

# Caja de herramientas para la gestión de riesgos y construcción de un Sistema de Alerta Temprana (SAT) en la Cuenca Binacional del Río Sixaola

## Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD



# Caja de herramientas para la gestión de riesgos y construcción de un Sistema de Alerta Temprana (SAT) en la Cuenca Binacional del Río Sixaola

## Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD



# CRÉDITOS

## **Sandra Sosa Cárcamo**

Representante Residente, Programa de Naciones Unidas para Desarrollo (PNUD)

## **Kifah Sasa Marín**

Representante Residente Adjunto, Programa de Naciones Unidas para Desarrollo (PNUD)

## **Elena Vargas Fonseca**

Oficialía de Programa de Naturaleza, Clima y Energía

**Entidad ejecutora:** Organización para Estudios Tropicales (OET)

**Agencia implementadora y garante técnico:** Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD)

*Proyecto Hacia la Gestión Integrada de los Recursos Hídricos (GIRH) transfronterizos de la Cuenca del Río Sixaola compartida por Costa Rica y Panamá. ID PIMS: 6373*

## **Coordinadora Binacional**

Celeste López Quirós

## **Equipo técnico**

Carlos Coronado Dejuk, coordinador Gestión del Riesgo de Desastres

Juliana Gil Ortiz, especialista de Género y Participación

Carolina González Vargas, asistente técnica-administrativa

Katherine García Gómez, asistente técnica-administrativa

## **Edición y fotografías**

Manuel Sancho Gutiérrez, comunicador

## **Comité Editorial de PNUD**

José Daniel Estrada Sánchez, especialista en Monitoreo y Evaluación

Rafaella Sánchez Mora, especialista en Género

Charleene Cortez Sosa, especialista en Gestión de Conocimiento

Pamela Barrientos Vargas, especialista en Comunicación a.i.

## **Diseño y diagramación**

Emilia Moya Quesada

Primera edición: noviembre, 2024

Está autorizada la reproducción total o parcial de esta publicación con propósitos educativos y sin fines de lucro, siempre que se utilice la referencia respectiva. Para el uso no se requiere ningún permiso especial del titular de los derechos. Este material se encuentra disponible en <https://sixaola.org/> y <https://pnud-conocimiento.cr>

### **Para indicar la fuente se solicita realizarlo de la siguiente manera:**

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD]. (2014) Caja de herramientas para la gestión de riesgos y construcción de un Sistema de Alerta Temprana (SAT) en la Cuenca Binacional del Río Sixaola. Costa Rica.

PNUD-Costa Rica agradecerá que se remita un ejemplar de cualquier texto elaborado con base en la presente publicación.

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, Costa Rica.

Edificio Sigma, Edificio B, Piso 3, San Pedro de Montes de Oca, Costa Rica

Teléfono: (506) 2296-1544

Web: <https://www.undp.org/costa-rica>

Email: [registry.cr@undp.org](mailto:registry.cr@undp.org) / [comunicaciones.cr@undp.org](mailto:comunicaciones.cr@undp.org)

Derechos de propiedad intelectual:

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD-Costa Rica)

© 2024

### **Propiedad intelectual del documento**

Todo el contenido y materiales presentes en este documento son propiedad intelectual de PNUD CR. Cualquier reproducción, distribución o uso no autorizado o contrario a los fines de la organización está estrictamente prohibido sin el previo consentimiento por escrito de la organización. Todos los derechos reservados.

### **Posición del autor y del PNUD**

Las opiniones expresadas en este documento son únicamente las del autor y no reflejan necesariamente las posturas oficiales de toda la organización. Este trabajo fue desarrollado por encargo del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), y no compromete las opiniones institucionales del mismo.

### **Errores de escritura intencionales**

Los errores de escritura percibidos en este documento son deliberados, ya que se ha optado por mantener el tono y la esencia original de los comentarios aportados por las personas participantes, con el fin de reflejar fielmente sus contribuciones.



Fotografías: Manuel Sancho Gutiérrez  
Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD

## ÍNDICE

	Introducción _____	9
	Objetivos _____	12
	Concepción metodológica _____	13
	Plan temático: 4 módulos para mejorar la gestión de riesgos _____	16
	Especificaciones para impartir los talleres _____	24
	Reglas de los talleres _____	26
	Paso a paso ¿Cómo lo hacemos? _____	28
	<b>Módulo 1: ¿Qué es la gestión de riesgos?</b> _____	<b>33</b>
	Taller #1: Conceptos generales sobre gestión de riesgos _____	<b>33</b>
	♀ Taller #2: Gestión de riesgos con perspectiva de género _____	<b>33</b>
	Taller #3: Partes de un Sistema de Alerta Temprana (SAT) inclusivo _____	<b>33</b>



<b>Módulo 2: Herramientas para la gestión de riesgos ¿Cómo nos preparamos en nuestra comunidad?</b>	<b>34</b>
Taller #1: Creación de planes comunales de emergencia	34
Taller #2: Manejo de radios de comunicación	34
Taller #3: Primeros auxilios básicos comunitarios	34
♀ Taller #4: Primeros auxilios psicológicos (PAP) con perspectiva de género	34
Taller #5: Pluviómetros artesanales comunitarios	34



