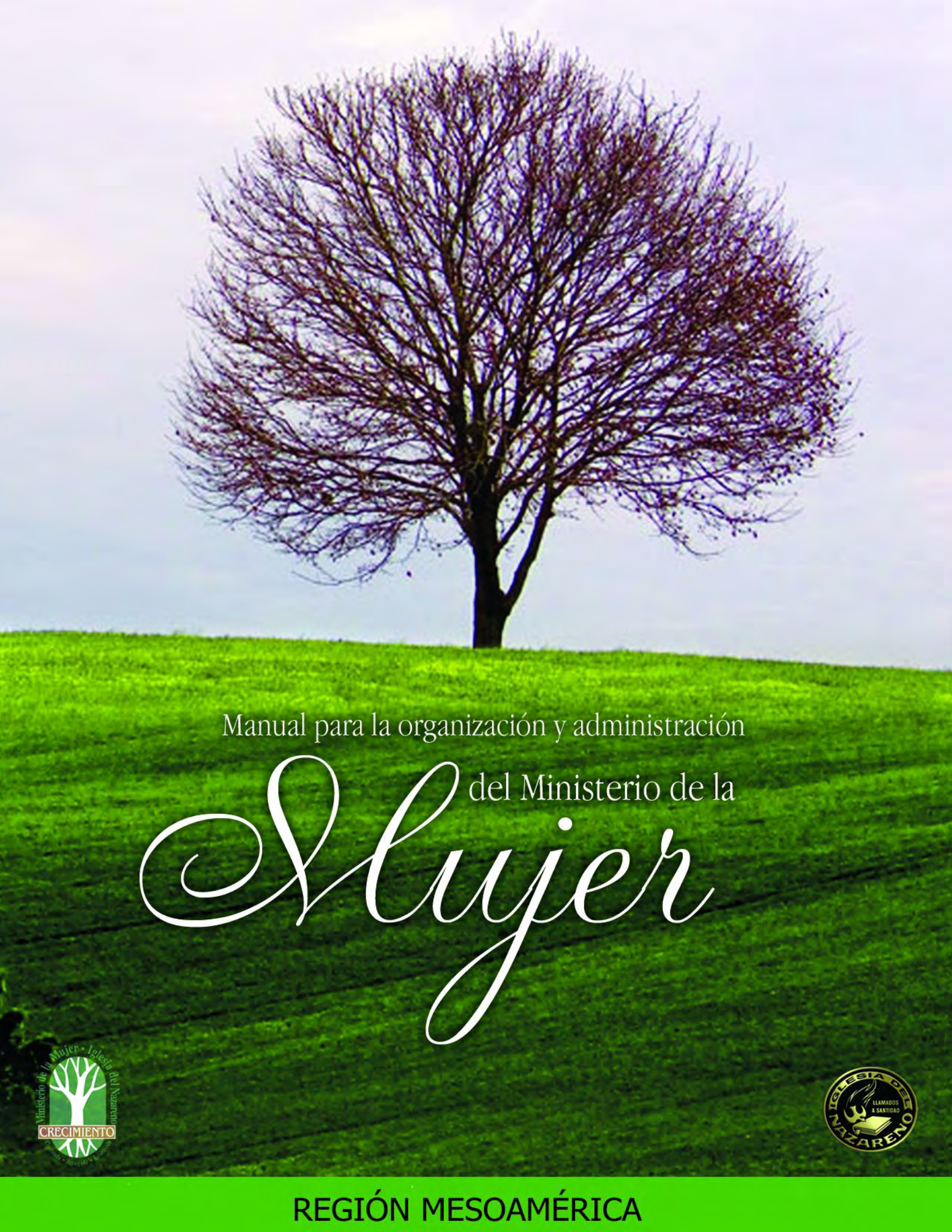


Manual para la organización y administración

del Ministerio de la Mujer

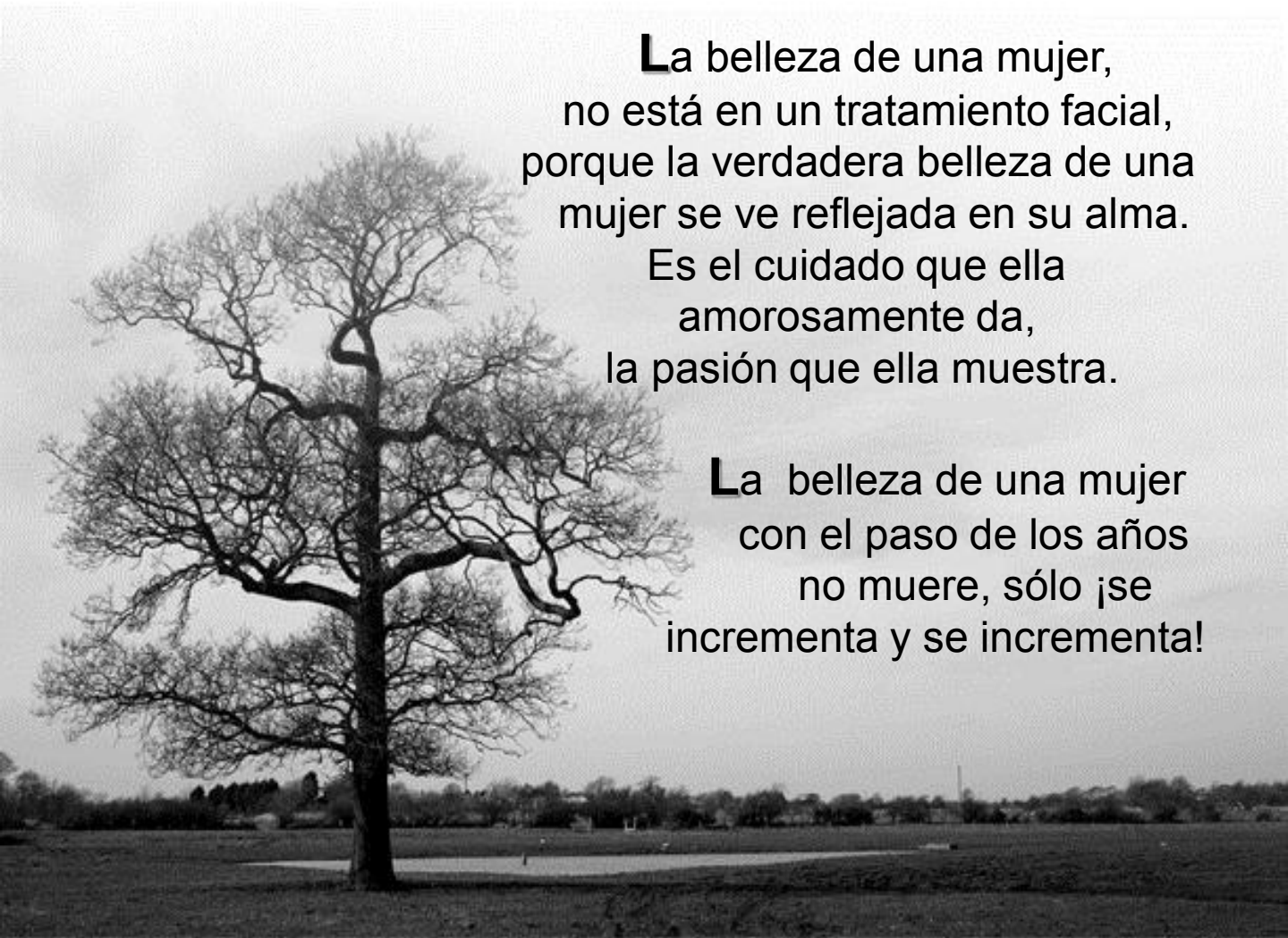
REGIÓN MESOAMÉRICA

La belleza de una mujer

(Autor Anónimo)

La belleza de una mujer,
no esta en la ropa que ella usa,
ni en la figura que tiene,
o la forma en que se peina.

La belleza de una mujer,
puede verse en sus ojos,
porque estos son,
la puerta de su corazón,
el lugar donde reside el amor.

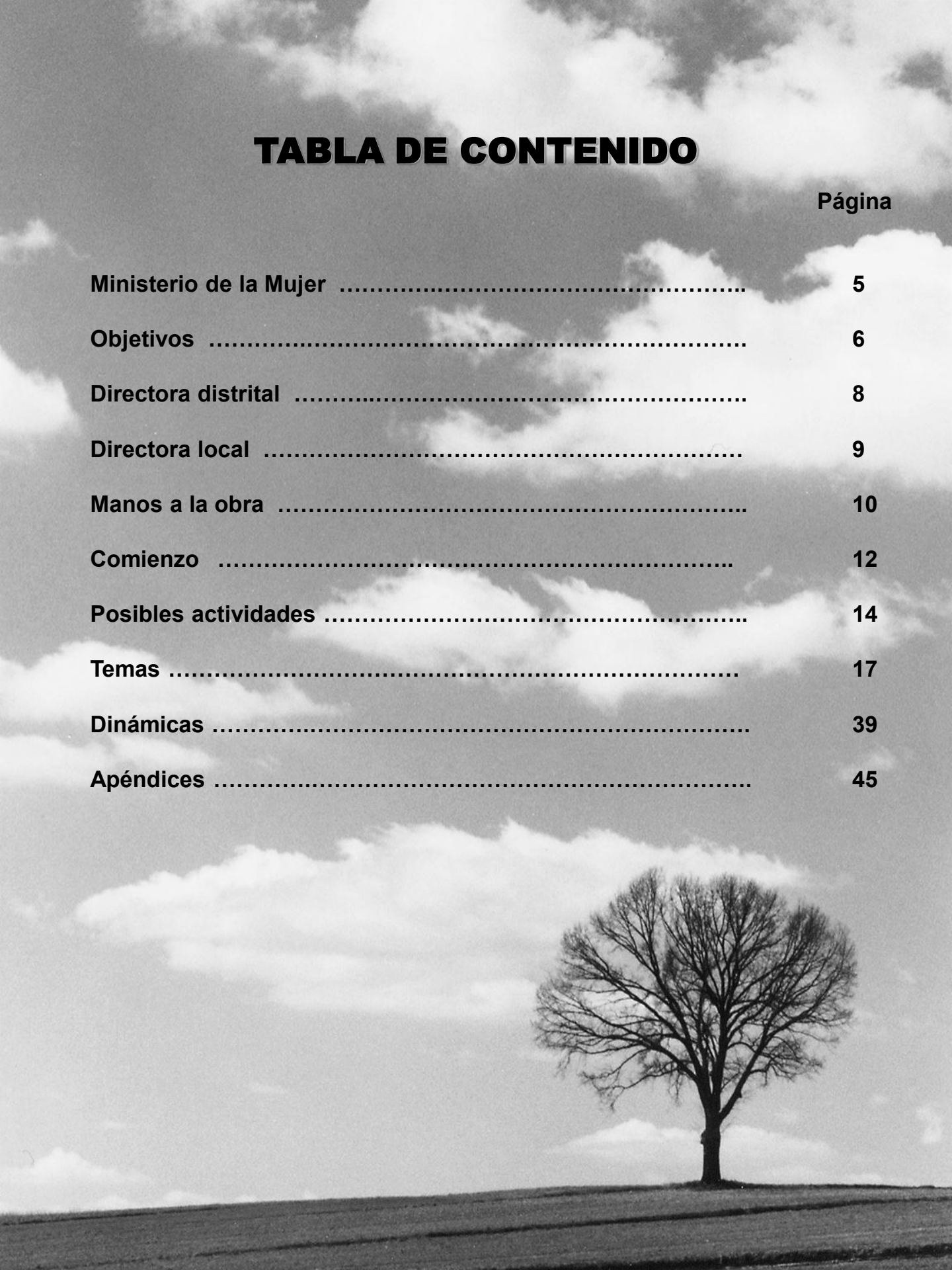


La belleza de una mujer,
no está en un tratamiento facial,
porque la verdadera belleza de una
mujer se ve reflejada en su alma.
Es el cuidado que ella
amorosamente da,
la pasión que ella muestra.

La belleza de una mujer
con el paso de los años
no muere, sólo ¡se
incrementa y se incrementa!

TABLA DE CONTENIDO

	Página
Ministerio de la Mujer ……..	5
Objetivos …….	6
Directora distrital …….	8
Directora local ……	9
Manos a la obra ……..	10
Comienzo ……..	12
Posibles actividades ……..	14
Temas ……	17
Dinámicas …….	39
Apéndices …….	45



MINISTERIO DE LA MUJER

Colores del logo
Todas las palabras van de color rojo oscuro o café, el árbol va en color blanco y el fondo del logo es de color verde (como aparece en la tapa).

El logo del Ministerio de la Mujer, es un árbol con sus raíces. Éste describe la importancia de estar **arraigadas, profundizadas y establecidas en el amor del Señor**. Las ramas del frondoso árbol, simbolizan los ministerios y programas que se pueden desarrollar bajo la dirección del Ministerio de la Mujer. Las ramas se alimentan a través del tronco, el cual representa la iglesia local. El árbol debe estar **arraigado, profundizado y establecido** en los principios bíblicos y la Gran Comisión.

