

Ingrid Albina López

Guía para el Proceso y Consumo de Alimentos Saludables dirigida a madres de alumnos de Quinto Primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta “Petet Chixic”, Cobán, Alta Verapaz.

Asesor Lic. Baudilio Luna.



**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA**

Guatemala, febrero de 2017.

Este informe fue presentado por la Autora, como trabajo del Ejercicio Profesional Supervisado EPS, previo a optar al grado de Licenciada en Pedagogía y Administración Educativa.

Guatemala, febrero del 2017.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	Páginas i-ii
--------------	-----------------

CAPÍTULO I

DIAGNÓSTICO

1.1 Datos generales de la institución patrocinante	01
1.1.1 Nombre de la Institución	01
1.1.2 Tipo de institución por lo que genera	01
1.1.3 Ubicación geográfica	01
1.1.4 Visión	03
1.1.5 Misión	03
1.1.6 Políticas	03
1.1.7 Objetivos	04
1.1.7.1 General	04
1.1.7.2 Especifico	04
1.1.8 Metas	05
1.1.9 Estructura organizacional	06
1.1.10. Recursos	07
1.1.10.1 Humanos	07
1.1.10.2 Materiales	08
1.1.10.3 Financieros	08
1.2 Técnicas utilizadas para el diagnóstico	08
1.2.1 observación Externa	08
1.2.2 Entrevista	08
1.2.3 Guía de análisis contextual e institucional	08
1.3 Lista de carencias	09
1.3.1 Análisis de Carencias	10
1.3.2 Priorización de las Carencias	12
1.4 Cuadro de análisis y priorización de problemas	12
1.4.1 Definición	13
1.4.2 Identificación de alternativas de solución	13
1.4.3 Análisis de viabilidad y factibilidad	14
1.4.4 Problema seleccionado	17
1.4.5 Solución de la propuesta	17
1.5 Datos de la comunidad beneficiada	18
1.5.1 Nombre de la institución	18
1.5.2 Tipo de institución	18
1.5.3 Ubicación geográfica	18

1.5.4 Visión	19
1.5.5 Misión	19
1.5.6 Políticas	19
1.5.7 Objetivos	19
1.5.8 Meta	20
1.5.9 Estructura organizacional	21
1.5.10 Recursos	22
a. Humanos	22
b. Materiales	22
c. Financieros	22
1.6 Lista de carencias	22
1.7 Cuadro de análisis y priorización de problemas	23
1.7.1 Análisis de viabilidad y factibilidad	28
1.8 Problema seleccionado	31
1.9 Solución y propuesta como viable y factible	31

CAPÍTULO II

PERFIL DEL PROYECTO	32
2.1 Aspectos generales	32
2.1.1 Nombre del proyecto	32
2.1.2 Problema	32
2.1.3 Localización	32
2.1.4 Unidad ejecutora	32
2.1.5 Tipo de proyecto	32
2.2 Descripción del proyecto	33
2.3 Justificación	33
2.4 Objetivos del proyecto	34
2.4.1 General	34
2.4.2 Específicos	34
2.4.5 Metas	35
2.5 Beneficiarios	35
2.5.1 Directos	35
2.5.2 Indirectos	35
2.6 Fuentes de financiamiento y presupuesto	36
2.7 Cronograma de actividades de ejecución del proyecto	37
2.8 Recursos	38
2.8.1 Humanos	38
2.8.2 Materiales	38

2.8.3 Físicos	38
2.8.4 Financieros	38

CAPÍTULO III

PROCESO DE EJECUCIÓN DEL PROYECTO	39
3.1 Actividades y resultados	39
3.2 Productos y logros	40
3.3 Aporte pedagógico	41

CAPÍTULO IV

PROCESO DE EVALUACIÓN	72
4.1 Evaluación del diagnóstico	72
4.2 Evaluación del perfil	72
4.3 Evaluación de la ejecución	73
4.4 Evaluación final	73
CONCLUSIONES	75
RECOMENDACIONES	76
BIBLIOGRAFÍA	77
APÉNDICE	
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

En la carrera de Licenciada en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades Sección Cobán, de la Universidad de San Carlos de Guatemala. Se realizó el Ejercicio Profesional Supervisado, el cual consistió en la implementación de una guía para el proceso y consumo de alimentos saludables, en la Escuela Oficial Rural Mixta “Petet Chixic” de Cobán, departamento de Alta Verapaz, se consideró relevante porque las personas que se encargan de la preparación de la refacción escolar, son madres de alumnos que estudian en la escuela y no cuentan con los conocimientos adecuados de manipulación y proceso de alimentos que sean saludables para el consumo de los niños.

Se desarrolló en cuatro etapas; la etapa de diagnóstico, la etapa de perfil del proyecto, la etapa del proceso de ejecución del proyecto y la etapa del proceso de evaluación, las cuales se describen a continuación de forma general.

Capítulo I Diagnóstico: Primera etapa del EPS se realizó con la finalidad de conocer la situación actual de la municipalidad de Cobán en cuanto a necesidades y principales factores que influyen en el ambiente.

En esta parte se hace mención de las técnicas de investigación utilizadas para recabar la información, se encuentra un cuadro de análisis de problemas con sus respectivas soluciones, para detección de problemas, necesidades o carencias dentro de las instituciones mencionadas (patrocinante y patrocinada), así como la priorización y definición del problema a tratar. Concluyendo con un análisis de viabilidad y factibilidad, que determinó la disponibilidad de los recursos para la ejecución del proyecto.

Capítulo II, Perfil del Proyecto: Segunda fase del EPS, constituye la propuesta del proyecto, describe en qué consiste y el porqué de la realización de una guía para el proceso y consumo de alimentos saludables, dirigida a madres de alumnos de 5to. primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta “Petet Chixic” de Cobán, Alta

Verapaz. En donde se da a conocer objetivos, metas, beneficiarios, los recursos necesarios, las fuentes de financiamiento y un cronograma de las actividades.

Capítulo III. Procesos de Ejecución del proyecto: Tercera fase del EPS, describe la realización y duración de las actividades programadas, en esta fase se materializó la realización del proyecto, se establecieron actividades, resultados, productos y logros.

Capítulo IV. Procesos de Evaluación: abarca las tres fases anteriores, consiste en verificar si se alcanzaron los objetivos propuestos durante cada uno de los procesos establecidos en el cronograma de trabajo.

Al final del informe, aparecen los apéndices que contienen las herramientas utilizadas para recopilar la información que se utilizó de base en la estructura del presente informe, los anexos evidencian el proceso de desarrollo de ejecución del Proyecto, en donde se concluye con el proceso de Ejercicio Profesional Supervisado.

DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL.

CAPÍTULO I

1. Diagnóstico Institucional

1.1 Datos generales de la institución

1.1.1 Nombre de la institución

Municipalidad de Cobán

1.1.2 Tipo de institución por lo que genera

Pública de Servicio, Autónoma

1.1.3 Ubicación geográfica

Ubicación de Cobán, Alta Verapaz:

15°27'23" de Latitud

90°22'37" de Longitud

Altura de 1,316.91 msnm

Distancia: 214 Km al Norte de la Ciudad Capital de Guatemala, desde las cuales se llega por las rutas CA-9 Carretera al Atlántico y CA-14 de las Verapaces.

Extensión territorial: 2,132 Km²

Límites: Al Norte: Ixcan, Municipio de Quiche; río Chixoy o Negro de por medio. Al Sur: Tamahú, Tactic, Santa Cruz Verapaz, San Cristóbal Verapaz. Al Oriente: Chisec, San Pedro Carchá y San Juan Chamelco. Al Poniente: Uspantán, municipio de Quiché, río Chixoy o Negro de por medio.

Regiones: Tomando como referencia la altura, clima y topografía, en el municipio se distinguen la parte Norte y la parte Sur. La línea imaginaria de división entre ambas partes sale del punto que forma

la línea limítrofe con Carchá y los 15°37'06" de Latitud, pasando por el punto Latitud 15°36'59" y Longitud 90°33'16", partiendo de ahí hacia el poniente culminando en el punto que forma la línea limítrofe con Uspantán (El Quiché) y los 15°42'09" de Latitud. El municipio se divide en seis regiones con igual número de sedes regionales, ubicándose éstas en: Cobán cabecera, Balbatzul (o Cubilguitz), Santa Lucía Lachuá, Salacuín, Nimlajacoc y Nimlasachal."

Clima y altura: El municipio se encuentra en una zona sub-tropical húmeda. En la parte baja hacia el Norte del municipio, el clima es muy húmedo y cálido, con alturas entre los 150 a 700 msnm; en la parte alta hacia el Sur, el clima predominante es muy húmedo de templado a frío, con alturas entre los 700 a 1900 msnm. La precipitación promedio anual es de más de 3,000 mm.y la humedad relativa mayor del 80%.

Topografía: La parte Sur del municipio se caracteriza por tener topografía accidentada y, la parte Norte por sus valles planos a ondulados y montañas escarpadas.

Idiomas predominantes: español, Q'eqchi'.

➤ **Ubicación del Edificio Municipal:** La Municipalidad de Cobán, se encuentra ubicada en la 1ª. Calle 1-11 zona 1, de la Cabecera Municipal.

➤ **Dirección Electrónica y Teléfonos:**

Correo electrónico: info@coban.com.gt

Página WEB: www.coban.com.gt

Planta Telefónica PBX: 7952 1305

Teléfono de Emergencia: 1501

1.1.4 Visión

“Ser una institución moderna y fortalecida que apoya y ejecuta acciones de desarrollo humano de manera participativa, transparente, eficaz y eficiente para el mejoramiento de las condiciones de vida de la población y hacer de nuestro municipio un Modelo de ciudad cultural, de desarrollo productivo sostenible y de inversión socioeconómica”¹.

1.1.5 Misión

“Somos una institución autónoma con un Gobierno y Administración que obtiene y dispone de sus recursos patrimoniales, atiende los servicios públicos locales, ordenamiento territorial, fortalecimiento económico y emisión de sus ordenanzas y reglamentos para elaborar y ejecutar políticas, planes, programas y proyectos en beneficio de la realización del bien común de sus habitantes”².

