brisas. Esto como coordinación interinstitucional y solicitud de la comunidad. • Asistieron a las capacitaciones de “Seguridad Comunitaria” facilitadas por la Policía de Frontera, que se realizaron en la comunidad. Esto como coordinación interinstitucional y solicitud de la comunidad.
Situación después de MV		<ul style="list-style-type: none"> • Organización en comités para autogestionar los proyectos de mejora social, económica, salud, ambiental y cultural. Ejemplos: cartas firmadas por toda la comunidad solicitando mejor servicio de médico y de agua potable; realización de caminatas comunales así como venta de comidas típicas por algunas de las participantes. • Participación en el I Encuentro Nacional de Grupos de Mejoramiento de Vida, organizado por la REDCAM-drp Capítulo Costa Rica.
Logros		
Logro Cuantitativo		<ul style="list-style-type: none"> • Al menos 15 familias se beneficiaron con la capacitación en el Enfoque de Mejoramiento de Vida, ya que de los participantes algunos eran miembros de una misma familia. • Un documento que dispone de planes de acción en los ejes social, económico, salud, ambiental y cultural; cada eje dispone de al menos 3 proyectos y actividades específicas. • Venta de algunos de sus productos agropecuarios: tortillas, pan de harina y maíz, queso y cuajada, frijoles, maíz, entre otros.
Logro Cualitativo		<ul style="list-style-type: none"> • Mejoró la comunicación y organización entre compañeros del grupo para compartir actividades sociales y proyectos comunitarios. • Interés por hacer mejoras en el autocuidado principalmente la alimentación balanceada y el ejercicio físico. • Interés por impulsar sus emprendimientos. • Motivación para mejorar cada día. • Algunos de sus hijos (as) recibieron la capacitación del Enfoque de

	mejoramiento de vida, lo que facilita las mejoras a nivel familiar.
Voces sobre cambio entre el antes y después de MV	
Promotores	Los miembros del equipo interinstitucional (Caja Costarricense de Seguro Social, Instituto Mixto de Ayuda Social, Ministerio de Agricultura y Ganadería, Consejo Nacional de Producción y Municipalidad de La Cruz) manifiestan su satisfacción al acompañar a la comunidad en el proceso de mejoramiento de vida desde un Enfoque diferente al convencional.
Comunitarios	Lecciones aprendidas: <ul style="list-style-type: none"> • Importancia de trabajar en equipo. • La comunicación y organización debe mejorar primero. • A participar y exponer en reuniones y sesiones de trabajo. • Que toda visión requiere un objetivo claro para poder alcanzarlo. • A aprovechar los recursos que hay en la comunidad.
Evaluación y Observación (basadas en las voces de los comunitarios)	
Evaluación	Elija uno entre (Excelente, Bueno , Satisfactorio, No Satisfactorio):
Justificación de la evaluación	Bueno: Con base en el compromiso mostrado por las participantes durante todo el proceso, sus cambios de actitud y el inicio de actividades de autogestión como solicitud de mejoras en el servicio de atención médica y agua potable, así como el fortalecimiento de emprendimientos como venta de comidas típicas, las personas facilitadoras del Enfoque consideran como bueno el abordaje realizado.
Claves del éxito o Comentarios para mejorar en los casos de No Satisfactorios	Integración de miembros (ex becarios) del Equipo de Mejoramiento de Vida del cantón de La Cruz. Existe un equipo interinstitucional e interdisciplinario consolidado que apoyó en la etapa de capacitación y actualmente apoya en el seguimiento de los planes de acción comunal. Se cuenta con una Guía Metodológica para el abordaje del Enfoque de Mejoramiento de Vida. Disponibilidad de presupuesto para el desarrollo de los talleres de capacitación y el seguimiento de los planes de acción, asignado por el CONARE y la Universidad Estatal a Distancia, así como el apoyo como contraparte de las instituciones mencionadas.
Otros (si hay)	Acompañamiento en el proceso de la REDCAM-drp.

2. Fotos

Antes de MV	Después de MV
	

Explicación:

Antes:

Al iniciar con la capacitación del Enfoque Mejoramiento de Vida, los y las participantes mostraban timidez para relacionarse y para trabajar en grupos. Constantemente se les tenía que estar motivando a integrarse y compartir sus ideas con el grupo.