La **misión** del Ministerio de la Mujer, es la de **CRECER; reuniendo a las damas, ofreciendo recursos, brindando aceptación, ganando otras mujeres para Cristo, enseñando las verdades bíblicas y teniendo una vida llena del Espíritu.**

El **propósito** del Ministerio de la Mujer es el de glorificar a Dios desafiando a otras mujeres:

- ❖ Conocer a Dios personalmente
- ❖ Crecer hasta la estatura de Cristo,
- ❖ Descubrir y usar sus dones espirituales,
- ❖ Amar y servir a su prójimo
- ❖ Reflejar al Señor Jesucristo en todo sus hechos

El **Ministerio de la Mujer**, está dedicado a:

- ❖ Crear materiales y ofrecer clases que incluyan el mensaje de salvación,
- ❖ Coordinar el estudio de la Palabra de Dios,
- ❖ Diseñar maneras específicas para invitar a mujeres a la iglesia y al compañerismo cristiano.
- ❖ Implementar y enseñar a la mujer cómo compartir el evangelio de Cristo.



OBJETIVOS

ESPIRITUAL

1. Animar a las mujeres inconversas a abrir la puerta de su corazón y permitir que Cristo llegue a ser el Señor de su vida.
2. Facilitar el crecimiento espiritual de la mujer recién convertida a través del compañerismo y del estudio de la Biblia.
3. Ayudar a las mujeres cristianas a crecer y madurar en el conocimiento de la Palabra, en su vida devocional, y en los frutos del Espíritu, capacitándola para ayudar a otros.

MENTAL

1. Animar a las mujeres solteras a encontrar un propósito para sus vidas.
2. Ayudar a las madres con la tremenda responsabilidad de criar a sus hijos.
3. Ayudar a las mujeres a cultivar buenas relaciones matrimoniales.

EMOCIONAL

1. Animar a las mujeres a percibirse a sí mismas como personas importantes, que tienen valor, y que pueden ser de gran aporte que hacer a la sociedad.
2. Capacitar a las mujeres para enfrentar los tiempo de crisis y las presiones de cada día (ej. tiempo, finanzas, las situaciones de cambio de vida: matrimonio, maternidad, divorcio, soltería, edad crítica, cuando los hijos se van, cuidado de los padres ancianos).
3. Proveer recursos e información a las mujeres, de cómo y dónde encontrar ayuda para solucionar sus más profundas necesidades soledad, autoestima, estímulo efectivo de llevar a cabo la triple (ej. no sólo de trabajar, sino de ser esposa y madre).



FÍSICA

1. Informar y animar a las mujeres a seguir un programa de ejercicios físicos y una buena nutrición para ellas mismas y para su familia.
2. Educar a las mujeres a través de seminarios de cuidados de salud, que incluya el balance del trabajo, el descanso, la recreación y la comprensión del estrés y cómo afrontarlo.

SOCIAL

1. Proveer eventos especiales para satisfacer las necesidades de congregarse y traer a las damas de la comunidad.
2. Ayudar a las mujeres a aprender cómo desarrollar buenas relaciones y grupos de apoyo con otras mujeres.
3. Ayudar a las mujeres a desarrollar el "don de la hospitalidad".

SERVICIO VOLUNTARIO

1. Animar a las mujeres a canalizar sus talentos en el servicio voluntario a Dios a través de la iglesia en ministerios de compasión.
2. Ayudar a la mujer a encontrar ministerios útiles, eficaces y productivos dentro de la iglesia para que ellas incrementen su sentido de pertenencia y que son parte del cumplimiento de la Gran Comisión.
3. Proveer a las mujeres de inspiración y entrenamiento para alcanzar a las mujeres de su comunidad e introducirlas en el conocimiento de amor de Dios y a una experiencia personal con Cristo.



DESCRIPCIÓN DE FUNCIONES

Responsabilidad: Directora Distrital
Área de desempeño: Toda el distrito
Período: Según el tiempo para el cuál fue elegida
Informa al: Concilio entre Adultos de MIEDD o Concilio de MIEDD y a la Convención de MIEDD distrital.

Es importante que la directora del Ministerio de la Mujer participe del concilio de Ministerios entre los Adultos de Distrito si hubiere o en su defecto del Concilio de MIEDD distrital, y debe ser responsable ante el mismo.

La directora debe:

1. Informar, presentar propuestas y solicitar fondos al Concilio de Ministerios entre los Adultos.

2. Conocer ampliamente los materiales disponibles de la oficina regional del Ministerio de la Mujer.

3. Compartir la información recibida con las directoras locales del Ministerio de la Mujer.

4. Servir como asesora para las directoras locales del Ministerio de la Mujer.

5. Estimular y ayudar a la ejecución del Ministerio de la Mujer en cada iglesia local.

6. Supervisar y evaluar las actividades distritales del Ministerio de la Mujer.

7. Formar un Concilio, si es posible, para la planificación y ejecución de actividades del Ministerio de la Mujer, en el distrito.

8. Preparar un programa bien pensado, que atienda las necesidades espirituales, emocionales, mentales, físicas y sociales de las mujeres.



9. Establecer, si es posible, un boletín para mantener informados a los líderes locales del Ministerio de la Mujer.

10. Compartir ideas y preocupaciones con la Oficina de Área o Regional de MIEDD y/o del Ministerio de la Mujer.

DESCRIPCIÓN DE FUNCIONES

Responsabilidad: Directora Local
Área de desempeño: La iglesia local
Período: Según el tiempo para el cuál fue elegida
Informa al: Concilio entre Adultos de MIEDD o Concilio de MIEDD y a la Convención de MIEDD local.

La directora del Ministerio de la Mujer en la iglesia local debe servir en el Concilio de Ministerios entre los Adultos y ser responsable ante el mismo cuerpo local. La directora debe:

1. Informar, presentar propuestas y solicitar fondos al Concilio de Ministerio entre los Adultos local.

2. Determinar las necesidades e intereses de las mujeres de la congregación local, mediante la observación, estudios y cualquier otra forma útil.

3. Proveer a las mujeres de la iglesia un lugar para ministrar a otras mujeres.

4. Promover y darle publicidad a las actividades para mujeres, mediante un boletín local.

5. Identificar áreas de necesidad dentro de la iglesia y la comunidad en que el Ministerio de la Mujer puede ayudar.

6. Proveer estudios bíblicos, grupos de oración y otros medios para ayudar a la mujer en su desarrollo y crecimiento espiritual.

7. Ayudar a las mujeres a desarrollar sus talentos y habilidades, y usarlo.

8. Complementar el programa total de la iglesia.

9. Cooperar con la directora distrital del Ministerio de la Mujer, completando formularios y promoviendo las actividades distritales.

10. Coordinar las actividades del Ministerio de la Mujer con otras actividades de la iglesia para evitar conflictos.



¡MANOS A LA OBRA!

I. DESCUBRA Y COMUNIQUE LOS OBJETIVOS

Tome tiempo para reflexionar en los siguientes puntos. Le ayudarán para tener un buen inicio y saber a donde se dirige. Esto también le ayudará a conseguir personas que sirvan en el ministerio y la ayuden a cumplir la misión.

A. Auto-análisis

1. ¿Porqué estoy realizando esta tarea?
2. ¿Siento que satisfago una necesidad?
3. ¿Siento que vale la pena?

B. ¿Cuál es el propósito del Ministerio de la Mujer específicamente para su grupo?

1. Social
2. Social y Espiritual
3. Social, Espiritual y Emocional
4. Social, Espiritual, Emocional, Mental y Físico

C. Comunicando los propósitos.

1. ¿Qué disposición de ayuda tengo para comenzar a comunicar este propósito?
2. ¿Qué métodos puedo usar que comuniquen el propósito y recursos a las mujeres de la iglesia?
3. ¿Cómo puedo saber si tengo éxito en la comunicación de este propósito?

II. PÓNGASE EN ACCION

Una vez que haya contestado las preguntas anteriores y tenga en claro hacia donde va comience con este punto y póngase en acción**.**

A. Planifique su primera reunión.
B. Mantenga informado al pastor, al superintendente de Escuela Dominical y al Director del Ministerio Entre los Adultos.
C. Comuníquese con el Director del distrito para solicitar ayuda.
D. Manténgase al día: lea libros, El Heraldo de Santidad y otros materiales relacionados al tema.



E. Cuando planifique actividades, hágase las siguientes preguntas:
   1. ¿Es una actividad motivadora?
   2. ¿Puedo mejorar la calidad y la logística?
   3. ¿Vale la pena el tiempo invertido?
   4. ¿Es demasiado costoso para la mujer promedio?
   5. ¿Cumple con las metas y propósitos del Ministerio?
   6. Lo tengo todo planeado, pero... ¿realmente estoy dependiendo en el Señor?

III. LA IMPORTANCIA DE UNA LIBRETA

Tome una libreta que le ayude para poner todas las ideas y datos que le puedan ser de utilidad para el ministerio.

1. Tome apuntes de fechas, nombres e ideas para realizar su tarea con esmero; sin olvidar los detalles.
2. Anote nombres de posibles conferencistas, de personas capacitadas en diversas áreas, a quienes usted pueda recurrir.



EL COMIENZO

1. La directora del Ministerio de la Mujer es nominada por el Director de Ministerio de Adultos y aprobado por el pastor y el Superintendente del Ministerio de Escuela Dominical, en al iglesia local.

2. Como nueva directora, planifique la primera reunión de organización:

   a. Invite a las damas de la iglesia mediante cartas, llamadas telefónicas o mediante el tablero de anuncios.

   b. Explica por qué las han seleccionado en la invitación.

   c. Seleccione damas con características variadas para mantener un balance apropiado. Diversas edades, estado civil, miembros de la iglesia, inconversas, amas de casa, trabajadoras, líderes y de influencia espiritual.

   d. Observe las necesidades en común. Estas deben atenderse con prioridad si deseas motivar a las damas a participar.

3. Con bastante anticipación a la primera reunión, levante una encuesta para determinar los intereses y necesidades.

   a. Solicite tiempo al Superintendente de Escuela Dominical o en alguno de los cultos para administrar el cuestionario.

   b. Entrégale una copia de los resultados al pastor, a los miembros del Concilio de MIEDD y a los miembros del Ministerio Entre los Adultos.

   c. Coloque el resultado de la encuesta en el Tablero de Anuncios de la iglesia.

   d. Reúnase con el concilio y planee las actividades que tendrán con las mujeres.



4. Con el concilio planifiquen las reuniones y establezcan tiempo para:
   a. Devociones: (alabanza, adoración, oración, testimonios).
   b. Programa de actividades especiales
      - Demostraciones
      - Conferencias
      - Estudios bíblico
      - Compañerismo
      - Refrigerios, paseos, almuerzos, cenas, etc. Este es un buen tiempo para conocerse, hacer amistad y ministrarse con más efectividad unas a otras.

5. Planee la primera reunión de presentación con el grupo de mujere. Puede hacer como un pequeño retiro en una casa o en la iglesia. Este puede ser de 8 a 12 de la mañana que quizás es más fácil para las mujeres. Allí pueden tener un tiempo devocional con un tema atractivo y luego juntas discutan lo siguiente:
   a. Compartir los resultados de la encuesta (una copia para cada miembro)
   b. Elegir una secretaria para anotar las ideas y propósitos presentados.
   c. Pida opiniones:
      ¿Necesitamos en nuestra iglesia local el Ministerio de la Mujer? No lo sabrás, sin antes haber observado detalladamente las necesidades que el Ministerio de la Mujer debe satisfacer.
   d. Pregunta quienes desearían ser voluntarias por seis meses o un año para servir dentro del Concilio del Ministerio de la Mujer.

6. Evalúe la reunión
   a. Asegúrese que la reunión tenga un propósito.
   b. Adapta ideas para llenar las necesidades del grupo. Lo que funciona en un ministerio no necesariamente funciona en otro. No rechace ninguna idea aunque no haya funcionado en otro lugar. Esta puede ser la que realmente necesita.
   c. Planifique programas y actividades que llenen las necesidades e intereses de la mayoría de damas. No se concentre solamente en un área de necesidad.
   d. No espere que todas las mujeres asistan a todas las actividades.
   e. No tenga miedo de cambiar los programas o de fracasar en alguna idea. Utilice el fracaso como una experiencia y continúe adelante.