1.1.6 Políticas

Priorización del desarrollo integral de la comunidad urbana y rural de Cobán, a través de obras de infraestructura, administración, servicios y gestión para el logro de una visión de Cobán a corto plazo.

Se prioriza la inversión pública en un proceso de atención básica que debido a las carencias y limitaciones de administraciones anteriores tiene una percepción de modernización.”

La reestructuración administrativa de GERENCIAS, permite catapultar la administración municipal a dimensiones nunca antes vistas en el interior del país, escalando la Municipalidad de Cobán 16 escaños hasta lograr ser la 2ª municipalidad del interior del país en el ranking nacional, priorizando en sus actividades los siguientes ejes:

¹ www.coban.com.gt

² IBID

EJES PRIORIZADOS	POLÍTICA
“Educación	Infraestructura, alfabetización, maestros.
Servicios Básicos	Agua potable, drenajes, iluminación, pavimento y urbanización.
Vialidad	Infraestructura vial, urbana y rural.
Ambiente	Reforestación, preservación, contingencia y uso sostenible de recursos naturales.
Cultura	Proyectos culturales para jóvenes “Aplauso”.
Salud	Educación y prevención. ³

1.1.7 Objetivos

1.1.7.1 General

“Alcanzar la sostenibilidad en la calidad de vida de la población, constituyendo un municipio modelo de crecimiento equitativo económico y social.

1.1.7.2 Específicos

- Que cada empleado municipal conozca y realice sus acciones en el marco del Plan de Gobierno Municipal 2012-2016.

³ www.coban.com.gt

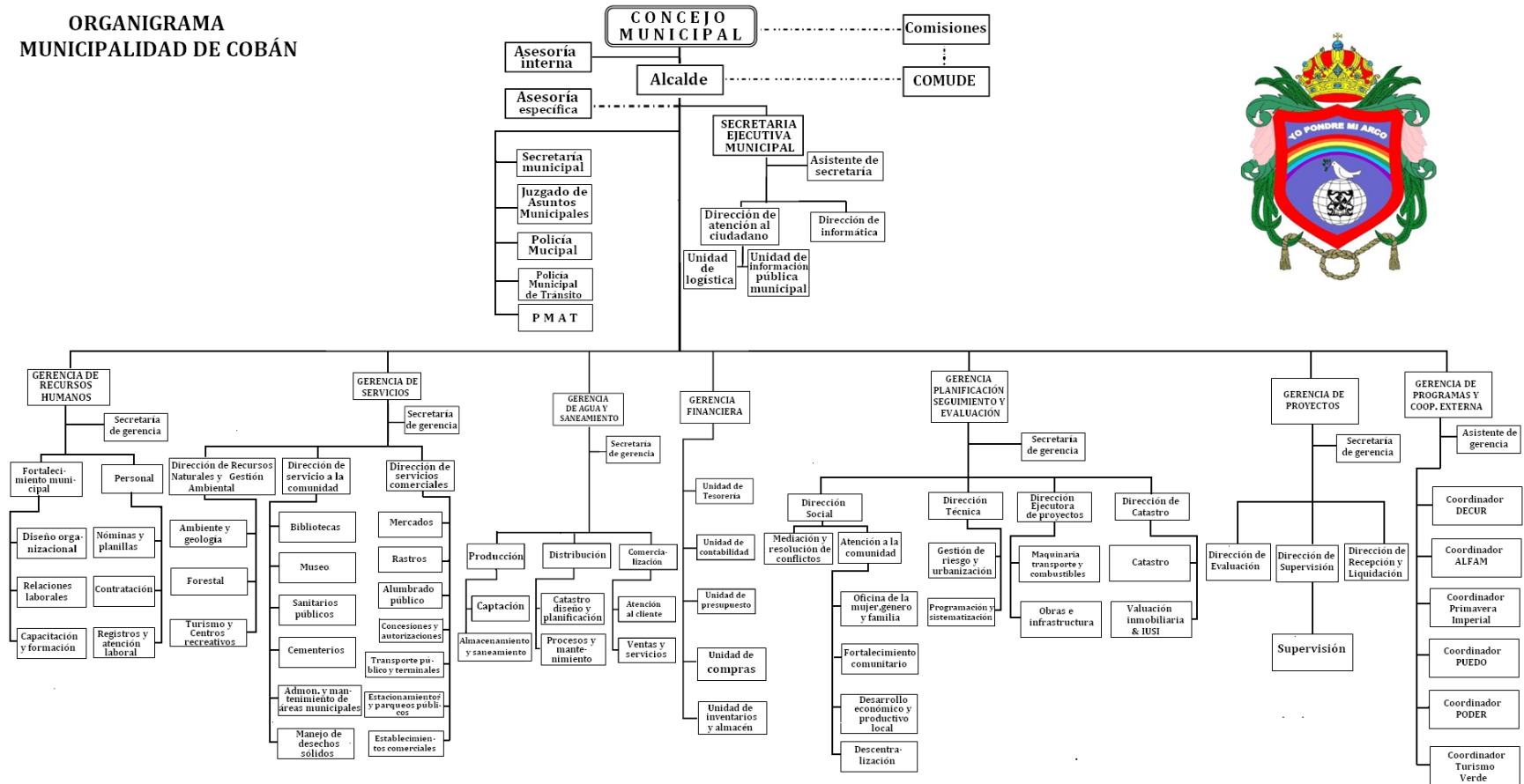
- Orientar las funciones de cada Dirección, Unidad y Departamento de la estructura municipal.
- Iniciar el proceso de formación en atención a la ciudadanía como eje Transversal en todas las áreas de trabajo en base a los ejes temáticos y programas del Plan de Gobierno Municipal.

1.1.8 Metas

Una ciudad modelo e integralmente constituida en cultura, infraestructura, modernización y calidad de vida”.

1.1.9 Estructura Organizacional ⁴

ORGANIGRAMA MUNICIPALIDAD DE COBÁN



⁴ Plan de gobierno municipal 2008-2012

CONCEJO MUNICIPAL DE COBÁN ALTA VERAPAZ PARA EL PERÍODO 2012 – 2016

Artículo 3º. Conforme los resultados obtenidos adjudicar los cargos y declarar legalmente electos como CONCEJALES TITULARES Y SUPLENTES, a los ciudadanos siguientes:

Leonel Arturo Chacón Barrios	Alcalde
Edgar René Tun Pop	Síndico Primero
Dany Omar Maaz Bueschsel	Síndico Segundo
Leopoldo Salazar Samayoa	Síndico Tercero
Mario Hernández Chenal	Síndico Suplente
Marco Tulio Sierra Lemus	Concejal Primero
Eduardo Ariel Hasse Rosales	Concejal Segundo
José Estuardo Alvarado López	Concejal Tercero
Marvin Yovany Cucul Juc	Concejal Cuarto
Amílcar Salvador de León	Concejal Quinto
Luis Fernando Hernandez Ibañez	Concejal Sexto
Juan Ramón Ponce Kress	Concejal Séptimo
Héctor Rolando Lemus López	Concejal Octavo
Roberto Cho Caal	Concejal Noveno
Oscar Salvador Montepeque Linares	Concejal Decimo
Sergio Danilo Sierra López	Primer Concejal Suplente
Ana María Teresa Bac Ico	Segundo Concejal Suplente
Luis Alfredo Isem Pec	Tercer Concejal Suplente
Héctor Israel Cu Pop	Cuarto Concejal Suplente

1.1.10 Recursos

1.1.10.1 Humanos

La dirección de Recursos Naturales cuenta con:

- Gerente de Servicios: Ana Catalina Chenal

- Director de área: Josué Alvarado
- Asistente: Romelia Reiche
- Viverista y Técnico de campo: Juan José Maldonado
- Guarda Bosques: Antonio Yaxcal

1.1.10.2 Materiales

La Dirección de Recursos Naturales cuenta con oficina propia del área, una computadora de escritorio con impresora multifuncional, una laptop, tres escritorios, dos sillas giratorias, una silla de madera, librera de madera y un teléfono.

1.1.10.3 Financieros

La Dirección cuenta con un recurso económico de cuatrocientos veintiséis mil doscientos cincuenta y ocho quetzales con cincuenta y cuatro centavos (Q.426, 258.54) por año, el cual se utiliza para pago del personal y otros gastos que se generan en el transcurso del año.

1.2 Técnicas utilizadas para efectuar el diagnóstico

1.2.1. Observación Externa: Se procedió a tener lo que había en su alrededor, tomando en cuenta todo lo de interés y lo más importante para poder elaborar el documento.

1.2.2 Entrevista: Se aplicó la técnica de la entrevista para recopilar información, utilizó un cuestionario planteando preguntas claves en el proceso de investigación para obtener la información deseada con la participación de las partes involucradas.

1.2.3 Guía de análisis contextual e institucional

La guía de análisis contextual e institucional (matriz de ocho sectores), es una herramienta que sirvió de base para reunir toda la información necesaria obtenida mediante la entrevista de las partes involucradas en el proceso de investigación tanto institucional y comunitaria, en donde cada uno de los sectores detallan las necesidades y carencias más urgentes a atender y

darle una solución adecuada. Esta es una herramienta sugerida por José Bidel Méndez en su obra Proyectos.

1.3 Lista de carencias

1. Riesgo de ingreso de personas no deseables en las instalaciones.
2. Las instalaciones no cuentan con sistema de Alarma.
3. Falta de un muro perimetral en la parte norte del predio municipal.
4. Falta de infraestructura adecuada.
5. Falta de personal.
6. Deterioro de la infraestructura.
7. Falta de mantenimiento en servicios sanitarios.
8. Mala atención al vecino en algunas oficinas.
9. Poca comunicación con otras instituciones.
10. Avance de la frontera agrícola debido a tala inmoderada en áreas municipales.
11. Falta de mobiliario y equipo tecnológico actualizado.
12. Falta de supervisión de la labor del personal.
13. Falta de señalización en salidas de emergencia.
14. Falta de financiamiento en proyectos.
15. Deudas en las inversiones y compras.
16. Insuficiencia en la recaudación de impuestos.
17. Falta de registro de entrada y salida de visitantes.
18. Falta de parqueo público.
19. Falta de control de fauna y flora en áreas municipales.
20. Manejo inadecuado de desechos sólidos.
21. Falta de planta de tratamiento para aguas negras.
22. Inadecuado sistema de recolección de basura.
23. Insuficiente distribución de agua potable.
24. Contaminación auditiva.