Después:

Durante y al concluir la primera etapa de capacitación, los/as participantes lograron interactuar y organizarse para el desarrollo de las actividades propuestas en las sesiones, así como iniciar la autogestión de sus proyectos de mejoras en los ejes social, económico y cultural, para lo que se reúnen una vez al mes con el equipo de apoyo interinstitucional y de una a dos veces independientemente.



Título:	Iniciativa Interuniversitaria de Desarrollo Regional “Implementación del Enfoque de Mejoramiento de Vida a través de procesos de planificación participativa en comunidades de los cantones de La Cruz y Liberia, 2012-2014”.
País:	Costa Rica
Nombre de ex-becario/a. Año del curso de capacitación	Zeidy Mata Mejía (<u>no becaria</u> , actual II Sub Coordinadora de REDCAM-drp) y coordinadora de esta Iniciativa Interuniversitaria
Organización objeto:	Programa de Regionalización Interuniversitaria del Consejo Nacional de Rectores (CONARE). La Universidad Estatal a Distancia (UNED) como responsable de la ejecución de la iniciativa en esta comunidad.
Area objeto y nombre de comunidad:	La Libertad Cantón de La Cruz Provincia de Guanacaste
Comunitarios objeto: (población, sexo, edad, número de participantes, etc.)	En cada sesión de trabajo asisten de 6 a 3 personas, (3 hombres y 3 mujeres), con edades entre los 20 a 65 años. Estas personas representantes de la comunidad de La Libertad, para las capacitaciones generales asisten a la Escuela de Las Brisas (comunidad aledaña con mayor población) y para el seguimiento de los planes de acción, se reúnen por aparte con el equipo de facilitadores.

1. Detalles

Situación	
Situación o problemas antes de MV	<p>En los (as) participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bajo grado de escolaridad en todas las personas adultas. • Falta de empleo e iniciativa para creación de emprendimientos. • Personas individualistas con dificultades para el trabajo en equipo y la organización comunal. • Falta de equidad y corresponsabilidad en las relaciones familiares. <p>En la comunidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comunidad de áreas de recreación. • Falta de áreas mantenimiento y embellecimiento de la comunidad. • Manejo inadecuado de los desechos sólidos. • Desinterés por el cuidado de flora y fauna. • Falta de autocuidado y estilos de vida saludables.

Qué hicieron?	Ex-becarios	<ul style="list-style-type: none"> Se desarrollaron los talleres propuestos en la guía metodológica del Mejoramiento de Vida, y se adaptaron algunas dinámicas acuerdo a las características de la población. Facilitación de talleres para que la comunidad elaborara planes de acción en ejes: social, económico, salud, ambiental y cultural; para la solución de problemas y la promoción de la calidad de vida. Visitas periódicas para el seguimiento de los planes de acción. Participación en el curso de “Estilos de Vida Saludables”, que facilitará la Caja Costarricense de Seguro Social, de agosto a diciembre con sede en el Puesto de Salud de Las Brisas. Esto como coordinación interinstitucional y solicitud de la comunidad. Los representantes de La Libertad asistieron a las capacitaciones de “Seguridad Comunitaria” facilitadas por la Policía de Frontera, que se realizaron en la comunidad de Las Brisas. Esto como coordinación interinstitucional y solicitud de la comunidad.
	Promotores	
	Comunidades	<ul style="list-style-type: none"> En todos los talleres de capacitación los representantes de esta comunidad mostraron apropiación del Enfoque de Mejoramiento de Vida y participación activa de las actividades que se realizaron. Concientización de la necesidad de realizar proyectos comunales de forma organizada y en equipo. Disposición de trascender el asistencialismo institucional como la única manera de satisfacer para sus necesidades.
Situación después de MV		<ul style="list-style-type: none"> Autogestión de proyectos para la mejora social, económica, salud, ambiental y cultural; para esto se organizaron en comités para trabajar cada eje. Ejemplos: limpieza y reparación de la casona de reuniones de la comunidad, acciones de autocuidado como protegerse del sol mientras realizan trabajo de campo. Capacidad de emitir solicitudes explícitas a entidades gubernamentales para la obtención de cursos en temas agropecuarios y recibimiento de atención médica. Participación en el I Encuentro Nacional de Grupos de Mejoramiento de Vida, organizado por la REDCAM-drp Capítulo Costa Rica.
Logros		
Logro Cuantitativo		<ul style="list-style-type: none"> Se beneficiaron directamente al menos 4 familias con la capacitación en el Enfoque de Mejoramiento de Vida. Un documento que dispone de planes de acción en los ejes social, económico, salud, ambiental y cultural; cada eje dispone de al menos 3 proyectos y actividades específicas. Dieron valor agregado a algunos de sus productos agropecuarios y aprovecharon a venderlos, por ejemplo: helados, carne de cerdo, tamales, entre otros.
Logro Cualitativo		<ul style="list-style-type: none"> Aprovechamiento de los recursos locales en la implementación de mejoras diarias en sus casas, por ejemplo arreglo de las cercas, aseo en