POSIBLES ACTIVIDADES

AREAS DE NECESIDAD	IDEAS SOBRE ACTIVIDADES
Espiritual	◆ Cultos de Oración. ◆ Estudio Bíblico por temas de Interés o necesidad. ◆ Retiros inspiracionales. ◆ Evangelismo personal.
Emocional	◆ Charlas, seminarios o dinámicas. ◆ Talleres sobre: la tensión y como manejarla, dignidad y respeto, la soledad, autoestima, las actitudes, etc.
Mental	◆ Formar una biblioteca con buenos libros con tema de mujeres y prestarlos para que los lean. ◆ Preparar conferencias sobre temas como la crianza de los hijos, disciplina de los hijos, cuando los hijos se van de la casa, la ancianidad, la jubilación, frente a la muerte, como ayudar a personas con enfermedades terminales.
Social	◆ Celebrar cumpleaños o acontecimientos especiales. ◆ Preparar conciertos y dramas. ◆ Realizar una noche de talentos.
Físicas	◆ Hacer conferencias sobre nutrición y salud. ◆ Realizar caminatas o maratones. ◆ Enseñar ejercicios que pueden hacer en la casa. ◆ Realizar exhibición de platos con sus recetas. ◆ Preparar seminarios sobre el cuidado personal.



AREAS DE NECESIDAD IDEAS SOBRE ACTIVIDADES

Servicio voluntario	◆ Visitas de evangelismo ◆ Visitas a hogares de niños, ancianos, mujeres ◆ Visitar hospitales y enfermos ◆ Enviar flores o canastas de a enfermos, nacimiento, casamientos, ocasiones especiales, etc. ◆ Celebrar despedidas de solteras, nacimientos, casamientos, quince años, etc. ◆ Preparar arreglos florales para el templo y enviar a damas en ocasiones especiales ◆ Iniciar correspondencia con misioneros, presos, enfermos.





TEMAS

DÍA DE LA MADRE

Para el día de las madres, seria bueno que los hombres y los niños dieran té y galletas a las madres. Ponga mesas en una sala de la iglesia con una rosa en medio de cada mesa.

PROGRAMA:

1. La presentación de cada madre: su nombre, el nombre de su esposo, cuantos hijos tiene, que le gusta hacer en su tiempo libre (coser, tejer, leer, etc.), su color favorito, su himno favorito, su versículo bíblico favorito. (Debe encontrar la información necesaria algunas semanas antes de poder presentar a cada una)
2. Una poesía (por un niño o joven): Gratitud por Nuestras Madres
3. Canto: Algún canto especial para las madres. O si hay un himno favorito en que varias coincidan se puede cantar también.
4. Premios: Puede ser la rosa que esta en la mesa o conseguir con tiempo donaciones para los regalos.
    - A la madre quien tiene mas hijos que las demás
    - A la madre que tiene más años
    - A la madre más joven
    - A la madre que tiene dos hijos más cerca en edad que las demás (Por ejemplo uno de 1 año y otro de 3 meses)
    - A la madre que tiene dos hijos más lejano en edad que las demás (Por ejemplo uno de 15 y otro de 25)
5. Lectura: El Amor de La Madre
6. Devocional: Jocabed: La Madre de Moisés
7. Té y galletas.



POESíA

Gratitud por Nuestras Madres

¡Oh! Dios, por nuestras madre Cantamos tu loor,
En ellas contemplamos tu gracia y tu favor,
Pues desde nuestra infancia bendíjonos su amor,
Por ellas damos gracias en nombre del Señor.

De mano tuya vino tan rica bendición:
Su amor es fiel, constante, comparte nuestra angustia
En toda condición, disipa el cruel dolor,
Consuela nuestro llanto su maternal amor.

Oh! Dios, por nuestras madres hacemos petición;
Que siempre tú las cuides en tu gran compasión;
Hoy que reciban ellas tu santa bendición,
Por Cristo te rogamos que escuches la oración.

En tu templo, Padre Dios, elevamos nuestra voz,
A tu nombre dando honor por Jesús el Salvador,
Danos hoy también loor por las madres y su amor.

En eterna gratitud, te loamos en canción
Por la inmensa bendición del constante y puro amor
De las madres, ¡Oh! Señor, damos hoy también loor.



Oye, pues, la petición de esta fiel congregación,
Te rogamos con fervor por las madres, Dios de amor.
Que con tu divino bien coronado hoy estén.

LECTURA: El Amor de la Madre

Cierto día, claro y hermoso, bajo un ángel del cielo, y después de recorrer muchas calles, jardines, campos… se disponía a regresar al lugar de su procedencia. El pensó (quisiera llevarme algún recuerdo de mi visita) y, fijando la vista en las flores tan fragantes,…" nada hay más hermoso y dulce que ellas, voy a llevarme un ramillete!"

Volvió a mirar, y a corta distancia vio un precioso niño de rosadas mejillas y cabello rubio y rizos. El ángel dijo: "este niño es más precioso que las flores". Junto al niño vio el amor maternal derramado a torrentes sobre el bebé, y dijo: "El amor maternal es lo más precioso que he visto y voy a llevármelo también".

Con estos tres tesoros, regresó el mensajero celestial a la eterna mansión en cuya puerta se detuvo a examinar sus valiosos recuerdos. Las flores se habían secado; la sonrisa del bebé había desaparecido, pero el amor maternal estaba intacto, y brillaba en toda su hermosura y esplendor. Arrojando de sí las flores secas y la sonrisa alterada, comprimiendo contra su pecho el amor maternal, penetró en la morada celestial anunciando a todo sus habitantes que lo único que en el mundo existía capaz de conservar su fragancia y belleza era:

¡EL AMOR DE UNA MADRE!



REFLEXIÓN BÍBLICA

JOCABED LA MADRE DE MOISES (Éxodo 2:1-10)

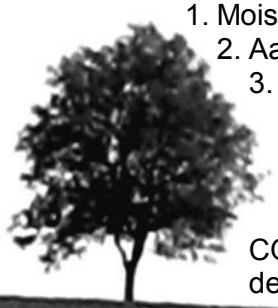
INTRODUCCION: Su nombre significa Jehová es glorioso. Su fama descansa en su hijo moisés. Su vida revela una mujer especial, equipada para ser la madre de un gran hombre. Su calidad mayor es la fe.

I. LA IMPORTANCIA DE SU FE
- A. Ella creyó que Moisés era un niño especial.
  1. Ella lo vio en relación al plan de Dios.
  2. Ella determinó que debía vivir
- B. Ella creyó que Dios lo iba a salvar.
  1. Ella no tenía nada en si misma para asegurarlo
  2. Ella hizo lo que pudo para protegerlo y confió en Dios
- C. Ella tenía el coraje para desobedecer a Faraón
  1. Su motivo fue la obediencia a Dios
  2. La obediencia a Dios era más importante que la obediencia a las autoridades civiles.

II. LA IMPLEMENTACIÓN DE SU FE
- A. Hay que poner la fe en acción para hacer una diferencia
  1. Debía haber sido difícil mantener quieto el bebé y todo su plan en secreto.
  2. Lo que mas duró, lo mas fuerte fue su fe.
- B. La fe resulta en acción
  1. Su fe creciente le hizo más creativa
  2. Su fe le guardó de ser paralizada por los problemas
  3. Ella enseñó a Miriam para su rol.
- C. La realidad de la fe se muestra en sus acciones

III. SU FE
- A. Ella confió completamente en Dios.
  1. Después de hacer todo lo que ella podía hacer en su propia fuerza, le quedaba solo la fe en Dios.
  2. Su confianza fue recompensada por la bondad de Dios.
- B. Obedecer es nuestra parte pero los eventos son de Dios.
  1. Por la fe de Jocabed, el futuro de Moisés fue seguro.
  2. Dios hizo más que lo esperado permitiendo a Jocabed criar a su propio hijo.
  3. Así que, ella podía instruirle en los caminos de Dios.

III. EL IMPACTO DE SU FE
- A. Aprovechó de su tiempo con Moisés
  1. Ella sabía que el tiempo era limitado
  2. Por la enseñanza acerca de Dios, Jocabed venció la enseñanza pagana.
- B. Ella crió a todos sus hijos en los caminos de Dios
  1. Moisés era el líder del pueblo
  2. Aarón fue un líder espiritual
  3. Miriam fue asociada con el liderazgo de los dos hermanos
- C. Obviamente ella enseñó a sus hijos
  1. La fe
  2. La obediencia
  3. La confianza en Dios



CONCLUSIÓN: Jocabed muestra el impacto de una madre espiritual en las vidas de sus hijos. El corazón de ese impacto fue su fe.

¿DÓNDE ESTÁ TU CORAZÓN?

En el mes de febrero, pensamos mucho en el amor. En muchos países, el 14 de febrero celebran el día de San Valentín o el Día del amor. Como iglesia de Jesucristo, nuestros pensamientos deben correr a las necesidades de la gente a nuestro alrededor. Debemos sentir amor por nuestro prójimo. ¿Qué podemos hacer para mostrar el amor de Jesucristo a los demás?

Jesús dijo: *"Tuve hambre, y me disteis de comer, tuve sed, y me disteis de beber, fui forastero, y me recogisteis, estuve desnudo, y me cubristeis; enfermo y me visitasteis, en la cárcel, y vinisteis a mi".* Mateo 25:35-36. Sería bueno que en este mes todas salieran a hacer un ministerio de compasión. Algunas ideas de cosas que pueden hacer son:

1. Visitar a una persona que no ha estado en la iglesia por mucho tiempo.
2. Visitar a un anciano y leerle la Biblia.
3. Ir a limpiar la casa de una ancianita.
4. Ir al hospital y visitar a los enfermos.
5. Juntar dinero y comprar comida básica (frijoles, arroz, tortillas, fruta, etc.) para una familia que está sufriendo.
6. Ir a la cárcel a tener un estudio bíblico con los encarcelados.
7. Juntar ropa para una familia necesitada
8. Comprar medicina para un enfermo
9. Cuidar los hijos de una señora para que ella pueda visitar a su esposo en el hospital. (Aunque algunas de estas cosas las hacemos en la iglesia, sería bueno hacerla con el grupo de mujeres porque puede ser que algunas no asistan a la iglesia sino a las reuniones del Ministerio de la Mujer).

Este va a requerir nuestro tiempo y mucho de nosotras mismas, pero Jesús dijo: *"…De cierto os digo que en cuanto lo hicisteis a uno de estos mis hermanos más pequeños, a mi lo hicisteis".* Mateo 25:40. Otra vez dijo: *"Un mandamiento nuevo os doy: Que os améis unos a otros; como yo os he amado, que también os améis unos a otros. En esto conocerán todos que sois mis discípulos, si tuviereis amor los unos con los otros".* Juan 13:34-35.



EL ESTRÉS

(Comparta el tema con el grupo y luego contesten entre todas. Si el grupo es más de 8 personas haga grupos de 3 ó 4 personas y que cada grupo responda una de los puntos que se encuentran al final y luego lo compartan con el grupo).

Anteriormente, el ser humano ante el ataque de una fiera o en una cacería, sufría de una transformación interior. Su ritmo cardíaco se aceleraba, se elevaba su tensión arterial y sus niveles de azúcar en la sangre subían; esta serie de síntomas le permitían, momentáneamente, actuar más rápido, tener más fuerza, defenderse mejor.

Actualmente no enfrentamos fieras o subsistimos con la cacería, sin embargo, este mecanismo se traslada a un nuevo ritmo de vida, y hemos aprendido a ponerlo en marcha ante los nuevos retos hasta tal punto que llegó a convertirse en un estado normal de la persona. Estamos hablando del

ESTRÉS. En un país desarrollado, lo padece más de la mitad de la población. No es sólo la tensión física la que activa el mecanismo; también lo hacen las tensiones mentales y sociales. Lo que le ocurre a la persona con estrés es que se sitúa en unas condiciones de vida que le llevan continuamente al borde del “agotamiento”.

El problema no es que el cuerpo reaccione con estrés, sino el grado de estrés y el desgaste que ocasiona. Por ejemplo: Si encendemos una vela con una gran llama a ambos extremos, habrá más luz, pero también se quemará más rápidamente. La consecuencia del estrés es una hiperactividad imparable, que hace que la persona pretenda llegar hacer demasiadas cosas y acabe por no estar lo suficientemente atenta a todas y cada una de ellas creando una nueva tensión, al no poder resolverlas. Podemos evidenciar el estrés en tres etapas.

PRIMERO: Se observa una reacción de alarma, derivada de “estar agobiado por mil cosas”. El pulso se acelera, los pulmones toman más oxígeno para abastecer los músculos, aumenta el nivel de azúcar en la sangre para abastecer de energía el organismo. La digestión se hace lenta y aumenta la transpiración.

SEGUNDO: Es la fase de resistencia, la persona ya está adaptada a esa sobrecarga, ya está “acostumbrada” a llevar ese ritmo de vida y no está consciente de la velocidad de su rutina.



TERCERO: Es la fase del agotamiento, tras la supervivencia de las dos primeras, aquí la persona se derrumba, las energías se agotan y los signos de agotamiento empiezan a ser irreversibles.

Es importante tener en cuenta que cuando las condiciones de trabajo y los factores humanos están en equilibrio, se crean sentimientos de confianza en sí mismos, aumenta la motivación, la capacidad de trabajo, la satisfacción general y se mantiene la salud.