1.3.1 Análisis de Carencias

Luego de analizar cada una de las carencias, se llegó a la conclusión que las más importantes son las que aparecen en la siguiente técnica de las cuatro columnas. De la lista anterior Inseguridad del 01 al 06, Insalubridad de 07 al 14, Deterioro de medio ambiental del 15 al 16, Manejo inadecuado de fondos económicos del 17 al 19, Administración deficiente del 20 al 21, Pobreza de soporte operativo el 22.

No.	Problemas	Factores que los producen	Soluciones
1.	Inseguridad	1. Riesgo de ingreso de personas no deseables en las instalaciones. 2. Las instalaciones no cuentan con sistema de Alarma. 3. Falta de un muro perimetral en la parte norte del predio municipal. 4. Falta de infraestructura adecuada. 5. Falta de señalización en salidas de emergencia. 6. Falta de parqueo público.	1. Contratación de más guardias. 2. Colocar sistemas de alarmas. 3. Construcción de un muro perimetral. 4. Remodelación y ampliación de estructura. 5. Identificar áreas y salidas de emergencia. 6. Habilitación de parqueo público.
2.	Insalubridad	7. Inadecuado mantenimiento en servicios sanitarios. 8. Avance de la frontera agrícola en áreas debido a tala inmoderada. 9. Manejo inadecuado de desechos sólidos. 10. Falta de planta de	7. Capacitación de personal para el buen mantenimiento. 8. Elaboración de un manual para promover la Agrocilvicultura. 9. Talleres de Sensibilización. 10. Implementar planta de

		<p>tratamiento para aguas negras.</p> <p>11. Inadecuado sistema de recolección de basura.</p> <p>12. Insuficiente distribución de agua potable.</p> <p>13. Falta de control de fauna y flora en áreas municipales.</p> <p>14. Contaminación Auditiva.</p>	<p>tratamiento de aguas negras.</p> <p>11. Educar a la población sobre el manejo de desechos sólidos.</p> <p>12. Construcción de tanques de captación.</p> <p>13. Control de fauna y flora en áreas municipales.</p> <p>14. Campañas de control del ruido.</p>
3.	Deterioro de medio ambiental.	<p>15. Falta de interés en la implementación de programas ambientales dentro de las aulas.</p> <p>16. Falta de atención para brindar cobertura en educación ambiental.</p>	<p>15. Promoción de acciones ambientales.</p> <p>16. Organizar actividades de participación de los entes encargados.</p>
4.	Manejo inadecuado de fondos económicos.	<p>17. Falta de financiamiento en proyectos.</p> <p>18. Insuficiente recaudación de impuestos.</p> <p>19. Deudas en las inversiones y compras.</p>	<p>17. Gestión de financiamiento para proyectos.</p> <p>18. Establecer mecanismos de recaudación de impuestos.</p> <p>19. Realizar auditoría interna.</p>
5.	Administración deficiente	<p>20. Falta de supervisión de la labor del personal.</p> <p>21. Falta de registro de entrada y salida de visitantes.</p>	<p>20. Contratación de Personal para supervisar cada área.</p> <p>21. Implementar un libro de control y carné de visitante.</p>
6.	Pobreza de soporte operativo	<p>22. Falta de mobiliario y equipo tecnológico actualizado.</p>	<p>23. Adquirir y renovar mobiliario y equipo adecuado.</p>

1.3.2 Priorización de las carencias

Después de la detección de las carencias se realizó con una muestra de los trabajadores de la municipalidad de Cobán, Alta Verapaz, a priorización conforme a la Técnica Matriz de priorización, que consiste en que luego de finalizado el cuadro se suma el número de veces en cada carencia, el problema que tenga el mayor número de repeticiones será el número uno y así sucesivamente conforme el orden de prioridad. El procedimiento en la siguiente técnica es: Se consulta a una muestra de los trabajadores de la municipalidad de Cobán, qué problema es más urgente de resolver de los que se están comparando y relacionando el que obtenga la mayoría de votos se anota en el cuadro respectivo el número que lo identifica y de esa forma siguen las demás comparaciones.

1.4 Cuadro de Análisis y Priorización de Problemas

MATRIZ DE PRIORIZACIÓN

No.	PROBLEMAS	1	2	3	4	5	Total
1	Falta de financiamiento en proyectos	X	1	3	4	5	13
2	Manejo inadecuado de desechos sólidos	2	X	3	4	5	14
3	Falta de planta de tratamiento para aguas negras	3	3	X	4	5	15
4	Inadecuado sistema de recolección de basura	4	3	4	X	5	16
5	Deforestación en área municipal de la Colonia del Esfuerzo 1 de Cobán, A. V.	5	5	5	5	X	20

1. Deforestación en área municipal de la Colonia del Esfuerzo 1 de Cobán, A. V.

PRIORIDAD No.01

2. Inadecuado sistema de recolección de basura

PRIORIDAD No.02

3. Falta de planta de tratamiento para aguas negras

PRIORIDAD No.03

4. Manejo inadecuado de desechos sólidos

PRIORIDAD No.04

5. Deforestación en área municipal de la Colonia del Esfuerzo 1 de Cobán, A. V.

PRIORIDAD No.05

De acuerdo al procedimiento anterior, corresponde analizar cada situación y tomar la decisión según prioridad y en conjunto con los trabajadores de la municipalidad por mayoría se obtiene el problema No. 5 como primera prioridad, siendo la deforestación en área municipal de la Colonia del Esfuerzo 1 de Cobán Alta Verapaz.

1.4.1 Definición

Para la definición y análisis se utilizó la Técnica de Árbol de Problemas, Árbol de Objetivos de la metodología del marco lógico, y estrategias de trabajo con esta técnica se puede obtener un análisis del problema el cual refleja el poco recursos para apoyar el deterioro ambiental en el entorno siendo el Avance de la frontera agrícola en áreas protegidas debido a la tala inmoderada, por lo tanto influye en desfavorecer la sensibilización de las autoridades y coadyuvar al mejoramiento del medio ambiente.

1.4.2 Identificación de alternativas de solución

Para poder realizar la identificación de opciones de solución fue necesario utilizar la Técnica de formulación de estrategias, la cual consiste en que a través de la pregunta ¿Qué puedo hacer para convertir la situación insatisfecha en situación satisfecha? Y con el apoyo de la técnica de la lluvia de ideas se obtuvo las opciones de solución.

De acuerdo a lo anterior podemos identificar como estrategias o posibles opciones de solución al problema priorizado.

ESTRATÉGIAS

Para identificar la mejor alternativa de solución fue necesario aplicar la técnica de estrategias de trabajo, puesto que con las técnicas anteriormente mencionadas, se obtuvieron ideas para ello, siendo estas:

Opción No. 1

Reforestación de área municipal de la Colonia del Esfuerzo 1 de Cobán Alta Verapaz.

Opción No. 2

Implementar un Módulo de las Bases Ecológicas para el Manejo Forestal, en el área protegida de la Finca Municipal.

1.4.3 Análisis de Viabilidad y factibilidad

No.	Indicadores	Si	No	Si	No
	Financieros				
1	¿Se cuenta con suficientes recursos financieros?	X			X
2	¿Se cuenta con financiamiento externo?	X			X
3	¿El proyecto se ejecutará con recursos propios?	X		X	
4	¿Se cuenta con fondos extras para imprevistos?	X			X
5	¿Existe posibilidad de crédito para el proyecto?	X			X
6	¿Se ha contemplado el pago de impuestos?		X		X
	Administrativo legal				
7	¿Se tiene la autorización legal para realizar el proyecto?	X		X	
8	¿Se tiene estudio de impacto ambiental?	X			X
9	¿Se tiene representación legal?	X		X	
10	¿Existen leyes que amparen la ejecución del proyecto?	X			X
11	¿La publicidad del proyecto cumple con leyes del país?	X			X
	Técnico				

12	¿Se tienen las instalaciones adecuadas para el proyecto?	X			X
13	¿Se diseñaron controles de calidad para la ejecución del proyecto?	X			X
14	¿Se tiene bien definida la cobertura del proyecto?	X			X
15	¿Se tienen los insumos necesarios para el proyecto?	X		X	
16	¿Se tiene la tecnología apropiada para el proyecto?	X		X	
17	¿Se han cumplido las especificaciones apropiadas en la elaboración del proyecto?	X			X
18	¿El tiempo programado es suficiente para ejecutar el proyecto?	X			X
19	¿Se han definido claramente las metas?	X			X
20	¿Se tiene la opinión multidisciplinaria para la ejecución del proyecto?	X		X	
Mercado					
21	¿Se hizo estudio mercadológico en la región?	X		X	
22	¿El proyecto tiene aceptación de la región?	X			X
23	¿El proyecto satisface las necesidades de la población?	X		X	
24	¿Puede el proyecto abastecerse de insumos?	X		X	
25	¿Se cuenta con los canales de distribución adecuados?	X		X	
26	¿El proyecto es accesible a la población en general?	X		X	
27	¿Se cuenta con el personal capacitado para la ejecución del proyecto?	X			X
Político					

28	¿La institución será responsable del proyecto?	X			X
29	¿El proyecto es de vital importancia para la institución?	X		X	
Cultural					
30	¿El proyecto está diseñado acorde al aspecto lingüístico de la región?	X		X	
31	¿El proyecto responde a las expectativas culturales de la región?	X		X	
32	¿El proyecto impulsa la equidad de género?	X		X	
Social					
33	¿El proyecto genera conflictos entre los grupos sociales?	X		X	
34	¿El proyecto beneficia a la mayoría de la población?	X		X	
35	¿El proyecto toma en cuenta a las personas sin importar el nivel académico?	X		X	

Interpretación

La realización del Análisis de Viabilidad y Factibilidad permitió verificar las opciones de solución, que no exista ningún obstáculo para su ejecución ya que la solución debe cumplir con todos los criterios que se formulan para que sea ejecutable la solución propuesta y el proyecto sea sostenible y sustentable.