	<ul style="list-style-type: none"> • Permanencia durante el proceso de capacitación y ejecución de los planes de acción. • Organización efectiva del tiempo para asistir a capacitaciones y reuniones. • Apertura al intercambio experiencias con los demás. • Mejoras en la organización entre vecinos para realizar proyectos en beneficio de la comunidad.
Voces sobre cambio entre el antes y después de MV	
Promotores	Los miembros del equipo interinstitucional (Instituto Mixto de Ayuda Social, Ministerio de Agricultura y Ganadería, Consejo Nacional de Producción y Municipalidad de La Cruz) manifiestan su satisfacción al acompañar a la comunidad en el proceso de mejoramiento de vida desde un Enfoque diferente al convencional.
Comunitarios	<p>Lecciones aprendidas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se requiere organización y unión para lograr lo que se propone. • Importancia de delegar acciones entre todos los vecinos. • Erradicar el individualismo en la comunidad. • Compartir actividades en familia y con vecinos.
Evaluación y Observación (basadas en las voces de los comunitarios)	
Evaluación	Elija uno entre (Excelente, Bueno, Satisfactorio , No Satisfactorio):
Justificación de la evaluación	Se evalúa como satisfactorio debido a que se esperaba que más miembros de la comunidad se integraran a la capacitación, sin embargo, las personas que asisten han demostrado participación activa en las sesiones y deseos de superación.
Claves del éxito o Comentarios para mejorar en los casos de No Satisfactorios	<p>Existe un equipo interinstitucional e interdisciplinario consolidado que apoyó en la etapa de capacitación y actualmente apoya en el seguimiento de los planes de acción comunal.</p> <p>Se cuenta con una guía metodológica para el abordaje del enfoque de mejoramiento de vida.</p> <p>Disponibilidad de presupuesto y recursos para el desarrollo de los talleres de capacitación y el seguimiento de los planes de acción, asignado por el CONARE y la Universidad Estatal a Distancia, con el apoyo como contraparte de las instituciones mencionadas.</p>
Otros (si hay)	Acompañamiento en el proceso de la REDCAM-drp.

2. Fotos

Antes de MV	Después de MV
 A group of people, including men and women, are seated around a long white table in a room with green walls. They appear to be in a meeting or workshop, looking at documents and talking. One man in a white shirt and cap is standing and pointing at a document on the table.	 A man wearing a white short-sleeved shirt and a white cap is standing at a dark wooden podium. He is looking down at a document on the podium. Behind him, a Costa Rican flag is visible. There are flowers on the podium.
<p>Explicación:</p> <p>Antes. Al iniciar con el proceso de Mejoramiento de Vida las personas participantes se relacionaban poco; durante las reuniones participaban activamente sin embargo, al asignarles un trabajo en grupo, todos aportaban pero sin hacer un consenso y preferían repartirse las funciones y cada quien trabajaba en una tarea.</p> <p>Después. Durante y después del proceso los participantes iniciaron a involucrarse más entre ellos y a poner de acuerdo para las actividades asignadas. Además, mejoraron el sentimiento de autoeficacia e iniciaron su autogestión de proyectos y participación en actividades tales como el Encuentro de Mejoramiento de Vida realizado en Liberia, Costa Rica, en febrero 2013.</p>	