COMO ADMINISTRAR EL ESTRÉS

1. Tenga un código de vida y viva positivamente.
2. Establezca prioridades para evitar presiones de tiempo.
3. Busque tiempo para compartir con su familia y amigos o para dar una caminata.
4. Haga ejercicios regularmente que le ayuden a liberar la tensión.
5. Acostúmbrese a una dieta balanceada, con buenas fuentes de energía para que su organismo no se agote.
6. Aprenda técnicas de relajación muscular y respiración.
7. Aprenda a decir NO cuando su agenda no le permita más actividades.
8. Reserve un tiempo especial y pleno para estar en la presencia de Dios. (Devocionales diarios)

BUSCANDO DIRECCIÓN EN LA PALABRA DE DIOS

1. ¿Qué le dijo Jesús a Marta cuando ella no se tomó un tiempo para estar con El? Lucas 10:40-42

2. ¿Cuál es la advertencia de Jesús ante nuestras preocupaciones? Lucas 12:22-34

3. Pero y si ya tengo muchas preocupaciones y problemas, ¿qué puedo hacer? Salmo 34

4. Necesito un momento para retomar las energías. Salmo 19

5. En Mateo 11:28, Jesús nos dice “venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar”



“Cristo convertirá un trabajo cansado y sin sentido, en uno productivo, espiritual y con propósito.”

EL MINISTERIO DE LA ORACIÓN

(Este tema se presta muy bien para tratarlo en varias reuniones. Puede ser un mes que se hable de la oración, ya que cada punto puede ser ampliado. Puede repartirlo con mujeres del grupo que tengan la capacidad de enseñar para que lo compartan con el resto. Cada vez que se reúnan pueden orar en grupo de diferentes formas. Puede ser de a pares, por la hermana que tenemos a la derecha, etc.).

Dios no siempre responde a la oración. Orar es aburrido. Mi oración no tiene poder. Orar es solamente para los piadosos. Estas son algunas de las frases que se escuchan por allí sobre la oración.

¿Usted cree eso? Por supuesto que no ya que son conceptos erróneos. Si usted lo ha creído, necesita pedir a Dios que le cambie y que le muestre la importancia de la oración.
La oración libera el poder de Dios

- en la vida de una persona
- en la vida de la iglesia
- en la vida de la comunidad
- en la vida de un país

Santiago 5:16 dice: *"…La oración eficaz del justo puede mucho"*. Si la oración no tuviera poder, ¿de qué serviría?

SEIS TIPOS DE ORACIÓN

1. Oración que recibe
Santiago 4:3 dice: *"Pedís y no recibís, porque pedís mal, para gastar en vuestros deleites".*

Un prerrequisito de cualquier petición es pedir a Dios. Segundo, hay que examinar los motivos por los cuales se pide.

Mateo 7:7-8 Jesús dice: *"Pedid, y se os dará; buscad y hallareis; Llamad y se os abrirá. Porque todo aquel que pide, recibe; y el que busca, halla; y al que llama, se le abrirá".*



Es decir, no solo espere que Dios haga algo. Pídalo en oración. Podemos pedir a Dios ayuda en cada circunstancia de nuestra vida. Las luchas personales, pruebas, finanzas, relaciones entre familia, metas, sueños, amistades, vacaciones, cosas pérdidas, heridas emocionales y enfermedad. La lista sigue y Dios aún espera que le pidamos.

2. Oración que cree
Mateo 21:22 dice: *"Y todo lo que pidiereis en oración, creyendo, lo recibiréis".*

Habacuc 1:5 *"Mirad entre las naciones, y ved, y asombraos; porque haré una obra en vuestros días, que aún cuando se os contare, no la creeréis".* Dios tiene planes para nuestras vidas que no podemos imaginar.

La oración que cree es la base de nuestra fe. Hebreos 11:6 *"Pero sin fe es imposible agradar a Dios, porque es necesario que el que se acerca a Dios crea que le hay, y que es galardonador de los que le buscan".* Debemos creer en Dios hasta para lo que parezca imposible en nuestras vidas. Tenemos que permitir que El sea glorificado en los resultados.

3. Oración que revela
Jeremías 33:3 dice: *"Clama a mí, y yo te responderé, y te enseñaré cosas grandes y ocultas que tu conoces".* Cuando no conocemos la voluntad de Dios, El nos dice que le clamemos. Por medio de la oración, El nos revela su voluntad. Salmos 32:8 dice: *"Te haré entender, y te enseñaré el camino en que debes andar, sobre ti fijaré mis ojos".*

4. Oración que intercede
Dios no llama a interceder por las necesidades de otros. Jesús oró muchos por los discípulos y es un ejemplo. Juan 17:9-26 *"Yo ruego por ellos; no ruegos por el mundo, sino por los que me diste; porque tuyos son, y todo lo mío es tuyo, y lo tuyo mío; y he sido glorificado en ellos…"* Pablo también oró por otros: Filipenses 1: v. 3 *"Doy gracias a mi Dios siempre que me acuerdo de vosotros".* v. 4 *"…rogando con gozo por todos vosotros…"* v. 9 *"Y esto pido en oración, que vuestro amor abunde aun más y más en ciencia en todo conocimiento…"* Colosenses 1:9 *"…por lo cual también nosotros, desde el día que lo oímos, no cesamos de orar por vosotros, y de pedir que seáis llenos del conocimiento de su voluntad en toda sabiduría e inteligencia espiritual…"*

Hagamos una lista de los nombres de nuestros familiares, amigos, vecinos, conocidos y sus necesidades y oremos cada día por todos en la lista.

5. Orando juntos por la misma petición
Busque a una persona con quien pueda compartir sus peticiones para que las dos oren en fe por las necesidades. Orando con otros para la Intervención de Dios en cualquier situación crea anticipación, no importa lo grande o lo pequeña que sea la petición: una billetera perdida, empleo, finanzas, reconciliación, un amigo para su hijo, un futuro esposo, etc.



Mateo 18:19-29 dice: *"Otra vez os digo, que si dos de vosotros se pusieren de acuerdo en la tierra acerca de cualquier cosa que pidieren, les será hecho por mi Padre que está en los cielos. Porque donde están dos o tres congregados en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos"*

6. Oración que persevera
En Lucas 18:1-8; Jesús dijo una parábola a sus discípulos para mostrarle que siempre deben orar y no desmayar. Hebreos 11:1 dice: *"Es, pues, la fe la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve".*

LAS BENDICIONES Y BENEFICIOS DE LA ORACIÓN

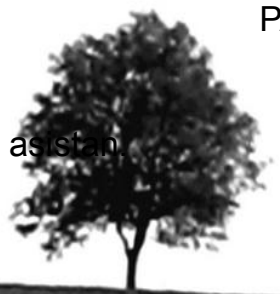
1. La oración abastece fe. Tiempo en conversación con Dios nos lleva a conocerle más. El se nos revela y así podremos llegar a ser más como El. A medida que trabaje en nuestras vidas y conteste nuestras peticiones, nos inspirará más confianza.

2. La oración nos lleva a la Palabra de Dios. La palabra de Dios y la oración, si son aplicadas a todas las circunstancias de nuestra vida, nos deben cambiar, transformar, motivar y llevar a hacer decisiones para vivir y caminar en el Espíritu.

3. La oración nos enseña a confiar en Dios y esperar su tiempo de actuar. El saber esperar el tiempo de Dios revela mucho acerca de nuestra confianza en Él.

4. La oración revela el plan de Dios y nuestro propósito. Santiago 1:5 dice: "Y si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídala a Dios, el cual da a todos abundantemente y sin reproche, y le será dada" 1 Juan 5:14-15 dice: *"Y esta es la confianza que tenemos en él, que si pedimos alguna cosa conforme a su voluntad, él nos oye. Y si sabemos que él nos oye en cualquiera cosa que pidamos, sabemos que tenemos las peticiones que le hayamos hecho".*

5. La oración libera el poder de Dios. Si la oración no tuviera poder, ¿de qué serviría? ¿Quién puede orar? ¿Quién puede tener poder? Todos. Dios espera que oremos y que le pidamos. El ha prometido responder. Lucas 11:13 dice: *"Pues si vosotros siendo malos, sabéis dar buenas dádivas a vuestros hijos. ¿cuanto más vuestro Padre celestial dará el Espíritu Santo a los que se lo pidan"?*



PARA HACER

1. Empiece un cuaderno con las peticiones de las señoras que asistan.
2. Divida el grupo en grupos de 3 o 4 para tener tiempo de oración.

EL SIDA Y LA MUJER EN LA IGLESIA

El Sida es una enfermedad reciente, tuvo su aparición por primera vez en los Estados Unidos de América en el año 1981; sus siglas significan SÍNDROME DE INMUNO DEFICIENCIA ADQUIRIDA; es decir un conjunto de signos y síntomas producidos por la disminución de las defensas de nuestro cuerpo.

En un principio se descubrió en personas homosexuales, luego en drogadictos que consumían drogas inyectadas. Poco después se encontró en pacientes receptores de transfusiones sanguíneas; sin importar si eran homosexuales o heterosexuales. Con el paso del tiempo esta enfermedad se fue expandiendo hasta llegar a convertirse en una pandemia (es decir una epidemia a nivel mundial).

Es importante diferenciar al paciente con VIH (+) y al paciente SIDA; el primero implica que está contaminado con el virus VIH, pero que no tiene las manifestaciones de la enfermedad; el segundo es aquel que ya presenta las manifestaciones clínicas de la enfermedad. Los mecanismos de transmisión en resumen son:

- Contacto sexual (Homosexual o Heterosexual)
- Transmisión Vertical (madre a su feto)
- Lactancia Materna
- Exposición percutánea (por agujas y otros instrumentos punzantes) o de las mucosas a sangre y otros líquidos corporales contaminados con títulos elevados del VIH.

Sin embargo sólo la sangre, el semen, las secreciones del cuello uterino y la leche humana han sido implicados en la transmisión de la infección. En la epidemiología de la enfermedad se ha visto que es más fácil que el hombre transmita la enfermedad a la mujer siendo 20 veces mayor dicha posibilidad que de mujer a hombre.

Así también existe el concepto de período de ventaja. Este el tiempo que transcurre después de que una persona es infectada por el virus hasta que logra detectarse por pruebas sexológicas. Este período va desde 36 meses hasta varios años. Esto es importante ya que una persona puede ser contagiada por un contacto sexual ocasional y no presentar síntomas, ni aparecer en las pruebas sexológicas (+) hasta varios años después, por lo que puede transmitir la enfermedad a otras personas por contacto sexual.



Las manifestaciones clínicas se presentan a medida que avanza la infección (puede tardarse años en aparecer, pero ya es infectante para otras personas):

- Inflamación de los ganglios linfáticos en el cuello, en las axilas o en la zona de la ingle
- Fiebre recurrente incluyendo “Sudores Nocturnos”
- Pérdida de peso sin razón aparente
- Fatiga constante
- Diarrea y pérdida de apetito
- Manchas blancas o manchas poco usuales en la boca.

La persistencia de estos síntomas por más de una semana debe ser motivo de consulta. Posteriormente se presentan infecciones graves y cánceres en distintas regiones del cuerpo las cuales son raras en pacientes sanos.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Fidelidad a su pareja
- Castidad o Virginidad según el caso para las solteras
- ¿Es seguro el preservativo? Este último que se ofrece como una “alternativa de seguridad” para el sexo o Sexo Seguro, se ha visto que es ineficaz por una serie de razones:

a. Estudios hechos en laboratorios muestran que los preservativos en sí mismo no son barreras efectivas para el virus del SIDA u otras Enfermedades Venéreas.

b. Los preservativos no proveen una protección adecuada en su verdadera aplicación humana.

c. Es muy difícil lograr que las personas usen los preservativos consecuente y correctamente.

TRATAMIENTO



Al momento no existe ningún tratamiento específico o vacuna contra el VIH, los medicamentos antivirales existentes únicamente retrasan las manifestaciones clínicas o prolongan la vida de algunos pacientes sin curar la enfermedad.

Si el hombre o la mujer de nuestros días no se arrepienten en su corazón de sus pecados; aceptan al Señor Jesucristo en su corazón como Rey y Señor y cambian sus patrones de conducta o liberalismo sexual se verá envuelto como víctima de la epidemia que ataca nuestra sociedad.

Ya en muchas de nuestras iglesias se han convertido personas VIH (+) o con SIDA. Debemos tener cuidado y no demostrar repudio, asco o miedo hacia ellos. Hay que amarlos como un cuerpo mismo que somos en Cristo tomando en cuenta las precauciones del caso.

El VIH no se trasmite:

- Al sentarse cerca de alguien en el trabajo, en un autobús o en cualquier otro sitio.
- Al estrecharse las manos, abrazarse o besar en la mejilla a alguien.
- Al compartir comida, platos, tazas.
- Al usar baños públicos: fuentes de agua o teléfono.
- Al nadar en una piscina.
- Al ser picado por un mosquito o cualquier otro insecto.