Para establecer la Viabilidad y Factibilidad de la opción de solución del problema seleccionado se procedió de la manera siguiente:

La Definición del problema se realizó mediante la Técnica de Causa y Efecto (árbol de problemas), la cual permitió visualizar de mejor manera todas aquellas causas del problema y los efectos que provoca el mismo.

Luego se aplicó la técnica del árbol de objetivos, el cual se elabora anotando el problema, las causas y los efectos de los problemas.

Las causas descritas se constituyen en los objetivos del Proyecto, contribuyendo así a resolver una parte de la problemática identificada en la Institución.

Establecidas las causas y los efectos del problema se procedió a aplicar la Técnica de Estrategias de Trabajo en la que se describen las situaciones insatisfechas que son las causas del árbol de problemas y los planteamientos para situaciones satisfechas son las causas del árbol de objetivos, tomando lo anterior como base se establecen las estrategias para contrarrestar las causas insatisfechas y realizar de una manera positiva las situaciones satisfechas.

Del análisis del problema priorizado se obtuvo estrategias para solucionar el problema.

1.4.4 Problema seleccionado

El proceso de diagnóstico implicó, la detección, priorización, definición y la identificación de las alternativas de solución, se seleccionó el problema que cuenta con las herramientas necesarias para su mejoramiento, siendo esta: Avance del deterioro del medio ambiente que propicia la tala inmoderada del área natural protegida de la Colonia del Esfuerzo 1

1.4.5 Solución propuesta

El diagnóstico constituye la fase con dos momentos importantes, al principio la identificación de un problema y al final la definición de la alternativa de solución de acuerdo a criterios de viabilidad y factibilidad.

1.5 Datos de la institución o comunidad beneficiada

1.5.1 Nombre de la Institución

Escuela Oficial Rural Mixta Petet Chixic, Comunidad “Petet Chixic”, Zona 12 del Municipio de Cobán, Departamento de Alta Verapaz.

1.5.2 Tipo de institución

Pública comunitaria

1.5.3 Ubicación geográfica

La escuela pertenece a la comunidad Petet Chixic, ubicada en el Municipio de Cobán, Alta Verapaz, a 3 Kilómetros de dicho municipio de la cabecera departamental, (Cobán, Alta Verapaz), su carretera es transitable, es pavimentada. Para llegar a la comunidad hay que seguir la calle que conduce al Campo de Aviación, 2 kilómetros esta asfaltado y 1 kilómetro es de terracería, y luego pasa por la Colonia Residencial CACIC.

Colindancias: Limita al Norte con el Comando Regional de Entrenamiento de Operaciones de Mantenimiento de Paz, CREOMPAZ, con el Rio Cahabón de por medio, al sur con el Aeropuerto de Cobán, A.V. al este con Colonia San Pablo y al Oeste con la comunidad Chicooj y la Colonia Nueva Esperanza.

Vías de Acceso: se cuenta con dos vías de acceso la Entrada Principal sobre la calzada hacia Creompaz, cruzando a mano izquierda, por la calle principal, y la otra se encuentra finalizando la carretera de Aeropuerto, cruzando a mano Derecha.

1.5.4 Visión

Ser una entidad estatal de mayor trayectoria en el municipio con instalaciones cómodas, al servicio de la sociedad contando con equipo humano calificado para brindar una atención basada en principios y valores.

1.5.5 Misión

Somos una institución pública basada en la educación de calidad para los niños y niñas de nuestra comunidad formándolos integralmente con principios y valores para que en un futuro sean hombres y mujeres productivos al servicio de la sociedad, a través de herramientas pedagógicas contenidas en el CNB.

1.5.6 Políticas:

- Promover oportunidades de desarrollo a los comunitarios y a comunidades circunvecinas.
- Propiciar campañas de convivencia familiar dentro del caserío.
- Desarrollar reuniones ordinarias para evaluar el trabajo realizado.
- Promover actividades de evaluación que reflejen los resultados alcanzados en un determinado tiempo.

1.5.7 Objetivos:

a. Objetivo general:

Contribuir con la comunidad a través de una educación de calidad que permitan desarrollar la sana convivencia entre los miembros del caserío, aplicando valores éticos y humanos en su entorno natural.

b. Objetivos específicos:

- Desarrollar políticas que cumplan con el mejoramiento de la condiciones de vida de los habitantes del caserío.
- Gestionar programas que impulsen a realizar proyectos productivos en los miembros de la comunidad.
- Establecer estrategias que permitan la sensibilización de las personas acerca de la conservación de los recursos naturales.
- Propiciar un ambiente limpio y saludable entre los educandos.

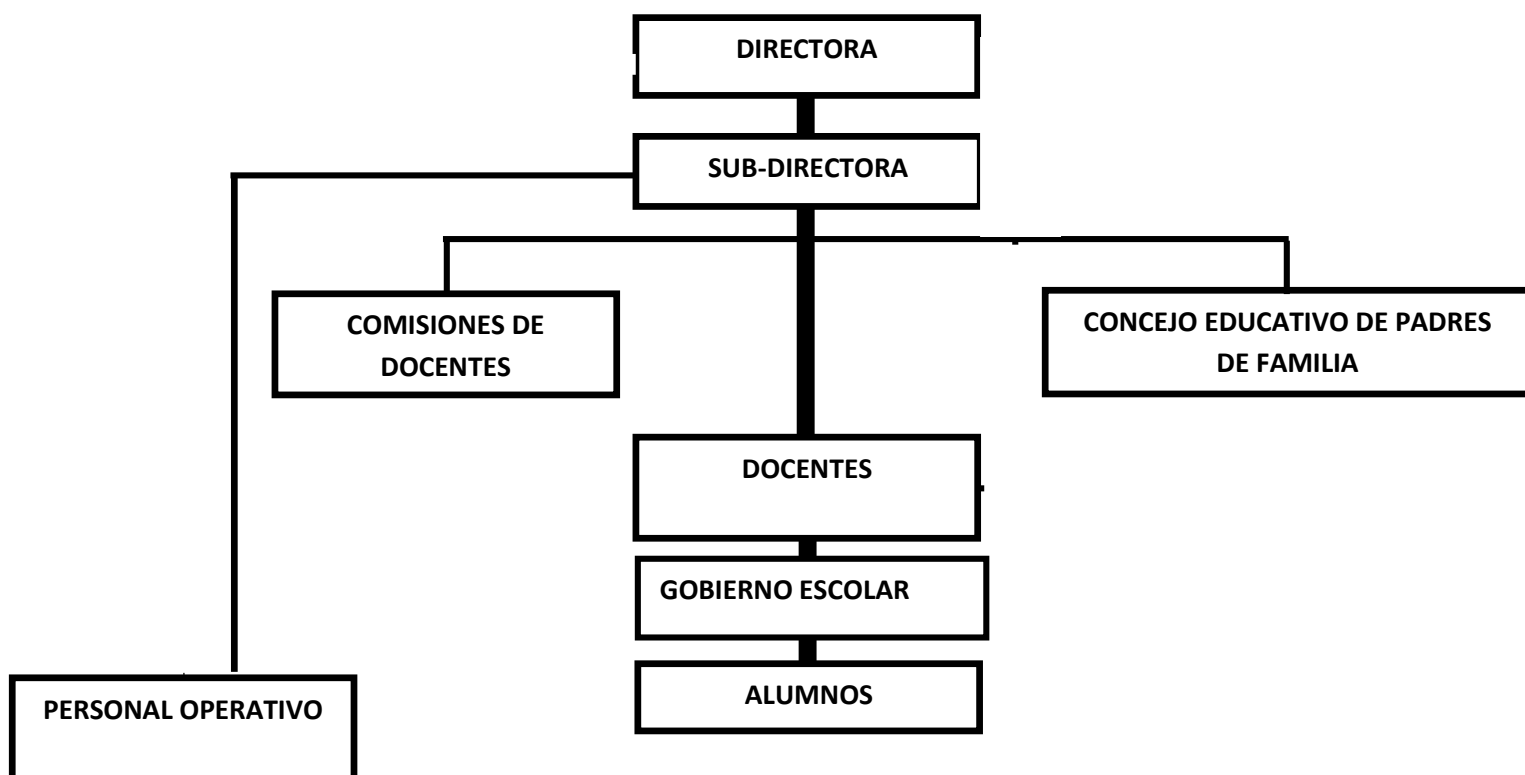
1.5.8 Metas:

- Propiciar charlas que permitan el cuidado del área recreativa.
- Propiciar charlas para el saneamiento ambiental en la comunidad.
- Desarrollar principios morales que propicien el respeto a la vida humana y natural.
- Participar en campañas de salubridad para evitar la contaminación ambiental.
- Contribuir con mejoras sobre proyectos educativos.

1.5.9 Estructura organizacional

Estructura Organizacional de la Escuela Oficial Rural Mixta “Petet Chixic” zona 12, del Municipio de Cobán, Departamento de Alta Verapaz.

ORGANIGRAMA.



Fuente: tomado de la dirección del establecimiento.

1.5.10 Recursos:

a. Humanos:

La escuela cuenta con 216 alumnos, 103 son niñas y 113 son niños, 10 docentes y 1 operativo.

b. Materiales:

Dirección, sala de profesores, cocina, tienda escolar, canchas deportiva, área recreativa, sanitarios.

c. Financieros

Los recursos financieros de la escuela se obtienen de parte del Ministerio de Educación e instituciones no gubernamentales.

1.6 Lista de carencias

1. No se cuenta con salón para reuniones.
2. Falta de conocimiento en hábitos alimentarios saludables.
3. Mala manipulación de los alimentos.
4. Falta de conocimiento para el proceso de alimentos saludables.
5. Falta higiene bucal.
6. No se cuenta con suficiente espacio para recreación.
7. No se cuenta se cuenta con kit de limpieza bucal para los niños.
8. El área recreativa está en mal estado.
9. Falta de una guía para la cuidado de la higiene personal y bucal.
10. Falta de conocimiento en la higiene personal.
11. No se cuenta con centro comunal.
12. No se cuenta con un espacio adecuado para los libros.
13. Libros expuestos a deterioro.
14. No se cuenta con área virtual.
15. No se cuenta suficientes recursos de limpieza.