<b>Módulo 3: Momento de pausa ¿Qué hemos aprendido y hacia dónde vamos?</b>	<b>35</b>
♀ Línea de tiempo humana	35
♀ Análisis de casos	35
♀ Expectativa de gestión de riesgos en la Cuenca Binacional del Río Sixaola	35



<b>Módulo 4: Equipo e información ¿Cómo actuamos cuando golpea un desastre?</b>	<b>36</b>
♀ Taller #1: Gestión de albergues con perspectiva de género	36
Taller #2: Realizar un simulacro	36



*Fotografía: Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD*



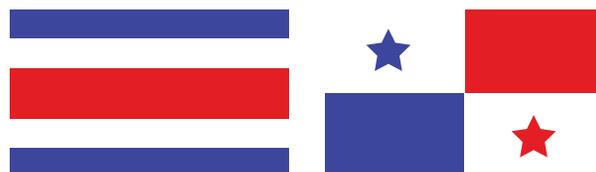
## Introducción

Los ríos suelen formar un lecho o llanura de inundación. Es el caso de la Cuenca Binacional del Río Sixaola ubicada mayoritariamente en Talamanca de Costa Rica y Changuinola, Bocas del Toro de Panamá. Tenemos zonas planas en las orillas del río que se inundan con frecuencia. Las comunidades de Talamanca y Bocas del Toro han convivido con inundaciones históricamente.

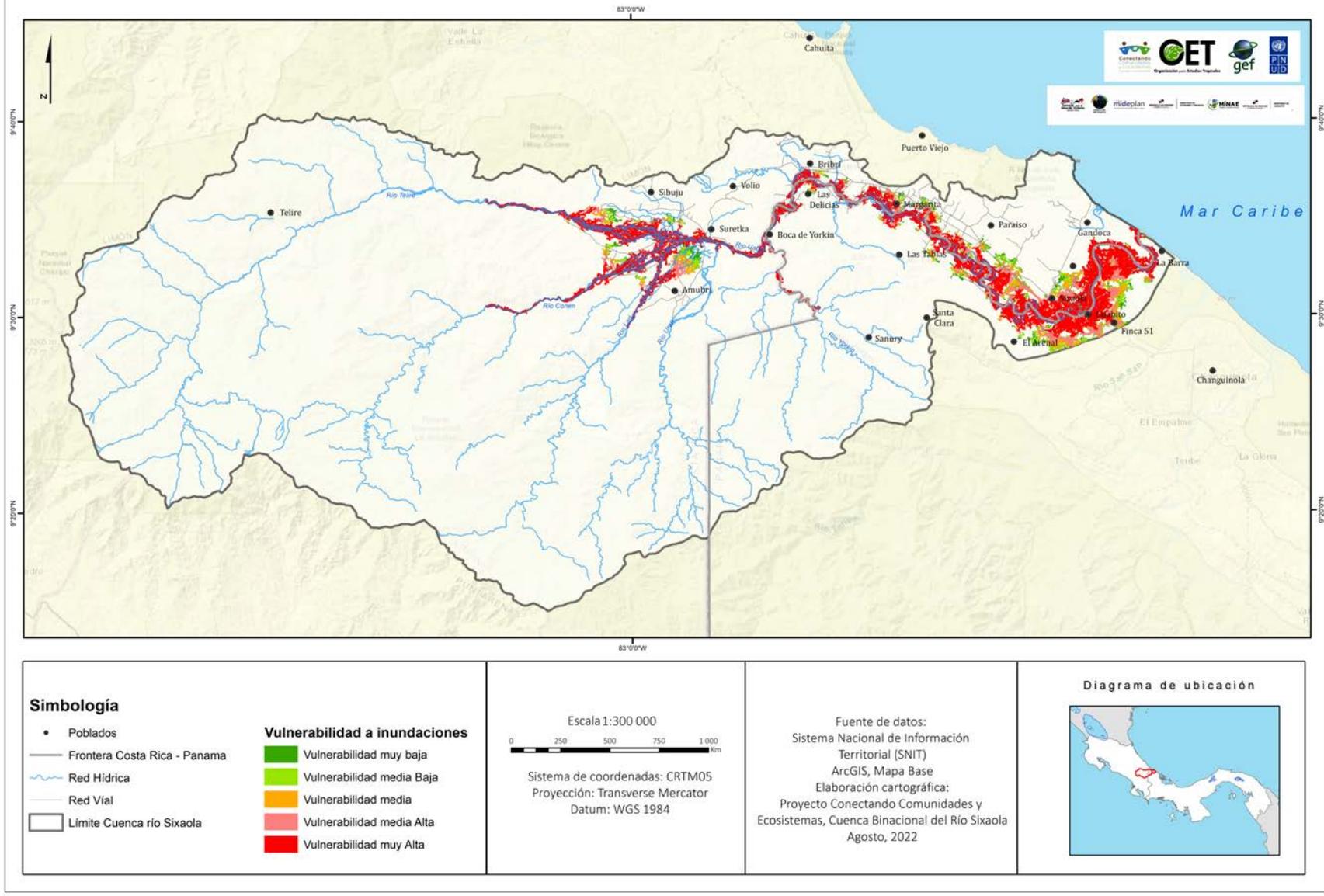
Si estas zonas de margen no se utilizan de forma intensiva, las inundaciones frecuentes no deben representar una amenaza, ya que suelen ser esperadas. Sin embargo en la Cuenca del Sixaola y muchos otros sitios de Costa Rica y Panamá, hay actividad humana en esas orillas de río que aumenta el riesgo de que un desastre ocurra.