Es importante mencionar la importancia de la fidelidad conyugal. Si uno de los dos cónyuges es infiel es un factor de riesgo para el cónyuge fiel.

Debemos atender los consejos del Apóstol Pablo mencionados en su primera carta a los I Corintios 7 acerca del deber conyugal. También debemos atender lo que dice el apóstol Pablo a Timoteo en I Timoteo 5:22 y conservarnos puros. Esto no se refiere solo en lo sexual sino también conservarse puro no usando drogas de ningún tipo; ni alcohol ya que con su uso se altera el juicio y puede caerse en conductos sexuales inapropiados.



EFECTOS EMOCIONALES

Autoengaño
Ya que no acepta su realidad y se dice a sí mismo y los demás que no está enfermo. Si lo acepta cree que nadie puede ayudarlo y se niega a recibir ayuda.

Depresión.
intenta suicidarse porque ya no hay cura para su enfermedad.

Inmadurez.
Aunque busque apoyo y comprensión para su problema, es incapaz de corresponder al apoyo.

Aceptación de la enfermedad
Busca ayuda y es donde intervienen los médicos, familiares y otras personas dispuestas a brindar ayuda.

CÓMO AYUDAR A LOS ENFERMOS DEL SIDA

- Ellos tienen derecho a una vida normal en la sociedad, trabajar, vivir con su familia y recibir asistencia médica.
- La actitud positiva hacia el enfermo de SIDA le hará bien y ayudará a sobrellevar su situación. Si hay rechazo y segregación, habrá más depresión y animará al suicidio o asesinato de quien le infectó con el virus.
- Mostrar empatía y ponerse en lugar del enfermo, cómo se sentiría uno si tuviera el virus. (Mateo 7:12)
- Utilizar la Palabra para dar ánimo y esperanza al enfermo (Mt. 8:2, 3; Filipenses 4:8)
- Presentarle el plan de salvación, que Dios está interesado en él/ella y que hay esperanza con el Señor.
- Acompañar al enfermo y estar dispuesto para apoyar en todo momento, escucharles y animarles.



SU SALUD

El tema de salud es muy amplio y variado. Podemos darle muchos enfoques. El Señor nos manda que cuidemos nuestro cuerpo porque es el templo de Dios, pero… ¿cómo podemos cuidarlo? Es nuestra responsabilidad buscar información y aprender más sobre nuestros cuerpos, cómo funciona y qué necesita para funcionar bien.

Puede planificar varias actividades para tratar este tema. Puede invitar a un médico, promotor de salud o enfermera para que presente un tema especial en una de las reuniones con las mujeres. Pueden visitar hospitales o clínicas donde le pueden dar una buena explicación de sus servicios comunitarios.

En las sesiones con mujeres puede tratar diferentes temas que les ayuden a conocer más de la salud personal y familiar. A continuación algunos temas que pueden tratar:

1. Higiene personal
2. Menopausia
3. Que hago cuando los niños se enferman
4. Exámenes para Mujeres (Mamografía y Papanicolau)
5. La buena alimentación: ¿en qué consiste?
6. La verdad sobre el SIDA
7. Infecciones intestinales
8. Nutrición
9. Como preparar buenos alimentos para la familia
10. Presión alta
11. Crecimiento normal en los niños
12. Primeros auxilios y emergencias
13. Problemas dentales
14. Vacunación
15. Importancia de la visita al ginecólogo cada año
16. Planificación familiar

Hay mucha información que uno puede adquirir sobre la salud y como este aspecto de nuestra vida puede ser bendecido por nuestro Señor.



Otras ideas:

Tener una enfermera en la sesión para tomar la presión de todos y enseñarles a tomar la presión, la temperatura, etc.

AUTOEXAMEN DE LAS MAMAS

Desde la adolescencia, toda mujer debe aprender a auto-palparse sus mamas en prevención de nódulos anormales. Este examen, simple, sin dolor y personal, debe realizarse una semana después de la menstruación, cuando las mamas no están sensibles ni hinchadas y en el período de la menopausia en cualquier momento.

No todos los tumores de la mama son malignos, un 60% de ellos son benignos. Toda mujer debe auto-palparse sus mamas una vez al mes y visitar al médico por lo menos una vez al año para un examen completo.

¿CÓMO AUTO-EXAMINAR LAS MAMAS?

1. Ante un espejo
Inspeccione sus mamas con los brazos a los lados. Después, levante sus brazos en alto sobre la cabeza. Observe si hay cualquier cambio en el contorno de cada mama, hinchazón, hoyuelos en la piel o cambio en el pezón. Después coloque las palmas de la mano sobre las caderas y haga presión firmemente hacia abajo para doblar los músculos del pecho. La mama derecha y la izquierda no serán exactamente iguales, las de pocas mujeres lo son.

2. En la ducha
Examínese las mamas al tomar el baño o la ducha; las manos se deslizan más fácilmente sobre la piel húmeda. Mueva suavemente los dedos planos, sobre cada parte de cada mama. Use la mano derecha para examinarse la mama izquierda, y la mano izquierda para la derecha. Detecte cualquier abultamiento o protuberancia.

3. Acostada
Para examinar la mama derecha, ponga una almohada o toalla doblada bajo su hombro derecho. Coloque la mano derecha detrás de su cabeza, esto distribuye el tejido de la mama más uniformemente sobre el pecho. Con la Izquierda, los dedos planos, haga presión suavemente en pequeños movimientos circulares alrededor de la esfera imaginaria de un reloj.



Empiece en la parte superior y exterior de su mama derecha como si fueran las doce en punto del reloj, después mueva los dedos hacia la 1 en punto, así alrededor de todo el círculo hasta regresar a las doce. Una especie de cordoncillo de tejido firme en la curva más baja de cada mama es normal.

Después, mueva los dedos dos centímetros hacia adentro, hacia el pezón, manténgase haciendo círculos para examinar cada parte de su mama incluyendo e pezón. Esto requiere por lo menos tres círculos más.

Luego, repita despacio el procedimiento en su mama izquierda con la almohada bajo su hombro izquierdo y la mano izquierda detrás de la cabeza. Note como se siente la estructura de su mama. Finalmente, presione el pezón de cada mama suavemente entre los dedos índice y pulgar. Cualquier secreción, clara o con sangre, debe reportarse inmediatamente a su doctor.

No todos los tumores con cancerosos, pero sólo su médico le dirá le verdad. La inspección regular le muestra lo que es normal para usted y le dará confianza en su examen.

Si una mujer está embarazada, puede ser que tenga secreción.

EL DIAGNOSTICO PRECOZ SALVARLÁ SU VIDA SEÑALES DE CANCER

1. Persistente secreción de una herida que está sanando
2. Secreción o sangre del pezón
3. Sangre en los heces, orina o de la vagina afuera del tiempo de la menstruación.
4. Sangre del intestino parece asfalto (color negro)
5. Persistente indigestión o falta de apetito
6. Persistente dolor en alguna parte.
7. Cambio en un lunar o verruga (color o tamaño)
8. Persistente tos o afonía.



EXTIENDE TU MANO Y NO VOLVERÁS A SER LA MISMA

Dios nos enseña que debemos extender nuestras manos al necesitado y al sediento de amor espiritual. Marcos 2:1-12 nos dice cómo extender nuestra mano... ¡Rompamos Barreras!

Tomando el ejemplo de Cristo. (vv. 1-2)

Jesús aunque estaba cansado no rechazo a las multitudes que le buscaban, no dejo que el cansancio le impidiera compartir el mensaje de la salvación con las personas necesitadas, Jesús tenía el evangelio y el discipulado como una forma de vida, era obrero a tiempo completo, tal como debemos ser nosotros, cristianos a tiempo completo.

Buscando alternativas (vv. 3-5)

Los cuatro hombres con voluntad y resolución para vencer los obstáculos, subieron al techo y bajaron a su amigo paralítico. La angustia de algunas almas necesitadas es tal que se requiere de la fe de amigos creyentes para llevarlos a Cristo. Jesús al ver la fe de ellos dijo: *"Tus pecados te son perdonados",* para Jesús lo principal estaba hecho, la discapacidad espiritual había sido anulada.

Venciendo al enemigo (vv. 6-12)

Cuando estamos trabajando para el Señor siempre hay oposición, Jesús tuvo que vencer los pensamientos de los escribas; aunque pueda existir crítica, desánimo, falta de apoyo, no estamos solos, tenemos al vencedor de vencedores como guía en nuestro camino.

DIAGNÓSTICO SOCIAL DE LA DISCAPACIDAD

En Latinoamérica existen aproximadamente 85 millones de personas con discapacidad, una población muy significativa que dependiendo de la manera como se canalicen sus necesidades y sus capacidades, serán una carga social o contribuirán dando su aporte productivo a la sociedad. La situación de las personas con discapacidad y sus familiares en la región latinoamericana se caracteriza por la extrema pobreza y en general, por un estatus social y cultural marginado y aislado.



Las suposiciones de lo que significa tener una discapacidad están profundamente enraizadas en las leyes, la política estatal, la ciencia la medicina, la educación y las prácticas culturales. Como resultado de ello, es frecuente que sean restringidas las oportunidades para personas con discapacidad.

Causas de la Discapacidad

Además de las principales causas de la discapacidad en Latinoamérica, las cuales son parecidas a las que prevalecen en los países industrializados (defectos congénitos, enfermedades crónicas, tumores malignos, accidentes de transito) los países de la región también cuentan con casos significativos de discapacidad relacionados con enfermedades infecciosas, deficiencias nutricionales y parásitos, al igual que problemas de salud relacionados con el desarrollo del feto y el parto.

Diagnóstico Eclesiástico de la Discapacidad

Los miembros de las iglesias evangélicas, no son ajenos a la corriente de discriminación que impera en la sociedad. En muchos casos la iglesia desconoce el plan de Dios para las personas discapacitadas, las cuales, además de estar incluidas en el mandato de la Gran Comisión, ocupan un lugar importante en la labor de nuestro Señor Jesucristo y muchas desarrollan una labor de testimonio de una “vida abundante a pesar de su discapacidad”.

Son muy pocos los países que cuentan con un ministerio que apoye el desarrollo de programas de atención para las personas discapacitadas. Por lo que se hace necesario un proyecto que de a las iglesias evangélicas la posibilidad de dar cumplimiento a la Gran Comisión con este sector, hasta ahora tan marginado.

Un ministerio así tiene que tener ciertos objetivos

1. Apoyar a las iglesias evangélicas en dar cumplimiento a la Gran Comisión de Nuestro Señor Jesucristo con la población de las personas con discapacidad.

2. Sensibilizar a las iglesias sobre su responsabilidad de evangelizar y discipular a TODA persona.

3. Formar, capacitar y asesorar equipos de trabajo en las iglesias participantes, a fin de desarrollar efectivamente su labor de atención a las necesidades espirituales y físicas de las personas con discapacidad.

4. Ayudar a romper barreras sociales y culturales, que impidan dar cumplimiento a la Gran Comisión entre la población con discapacidad.



COMO AYUDAR EN CASO DE ABORTO

I. ¿QUÉ ES EL ABORTO?

Es la expulsión del feto desde el útero, generalmente entre las 12 y 28 semanas de gestación.

Aborto espontáneo: Es cuando se produce por alguna anormalidad en el crecimiento del feto o por alguna interferencia externa involuntaria.

Aborto provocado: Cuando se produce por inducción deliberada. Sobre este aborto se estará hablando en la presente plática.

II. FACTORES QUE PRECIPITAN LA DECISIÓN POR EL ABORTO

1. Libertinaje sexual.
2. Búsqueda de una solución rápida o práctica al miedo y ansiedad.
3. Coerción por la pareja o familiares.
4. Crecer en una familia muy conservadora.
5. Relaciones pobres o poco apoyo de parte de los padres y/o pareja sexual.
6. Haber nacido en una familia de alto riesgo.
7. Haberse practicado abortos anteriores.
8. Problemas de anormalidades en el feto o problemas médicos.
9. Consejo inadecuado antes del aborto.
10. Tener niños pequeños en el tiempo de otro embarazo.
11. Problemas emocionales previos o un trauma emocional en el pasado de la madre.
12. Embarazo en adolescentes.

III. EFECTOS QUE PRODUCE EL ABORTO



A. Dolor y tristeza.
B. Sentimientos de culpa.
C. Abortos espontáneos.
D. Complicaciones en partos posteriores.
E. Bebés prematuros.
F. Riesgo de daños en los órganos reproductivos.
G. Muerte.

IV. COMO AYUDAR

Antes del Aborto: Tome tiempo para escuchar y animar. Sea sabio y prudente haga las siguientes preguntas:

¿Cómo sabes que estás embarazada? ¿Cuándo o cómo supiste que estabas embarazada? ¿Quién sabe del embarazo? ¿Qué dificultades crees que te causará el embarazo? ¿Qué dificultades crees que el aborto resolverá o te causará?

✓Exprese empatía.

✓Ore.