Título:	Iniciativa Interuniversitaria de Desarrollo Regional “Implementación del Enfoque de Mejoramiento de Vida a través de procesos de planificación participativa en comunidades de los cantones de La Cruz y Liberia, 2012-2014”.
País:	Costa Rica
Nombre de ex-becario/a. Año del curso de capacitación	Zeidy Mata Mejía (<u>no becaria</u> , actual II Sub Coordinadora de REDCAM-drp) y coordinadora de esta Iniciativa Interuniversitaria
Organización objeto:	Programa de Regionalización Interuniversitaria del Consejo Nacional de Rectores (CONARE). La Universidad Estatal a Distancia (UNED) como responsable de la ejecución de la iniciativa en esta comunidad.
Area objeto y nombre de comunidad:	San Dimas Cantón de La Cruz Provincia de Guanacaste
Comunitarios objeto: (población, sexo, edad, número de participantes, etc.)	En cada sesión de trabajo participan de 6 a 10 personas (de quienes solo una persona es hombre), con edades entre los 25 a los 65 años. Las representantes de San Dimas, asisten a la Escuela de Las Brisas (comunidad aledaña con mayor población) para las capacitaciones generales, mientras que para el seguimiento de los planes de acción se reúnen con el equipo de facilitadores en el Salón Comunal de su comunidad.


1. Detalles

Situación	
Situación o problemas antes de MV	<p>Las personas participantes presentaban:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bajo grado de escolaridad en todas las personas adultas. • Falta de empleo. • Falta de autocuidado y estilos de vida saludables. • Falta de emprendimientos y comercialización de los productos. • Falta de equidad y corresponsabilidad en las relaciones familiares. <p>La comunidad presentaba:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Falta de un parque y zona recreativa (plaza de fútbol) en buen estado. • Falta de embellecimiento a la comunidad. • Falta de mantenimiento a los puentes. • Ríos contaminados con residuos sólidos que lanzan las familias. • Dificultades para la organización comunal en la realización de proyectos conjuntos.
Qué hicieron?	Ex-becarios
	<ul style="list-style-type: none"> • Se desarrollaron los talleres propuestos en la Guía Metodológica del Mejoramiento de Vida, y se adaptaron algunas dinámicas de acuerdo a las características de la población. • Facilitación de sesiones para la elaboración de planes de acción en

		<p>ejes: social, económico, salud, ambiental y cultural; para la solución de problemas y la promoción de la calidad de vida, por parte de la comunidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visitas periódicas para el seguimiento de los planes de acción.
	Promotores	
	Comunidades	<ul style="list-style-type: none"> • Participación activa en los talleres de capacitación y apropiación del Enfoque de Mejoramiento de Vida. • Disposición al trabajo en equipo para la realización de proyectos. • Disposición de trascender el asistencialismo institucional como la única manera de satisfacer para sus necesidades. • Participación en el curso de “Estilos de Vida Saludables”, que facilitará la Caja Costarricense de Seguro Social, de agosto a diciembre con sede en el Puesto de Salud de Las Brisas. Esto como coordinación interinstitucional y solicitud de la comunidad. • Los representantes de San Dimas asistieron a las capacitaciones de “Seguridad Comunitaria” facilitadas por la Policía de Frontera, que se realizaron en la comunidad de Las Brisas. Esto como coordinación interinstitucional y solicitud de la comunidad.
Situación después de MV		<ul style="list-style-type: none"> • Organización en comités para autogestionar los proyectos de mejora social, económica, salud, ambiental y cultural. Ejemplos: acciones de autocuidado como protegerse del sol mientras realizan trabajo de campo y alimentación balanceada, reuniones de coordinación con otros grupos organizados de la comunidad, organización para participar en la feria del agricultor que se realiza cada semana en La Cruz, interés de recibir capacitación en temas de valores, relaciones interpersonales y prevención de adicciones, interés por fortalecer los emprendimientos individuales y el de la Asociación de Mujeres. • Participación en el I Encuentro Nacional de Grupos de Mejoramiento de Vida, organizado por la REDCAM-drp Capítulo Costa Rica.
Logros		
Logro Cuantitativo		<ul style="list-style-type: none"> • De 6 a 10 familias se beneficiaron con la capacitación en el Enfoque de Mejoramiento de Vida. • Un documento que dispone de planes de acción en los ejes social, económico, salud, ambiental y cultural; cada eje dispone de al menos 3 proyectos y actividades específicas. • Venta de algunos de sus productos agropecuarios: miel, tortillas, maracuyá, frijoles, maíz, entre otros.
Logro Cualitativo		<ul style="list-style-type: none"> • Mejoró la comunicación y organización entre compañeras. • Algunos de sus hijos (as) recibieron la capacitación del Enfoque de mejoramiento de vida, lo que facilita las mejoras a nivel familiar. • Motivación para trabajar por la comunidad. • Interés por hacer mejoras en el autocuidado. • Interés por desarrollar sus emprendimientos.