Existe un proceso natural de erosión por la fuerza del viento y del agua. Suelo y rocas son transportados aguas abajo en forma de sedimentos a través de los ríos. Necesitamos comprender cómo se mueven estos sedimentos y cómo se genera la erosión en la Cuenca. Es vital para gestionar el territorio y vivir con seguridad.

Pero la Cuenca Binacional enfrenta otro tipo de erosión debido a prácticas agrícolas insostenibles y deforestación. Esto se suma a las condiciones de fuertes lluvias de la región. Cuando hay lluvias intensas, especialmente en periodos cortos, y se encuentra una importante cantidad de sedimentos procedentes de la erosión, el río se expande hacia su llanura de inundación provocando inundaciones dañinas.



## Vulnerabilidad a inundaciones, Cuenca río Sixaola, 2022



Mapa de vulnerabilidad a inundaciones en la Cuenca Binacional del Río Sixaola:  
Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD  
Disponible en: <https://www.sixaola.org/mapas.php>

El **Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas** es implementado por el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) Oficina de Costa Rica, ejecutado por la Organización para Estudios Tropicales (OET) y financiado por el Fondo para el Medio Ambiente Mundial (GEF).

Trabajamos acciones para mejorar la gestión de riesgos en la Cuenca Binacional del Río Sixaola y construir un Sistema de Alerta Temprana (SAT), para que las comunidades, organizaciones locales e instituciones puedan responder mejor a los riesgos de inundación. Este y todos nuestros componentes de trabajo también buscan impulsar la igualdad de género y una mayor participación activa de las mujeres.

Esta caja de herramientas forma parte de nuestro esfuerzo por fortalecer las capacidades de comunidades, personas, organizaciones e instituciones a ambos lados de la frontera. Durante los últimos tres años, hemos brindado apoyo y llevado a cabo diversos talleres enfocados en diversos temas y conceptos alrededor de la gestión de riesgos.

Este material sistematiza y organiza la información de los temas y talleres impartidos. Gracias a este recurso educativo, tanto las personas que participaron en los talleres como aquellas que no lo hicieron podrán adquirir el conocimiento necesario para replicar las enseñanzas, lo que les permitirá desarrollar sus propios procesos personales, comunitarios y culturales para mejorar la gestión de riesgos.

Partimos de un detalle vital: las personas deben apropiarse de sus procesos; ser gestoras y actores de sus realidades; y partir del conocimiento propio y teórico para generar mayor conciencia y sensibilización. Esto es importante para enfrentar los problemas ambientales y sociales que afectan a la Cuenca y sus comunidades. Esta caja de herramientas es un instrumento para promover la participación activa de las comunidades y personas, y su apropiación de procesos de enseñanza.

Este documento sirve como guía para personas, organizaciones, comités comunales o locales de emergencia y otros grupos, ayudándoles a comprender la gestión de riesgos y a transmitir esta información a sus vecinas, vecinos, amistades, familiares y redes comunitarias. ¿Qué es el riesgo? ¿Qué es la vulnerabilidad? ¿Cómo podemos elaborar un plan comunal de emergencias? Estos son algunos de los conceptos y temas que podrán desarrollar en sus propios talleres y sesiones de aprendizaje.

No es un libro de metodologías. Es una guía para usar materiales y enseñar/aprender sobre gestión de riesgos ante inundaciones en la Cuenca Binacional del Río Sixaola. Pero también puede ser útil para comunidades en otros espacios de Costa Rica y Panamá.





## Objetivos

### Objetivo general

Fortalecer conocimientos y capacidades en torno a la gestión de riesgos y los Sistema de Alerta Temprana (SAT), partiendo de los diferentes procesos y acciones necesarias para contemplar riesgos sociales y ambientales, que son necesarios para prever y mitigar situaciones y amenazas relacionadas con desastres, para el impulso de la aplicación y apropiación de conocimientos teóricos fundamentales sobre el tema.

### Objetivos específicos

- Consolidar conocimientos en torno a la gestión de riesgos partiendo de aspectos indispensables para la réplica y aplicación de conceptos y aspectos indispensables para generar más información, concientización y acción comunitaria.
- Identificar elementos específicos de género para una mayor concientización y conocimiento sobre temas diferenciados entre hombres y mujeres frente a los desastres.
- Determinar conceptos claves indispensables para generar un proceso de aplicación y conocimiento eficaz sobre los temas a abordar.



## Concepción metodológica

**“Partir de la práctica, teorizar,  
y volver a la práctica para transformarla.”**

*Oscar Jara Holliday – Educador popular y sociólogo*

### Perspectiva de género.

Los desastres no afectan a todas por igual. Mujeres y niñas viven de forma desproporcionada y diferenciada los efectos. La gestión de riesgos debe reconocer e impulsar la participación activa de las mujeres, para sumar en la lucha por la igualdad de género. En la medida de lo posible (si el tema así lo permite) cada uno de los talleres debe tener temas sobre la perspectiva de género.