16. No se cuenta con huerto escolar dentro de la escuela.
17. Drenajes expuestos al ambiente
18. Falta de conocimiento en el tratamiento de agua para el consumo humano.
19. Falta de programas que promuevan el uso adecuado del vital líquido.
20. Falta de basureros en puntos estratégicos en el área del caserío.
21. Falta orientación en las personas para la clasificación de basura orgánica e inorgánica
22. Desconocimiento en el tratamiento adecuado de desechos orgánicos.
23. Falta de interés de parte de las autoridades del caserío para erradicar la contaminación a través de desechos derivados de la basura.
24. No se tiene orientación en el uso de los servicios sanitarios
25. Faltan programas para la letrinización en las viviendas.
26. Proliferación de zancudos.
27. No existe comité de medio ambiente
28. No existen depósitos legales, comunitarios, para los desechos derivados de la basura.
29. Falta de programas de Educación Ambiental, dirigidos a los habitantes del caserío para la conservación de los bosques.

1.7 Cuadro de análisis y priorización de problemas.

Luego de analizar cada una de las carencias, se llegó a la conclusión que las más importantes son las que aparecen en la siguiente técnica de las cuatro columnas. De la lista anterior Insalubridad de 01 al 16, Infraestructura deficiente del 17 al 20, Administración deficiente del 21 al 23, Deterioro de la flora y fauna del 24 al 29.

No.	Problemas	Factores que los producen	Soluciones
1.	Insalubridad	<ol style="list-style-type: none"> 1. Falta de conocimiento en hábitos alimentarios saludables. 2. Mala manipulación de los alimentos. 3. Desconocimiento para el proceso y consumo de alimentos saludables. 4. Falta higiene bucal. 5. No se cuenta se cuenta con kit de limpieza bucal para los niños. 6. Falta de una guía para la cuidado de la higiene personal y bucal. 7. Falta de conocimiento en la higiene personal. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Elaboración de un manual que contenga hábitos alimentarios saludables. 2. Concientizar a las personas para realizar una adecuada manipulación en los alimentos. 3. Elaboración de una guía para el proceso de alimentos saludables. Realizar talleres para concientizar sobre la importancia del proceso y consumo de alimentos saludables. 4. Realizar talleres de concientización sobre la importancia de la higiene bucal. 5. Donar kit de limpieza bucal para los niños. 6. Elaborar una guía para promover el cuidado de la higiene personal y bucal. 7. Realizar talleres de concientización sobre la importancia de la higiene

		<p>8. No se cuenta con suficientes recursos de limpieza.</p> <p>9. Falta de conocimiento en el tratamiento de agua para el consumo humano.</p> <p>10. Falta de programas que promuevan el uso adecuado del vital líquido.</p> <p>11. Falta orientación en las personas para la clasificación de basura orgánica e inorgánica.</p> <p>12. Desconocimiento en el tratamiento adecuado de desechos orgánicos.</p> <p>13. No se tiene una orientación en el uso de los servicios sanitarios.</p> <p>14. Faltan programas para la letrización en las viviendas.</p> <p>15. Proliferación de zancudos.</p>	<p>personal.</p> <p>8. Gestionar ante instituciones no gubernamentales enseres de limpieza y orientar en el uso.</p> <p>9. Elaborar un manual para el cuidado y purificación del agua.</p> <p>10. Realizar talleres de concientización sobre la importancia de purificar y cuidar el agua.</p> <p>11. Donar kits de basureros para ser colocados en puntos estratégicos.</p> <p>12. Elaborar un manual para la clasificación de la basura orgánica e inorgánica.</p> <p>13. Concientizar a las personas para realizar sus fosas sépticas.</p> <p>14. Gestionar ante O.N.G.S. letrinas plásticas y orientar en el uso de las mismas.</p> <p>15. Solicitar al área de salud fumigar cada mes.</p>
--	--	--	---

		16.No existen depósitos legales, comunitarios, para los desechos derivados de la basura.	16.Donar kits de basureros para ser colocados en puntos estratégicos.
3.	Infraestructura deficiente	17.No se cuenta con salón para reuniones. 18.No se cuenta con suficiente espacio para recreación. 19.El área recreativa está en mal estado. 20.No se cuenta con centro comunal.	17.Gestionar ante las autoridades municipales la construcción de un salón para reuniones. 18.Limpiar áreas que se encuentran sin construcción para ampliar el espacio recreativo. 19.Gestionar ayuda para reparar los juegos que están en el área recreativa. 20.Gestionar ante las autoridades la construcción del salón comunal.
4.	Administración deficiente	21.No se cuenta con un espacio adecuado para los libros. 22.Libros expuestos a deterioro. 23.No se cuenta con área virtual.	21.Gestionar ante las autoridades educativas un espacio para organizar los libros. 22.Gestionar ayuda para ordenar libros en estantes. 23.Gestionar ante instituciones no gubernamentales equipo de cómputo.
		24.No se cuenta con huerto escolar dentro de la escuela.	24.Elaboración de un manual con los pasos para el

5.	Deterioro de la flora y fauna	<p>25. Drenajes expuestos al ambiente.</p> <p>26. Falta de basureros en puntos estratégicos en el área del caserío.</p> <p>27. Falta de interés de parte de las autoridades del caserío para erradicar la contaminación a través de desechos derivados de la basura.</p> <p>28. No existe comité de medio ambiente.</p> <p>29. Falta de programas de Educación Ambiental, dirigidos a los habitantes del caserío para la conservación de los bosques.</p>	<p>cultivo de Huertos Familiares.</p> <p>25. Implementación de un programa sobre mantenimiento adecuado de los drenajes.</p> <p>26. Colocar depósitos de basura en lugares estratégicos de la comunidad.</p> <p>27. Implementar un programa educativo para el saneamiento ambiental de la comunidad con la participación de todos los sectores de la comunidad.</p> <p>28. Organizar comité de medio ambiente en la comunidad y centro educativo.</p> <p>29. Implementar un proceso de capacitación y sensibilización a comunitarios sobre la importancia del cuidado y protección del medio ambiente.</p>
----	--------------------------------------	---	--

Cuadro de priorización de problemas.

MATRIZ DE PRIORIZACIÓN

No.	PROBLEMAS	1	2	3	4	5	Total
1	desconocimiento para el proceso y consumo de alimentos saludables	5	X	5	5	5	20
2	No se cuenta se cuenta con kit de limpieza bucal para los niños.	2	2	X	3	5	12
3	No se cuenta con huerto escolar dentro de la escuela.	4	4	3	X	5	16
4	Falta de conocimiento en hábitos alimentarios saludables.	3	4	3	4	X	14

PRIORIDAD No.01

1. Falta de una guía para el proceso y consumo de alimentos saludables

PRIORIDAD No.02

3. No se cuenta con huerto escolar dentro de la escuela

PRIORIDAD No.03

4. Des conocimiento en hábitos alimentarios saludables.

PRIORIDAD No.04

2. No se cuenta se cuenta con kit de limpieza bucal para los niños.

1.7.1 Análisis de viabilidad y factibilidad

Para la realización del análisis de viabilidad y factibilidad se utilizaron las fichas técnicas con la información básica de cada alternativa de solución, el cual consiste en analizar cada opción para minimizar el problema

En el siguiente cuadro se anotaron las cuatro alternativas de proyectos sugeridos:

No.	NOMBRE DEL PROYECTO
1	Elaboración de una guía para el proceso y consumo de alimentos saludables.
2	Elaboración de un manual con los pasos para el cultivo de Huertos Familiares.
3	Elaboración de un manual que contenga hábitos alimentarios saludables.
4	Donar kit de limpieza bucal para los niños.

Con el siguiente cuadro se realizó el análisis, teniendo al lado izquierdo los criterios ya definidos, en las columnas de la derecha los números de cada alternativa de proyecto y en la parte baja del número los criterios de respuesta.

Indicadores	OPCIÓN 1		OPCIÓN 2		OPCIÓN 3		OPCIÓN 4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
Financiero								
1. Se cuenta con suficientes recursos financieros?	X		X		X			X
2. Se cuenta con financiamiento externo?		X		X		X		X
3. El proyecto se ejecutará con recursos propios?	X		X		X		X	
4. Se cuenta con fondos extras para imprevistos?	X		X		X			X
5. Existe posibilidad de crédito para el proyecto?	X			X		X	X	
6. Se ha contemplado el pago de impuestos?		X		X		X		X
Administrativo legal								
7. Se tiene la autorización legal para realizar el proyecto?	X			X		X		X
8. Existen leyes que amparen la ejecución del proyecto?	X			X		X		X
Técnico								
9. Se tiene bien definida la cobertura del	X		X		X		X	

proyecto?							
10. Se tienen los insumos necesarios para el proyecto?	X		X		X		X
11. Se tiene la tecnología apropiada para el proyecto?	X		X		X		X
12. Se han cumplido las especificaciones apropiadas en la elaboración del proyecto?	X		X			X	X
13. El tiempo programado es suficiente para ejecutar el proyecto?	X		X		X		X
14. Se han definido claramente las metas?	X		X		X		X
15. Se tiene la opinión multidisciplinaria para la ejecución del proyecto?	X		X			X	X
Mercado							
16. Se hizo estudio mercadológico en la región?	X			X	X		X
17. El proyecto tiene aceptación de la región?	X			X		X	X
18. El proyecto satisface las necesidades de la población?	X		X		X		X
19. Puede el proyecto abastecerse de insumos?		X		X		X	X
20. Se cuenta con los canales de distribución adecuados?	X		X		X		X
21. El proyecto es accesible a la población en general?	X		X		X		X
22. Se cuenta con el personal capacitado para la ejecución del proyecto?	X			X		X	X
Político							
23. La institución será responsable del proyecto?	X		X		X		X
24. El proyecto es de vital importancia para la institución?	X			X		X	X
Cultural							

25. El proyecto está diseñado acorde al aspecto lingüístico de la región?	X		X			X		X
26. El proyecto responde a las expectativas culturales de la región?	X		X			X		X
27. El proyecto impulsa la equidad de género?	X		X		X		X	
Social								
28. El proyecto genera conflictos entre los grupos sociales?		X		X		X		X
29. El proyecto beneficia a la mayoría de la población?	X			X		X	X	
30. El proyecto toma en cuenta a las personas sin importar el nivel académico?	X		X		X		X	
TOTAL	26	4	18	12	15	15	12	18

Interpretación: Después de haber llenado la ficha de viabilidad y de factibilidad, el problema detectado es factible y viable de solucionar a través de la opción 1 que reunió veintiséis de los criterios (SI), siendo la alternativa Número 01 como mejor opción de solución al problema.