✓Enseñe lo que la Palabra de Dios dice sobre Dios como dador de la vida.

✓Explíquele los efectos del aborto.

✓De esperanza

✓Otras alternativas diferentes al aborto.

✓Acompañe y apoye a la persona a pensar en el futuro de su vida y la del bebé.

Después del Aborto:

Escuche, anime y pregunte con sabiduría: ¿Cuánto hace que tuviste el aborto? ¿Qué te llevó a tomar esa decisión? ¿Cuáles han sido los efectos emocionales, físicos o espirituales de esta decisión?

Ayude a la persona a expresar sus sentimientos y emociones negativas al relatar la experiencia del aborto.

Ayúdele a trabajar con su culpa en relación a Dios y recibir el perdón de El.

Ayude a la persona a expresar sus sentimientos y emociones negativas al relatar la experiencia del aborto.

Conduzca a la persona a resolver el enojo hacia sí misma u otros involucrados en la decisión del aborto.

La persona debe pasar por el proceso de duelo, llorando y expresando sus sentimientos sobre la pérdida de su bebé.

Debe despedirse del bebé y tener la esperanza de verlo en la eternidad.



ABUSO SEXUAL INFANTIL

¿QUÉ ES ABUSO SEXUAL INFANTIL?

El abuso sexual infantil es cualquier conducta del adulto o niño(a) mayor, dirigida hacia un niño o niña con la intención de estimular sexualmente al abusador o al niño(a).

Con contacto físico: masturbación, tocamientos, besos, frotación de los genitales, sexo oral, penetración vaginal o anal, etc.

Sin contacto físico: hostigamiento o acoso verbal, exhibición de los genitales del adulto, mostrarle al niño(a) revistas o películas pornográficas, utilizarlo para la elaboración de material pornográfico u obsceno, etc.

¿CÓMO SABER SI UN NIÑO(A) ES VÍCTIMA DE ABUSO SEXUAL?

SIGNOS FÍSICOS DEL AGREDIDO:

❖Enrojecimiento, moretones, rasguños, heridas o sangrado en el área genital o anal.

❖Lesiones en cuello, boca, senos, nalgas, bajo abdomen o muslos.

❖Infección o flujo vaginal.

❖Infecciones repetidas en las vías urinarias.

❖Incapacidad de retener material fecal (encopresis).

❖Enfermedades de transmisión sexual (sífilis, gonorrea, sida, etc.)

❖Aumento repentino de dolores de cabeza, estómago, etc.

❖Ropa interior manchada o rota sin causa conocida.

❖Dificultad para caminar o sentarse.

❖Embarazo.

SIGNOS DE COMPORTAMIENTO DEL AGREDIDO:



- Miedo generalizado
- Ansiedad
- Actividad sexual inapropiada: frotamiento de los genitales o masturbación excesiva, besos en la boca y tocamientos fuertes de senos y genitales de otras personas.

- Conocimiento de actividades sexuales más allá de lo esperado para su edad.
- Temas sexuales repetidos en sus juegos, en sus relatos o en sus conversaciones.
- Retroceso en el control de esfínteres o en otros aspectos del desarrollo.
- Miedo o rechazo a algún adulto en particular.
- Conductas agresivas o destructivas hacia sí mismo o hacia los demás.
- Aislamiento social o apatía generalizada.
- Dificultad en el sueño: insomnio, pesadillas, sueño excesivo o resistencia a dormir solo.
- Cambios repentinos de comportamiento (agresión inusual, llanto sin motivo aparente, depresión, etc.)
- Problemas de aprendizaje o disminución repentina del rendimiento académico.
- Miedo repentino de ir al baño.

La presencia de uno o varios de los signos anteriores sólo indica la posibilidad de abuso sexual.

LAS CONSECUENCIAS EN LAS REPERCUSIONES FUTURA DEPENDERÁ DE:

1. Edad del niño (entre mayor sea el niño menor la repercusión, entre menor sea el niño más repercusión).
2. Tipo de abuso
3. Presión o violencia ejercida
4. Nexo con el agresor (entre más cercana la relación peor, se traiciona confianza).
5. Frecuencia y duración.
6. Personalidad del niño – asimilación de los eventos
7. Si hubo o no terapia.
8. Reacción y acción de la familia (si apoya y protege es más positivo el manejo del abuso)



EFECTOS A LARGO PLAZO DEL ABUSO SEXUAL

a) Ansiedad y angustia generalizada.

b) Baja autoestima e inseguridad.

c) Dificultad para establecer y mantener relaciones interpersonales estrechas.

d) Tendencia a expresar el afecto a través de contactos sexuales.

e) Alteraciones en el deseo sexual.

f) Dificultad para sentir placer en las relaciones sexuales.

g) Inclinación a mantener relaciones afectivas que le hacen daño.

h) Sensación de incapacidad para enfrentar la vida y tendencia a evadir las dificultades.

i) Tendencia a complacer a los demás, desconociendo su propio bienestar personal.

j) Depresión

k) Disociación idea -afecto

l) Abuso de alcohol u otras sustancias

m) Trastorno del sueño

n) Alteración en la autopercepción (vergüenza, culpa, reproches, sentimientos de deshonra y de ser indigna, sentimientos de ser completamente diferente a otros)

o) Alteraciones en el sentido de pertenencia (pérdida de la fe, sentido de desesperanza y desesperación)

p) Desconfianza generalizada

COMO AYUDAR A PREVENIR EL ABUSO SEXUAL INFANTIL

- Considere cuidadosamente las personas que se harán cargo del niño(a) cuando usted no puede cuidarlo. Un amigo cercano o familiar no es garantía.



- Procure que cada niño(a) duerma solo en su cama.
- Nunca deje al niño(a) solo o desatendido aún en lugares conocidos.

▪No permita que el niño(a) entre solo al baño en establecimientos públicos.

▪No permita que el niño(a) se movilice en transporte público o recorra a pie largos trayectos sin la compañía de un mayor confiable.

▪Controle la programación de televisión y la clase de películas que el niño(a) ve; el contenido de sexo y violencia al que hoy están expuestos los niños(a) les dan ideas equivocadas sobre el amor, la sexualidad y el placer.

▪No obligue al niño(a) a quedarse a solas con personas hacia las que sienta rechazo, así sean familiares o amigos cercanos.

Usted puede contribuir a que el niño desarrolle habilidades que disminuyan los riesgos de ser abusado.

• Ayudar a reconocer y a hablar sobre las situaciones que hacen sentir bien al niño(a) y las que le causen miedo, a distinguir entre sentirse seguro y sentirse incómodo o asustado, y cómo se siente su cuerpo en cada situación.

• Enseñe al niño(a) a buscar la ayuda de un adulto cuando se sienta mal, inseguro, temeroso. Aclárele que algunas veces el adulto puede no entenderlo o decirle que no se preocupe, y en este caso debe insistir hasta que se le preste la atención debida, o buscar a otra persona.

• Enseñe al niño(a) cuáles son las personas a las que puede recurrir en las ocasiones en las que los padres no puedan ayudarlo. Sea muy cuidadoso en esta escogencia y tenga en cuenta la opinión del niño(a). Recuerde que en muchas ocasiones el abusador es un familiar cercano o alguien conocido.

• Explique al niño(a) que su cuerpo le pertenece solo a él/ella, y que nadie tiene derecho a tocar sus genitales o zonas íntimas, ni molestarlo en forma que lo haga sentir incómodo o asustado.

• Indique al niño(a) en varias oportunidades de modos diferentes que no debe aceptar regalos ni invitaciones de extraños

• Enseñe al niño que respetar a los mayores, no es igual que obedecerles a ciegas.

• El niño solo no puede prevenir ni detener un abuso sexual es indispensable el apoyo y la protección de los adultos.



¿QUE HACER SI UN NIÑO(A) HA SIDO ABUSADO SEXUALMENTE?

•Dígale inmediatamente que le cree y permanezca calmado, de lo contrario el niño(a) pensará que usted está enojado con él.

•Haga todo lo que esté a su alcance para consolarlo y darle seguridad.

•Ayúdelo a entender que lo sucedido no fue su culpa.

•Dígale que ha sido muy valiente al contar lo ocurrido.

•No le transmita la idea de que no podrá recuperarse de esta experiencia.

•Hágale sentir que será protegido, que no estará solo.

•No lo presione para que cuente más detalles de los que él está listo para comunicar.

•Sea prudente al preguntar y al hacer juicios, evitando así alarmarlo(a), aumentar sus temores y sentimientos de culpa o inducirlo a cambiar su relato o a que no hable más del problema.

•Denuncie y busque ayuda médica, psicológica y legal.



HOMOSEXUALIDAD

1. ¿QUÉ ES LA HOMOSEXUALIDAD?

Homosexualidad significa “mismo o igual sexualidad” y viene de la palabra griega homoita: igualdad, similaridad o acuerdo.

Otra definición que da el Dr. Stamateas es que ”la homosexualidad es la atracción romántica, deseo sexual y actividad sexual de una persona con otra del mismo sexo”. Es un error limitar la definición al contacto genital dejando de lado algo muy importante como son el deseo y la fantasía sexual.

El Dr. Stamateas también aclara que todos nacemos con un sexo definido biológicamente: varón o mujer, Génesis 1:27, (con órganos genitales diferentes para cada uno). A esto se le llama en sexología sexo biológico y éste es heredado. Pero el uso que se le da al cuerpo puede no coincidir con el sexo biológico, y a esto le llaman sexo genérico. Se puede ser de un sexo biológico (masculino o femenino) pero ser de sexo genérico actuando contrariamente.

La homosexualidad también, dice LaHaye, es un estilo de vida, ya que los grupos de gay y lesbianas se distinguen por sus actividades, objetivos, y creencias. Los homosexuales están obsesionados con el sexo y obtienen gratificación y satisfacción en su vida solamente por el sexo, aunque la vida no es solo sexo.

2. DIFERENTES TIPOS DE HOMOSEXUALIDAD

Homosexualidad situacional: Relaciones que se dan en circunstancias especiales donde no hay personas del sexo opuesto, como el ejército, las cárceles, monasterios y otras instituciones donde no se puede acceder a la relación heterosexual.

Homosexualidad transitoria: Se da en un período especial del desarrollo psicosexual del ser humano. En la infancia y adolescencia se pueden dar juegos, toqueteos o comparación de genitales. En la adolescencia se define la orientación sexual por eso no se puede hablar de homosexualidad antes que se complete el desarrollo psicosexual.

Homosexualidad reprimida o latente: Cuando la persona siente atracción y deseo de involucrarse en relaciones homosexuales sin reconocerlo porque lo ha reprimido. La represión se manifiesta con una conducta antihomosexual, como odio y persecución o a través de una gran masculinidad, etc.



Las tendencias se reprimen y solamente se reconocen en la fantasía sin jamás llegar a practicarlas. Estos pueden ser los que se casan, tienen hijos, viven una vida heterosexual normal y luego de un tiempo dejan todo y caen en la homosexualidad.

Homosexualidad abiertamente declarada: Son las personas que han escogido el estilo de vida homosexual y tienen su propia manera de vivir y pensar.

También se puede hablar de grados de homosexualidad como:
✓Conducta exclusivamente heterosexual
✓Conducta predominantemente heterosexual; ocasional homosexual.
✓Conducta predominantemente heterosexual; más que ocasional homosexual
✓Conducta heterosexual y homosexual por igual
✓Conducta predominante homosexual; más que ocasional heterosexual
✓Conducta predominante homosexual; ocasional heterosexual
✓Conducta exclusivamente homosexual.

LO QUÉ LA BIBLIA DICE SOBRE LA HOMOSEXUALIDAD?
La Biblia nos enseña que Dios creó a varón y hembra en Genesis 1:27. Su intención es la relación heterosexual y condena la relación homosexual como lo dicen varios pasajes en el Antiguo Testamento, tales como: Génesis 19:1-38; Génesis 18:20; Levítico 18:22 y 20:13; Jueces 19:13-20 1 Reyes 14:24; 15:12; 22:46.

En el Nuevo Testamento hay pasajes que se refieren a la homosexualidad, tales como: Romanos 1:18-32; 2 Corintios 6:9,10.

¿CUÁLES SON LAS CAUSAS DE LA HOMOSEXUALIDAD?
Las causas pueden ser múltiples y variadas. No es confiable creer en las teorías de la orientación homosexual por herencia genética. Estas tendencias pueden aparecer por experiencias homosexuales antes de experiencias heterosexuales, relaciones madre hijo/padre-hija inapropiadas o muy dependiente o pobre y deficiente, temor a las mujeres por eso se refugian en la conducta homosexual. A todas estas causas se pueden agregar otras muchas más.



.

¿COMO AYUDAR?

Trabajar con sus propias actitudes hacia los homosexuales, no dejen que los prejuicios le ganen. Son personas que necesitan a Cristo.

Requisitos que el homosexual debe tener para superar su problema:

Recibir a Cristo como su señor y salvador.