En las sesiones, se deben observar y analizar las diferencias que alejan a las mujeres de una participación y validación de sus derechos. Igualmente se debe explicar que si no se toman en cuenta esas brechas, aumentará la vulnerabilidad social y ambiental de las mujeres. La caja de herramientas nos propone ponernos los lentes de género para producir mayor conocimiento y concientización en torno a los impactos diferenciados que viven las mujeres en todos los espacios, incluyendo los desastres y cómo nos preparamos.

### Interculturalidad

Se busca reconocer la diversidad étnico-cultural presente en la Cuenca Binacional del Río Sixaola, partiendo de las diferentes cosmovisiones, creencias e interpretaciones de las personas, y cómo se relacionan con el ecosistema y los procesos sobre gestión de riesgos. Estas cosmovisiones deben ser validadas, comprendiendo su significado e importancia para la población, y su relación cómo parte de la identidad e historia de los pueblos y comunidades. Una concepción intercultural ayudará a generar la apropiación, réplica y validación no solo de los temas impartidos en los talleres, si no de los conocimientos propios y comunales de las formas con las cuales enfrentan las distintas problemáticas, incluyendo las inundaciones.





## Módulo 1: ¿Qué es la gestión de riesgos?

- Conceptos generales sobre
- Perspectiva de género
- Partes de un Sistema de Alerta Temprana (SAT)

## Módulo 2: Herramientas

- Planes comunales de emergencia
- Radios de comunicación
- Primeros auxilios básicos
- Pluviómetros comunitarios

## Módulo 4: Equipo e información

- Albergues con perspectiva de género
- Simulacro

## Módulo 3: Pausa

- Línea de tiempo, casos y expectativas





## Plan temático: 4 módulos para mejorar la gestión de riesgos



### Módulo 1: ¿Qué es la gestión de riesgos? – 3 talleres

TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO
<b>1. Conceptos generales de la gestión de riesgos</b>	Fortalecer las capacidades de los Comités Comunales/Locales de Emergencia y organizaciones locales para prevenir, mitigar y responder a los desastres a través de la formación y la construcción de una cultura de gestión del riesgo.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Características principales de los eventos adversos</li><li>• Conceptos</li><li>• Factores de vulnerabilidad</li><li>• Tipos de amenaza</li><li>• Eventos antrópicos (causados por actividad humana)</li><li>• Fundamentos de la gestión de riesgos</li><li>• Componentes del riesgo</li><li>• Prevención</li><li>• Mitigación</li><li>• Preparación</li><li>• Alerta</li><li>• Respuesta</li><li>• Rehabilitación</li><li>• Reconstrucción</li><li>• Desarrollo</li><li>• Gestión de riesgos con perspectiva de género: aspectos a tomar en cuenta</li><li>• Mapa de riesgo comunitario</li><li>• Gestión de riesgos y su vinculación con el desarrollo</li></ul>

TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO
<p><b>2.Gestión de riesgos con perspectiva de género</b></p>	<p>Formar e implicar a las mujeres y a las organizaciones de mujeres en la identificación de los riesgos y las acciones de respuesta necesarias ante las inundaciones, así como en el Sistema de Alerta Temprana (SAT).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desigualdades entre mujeres y hombres</li> <li>• Impacto de los desastres en la vida de las mujeres</li> <li>• Roles de género</li> <li>• Responsabilidades</li> <li>• Conocimientos</li> <li>• Acceso, uso y control de los recursos</li> <li>• La integración de la perspectiva de género</li> <li>• Datos desglosados por sexo</li> <li>• Toma de decisiones inclusivas</li> <li>• Aporte de las mujeres en la gestión de riesgos</li> </ul>
<p><b>3.Partes de un Sistema de Alerta Temprana (SAT) inclusivo</b></p>	<p>Comprender los conceptos fundamentales de los Sistemas de Alerta Temprana (SAT).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Repaso de conceptos básicos de gestión de riesgos de desastre: (amenaza, elementos expuestos al riesgo, vulnerabilidad)</li> <li>• Definición y generalidades del SAT</li> <li>• Tipos de SAT</li> <li>• Beneficios del SAT</li> <li>• Elementos del SAT</li> <li>• Un SAT inclusivo</li> <li>• Monitoreo, detección, observación y pronóstico</li> <li>• Difusión y comunicación</li> <li>• Capacidad de respuesta</li> <li>• Conocimiento del riesgo</li> <li>• Financiamiento y sostenibilidad del SAT</li> <li>• Marco institucional: un compromiso global</li> <li>• SAT para inundaciones</li> </ul>



TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO
<b>1.Creación de planes comunales de emergencia</b>	Promover habilidades locales para el desarrollo de planes de comunales de emergencia con enfoque de género ante eventos de desastre, incluyendo la elaboración de rutas de evacuación, puntos de encuentro seguros y protocolos de comunicación.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Generalidades de los Comités Comunales/Locales de Emergencia (Estructura, instancias de coordinación, conformación, objetivos, estructura)</li><li>• Tipos de alertas</li><li>• Niveles de alertas (para cada país)</li><li>• Pasos para la elaboración de un plan local de emergencia.</li></ul> <p><b>Paso 1 - Organizar</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Formar el Comité Comunal/Local</li><li>b. Estructura del Comité</li><li>c. Elección de integrantes</li><li>d. Equipos de trabajo</li></ul> <p><b>Paso 2 - Identificar vulnerabilidades</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Perfil histórico</li><li>b. Nivel de riesgo de la comunidad (vulnerabilidad, amenazas)</li><li>c. Capacidades y recursos de la comunidad</li><li>d. Mapa de evacuación con rutas y zonas seguras</li><li>e. Estado de las organizaciones comunitaria</li></ul> <p><b>Paso 3 - Elaborar plan de acción con perspectiva de género y enfoque diferencial</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Protocolo de activación por alerta</li><li>b. Acciones de respuesta</li></ul> <p><b>Paso 4 - Evaluación y Aprendizaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Capacitaciones</li><li>b. Difusión del plan</li><li>c. Simulación y simulacro</li><li>d. Retroalimentación y actualización del plan</li></ul>

TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Administración de la asistencia humanitaria</li> <li>• Perspectiva de género</li> </ul>
<p><b>2. Manejo de radios de comunicación</b></p>	<p>Introducir las funciones, componentes, herramientas, equipos y gestión de la red de radio comunicación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceptos básicos de una red de telecomunicación</li> <li>• Cuidados básicos del equipo de radio base (batería, paneles, walkie-talkie)</li> <li>• Uso práctico del walkie-talkie, sintonización y comunicación con otras bases</li> <li>• Práctica de comunicación y mantenimiento básico de equipos</li> <li>• Características del proceso de comunicaciones</li> <li>• Funciones de la gestión de información en la sala de monitoreo</li> <li>• Funciones del despacho de emergencias</li> <li>• Estructura del proceso de comunicaciones</li> <li>• Componentes de la Red Nacional de Comunicaciones</li> <li>• Red Administrativa-Operativa</li> <li>• Usuaris de la Red</li> <li>• Red Interinstitucional</li> <li>• Red de Emergencias Médicas</li> <li>• Uso responsable del equipo</li> <li>• Usuaris de la Red de Vigilancia</li> <li>• Códigos e indicativos</li> <li>• Monitoreo del Tiempo</li> <li>• Sistema para la Gestión de Emergencias (SIGE)</li> </ul>

TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO
<b>3. Primeros auxilios básicos comunitarios</b>	<p>Introducir los conceptos básicos de los primeros auxilios básicos comunitarios, así como las diferencias que existen para múltiples lesiones o dolencias que pueden poner en riesgo la vida.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto</li> <li>• Importancia</li> <li>• Revisar/Proteger</li> <li>• Llamar/Alertar</li> <li>• Ayudar/Socorrer</li> <li>• Valoración de la escena</li> <li>• Emergencias cardíacas y RCP</li> <li>• Estado de Shock/Choque.</li> <li>• Control de sangrado externo</li> <li>• Atender quemaduras</li> <li>• Envenenamiento/Intoxicación</li> <li>• Lesiones en la cabeza, el cuello o la columna vertebral</li> <li>• Métodos de evacuación.</li> </ul>
<b>4. Primeros auxilios psicológicos (PAP) con perspectiva de género</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Información general para reflexión y planeamiento de futuro taller</li> </ul>
<b>5. Pluviómetros artesanales comunitarios</b>	<p>Presentar la experiencia de la Red del Clima como organización comunal en gestión de riesgos.</p> <p>Fortalecer las capacidades técnicas de medición con pluviómetros, de gestión grupal y comunicación</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intercambios de experiencia de la Red del Clima y/o de la Red de Gestoras Comunitarias del Riesgo como organización comunal en gestión de riesgos</li> <li>• SAT para inundaciones <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Concepto y tipo de inundaciones</li> <li>◦ Monitoreo y medición de lluvias y ríos</li> <li>◦ Comunicación y difusión de alertas</li> <li>◦ Capacidad de respuesta y evacuación</li> <li>◦ Conocimiento del riesgo (observaciones de campo)</li> </ul> </li> </ul>

TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construcción de pluviómetros artesanales</li> <li>• Medición con pluviómetros</li> <li>• Registro diario y mensual de medición de lluvia</li> <li>• Comunicación diaria de medidas de lluvia</li> <li>• Base de datos y reporte digital</li> <li>• Fortalezas y debilidades para implementar buenas prácticas</li> </ul>



### Módulo 3: Momento de pausa ¿Qué hemos aprendido y hacia dónde vamos? – 1 sola sesión

TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO
<b>1.Línea de tiempo humana</b>	Visibilizar el rol de las mujeres antes, durante y después de las acciones de respuesta en eventos de emergencia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Línea de tiempo humana “Derechos de las Mujeres y la Gestión del Riesgo”</li> </ul>
<b>2.Análisis de casos</b>	Evaluar los conocimientos obtenidos en el proceso de capacitación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Simulaciones grupales con casos varios de emergencias por desastres</li> <li>• Evaluación <ul style="list-style-type: none"> <li>¿De qué se trataba este caso?</li> <li>¿Fue abordado de la manera correcta?</li> <li>¿Qué podemos fortalecer?</li> </ul> </li> </ul>

TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO
<b>3.Expectativa de la gestión de riesgos en la Cuenca Binacional del Río Sixaola</b>	Reconocer la expectativa y el panorama de gestión de riesgos que tienen las mujeres sobre la Cuenca.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividad grupal que responde a la pregunta: ¿Cuál es la Cuenca que queremos/necesitamos para responder adecuadamente a los riesgos?</li> <li>• Grupos plasman sus respuestas en un papelógrafo o cartulina para sistematizar la información y tener un espacio de reflexión.</li> </ul>