Voces sobre cambio entre el antes y después de MV	
Promotores	Los miembros del equipo interinstitucional (Caja Costarricense de Seguro Social, Instituto Mixto de Ayuda Social, Ministerio de Agricultura y Ganadería, Consejo Nacional de Producción y Municipalidad de La Cruz) manifiestan su satisfacción al acompañar a la comunidad en el proceso de mejoramiento de vida desde un Enfoque diferente al convencional.
Comunitarios	Lecciones aprendidas: <ul style="list-style-type: none"> • A trabajar en equipo. • A organizar y planificar mejor las actividades. • A compartir más con los compañeros y vecinos. • A vencer el temor para hacer proyectos y hablar en público. • Que sin dinero se pueden lograr algunos de los sueños propuestos.
Evaluación y Observación (basadas en las voces de los comunitarios)	
Evaluación	Elija uno entre (Excelente, Bueno , Satisfactorio, No Satisfactorio):
Justificación de la evaluación	Bueno: Con base en el compromiso mostrado por las participantes durante todo el proceso, sus cambios de actitud y el inicio de actividades de autogestión y el fortalecimiento de emprendimientos como venta de miel de abejas, las personas facilitadoras del Enfoque consideran como bueno el abordaje realizado.
Claves del éxito o Comentarios para mejorar en los casos de No Satisfactorios	Integración de miembros (ex becarios) del Equipo de Mejoramiento de Vida del cantón de La Cruz. Existe un equipo interinstitucional e interdisciplinario consolidado que apoyó en la etapa de capacitación y actualmente apoya en el seguimiento de los planes de acción comunal. Se cuenta con una Guía Metodológica para el abordaje del Enfoque de Mejoramiento de Vida. Disponibilidad de presupuesto para el desarrollo de los talleres de capacitación y el seguimiento de los planes de acción, asignado por el CONARE y la Universidad Estatal a Distancia, así como el apoyo como contraparte de las instituciones mencionadas.
Otros (si hay)	Acompañamiento en el proceso de la REDCAM-drp.

2. Fotos

Antes de MV	Después de MV
	

Explicación:

Antes. Al iniciar el proceso de Mejoramiento de Vida los/as participantes no habían identificado sus recursos locales y la importancia de su aprovechamiento sostenible para la realización de mejoras continuas sin requerimiento de dinero. Durante las capacitaciones lograron identificarlos.

Después. Las personas participantes lograron identificar sus recursos locales y diseñar planes de acción para la mejora en los ejes social, económico, salud, ambiental y cultural, e integrar comités para la realización de los proyectos propuestos. Actualmente, se reúnen una vez al mes con el equipo de apoyo interinstitucional y de una a dos veces al mes como comités sin compañía del equipo para dar seguimiento al avance de los planes.

Título:	Implementación del Enfoque de Mejoramiento de Vida (SeikatsuKaizen), a través de procesos de planificación participativa, en comunidades de los cantones de La Cruz y Liberia.2013-2014
País:	Costa Rica
Nombre de ex-becario/a, Año del curso de capacitación	Nombre: Gina Nazareth Rivera Hernández Año del curso: 2012
Organización objeto:	Universidad de Costa Rica
Area objeto y nombre de comunidad:	Area Objeto: Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los habitantes nacionales y migrantes de la Región Chorotega a través del fortalecimiento de las capacidades locales mediante la educación formal, no formal, tics, ambiental y mejora de la productividad, articulando y vinculando esfuerzos entre las universidades y los actores locales, con equidad, responsabilidad social y ambiental Guanacaste, Liberia Comunidad Martina Bustos
Comunitarios objeto: (población, sexo, edad, número de participantes, etc.)	Población: 2500 habitantes N. Participantes: 60 Sexo: Femenino Edad: 20-65 años