Enfrentar honestamente su homosexualidad

Decidir y desea fuertemente cambiar.

Estar dispuesto a cortar todo contacto con otros homosexuales que le tienten a seguir con el comportamiento homosexual.

Deseo de evitar el consumo de drogas y alcohol ya que estos lo hacen más vulnerable a la tentación.

Capacidad de construir una relación íntima no sexual con el consejero de su mismo sexo u otra persona de su mismo sexo.

Experimentar la aceptación y amor aparte de los amigos y contactos homosexuales.

Que tenga menos de 35 años de edad y/o no está profundamente involucrado en apegos homosexuales con otros.

Deseo de evitar el pecado y consagrar su vida y problemas al señorío de Jesucristo.

Si va ayudar procure:

❖No dar respuestas simplistas.
❖Determinar las metas de la consejería:
❖Dar esperanzas reales:
❖Compartir el conocimiento verídico sobre la homosexualidad.
❖Mostrar amor y aceptación hacia la persona homosexual.
❖Estimular el cambio de comportamiento:
❖Reconocer que la consejería puede ser compleja y que consume tiempo.
❖Dar un tratamiento cristiano. Para esto se debe tener estudios sobre la creación de Dios, el propósito de Dios para el mundo, el sacrificio de Cristo y su amor por todas las personas, y un estudio del carácter de Dios y de Jesucristo.
❖Incluir a la familia en la recuperación del homosexual.
❖El trabajo debe ser en equipo.



LA CRIANZA DE LOS HIJOS

(En esta lección puede ser muy creativo. Use un objetivo visual para enfatizar el concepto. Hable sobre cada tema (son doce), dos o tres minutos. Algunas de las mujeres van a conocer estas ideas pero siempre es bueno recordarles porque olvidamos la importancia del cuidado. Puede ilustrar los temas con recortes de revista que muestren una idea de lo que se esta hablando)

Existen algunos aspectos importante que debemos tener en cuenta al momento de criar a nuestros hijos. Nada es una garantía pues ellos son personas independientes que tendrán que escoger como serán al ser adultos. Pero estos puntos nos ayudarán a saber que hemos hecho lo posible para hacer de ellos personas especiales.

ESCUCHARLES para comprender sus inquietudes, sus necesidades, sus deseos, sueños y penas. Trate de darles atención individualmente, 15 minutos por semana, a veces puede ser mas. (Ponga el dibujo de una persona escuchando a otra o audífonos o si tiene uno puede enseñarlos como ejemplo de que debemos escuchar o).

HABLARLES de sus sueños para con él o ella, el pasado y las experiencias que les puedan servir de ejemplo y para entender que usted paso por cosas parecidas. Dígales todos los días que los ama. (Puede utilizar el dibujo de unos labios o una madre abrazando a su hijo)

TOCARLOS con caricias para edificar su autoestima. Todos necesitamos el toque de otros aún más cuando somos jóvenes. (Use guantes o fotos de revistas de gente expresándose cariño por medio de besos o abrazos).

AMARLOS constantemente e incondicionalmente. Pase lo que pase, hagan lo que hagan, su papel es amarlos siempre. (Use el corazón rojo)

GOZARSE CON ELLOS de sus alegrías. Sea positiva, agradecida y generosa con ellos. Cuando ellos logren una buena nota, ganen un premio o una victoria, celebren con un picnic, un paseo al parque o solamente una comida especial. ¡Que haya una fiesta siempre en casa! (Dibuje en unos globos caras felices)

DEDICARLES TIEMPO en familia e individualmente. Planee noches con la familia y tiempo a solas. Una vez al mes, el padre puede llevar a su hija a un evento especial y la mamá puede hacer lo mismo con su hijo. Pase tiempo conociendo a sus hijos. (Use el dibujo de un reloj)



PASAR TIEMPO CON EL PAPÁ: La mamá puede apoyar y planificar tiempo especial con el papá. Los niños necesitan tiempo solo con él. No importa lo que hagan, pero el papá debe poner TODA su atención en ellos (Use fotos de padres e hijos).

AMOR Y ARMONÍA MATRIMONIAL: La armonía matrimonial es la clave de un hogar feliz. En frente de los niños muestren su amor con besos, abrazos y palabras dulces. Ellos aprenderán cómo amar mirando a sus padres. (Use la foto de una boda).

ORAR CON ELLOS: Tome tiempo cada día para orar con ellos juntos e individualmente. Haga un culto familiar con ellos. Anote peticiones y contestaciones de oración en un cuaderno. (Use manos dobladas)

SEMBRAR LA FE DE JESÚS EN CADA CORAZÓN: Explíqueles cada plan de salvación en la casa, aunque lo escuchen en la iglesia. Es responsabilidad de los padres vigilar por su vida espiritual. (Use un paquete de semillas)

DAR PRIORIDAD A LA FAMILIA: Ponga a su familia primero. Solo van a tener a los hijos por pocos años y necesitan su güianza y consejos. (Use una foto de la familia).

REGALAR AL MUNDO HIJOS QUE TIENEN A CRISTO COMO EL CENTRO DE SUS VIDAS: En cada palabra y en cada acción, sea la mamá cristiana ejemplar. Su propósito será dar al mundo hijos cristianos. (Use una caja forrada con papel brillante).



TU INFLUENCIA EN AL MUNDO

¿ A cuántas mujeres le gustan los regalos? ¡Oh! Yo pienso que a todas o por lo menos a la mayoría.

Es divertido ir de compras, y muchas veces estamos pensando en comprar para alguien o alguna ocasión. El Regalo más grande que recibió la raza humana es ¡Jesucristo¡ " Por que de tal manera amó Dios al mundo, que ha dado a su hijo unigénito para que todo aquel que en el cree no se pierda mas tenga vida eterna" (S. Juan 3:16).

¡Qué hermoso regalo!, y aún hay tantas personas que no quieren recibir este regalo y apropiarse de él. Será porque desconocen que el día que lo tengan todo cambiará en ellas.

Pero tú que has recibido el regalo de la salvación y experimentas lo que es vivir "al abrigo del Altísimo y bajo la sombra del Omnipotente" Salmo 91:1 Pero ¿Qué le regalarías a este mundo?

Es importante que pensemos que en la Biblia se encuentran diferentes tipos de mujeres que han regalado al mundo experiencias que aún hoy son bendición. Algunas experimentaron circunstancias difíciles y nos dejaron narraciones de acciones que nos revelan su coraje, sus fortalezas, debilidades, sabiduría y virtud o falta de ellas. Pero una cosa es segura, sus vidas influyen en muchas mujeres hasta el día de hoy.

De alguna manera siempre somos de influencia. Debemos hacer que nuestra influencia sea positiva en el esposo, hijos, familia, amigos y otros. Y haciendo esto es el mejor regalo que podemos dejar al mundo.

Pero en las mujeres de la Biblia también se dejan ver las terribles influencias, cambiando la vida de los que la rodeaban." La Mujer sabia edifica su casa, mas la necia con las manos la derriba" (Proverbios 14:1).

Muchas mujeres de la Biblia con la sabiduría que Dios les dio construyeron sus casas sobre un fundamento bueno y sólido, como Débora, Ruth, Esther, María (la madre de Jesús), Lidia y otras.

Por otro lado otras la destruyeron sus propias vidas y las de su familia por no pedirle sabiduría a Dios, como el caso de Rebeca, Jezabel, la esposa de Lot y otras.



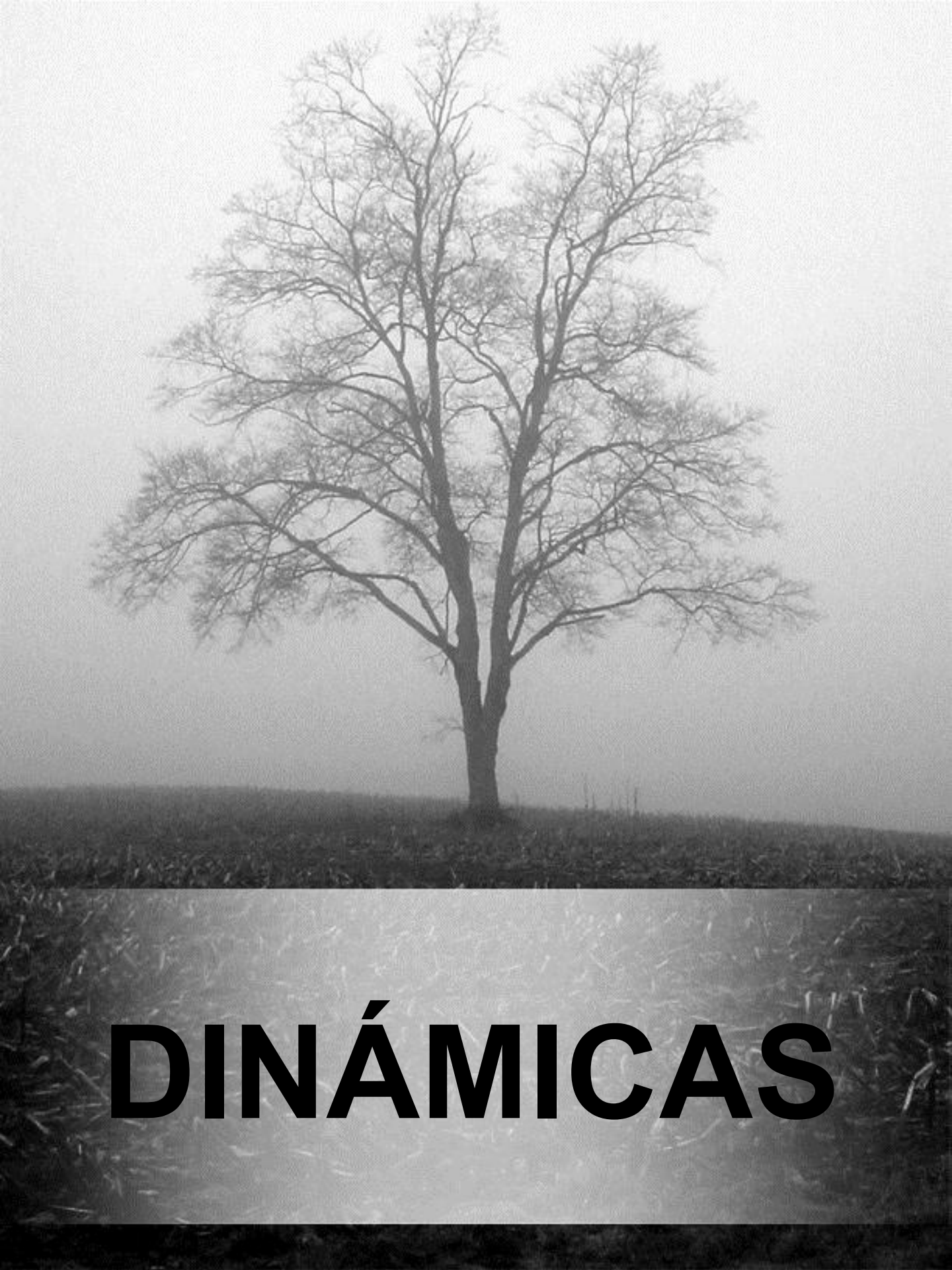
Cuando una mujer lleva con ella la sabiduría de Dios aconseja con autoridad, no como un dictador o como alguien que solo transmite conocimiento, sino que enseña con su vida y con amor para que su enseñanza perdure. Las personas que le rodean o están bajo su responsabilidad son afectadas por su vida. “ Cuan eficaces son las palabras rectas ″ (Job 6: 25).

“ Pero la sabiduría que es de lo alto es primeramente pura, después pacifica, amable, benigna , llena de misericordia y de buenos frutos, sin incertidumbre ni hipocresía”. Esto nos debe llevar a pensar, como mujeres: ¿Qué le reglaremos a este mundo? Que dirán los que nos conocieron cuando pase el tiempo y ya no estemos. Recordarán el :

Amor
Temor a Jehová
Respeto al prójimo

Al paso del tiempo habrás regalado a este mundo un ejemplo que construya y todos quieran recordar o un ejemplo que destruya y todos recuerden con doler o prefieran olvidar. El deseo de toda mujer de Dios debe ser influenciar y afectar la vida de sus seres queridos en especial la de familia de forma positiva porque ellos un día llevarán y caminarán en el camino que ella le hayas enseñado, Deuteronomio *6: 6-9.*





DINÁMICAS

DINÁMICAS

LA CARRERA DE BANANOS (Trabajo en equipo)

Divida el grupo en dos. Debe tener un banano para cada dos personas. Las primeras 2 personas pelan su banano. Cada uno pone el extremo del banano en su boca y corren juntos hasta un punto designado y regresan al grupo. Las próximas dos personas pelan su banano y hacen lo mismo. El juego sigue hasta que todas han tomado su turno, ganan 3 puntos si lo hacen sin partir el banano y 1 punto si lo hacen partiendo el banano. El grupo con el mayor punteo gana.