## Módulo 4: Equipo e información ¿Cómo actuamos cuando golpea un desastre? – 2 talleres

TEMA	OBJETIVO	CONTENIDO
<b>1.Gestión de albergues con perspectiva de género</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Información general para reflexión y planeamiento de futuro taller</li> </ul>
<b>2.Realizar un simulacro</b>	Entender los lineamientos y necesidades básicas para desarrollar un simulacro ante inundaciones en conjunto con las autoridades rectoras y organizaciones comunales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guía y pasos</li> </ul>



Fotografías: Manuel Sancho Gutiérrez  
Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD



## Especificaciones generales para la persona facilitadora de los talleres



- Usar la plantilla estructurada para cada taller, la cual integra distintos aspectos importantes para poder impartir las sesiones.



- Cada taller parte de una actividad inicial rompe hielo y una actividad grupal para consolidar los aprendizajes, las cuales están desglosadas en los anexos y materiales de esta caja de herramientas.
  - Más adelante en la sección paso a paso de cada taller se indica cuál documento de metodología y presentaciones debe usar para cada módulo. Encontrará un código QR que le llevará a una carpeta digital con los archivos de estos materiales, esto para cada módulo.



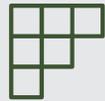
- Explicar las reglas al inicio de cada taller. Las encontrará en el siguiente apartado **Reglas para los talleres**.



- Cada taller parte de un plan temático sobre los conceptos que se aprenderán. Es la base para tener claridad de los temas que se mencionan en los talleres.



- Se aportan materiales para cada taller: presentaciones, imágenes y materiales de comunicación que muestran los conceptos a explicar en cada taller.



- Toda la información brindada viene dividida por módulos, los cuales tienen sus propios materiales, actividades, videos y más, necesarios para impartir los talleres.



- Para un mayor entendimiento de los temas a abordar, la persona facilitadora encontrará un podcast o audio que explica información clave para cada módulo y tema.
  - Más adelante se indica una dirección al sitio web para descargar y escuchar el audio. Encontrará un código QR que le llevará a la sección **Escuchemos y aprendamos**. Estos audios serán de ayuda para tener una mayor comprensión sobre los diferentes temas que se abordarán en los talleres.



- Antes de la sesión, leer atentamente, interiorizar y entender los material y presentaciones de cada taller.



- Al final de cada módulo encontrará una sección llamada **Herramientas para la niñez**, en la cual hay material de juegos didácticos para los y las niñas que asisten a la sesión, con diferentes actividades que se pueden realizar durante el tiempo del taller. ¡Aprender jugando!



## Reglas para los talleres

Estas reglas serán comunicadas por la persona facilitadora a cargo del taller al inicio de todas las sesiones para mantener un ambiente armonioso, respetuoso y provechoso.



Levantar la mano para participar.



Poner atención a las personas cuando pidan la palabra.



Respetar cuando las personas están hablando.



Fortalecer la capacidad de observar y “leer” a quién está hablando.



No utilizar el teléfono, solo en caso de una emergencia.



Pensar en la metodología como un espacio de participación y diálogo.



Disfrutar la presencia de las mujeres y hombres y vincularnos con ellas en sus necesidades, requerimientos, preguntas y apuestas de trabajo.



No tomar partido o enfrascarse en discusiones sobre las opiniones o posiciones de las personas participantes.



Orientar a las y los participantes en las necesidades que tengan.



Estar atentas a comentarios discriminatorios o de acoso tanto contra la facilitadora o el facilitador como a las participantes de la sesión. Indicar enfáticamente que no se permiten comentarios o acciones discriminatorias o de acoso. Si alguien mantiene esos comentarios, indicarle que se retire del lugar.



Atender los tiempos para cumplir con el horario estipulado.



## Paso a paso: ¿cómo lo hacemos?



### Paso 1 – Bienvenida, reglas y conceptos generales que se deben de manejar

Al inicio debemos explicar aspectos necesarios para la aplicación del taller. Son indispensables para activar de forma eficaz y certera el ambiente de la sesión. ¡Aquí comenzamos a alcanzar los resultados!

- **Bienvenida:** se explica de una manera muy rápida el tema del taller.
- **Reglas:** normas para un espacio sano, respetuoso, armónico y provechoso.
- **Conceptos:** en cada módulo se encontrarán los conceptos que se deben manejar. Es importante que la persona facilitadora pueda escribir o mencionar los conceptos, para que haya una mayor claridad de los temas que se trabajarán en las sesiones.

### Paso 2 – Actividad rompe hielo para iniciar

Cada módulo o taller contiene una actividad rompe hielo diferente para romper la tensión inicial y dar inicio. Más adelante se desglosa el paso a paso de esta dinámica así como los materiales y el tiempo a utilizar. Se encuentran en cada sesión del módulo en los anexos y materiales.



### Paso 3 – Introducción a los temas del taller y aplicación de metodología

Cada taller parte de conceptos, aspectos e información que son el sustento necesario para impartir los talleres. Esta caja de herramientas aporta presentaciones, imágenes y materiales de comunicación, los cuales vienen desglosados en la sección de **Anexos y materiales** de cada módulo.