1. Detalles


Situación	
Situación o problemas antes de MV	<p>La comunidad Martina Bustos está ubicada en el área noreste de la ciudad de Liberia, Es una zona urbana marginal compuesta en un 90% por población mígrate, los cuales están en estado de ilegalidad en un 70%. La Población posee aproximadamente unas 2500 personas.</p> <p>Antes de desarrollar el proceso del enfoque en la comunidad, las personas que participan en nuestra iniciativa no se conocían, ni tenían una relación directa entre ellas.</p> <p>La comunidad está en riesgo de pobreza extrema y presenta no solo problemas de organización comunal, sino que además el área de salud está comprometida debido a la gran cantidad de basura acumulada a su entrada, en sus calles, más la que es traída desde el basurero Liberia, pues en un 45%, las familias de Martina Bustos dependen de la venta de materiales reciclaje obtenida por medio del “buceo” en ese sitio.</p> <p>Las familias de este barrio no son dueñas de la tierra, se mantienen bajo la figura de la tenencia de la tierra denominada en precario, situación que está buscando ser cambiada por parte de las</p>

		<p>autoridades municipales, pero lamentablemente los dueños de los terrenos no quieren entregarlas a estas personas pues temen que las vendan.</p> <p>Aunque tienen luz eléctrica, no hay acceso por parte de todos al agua potable, pues AYA no pondrá los accesos a las pajas individuales hasta que las familias no tengan títulos de propiedad.</p>
Qué hicieron?	Ex-becarios	<p>Se trabaja en el proyecto de MV en un plan a desarrollar entre los años 2012- 2014-</p> <p>Se está dando seguimiento a la comunidad en un proceso en donde nos acompañan instituciones del sector público, tales como ICE, Ministerio de Salud, IAFA, INAMU, AGEICO, Ministerio de Educación Pública, UNED, UNA e ITCR, cuyo personal fue capacitado durante el 2012 en el enfoque.</p> <p>En el 2012 se dieron talleres para mostrar las características del enfoque a las comunidades, una vez introducida la teoría y la práctica expuesta por las capacitaciones, se finalizó el año 2012 con una propuesta de planes de trabajo elaborados por las personas interesadas, los cuales están siendo desarrollados en este año.</p> <p>En el caso de esta exbecaria, su labor ha sido la coordinación y avance de la iniciativa.</p>
	Promotores	<p>El trabajo con las instituciones que nos apoyan ha sido la de trabajar en conjunto para desarrollar las bases del enfoque y aportar al desarrollo de los planes de acción de las comunidades.</p> <p>Los promotores acompañan semanalmente a las comunidades, brindan apoyo en las capacitaciones y además acompañan el desarrollo de las iniciativas</p> <p>Las instituciones que nos acompañan son: ICE, Ministerio de Salud, IAFA, INAMU, AGEICO, Ministerio de Educación Pública, UNED, UNA e ITCR,</p>
	Comunidades	<p>Las comunidades han recibido las capacitaciones en MV, poniéndolas en práctica en su vida diaria y en la comunal.</p> <p>Han aprendido acerca de la importancia acerca de su cambio de actitud para transformar su realidad. Han hecho comités de acciones para llevar a cabo cambios comunales y personales.</p>
Situación después de MV		<p>Gracias al trabajo desarrollado la comunidad ha sido capaz de desarrollar elementos de organización comunal, familiar y personal, dirigido a cambiar actitudes que no les permitían desarrollar potencialidades individuales y en conjunto.</p>