1.8 Problema seleccionado

En esta etapa, de diagnóstico, se aplicaron instrumentos, se realizaron actividades como visitas de campo y observaciones; todo este proceso llevó a la detección y priorización de un problema:

Falta de conocimiento para el proceso y consumo de alimentos saludables

1.9 Solución propuesta como viable y factible

PROBLEMA IDENTIFICADO	SOLUCIÓN
Desconocimiento para el proceso y consumo de alimentos saludables.	Elaboración de una guía para el proceso y consumo de alimentos saludables. Realización de talleres de concientización sobre la importancia del proceso y consumo de alimentos saludables.

CAPÍTULO II PERFIL DEL PROYECTO

2.1 Aspectos generales:

2.1.1. Nombre del proyecto

Elaboración de una guía para el proceso y consumo de alimentos saludables, dirigida a madres de alumnos de 5º. Primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta “Petet Chixic” de Cobán, Alta Verapaz.

2.1.2 Problema

Desconocimiento para el proceso y consumo de alimentos saludables.

2.1.3 Localización

El proyecto se realizará en la Escuela Oficial Rural Mixta “Petet Chixic” de la Comunidad Petet Chixic, del municipio de Cobán, Alta Verapaz.

2.1.4 Unidad ejecutora:

Facultad de Humanidades
Universidad de San Carlos de Guatemala.
Área de salud, Cobán Alta Verapaz
Epesista

2.1.5 Tipo de proyecto

De Producto Educativo Pedagógico

2.2 Descripción del proyecto

Luego de recopilarla información necesaria por medio de observación, análisis de ocho sectores y entrevistas, se realizó análisis de las problemáticas existentes en la institución educativa evaluando cada uno de los problemas, se priorizó el problema insalubridad en el proceso y consumo de alimentos saludables.

El proyecto consiste en la elaboración de una Guía Educativa para el proceso y consumo de alimentos saludables, dirigida a madres de alumnos de 5º. Primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta “Petet Chixic” de Cobán, Alta Verapaz, para lo cual se realizará taller de socialización con los beneficiarios, siendo importante para el cuidado de la salud; Tomando en cuenta que existen problemas de salud por no tener conocimiento de alimentos saludables para el consumo del ser humano, se entregará una Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables. La Guía se entregará en la dirección y n la cocina del establecimiento y los talleres se realizarán en el establecimiento educativo.

2.3 Justificación

Se consideró relevante el proyecto porque las personas encargadas de la preparación de la refacción escolar, son madres de alumnos que estudian en la escuela y no cuentan con los conocimientos adecuados de manipulación y proceso de alimentos que sean saludables para el consumo de los niños. Ya que se observó que no se contaba con suficiente normas de higiene en la cocina y los alimentos crudos se encontraban en lugares no adecuados. Con esta Guía se pretende crear en las personas el hábito del consumo de alimentos sanos y tomar conciencia en el cuidado de la nutrición de las personas ya que en la escuela se preparan desayunos escolares para los niños y niñas que asisten diariamente.

En el contexto legal podemos citarla POLÍTICA NACIONAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL, DECRETO NÚMERO 32-2005 LEY DEL SISTEMA NACIONAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL.

En el **artículo número 4.3 SALUD**

El objetivo es lograr un nivel de salud y condiciones adecuadas para que el organismo humano pueda utilizar apropiadamente las sustancias nutritivas contenidas en los alimentos que ingiere.

Estarazón justifica el proyecto como parte importante para los miembros del establecimiento para mantener una alimentación saludable.

2.4 Objetivos del proyecto:

2.4.1 General

Elaborar una Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables, dirigida a madres de alumnos de 5º. Primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta “Petet Chixic” de Cobán, Alta Verapaz.

2.4.2 Específicos:

- a.** Desarrollar talleres con madres que participan en la preparación de refacción escolar, sobre la importancia que tienen los Hábitos de higiene y Manipulación de alimentos.

- b.** Preparar desayunos nutritivos e higiénicos con las madres encargadas de la cocina escolar, implementando las técnicas de: Desinfectado, picado y rallado de verduras, frutas y legumbres.

- c.** Promover una alimentación saludable identificando alimentos con alto valor nutricional, para fomentar buenos hábitos alimenticios en las madres encargadas de preparar los alimentos en la escuela.

d. Plantar 630 arbolitos de la especie pino en el tanque de captación de agua del Caserío Panaha del municipio de Santa Cruz Verapaz, Alta Verapaz,

5. Metas:

a. Entregar una Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables.

b. Capacitar a madres de alumnos que participan en la preparación de refacción escolar, para mejorar los Hábitos de higiene y la Manipulación de alimentos.

c. Presentar a madres encargadas de la cocina escolar cinco recetas aplicando diferentes técnicas de preparación.

d. Identificar alimentos con alto valor nutricional, para una alimentación saludable.

e. Plantar 630 arbolitos de la especie pino en el tanque de captación de agua del caserío Panaha del municipio de Santa Cruz Verapaz, Alta Verapaz.

2.5 Beneficiarios:

2.5.1 Directos:

216 alumnos, 103 son niñas y 113 son niños.

2.6.2 Indirectos

Docentes, personal operativo y madres de familia.

2.6 Fuentes de financiamiento y presupuesto.

El costo del proyecto de implementación de Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables será gestionado por la estudiante epesista, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, ante diferentes instituciones y empresas del municipio de Cobán A.V.

RECURSOS MATERIALES

RUBROS	DESCRIPCIÓN	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
TRANSPORTE	Pasajes	Q. 1.50	Q. 30.00
IMPRESIÓN Y ENCUADERNACIÓN	Impresión	Q. 0.50	Q. 480.00
	Encuadernación	Q. 10.00	Q. 340.00
PAPEL DE ESCRITORIO Y UTILES DE OFICINA	Resma de papel bond tamaño carta de 80 gramos	Q. 45.00	Q. 90.00
	Bolígrafos Vic color negro	Q. 1.50	Q. 3.00
ADQUISICIÓN DE EQUIPO	Alquiler de cañonera	Q. 100.00	Q. 300.00
ALIMENTACIÓN	Refacciones para participantes de talleres	Q. 10.00	Q. 500.00
GASTOS IMPREVISTOS	Revisar el 10%		Q. 269.00
TOTAL DE RECURSOS MATERIALES			Q. 2,012.00

2.7 Cronograma de actividades de ejecución del proyecto

No.	Actividades a Realizar	Responsables	Mayo					Junio					Julio					
			S	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1	Presentación de propuestas de proyecto a Directora del Establecimientos Educativo según el diagnóstico.	Epesista	P															
2	Formulación del perfil del proyecto.	Epesista	P															
3	Investigación Bibliográfica	Epesista																
4	Elaboración de una Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables	Epesista	P															
5	Revisión y aprobación de la Guía por el asesor	Epesista Asesor	P															
6	Impresión, reproducción y encuadernación de la Guía.	-Epesista	P															
7	Solicitar el lugar para realizar el taller	-Epesista	P															
8	Comprar los recursos para realizar el taller.	-Epesista	P															
9	Taller de Socialización de la Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables a la directora del establecimiento y encargadas de cocina.	Epesista	P															
10	Entrega las respectivas Guías para el proceso y consumo de alimentos saludables.	Epesista	P															
12	Evaluación del proyecto	Epesista	P															

2.8 Recursos:

2.8.1 Humanos:

Directora del establecimiento educativo, madres de familia,
Epesista de la Universidad de san Carlos.

2.8.2 Materiales:

Computadora

Impresora

Útiles de oficina

Cámara fotográfica

Dispositivo USB

Pizarrón

Marcadores

Cañonera.

Trifoliales.

2.8.3 Físicos:

Centro educativo.

2.8.4 Financieros:

Gestión de Epesista de la universidad San Carlos de Guatemala.

CAPÍTULO III

PROCESO DE EJECUCIÓN DEL PROYECTO

Las actividades planificadas para el proyecto perfilado, fue necesario verificar el progreso del mismo durante la fase de ejecución a través del cronograma de actividades, el proceso de planificación, organización, control, ejecución, dirección, planteamiento del problema y el análisis de datos se puso de manifiesto en la elaboración de una Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables, como producto pedagógico dirigido a las madres de alumnos de 5º. Primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta “Petet Chixic de Cobán, departamento de Alta Verapaz.

Cada una de las etapas de esta transformación requirió de recursos humanos, materiales, financieros, de información, etc., que fueron agregando valor a las ideas.

3.1 Actividades y Resultados.

ACTIVIDADES	RESULTADOS
Presentación de propuesta de proyectos a Directora del Establecimientos Educativo según el diagnóstico.	En consenso se priorizó el problema de insalubridad por el desconocimiento del proceso y consumo de alimentos saludables.
Formulación del perfil del proyecto.	Se elaboró el perfil del proyecto
Investigación Bibliográfica	Se encontró material bibliográfico para la elaboración de la guía.
Elaboración de una Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables.	Se elaboró una Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables.
Revisión y aprobación de la Guía por el asesor.	El asesor revisó y aprobó el contenido de la Guía.
Impresión, reproducción y encuadernación de la Guía. .	Impresión y encuadernación de treinta y cuatro ejemplares se hizo entrega a Directora del establecimiento y encargadas de la cocina.
Solicitar el lugar para realizar el taller	Autorización de un aula de la escuela por parte de directora para la realización del mismo.