La información necesaria para la introducción y aplicación de la metodología puede ser impresa o proyectada a través de un video beam o proyector. Como complemento cada módulo tiene apoyos visuales. Su uso dependerá de los espacios y herramientas que se tengan a mano para realizar el taller.

Ejemplo: Si no se cuenta con equipo para proyectar la presentación con la información, en el módulo de cada sesión está la información accesible para imprimir. Las presentaciones, imágenes y demás contenidos son de apoyo pero no indispensables para realizar las sesiones. ¡Podemos ser creativas para usar la información!



### Paso 4 – Actividad grupal para consolidar aprendizajes

Al finalizar cada taller es importante consolidar aprendizajes. Cada taller tiene una actividad grupal y final para trabajar con las personas participantes. En cada módulo se desglosan los pasos y materiales necesarios para realizar estas actividades.

## Objetivo del taller (se encuentra en cada módulo)



### Paso 1

- Bienvenida
- Reglas del taller
- Especificar conceptos que se deben manejar

Actividad	Metodología (Desarrollo)	Materiales	Tiempo
 <p><b>Paso 2</b> Actividad rompe hielo para iniciar</p>	<p>Realizar la actividad rompe hielo.</p> <p>Puesta en marcha de la actividad. Encontrará los contenidos en cada módulo de los talleres.</p> <p>Podrá encontrarlos en el apartado <b>Anexos y materiales</b>.</p>	<p>¿Qué materiales necesitamos para esta actividad rompe hielo?</p>	<p>¿Cuánto tiempo dura la actividad?</p> <p>Lo encontrará en los anexos y materiales de cada módulo y taller que impartirá.</p>
 <p><b>Paso 3</b> Introducción a los temas del taller y aplicación de metodología.</p>	<p>Encontrará toda la información necesaria para aplicar en el taller en la sección <b>Anexos y materiales</b>.</p> <p>Ejemplo: para el primer módulo y taller, encontrará toda la información en la sección de <b>Anexos y materiales del Módulo 1: ¿Qué es la gestión de riesgos?</b></p> <p>Más adelante en esa sección encontrará un código QR que le guiará a un <b>Documento de metodología</b> y a las presentaciones (<b>PPT's</b>) correspondiente a cada módulo.</p> <p>Encontrará por nombre de cada taller todo lo necesario, como los conceptos, presentaciones, materiales y actividades.</p>	<p>¿Qué materiales necesitamos?</p> <p>Cada módulo le dirá que necesita, para que previamente lea, revise, entienda e interiorice los documentos. Para que pueda poner en marcha el taller.</p>	<p>¿Cuánto tiempo tiene que durar?</p> <p>Lo encontrará en el módulo del taller que vamos a impartir, en el <b>Documento de metodología</b> de cada uno.</p>

Actividad	Metodología (Desarrollo)	Materiales	Tiempo
 <p><b>Paso 4</b> Actividad grupal.</p>	<p>De nuevo encontrará la guía para acceder a toda la información necesaria para poner en marcha la actividad grupal en la sección <b>Anexos y materiales</b>, correspondiente a cada módulo.</p>	<p>¿Qué materiales necesitamos? ¿Ya sabe dónde encontrarlos!</p>	<p>¿Cuánto tiene que durar? ¿Ya sabe dónde encontrar el detalle!</p>
<p><b>Duración total del taller:</b> en la sesión de <b>Anexos y materiales</b> encontrará el detalle de cuánto dura cada taller, los temas que se tienen que ver y las actividades a realizar.</p> <p><b>Materiales para la implementación del taller:</b> en cada módulo encontrará todo lo que necesita para apoyarse en el taller: presentaciones PPT, productos de comunicación, folletos informativos, videos, audios y más.</p>			
<p><b>Resultado esperado después del taller:</b> en cada módulo se menciona el resultado después de aplicar el taller. ¡Mucha suerte!</p>			

# MATERIALES PARA USAR EN TALLERES Y ACTIVIDADES EDUCATIVAS



## Módulo 1: ¿Qué es la gestión de riesgos?

- Taller #1: Conceptos generales sobre gestión de riesgos
- Taller #2: Gestión de riesgos con perspectiva de género
- Taller #3: Partes de un Sistema de Alerta Temprana (SAT) inclusivo



Escanee el código QR para encontrar y descargar el **Documento de metodología** para cada uno de los 3 temas del Módulo 1. Encontrará 3 carpetas para cada tema y taller. Cada documento le guiará a cómo desarrollar este taller. También encontrará una presentación PPT para cada tema que podrá usar durante la sesión. Además para el Taller #1 hay materiales de apoyo de la CNE sobre características de amenazas y vulnerabilidad, y escenarios de riesgo; y del Sistema Nacional de Protección Civil (SINAPROC) sobre conceptos generales, reducción de vulnerabilidad y tipos de amenazas. Para el Tema #2 hay un apoyo de una presentación del Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas.



Descargue aquí **3 materiales de conocimiento**: un infográfico sobre los conceptos principales de la gestión de riesgos; un infográfico sobre las partes de un SAT; y un folleto informativo.



Escuche aquí un **podcast o archivo de audio** en el cual le explicamos en pocos minutos la temática del Módulo 1, de cada taller y más detalles de cómo usar los materiales para facilitar la sesión.