Logros	
Logro Cuantitativo	<p>60 personas y sus familias que conocen acerca del MV.</p> <p>Mujeres concientes del manejo del tiempo y los recursos familiares.</p> <p>Organización comunal, para conseguir dineros para desarrollar actividades que les permitan comprarle a sus hijos los útiles escolares del próximo año.</p> <p>25 mujeres de la comunidad se forman en reutilización de materiales de desecho.</p> <p>La comunidad limpia sus alrededores.</p> <p>12 mujeres están recibiendo instrucción escolar.</p> <p>Los niños de las familias entre los 0 y los 12 años de edad están siendo diagnosticados tempranamente para ver su desarrollo psicomotor.</p> <p>60 familias son instruidas en estilos de vida saludable, mejora en las relaciones humanas.</p>
Logro Cualitativo	<p>Las participantes son más puntuales</p> <p>Han mejorado sus relaciones interpersonales y familiares</p> <p>Se preocupan más por su presentación personal y por la limpieza de sus casas</p> <p>Se desarrolla un mejor ambiente comunal</p> <p>Se identifican como una comunidad cambiante</p>
Voces sobre cambio entre el antes y después de MV	
Promotores	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se reconoce la capacidad de cambio de las personas 2. Se acepta el enfoque como una oportunidad de cambio comunal 3. Se desarrollan nuevas alianzas entre instituciones
Comunitarios	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se plantea la importancia de la comunidad 2. Se desarrollan nuevas alianzas 3. Se hace un reconocimiento de la importancia de la organización comunal para el cambio.
Evaluación y Observación (basadas en las voces de los comunitarios)	
Evaluación	<p>Excelente: Gracias a las capacitaciones acerca en MV somos más puntuales en las reuniones y eso ha trascendido en otros aspectos.</p> <p>Regular: queremos que más personas de la comunidad se incorporen</p>
Justificación de la evaluación	<p>La evaluación se desarrollo durante el año anterior como parte de las actividades de los talleres. Estas actividades de evaluación fueron parte del cierre del año anterior.</p> <p>La evaluación excelente es parte de los cambios de actitud desarrolladas por las participantes.</p>
Claves del éxito o Comentarios para mejorar en los casos de No	<p>En el caso regular, que se presenta como no satisfactorio, es interesante destacar que ante la cantidad de población, aún son pocas las personas que se han integrado a la actividad de MV. Aún se debe de mejorar la convocatoria para poder abarcar la mayor cantidad de personas</p>

2. Fotos

Antes de MV	Después de MV
	
<p>Explicación: muestra el desarrollo de la vida comunal, antes la comunidad estaba vacía sin interés en compartir, ahora la comunidad participa en las capacitaciones e involucra a sus hijos.</p>	

Antes de MV	Después de MV
	
<p>Explicación: La comunidad está en una zona muy deforestada, pero la comunidad ha comenzado a darle ornato y ha usar material de desecho para sembrar matas</p> <ul style="list-style-type: none">*El tamaño de las fotos deben reducirse para que podamos compartir este informe por correo.*Conserven las fotos originales antes de reducir el tamaño para poder entregar a la oficina de JICA.	



Título:		Implementación del Enfoque de Mejoramiento de Vida (SeikatsuKaizen), a través de procesos de planificación participativa, en comunidades de los cantones de La Cruz y Liberia.2013-2014
País:		Costa Rica
Nombre de ex-becario/a, Año del curso de capacitación	Nombre: Gina Nazareth Rivera Hernández Año del curso: 2012	
Organización objeto:		Universidad de Costa Rica
Area objeto y nombre de comunidad:		Area Objeto: Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los habitantes nacionales y migrantes de la Región Chorotega a través del fortalecimiento de las capacidades locales mediante la educación formal, no formal, tics, ambiental y mejora de la productividad, articulando y vinculando esfuerzos entre las universidades y los actores locales, con equidad, responsabilidad social y ambiental Guanacaste, Liberia Comunidad El Capulín-El Regalito
Comunitarios objeto: (población, sexo, edad, número de participantes, etc.)		Población: 6500 habitantes N. Participantes: 10 Sexo: Femenino Edad: 16 a 50 años
Situación		
Situación o problemas antes de MV		Las comunidades de El Capulín-El Regalito, está ubicada al sureste de la ciudad de Liberia. Tiene como característica principal el que es un barrio con más de 50 años de existir, con características urbanas, El Capulín, con una población marginal adjunta, con aproximadamente unos 25 años de estarse desarrollando. Por un lado son poblaciones insertas dentro de las dinámicas propias de una comunidad urbana, pero a la vez con un grado de pobreza que radica en lo extremo. La comunidad está conformada por aproximadamente unas 6000 personas en su conjunto.
Qué hicieron?	Ex-becarios	Se trabaja en el proyecto de MV en un plan a desarrollar entre los años 2012- 2014- Se está dando seguimiento a la comunidad en un proceso en donde nos acompañan instituciones del sector público, tales como ICE, Ministerio de Salud, IAFA, INAMU, AGECO, Ministerio de Educación Pública, UNED, UNA e ITCR, cuyo personal fue capacitado durante