CONSTRUIR UN CUERPO (Unidad)

Al llegar cada persona, entréguele un papelito en el que está escrito el nombre de una parte del cuerpo, (cabeza, orejas, pierna, pie, hígado, pulmones...), cuando se de la señal, cada uno debe buscar a todos los que tienen el mismo nombre escrito en el papel: CABEZA, etc.

Después de la señal, todos deben ir buscando a otras partes del cuerpo hasta que formen todo el cuerpo. El primer grupo en encontrar Todas las partes debe gritar: SOMOS EL GRUPO NÚMERO UNO, Somos un cuerpo.

TRABAJO EN EQUIPO

Cada tres personas deben tomarse de la mano. El líder entonces las une con masking o cinta adhesiva. Alrededor de la sala en distintas mesas, hay trabajos que tienen que realizar en equipo:

- Hacer un avioncito de papel
- Cortar un círculo, rectángulo y un cuadrado de papel
- Inflar un globo y ponerle hilo
- Enrollar un periódico y ponerle un hule o elástico.

Cada equipo puede hacer las tareas en el orden que quieran. Si en cualquier momento se suelta el masking o cinta adhesiva, tienen que regresar al líder para que ellas les ponga más masking o cinta adhesiva. Gana el equipo que termine antes con todo lo que se le solicitó.



¿QUIÉN SOY? (Compañerismo o enseñanza de algún pasaje en especial)

Al llegar a la reunión, con un alfiler o tape, ponga el nombre de un personaje bíblico en la espalda de cada persona sin que ella vea lo que tiene escrito. Cada persona, (en su turno), puede hacer 10 preguntas al resto de las presentes para tratar de adivinar quién es el personaje que tiene escrito en la espalda. EJEMPLO: 1) ¿Soy hombre? 2) ¿Estoy en el nuevo Testamento? Después de las 10 preguntas debe adivinar quien es ese personaje.

NOMBRANDO COSAS (Puede usarse para algún tema que se quiera enseñar o de entretenimiento)

Hay que sentarse en un círculo. Una persona está en medio. Hay que pasar un objeto alrededor del círculo hasta que la persona en medio diga: PARE. El líder entonces da una letra del alfabeto a la persona que tiene el objeto en la mano. El grupo empieza a pasar el objeto otra vez y la persona tiene que nombrar 4 cosas que empiezan con la letra que fue dicha antes, esto debe ser antes que el objeto le alcance otra vez. Por ejemplo: la letra asignada fue la “B”, buzón, bolsillo, banano, balde. Si no logra hacerlo, esa persona debe ponerse en medio.

REVELANDO SECRETOS (Para que el grupo se conozca más)

Cada uno del grupo revela algo acerca de sí misma que quizá nadie más en el grupo sepa. Por ejemplo:

- Me casé cuando tenía 15 años
- Tengo 15 hermanos
- Asistí a la universidad de San Carlos

GRUPOS (Para romper el hielo)

El líder dice: “El barco se hunde y para subir a los botes deben formarse grupos de ”… 3 entonces cada uno busca a otras dos personas con quienes pueda hacer un círculo.



El líder dice grupos de 5. Hay que romper el círculo y buscar otras 4 personas para hacer un nuevo círculo. El que queda sin la cantidad de personas que se asigno sale del juego. Siga así hasta que queden pocas personas.

CONOCIÉNDONOS

Entregue a cada persona un papel con la siguiente inscripción. Luego cada persona buscará a otras personas que tengan las características que se solicitan y les pide que le escriban el nombre. La persona que logra más nombres correctamente en un minuto gana.

1. Una persona que tiene la misma edad suya:
_____

2. Una persona que tiene por lo menos 4 hijos:
_____

3. Una persona que usa anillo de matrimonio:
_____

4. Una persona que ha estado casada por lo menos 15 años:
_____

5. Una persona que sea de otra nacionalidad:
_____

6. Una persona que le gusta leer:
_____

7. Una persona que le gusta comer espinacas
_____

8. Una persona que uno de sus hijos se llame Juan:
_____

9. Una persona que sepa escribir a máquina correctamente:
_____



10. Una persona que usa lentes:
_____

PRESENTÁNDOSE

Haga 2 círculos uno dentro del otro, cuando empiece la música (puede usar una grabación) el círculo de adentro gira hacia la izquierda y el de afuera ha la derecha. Cuando la música para se detienen los círculos y cada uno debe charlar con la persona que está enfrente. La música empieza y los círculos hacen lo mismo, así puede seguir hasta que lo desee.

PRESENTANDO SU VECINA AL GRUPO

Cada una converse con su vecina de la derecha (por ejemplo), hágale preguntas como:

- ¿Cuál es su nombre?
- ¿Cómo se llama su esposo?
- ¿Cuántos hijos tiene?
- ¿En qué trabaja su esposo?
- ¿Cuánto tiempo ha sido creyente?

Después en 3 minutos más o menos dependiendo la actividad, cada una presenta a su vecina al resto del grupo.

ROMPECABEZA (trabajo en equipo)

Escriba un versículo en 5 hojas de papel. Corte cada una en 5 pedazos, (es importante que cada hoja sea cortada en diferente patrón). Entregue un pedazo a cada persona. Cuando el líder de la señal cada persona debe encontrar a las otras 4 personas que le ayudarán a formar el rompecabezas, y completar el versículo. Después de armarla, el grupo tiene que memorizar el versículo.

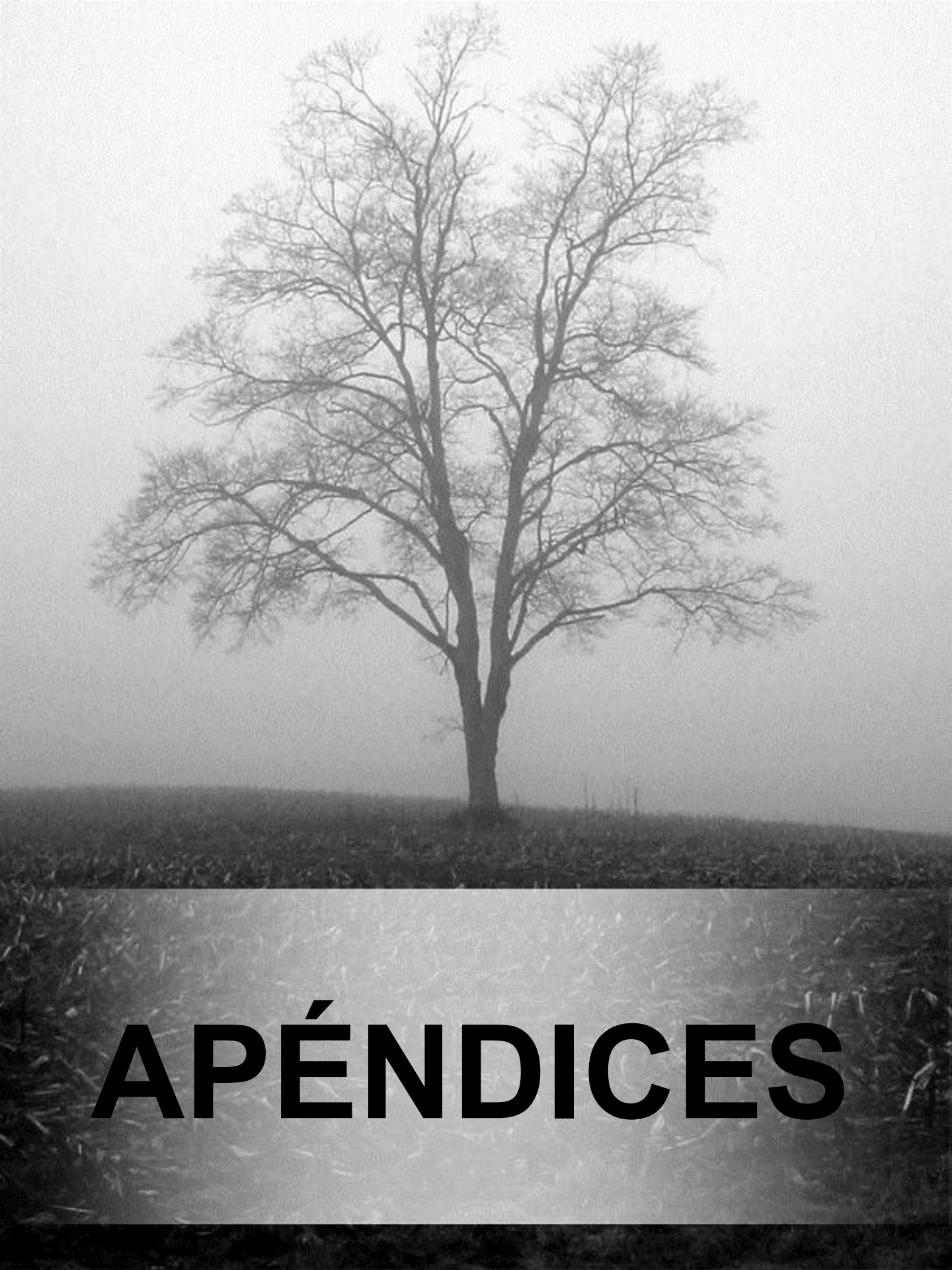
FOTOS

(Antes de la reunión, pida a cada persona que traiga una foto de sí misma cuando era bebé, o si no tiene, una de su esposo o de uno de sus hijos). Ponga 4 o 5 fotos en mesas distintas con números asignados a cada foto. El grupo debe visitar cada mesa tratando de identificar el bebé. Escriba su respuesta en un papel.

PASANDO UN DULCE

Divida el grupo en dos. Entregue a cada una un palillo de dientes. A la primera persona en cada fila, entréguele un dulce que tenga un hoyito en medio (como salvavidas). La primera persona lo pone en su palillo de dientes, da vuelta y trata de pasarlo al palillo de la próxima persona. La segunda lo pasa a la tercera y sigue hasta que llegue a la última persona en la fila. El grupo que lo hace primero es el ganador.





APÉNDICES

CUESTIONARIO

El siguiente cuestionario tiene como propósito conocerle mejor y saber cuáles son sus intereses. Gracias por tomar un tiempo para completarlo.

Nombre: _____

Dirección: _____

_____

Teléfono: _____

Edad: 20-25 ___ 26-35 ___ 36-45 ___ 46-55 ___ 56-66 ___ Mayor de 67 ___

Estado civil: soltera ___ casada ___ madre soltera ___ unión libre ___ separada ___ divorciada ___ viuda ___

Escriba el día y la hora que usted prefiere reunirse: _____

Establezca la jerarquía de necesidades para usted, las cuales considera que pueden ser satisfechas por el Ministerio de la Mujer: (indica con una x)

- ❑ Compañerismo
- ❑ Estudio bíblico y oración
- ❑ Manualidades, cocina, otros (especifica)
- ❑ Oportunidades de servicio
- ❑ Auto-superación

Me gustaría participar en las siguientes áreas de trabajo: (indica con una x)

- ❑ Clases de manualidades
- ❑ Estudio bíblico quincenales o mensuales
- ❑ Abrir mi casa para un Estudio Bíbico los días _____ a las _____ hs.
- ❑ Cafés - estudios bíblicos mensuales
- ❑ Proyectos de servicios a la iglesia y a la comunidad
- ❑ Compañerismo: quincenal, mensual, cada dos meses, etc.



Use una hoja en blanco si desea explicar mejor algún punto.

FICHA DE DATOS

NOMBRE: _____

CUMPLEAÑOS: _____

NOMBRE DEL ESPOSO: _____

NOMBRES Y EDADES DE SUS HIJOS:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

¿QUÉ LE GUSTA HACER EN SU TEIMPO LIBRE?

_____

_____

_____

¿CUÁL ES SU COLOR FAVORITO? _____

¿CUÁL ES SU COMIDA FAVORITA? _____

¿TIENE UNA PETICIÓN DE ORACIÓN PARA SÍ MISMA O PARA SU FAMILIA?

_____

_____



Periódicamente, debe tomar tiempo para hacer evaluación de las actividades. La evaluación debe ser anónima y sencilla, de manera que no requiera más de 5 minutos, de otra manera es difícil que las personas la respondan. Puede usar la tarjeta de evaluación que presentamos abajo, o hacer una propia.

La evaluación le ayudará en la mejora del ministerio. Le permitirá saber qué cosas gustan y qué no, como también los temas que ayudan en sus vidas personales.

La evaluación es un instrumento muy útil para la planificación de las futuras reuniones y eventos.

TARJETA DE EVALUACIÓN

Tome unos minutos y conteste las siguientes preguntas. Por favor, sea totalmente sincera, su apreciación nos ayudará mucho para la planificación de futuras reuniones. Todas sus respuestas serán confidenciales y se tomarán en cuenta.

¿Le gustó la actividad realizada? (marque con una X) Sí ____ No ____

¿Por que? _____

_____

Sugerencias: _____

_____

_____

¡Gracias por su participación!