Vea aquí un **video** que ilustra y explica por qué la gestión de riesgos debe construirse con perspectiva de género, con entrevistas con mujeres de la Red de Gestoras Comunitarias del Riesgo, y compañeras del Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU) y la Comisión Nacional de Emergencias (CNE).



## Módulo 2: Herramientas para la gestión de riesgos ¿Cómo nos preparamos en nuestra comunidad?

- Taller #1: Creación de planes comunales de emergencia
- Taller #2: Manejo de radios de comunicación
- Taller #3: Primeros auxilios básicos comunitarios
- Taller #4: Primeros auxilios psicológicos (PAP) con perspectiva de género
- Taller #5: Pluviómetros artesanales comunitarios



Escanee el código QR para encontrar el **Documento de metodología** para 4 de los 5 temas del Módulo 2. Encontrará 4 carpetas para cada tema y taller. Cada documento le guiará a cómo desarrollar el taller respectivo. También encontrará una presentación PPT para cada tema que podrá usar durante la sesión; así como materiales de apoyo para usar durante los talleres. Dentro de los apoyos hay plantillas de los planes comunales de emergencia para Costa Rica y Panamá aportados por las autoridades.

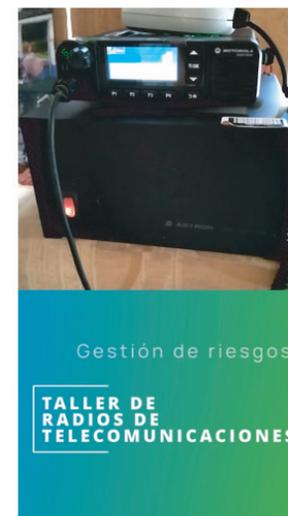
Para el tema #4 se aporta información conceptual que permite una reflexión sobre la importancia de esta temática.



Escuche aquí un **podcast o archivo de audio** en el cual le explicamos en pocos minutos la temática del Módulo 2, de cada taller y más detalles de cómo usar los materiales para facilitar la sesión.



Vea un **video** sobre el taller de radios de telecomunicaciones que impartió la Comisión Nacional de Emergencias (CNE) que ilustra las partes clave de este aprendizaje y cómo se



## Módulo 3: Momento de pausa ¿Qué hemos aprendido y hacia dónde vamos?

- Línea de tiempo humana
- Análisis de casos
- Expectativa de gestión de riesgos en la Cuenca Binacional del Río Sixaola



Encuentre aquí el *Documento de metodología* para el Módulo 2, que consta de un solo taller, una sola sesión que se plantea como una reflexión a partir del proceso con mujeres de la Cuenca Binacional del Río Sixaola. El documento le guiará a cómo desarrollar este momento de pausa. También encontrará una presentación PPT para usar durante la sesión.



Escuche aquí un *podcast o archivo de audio* en el cual le explicamos en pocos minutos la reflexión y pausa que plantea el Módulo 3.



Vea un *video* que muestra cómo se desarrolló esta sesión con mujeres de la Cuenca del Sixaola.



## Módulo 4: Equipo e información ¿Cómo actuamos cuando golpea un desastre?



- Gestión de albergues con perspectiva de género
- Realizar un simulacro



Escanee el código QR para encontrar un documento que nos da una guía sobre cómo realizar un simulacro. Además, podrá leer una información con pautas sobre gestionar un albergue con perspectiva de género, así como apoyos de la Cruz Roja, la CNE, y el SINAPROC sobre manejo de albergues y actividades para realizar con la niñez en los albergues.



Escanee este código QR para escuchar un *podcast* o *archivo de audio* en el cual le explicamos en pocos minutos la reflexión y pausa que plantea el Módulo 3.



## Mensaje final

La gestión de riesgos debe promoverse desde la educación pública, y aumentar la conciencia sobre los desastres que pueden afectar a las comunidades de la Cuenca Binacional del Río Sixaola, así como a todo Costa Rica y Panamá. Para lograr una gestión de riesgos efectiva y un funcionamiento adecuado de un Sistema de Alerta Temprana (SAT), es crucial que desarrollemos la capacidad de difundir mensajes y alertas de manera eficiente. Asimismo, debemos garantizar un estado de preparación constante y fomentar acciones tempranas ante posibles emergencias.

La información y el conocimiento deben servir a las comunidades, promover el aprendizaje, y ser útiles para las personas. Desde el Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD ponemos esta caja de herramientas para la gestión de riesgos y construcción de un SAT en la Cuenca Binacional del Río Sixaola al servicio de las comunidades, las instituciones, empresas privadas y organizaciones locales.

Esperamos que sea un material útil para cuidarnos unas a otras y generar conciencia para un buen vivir gestionando los riesgos por inundaciones en la Cuenca del Sixaola. Reiteramos que las personas deben apropiarse de sus procesos; ser gestoras y actores de sus realidades; y partir del conocimiento propio y teórico para generar mayor conciencia y sensibilización.



*Fotografías: Manuel Sancho Gutiérrez  
Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD*



Fotografías: Manuel Sancho Gutiérrez  
Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD



*Fotografía: Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD*

# Caja de herramientas para la gestión de riesgos y construcción de un Sistema de Alerta Temprana (SAT) en la Cuenca Binacional del Río Sixaola

## Proyecto Conectando Comunidades y Ecosistemas OET-GEF-PNUD