		<p>el 2012 en el enfoque.</p> <p>En el 2012 se dieron talleres para mostrar las características del enfoque a las comunidades, una vez introducida la teoría y la práctica expuesta por las capacitaciones, se finalizó el año 2012 con una propuesta de planes de trabajo elaborados por las personas interesadas, los cuales están siendo desarrollados en este año.</p> <p>En el caso de esta exbecaria, su labor ha sido la coordinación y avance de la iniciativa.</p>
	Promotores	<p>El trabajo con las instituciones que nos apoyan ha sido la de trabajar en conjunto para desarrollar las bases del enfoque y aportar al desarrollo de los planes de acción de las comunidades.</p> <p>Los promotores acompañan semanalmente a las comunidades, brindan apoyo en las capacitaciones y además acompañan el desarrollo de las iniciativas</p> <p>Las instituciones que nos acompañan son: ICE, Ministerio de Salud, IAFA, INAMU, AGECO, Ministerio de Educación Pública, UNED, UNA e ITCR,</p>
	Comunidades	<p>Las comunidades han recibido las capacitaciones en MV, poniéndolas en práctica en su vida diaria y en la comunal.</p> <p>Han aprendido acerca de la importancia acerca de su cambio de actitud para transformar su realidad. Han hecho comités de acciones para llevar a cabo cambios comunales y personales.</p>
Situación después de MV		<p>Gracias al trabajo desarrollado la comunidad ha sido capaz de desarrollar elementos de organización comunal, familiar y personal, dirigido a cambiar actitudes que no les permitan desarrollar potencialidades individuales y en conjunto.</p>
Logros		
Logro Cuantitativo		<ol style="list-style-type: none"> 1. 10 familias que conocen acerca de la actividad. 2. Se logra la limpieza de las áreas aledañas al río, lográndose la recolección de la basura.
Logro Cualitativo		<ol style="list-style-type: none"> 1. Las participantes son más puntuales 2. Han mejorado sus relaciones interpersonales y familiares 3. Se preocupan más por su presentación personal y por la limpieza de sus casas 4. Se desarrolla un mejor ambiente comunal 5. Se identifican como una comunidad cambiante
Voces sobre cambio entre el antes y después de MV		

Promotores	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se reconoce la capacidad de cambio de las personas 2. Se acepta el enfoque como una oportunidad de cambio comunal 3. Se desarrollan nuevas alianzas entre instituciones
Comunitarios	<ol style="list-style-type: none"> 4. Se plantea la importancia de la comunidad 5. Se desarrollan nuevas alianzas 6. Se hace un reconocimiento de la importancia de la organización comunal para el cambio.
Evaluación y Observación (basadas en las voces de los comunitarios)	
Evaluación	<ol style="list-style-type: none"> 1. Excelente: Apreciación del valor del trabajo que se desarrolla en lo cotidiano. <p>Regular: Queremos que más personas de la comunidad se incorporen</p>
Justificación de la evaluación	<p>La evaluación se desarrollo durante el año anterior como parte de las actividades de los talleres.</p> <p>La evaluación excelente es parte de los cambios de actitud desarrolladas por las participantes.</p>
Claves del éxito o Comentarios para mejorar en los casos de No Satisfactorios	<p>En el caso regular, que se presenta como no satisfactorio, es interesante destacar que ante la cantidad de población, aún son pocas las personas que se han integrado a la actividad de MV. Aún se debe de mejorar la convocatoria para poder abarcar la mayor cantidad de personas</p>
Otros (si hay)	

2. Fotos

Antes de MV	Después de MV
	
<p>Explicación: muestra el desarrollo de la vida comunal, antes la comunidad estaba vacía sin interés en compartir, ahora la comunidad participa en las capacitaciones e involucra a sus hijos.</p>	

Antes de MV	Después de MV
	
<p>Explicación: La comunidad se organiza para la limpieza de la zona el río.</p>	

*El tamaño de las fotos deben reducirse para que podamos compartir este informe por correo.

*Conserven las fotos originales antes de reducir el tamaño para poder entregar a la oficina de JICA.