Comprar los recursos para realizar el taller.	Se compró los materiales necesarios para realizar el taller.
Taller de socialización de la Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables a directora del establecimiento y encargadas de cocina.	Los participantes estuvieron siempre atentos y participaron emitiendo su opinión en todo momento, premiando la participación de algunas de ellas cuando su respuesta fue positiva.
Entrega de las respectivas Guías para el proceso y consumo de alimentos saludables.	Se entregó en presencia de Directora y madres de familia los respetivos ejemplares.
Evaluación del proyecto	Se evaluó el proyecto con lista de cotejo.

3.2 Productos y Logros

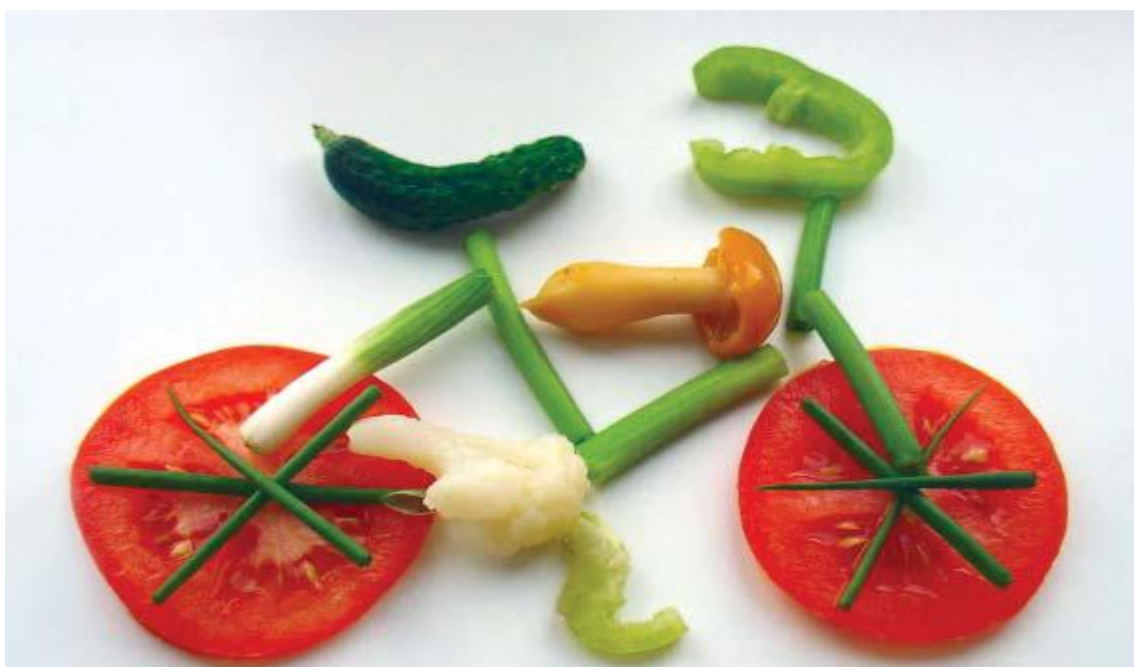
PRODUCTOS	LOGROS
<p>Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables, dirigida a madres de alumnos de 5º. Primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta “Petet Chixic” de Cobán, Alta Verapaz.</p> <p>Talleres con directora, madres de familia y responsables de la cocina.</p> <p>Donación de treinta y cuatro ejemplares.</p> <p>Plantación de 630 arbolitos.</p>	<p>Crear en las personas el hábito del consumo de alimentos sanos y tomar conciencia del cuidado que se debe en la preparación, para tener una buena alimentación.</p> <p>Adquirir conocimientos de como procesar y consumir alimentos que sean saludables para el desarrollo de los niños.</p> <p>Disminución de problemas de salud por desconocimiento de proceso y consumo de alimentos que sean saludables.</p> <p>Contribución a la regeneración de bosques y mejora del medio ambiente.</p>



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de  Humanidades

GUÍA PARA EL PROCESO Y CONSUMO DE ALIMENTOS SALUDABLES, DIRIGIDA A MADRES DE ALUMNOS DE LA ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA “PETET CHIXIC”, COBÁN A.V.



Fuente: Hábitos alimentarios saludables, 2007.

FACULTAD DE HUMANIDADES
EPS Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa
P. E. M. Ingrid Albina López.



Fuente tomada por Ingrid López.

GUÍA PARA EL PROCESO Y CONSUMO DE ALIMENTOS SALUDABLES, DIRIGIDA A MADRES DE ALUMNOS DE LA ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA “PETET CHIXIC”, COBÁN A.V.



Fuente tomada por Ingrid López.

FACULTAD DE HUMANIDADES
EPS Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa
P. E. M. Ingrid Albina López.

INDÍCE

Presentación	i
Objetivos	ii
Preparación y proceso culinario de los alimentos	01
Conservación de alimentos en el hogar	03
Importancia de los hábitos alimentarios saludables	05
¿Qué son los hábitos alimentarios?	06
¿Cómo es una dieta sana?	06
Pirámide de los alimentos	07
Dieta Mediterránea	07
Los cereales y las féculas: la base de nuestra alimentación	08
Frutas y verduras carnes	09
El agua: indispensable para la vida	12
Pirámide de la actividad física	14
Importancia de la actividad física	16

PRESENTACIÓN

La Guía, para el proceso y consumo de alimentos saludables, se realiza con la finalidad de aportar una herramienta que contribuya a la calidad de vida saludable de los alumnos de la Escuela Oficial Rural Mixta Petet Chixic, del Municipio de Cobán, Departamento de Alta Verapaz.

A raíz del diagnóstico realizado en el establecimiento educativo, nace el interés de elaborar una Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables, la misma permite brindar un instrumento que facilite no solo el proceso y consumo, sino también que conozcan los hábitos alimentarios que debe tener todo ser humano, para que tenga una dieta saludable, aplicando este conocimiento no solo en el centro educativo sino también en el hogar.

Se sugiere una variedad de actividades para conservar los nutrientes de los alimentos, lo fundamental a la hora de prepararlos, cuidados en la cocina, cocción de alimento, higiene en el área de cocina. Es fundamental enseñar a los alumnos desde edades tempranas la importancia que tiene la alimentación en el mantenimiento de la salud, así como en el desarrollo emocional y psicosocial. Los profesores desempeñan, en este sentido, un papel fundamental. La educación debe considerarse, por tanto, como una herramienta indispensable en la prevención de los trastornos alimentarios pero, no es solamente en la escuela donde se educa nutricionalmente al alumno, en esta labor es importante la familia, por eso es trascendental enseñar a los alumnos estrategias que permitan en el futuro tomar sus propias decisiones nutricionales.

Esperando que esta guía pueda servir de apoyo al establecimiento educativo, y que al mismo tiempo facilite el trabajo que desarrollan las madres de familia en la cocina escolar.

OBJETIVOS

GENERAL:

- Determinar técnicas para manipular alimentos para su adecuada preparación y conservación.

ESPECIFICOS:

- Nombrar técnicas para la conservación de nutrientes en alimentos.
- Analizar la importancia de los hábitos alimentarios saludables.
- Interpretar y desarrollar consejos útiles para la preparación de alimentos.
- Identificar una dieta saludable que beneficie a los alumnos del centro educativo.
- Diferenciar comida saludable y no saludable, comparando un desayuno preparado con fruta y avena y otro que contiene golosina y gaseosa.

PREPARACIÓN Y PROCESO CULINARIO DE LOS ALIMENTOS

Es importante conservar y aprovechar al máximo las propiedades nutritivas de cada alimento, disfrutar de platos ricos y sanos y cuidar nuestra salud mediante el uso de técnicas culinarias saludables.

CONSEJOS ÚTILES PARA LA PREPARACIÓN DE:

Verduras y hortalizas:

El calor de la cocción destruye parte de los nutrientes de las hortalizas y verduras y el agua diluye también vitaminas y minerales. Es por ello importante que consumamos hortalizas crudas como mínimo una vez al día, además de las que tomamos cocidas.



Para evitar la pérdida de nutrientes durante la cocción es conveniente:

- Lavarlas, cortarlas en grandes trozos y no dejarlas en remojo. Si es posible, cocinarlas con su cascara.
- Utilizar la menor cantidad de agua posible en las cocciones, en olla tapada y con un poco de sal, con rápidos tiempos de cocción.
- Aprovechar el líquido de cocción, rico en sustancias solubles para elaborar otros platos como cocidos, sopas, purés, salsas, etc.

Cuando se trata de una ensalada, debemos:

- Lavar y escurrir cuidadosamente los vegetales (si es posible, con unas gotas de lejía especial para desinfectar alimentos).⁵

⁵Hábitos alimentarios saludables. 2007.

- Utilizar, además de aceite, hierbas, especias, sal..., limón o vinagre para aderezar y para conservar más tiempo las vitaminas.
- **Carne:** La carne cruda contiene microorganismos propios del animal que pueden producir infecciones alimentarias. Las carnes se pueden cocinar de muchas formas, pero las técnicas culinarias que requieren menos aceite son plancha, hervido, asado, horno, guiso y estofado.
- **Frutas:** Al consumirlas crudas, aprovechamos al máximo las vitaminas y minerales de las frutas. También es preferible consumirlas con su cascara, lavándolas bien con abundante agua potable. Los zumos de frutas son una buena y saludable opción, aunque pierden parte de su potencial nutritivo.
- **Legumbres:** Necesitan remojar entre 6 y 12 horas y cocinarse suficientemente para alcanzar una buena textura.
- **Huevos:** Para saber si un huevo está fresco debemos introducirlo en un vaso con agua: si se hunde es un huevo fresco, en caso contrario, debemos evitar tomarlo. Es conveniente tomar siempre los huevos bien cocidos para evitar riesgos por contaminación.



Fuente:<https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+verduras>

Es importante recordar que:

- Para mantener el valor nutritivo de las verduras es mejor cocinarlas con poca agua, al vapor o al horno en cocciones rápidas, ya que si las hervimos, diluimos

parte de sus sales minerales. Si se hierven, se recomienda utilizar poca cantidad de agua durante pocos minutos.⁶

- Cuanto mejor cocinemos las carnes, las aves, los pescados y los huevos, menor será el riesgo de intoxicación alimentaria. Para obtener una fritura más saludable debemos: utilizar abundante aceite de oliva, introducir el alimento cuando el aceite esté bien caliente, regulando la temperatura para evitar que el aceite se quemara y al final, colocar el alimento sobre un papel absorbente.
- En las frituras no es conveniente mezclar diferentes tipos de aceites y tampoco utilizar muchas veces el mismo aceite.

CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS EN EL HOGAR

Es importante conservar bien los alimentos para preservar la calidad, las propiedades nutritivas y sensoriales (sabor, olor, color, textura, etc.) de los mismos.

¿Qué factores son fundamentales para la conservación de los alimentos?

- **Temperatura:** Los alimentos se alteran principalmente por la acción de las bacterias, que son muy activas a temperatura ambiente. Existe una zona de peligro (entre 5° y 65° C) donde los microorganismos crecen rápidamente y se multiplican en pocos minutos.
- **Tiempo:** Es muy importante que los alimentos estén el menor tiempo posible a temperatura ambiente, teniendo especial cuidado en verano. Los alimentos cocinados que no se vayan a consumir inmediatamente, deben conservarse en frío.
- **Tipo de alimento:** Hay alimentos por los que las bacterias tienen preferencia como: carnes picadas, quesos blandos, salsas y nata montada, mayonesa, preparados con huevo, frutas y verduras cortadas, aves, pescados y mariscos.

Es importante conservar bien los alimentos para preservar la calidad, las propiedades nutritivas y sensoriales de los mismos

⁶Hábitos alimentarios saludables,. 2007.

Dentro de nuestra cocina, nosotros y los miembros de nuestra familia podemos sufrir accidentes, por ello, es conveniente conocer ciertas normas de seguridad y adaptarlas a nuestra vida cotidiana.⁷

Debemos prevenir intoxicaciones por alimentos contaminados, quemaduras a causa de una incorrecta manipulación de alimentos o utensilios, cortes, golpes y caídas o intoxicaciones y lesiones por productos químicos.

Para prevenir las intoxicaciones debemos:

- Lavarnos bien las manos.
- Mantener limpias las superficies donde se vaya a preparar los alimentos.
- Evitar el contacto entre alimentos crudos y cocidos.
- Usar ropa limpia al cocinar y llevar el cabello recogido.
- No estornudar o toser sobre los alimentos.
- Procurar cambiar periódicamente los paños de cocina y mantenerlos limpios y desinfectados.
- Limpiar y desinfectar diariamente la cocina.
- Mantener la basura en bolsas de plástico cerradas dentro de recipientes tapados y limpios.
- Impedir que los animales domésticos entren en la cocina.
- Cocinar, conservar, descongelar y recalentar los alimentos adecuadamente.
- Utilizar agua potable en la cocina.

Debemos conocer ciertas normas de seguridad y adaptarlas a nuestra vida cotidiana

La seguridad en la cocina

⁷Hábitos alimentarios saludables,, 2007.

- En el área limpia se realizarán las preparaciones finales de los platos crudos que no necesitan una cocción previa. También se terminarán de preparar y condimentar los alimentos cocidos que han salido del área de cocción.⁸

Prevención de accidentes en la cocina

- En la cocina encontramos toda clase de objetos que pueden causarnos daño como cuchillos, tenedores, cristales, abrelatas, productos químicos, gas y fuego. Algunas medidas de seguridad que hay que seguir son:
- Procura que los mangos de las ollas y sartenes no sobresalgan de la cocina.⁹
- Trata de cocinar con los fuegos más interiores de la cocina.¹⁰



Fuente: <https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+verduras>

Higiene en la cocina

- Para evitar contaminaciones en los alimentos debemos establecer un circuito higiénico de los mismos y de los residuos dentro de la cocina, dividiendo la misma en dos áreas: área sucia y área limpia.
- En el área sucia se realizarán todas aquellas operaciones que requieren una mayor manipulación de los alimentos.

⁸Hábitos alimentarios saludables., 2007.

⁹Hábitos alimentarios saludables., 2007.

IMPORTANCIA DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS SALUDABLES

Para mantenernos sanos y fuertes, es muy importante llevar una alimentación adecuada. No sólo es importante la cantidad de alimentos que comemos, sino también su calidad, ya que ambas influyen en el mantenimiento adecuado de nuestra salud. Por eso es necesario saber qué nos aporta cada alimento, para así saber elegir un plato o menú más saludable

¿CÓMO ES UNA DIETA SANA?

La comida que comemos a lo largo del día debe estar distribuida en cinco tomas:

• Desayuno

El desayuno es muy importante, ya que nos proporciona la energía que necesitamos para realizar nuestras actividades a lo largo de la mañana y el resto del día. Entre sus beneficios están: asegura la ingesta adecuada de nutrientes; ayuda regular el peso ya que evita el picoteo a lo largo de la mañana; mejora el rendimiento físico y mental. Un buen desayuno debería incluir: leche o yogur, cereales, tostadas o galletas y fruta o zumo.¹¹

• Media mañana

A media mañana se recomienda una merienda, para tener fuerzas hasta la comida. Cómete un bocadillo, una fruta o un yogur.



Fuente: <https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+verduras>

¹¹Hábitos alimentarios saludables., 2007.

COMIDA

La comida es la segunda toma más importante, generalmente consta de un primer plato de pasta, arroz o verduras; un segundo que puede ser carne, pescado o huevo y el postre a elegir entre fruta o yogur. La comida siempre la podemos acompañar con pan.

• MERIENDA

Por la tarde, no te olvides de la merienda: bocata, zumo, batido, galletas o fruta.

• CENA

Por la noche no te acuestes sin cenar. La cena es parecida a la comida, pero un poco más ligera. Aprovecha y elige pescado, pollo o tortilla. Si tienes hambre antes de dormir, tómate un vaso de leche.

PIRÁMIDE DE LOS ALIMENTOS

La pirámide de los alimentos es una guía que nos sirve para aprender a escoger los alimentos que incluimos en nuestra alimentación, alcanzando así una alimentación sana, variada y equilibrada de una forma sencilla.



Fuente: <https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+verduras>

DIETA MEDITERRÁNEA

En los últimos 30 años, se han llevado a cabo estudios que han puesto de manifiesto que los países de la cuenca mediterránea: España, Italia, Francia, Grecia y Portugal tienen un menor porcentaje de infarto de miocardio y una menor tasa de mortalidad por cáncer. Se empezó a investigar las posibles causas y descubrieron que la dieta tenía un papel fundamental. A partir de entonces, se empezó a hablar de la dieta mediterránea como un factor a tener en cuenta en la prevención de estas enfermedades.

La Dieta Mediterránea se basa en el consumo de aceite de oliva, pan, frutas, frutos¹²

Secos, hortalizas, legumbres, pescados, huevos, queso, yogur, pasta y arroz. Esta dieta se acompaña de un estilo de vida activa y saludable, en la que se realiza ejercicio físico diario (paseos, deporte). La Dieta Mediterránea es un patrón alimentario variado y equilibrado, que aporta grandes beneficios para nuestra salud.



Fuente: <https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+verduras>

¹²Hábitos alimentarios saludables., 2007.

LOS CEREALES Y FÉCULAS: LA BASE DE NUESTRA ALIMENTACIÓN.

Los cereales y féculas deben ser la base de nuestra alimentación. Son alimentos pobres en grasas, aportan una cantidad reducida de proteínas y son ricos en fibra, vitaminas y minerales. Se componen primordialmente de carbohidratos, los cuales son la principal fuente de energía de nuestro cuerpo.

Existen dos tipos de carbohidratos, los complejos presentes en alimentos como los cereales, patatas; y los simples como el azúcar. En nuestra dieta deben existir un predominio de carbohidratos complejos, dado que aportan, además, vitaminas, minerales y fibra.

Toma nota...

- Los carbohidratos son saludables en todas sus formas y variedades.
- Pueden ayudar a controlar el peso, especialmente cuando se combinan con ejercicio.
- Son fundamentales para un buen funcionamiento intestinal.¹³

¿QUÉ ES LA FIBRA? La fibra alimentaria es la parte comestible de las plantas, que nuestro intestino delgado es incapaz de digerir o absorber. La fibra alimentaria se encuentra en las frutas, las verduras, las legumbres y los granos de cereal enteros o integrales

(Salvado de trigo, de avena, pan de cereales integrales o multi cereales, etc.).¹⁴

Efectos saludables de la fibra:

- Regula la función intestinal.
- Retarda la digestión y absorción de los carbohidratos, retrasando así, los niveles de glucosa en sangre.
- Mejora los niveles de colesterol, disminuyendo el colesterol total y el colesterol de baja densidad o LDL (conocido como colesterol malo).

¹³Consejos para una Alimentación Saludable, Victoria Arija Val.

¹⁴Hábitos alimentarios saludables., 2007

- La fibra aumenta el volumen de la dieta sin añadir calorías y tiene un efecto saciante que ayuda a controlar el peso.



Fuente:<https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+verduras>

FRUTAS Y VERDURAS: LLENA DE COLOR TÚ VIDA, CON 5 AL DÍA.

Generalmente llamamos “frutas” a los frutos de naturaleza carnosa, que se pueden comer sin preparación. Las hortalizas son todas las plantas o partes de plantas dedicadas a la alimentación y cuyo cultivo se realiza en las huertas.

Las hortalizas son un grupo de alimentos de origen botánico variado, ya que la parte que se emplea para la alimentación varía de una a otra. Así se tienen, por ejemplo: Dentro de las hortalizas se distinguen las verduras, cuya parte comestible está constituida por sus órganos verdes (hojas, tallos, flores), y las legumbres verdes, como los frutos y semillas no maduros de las hortalizas leguminosas. No obstante, a nivel popular, el término verduras se utiliza indistintamente para todas las hortalizas.

- **Hojas:** espinacas, acelgas, lechuga o escarola.
- **Raíces:** zanahoria, remolacha, rábano o nabo.
- **Flores:** alcachofa, coliflor, brécol.
- **Tallos:** apio y espárrago.
- **Tubérculos:** patatas

- **Bulbos:** ajo, cebolla, puerros.



Fuente: <https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+verduras>

Las frutas y verduras son alimentos ricos en agua, carbohidratos, minerales y vitaminas. También son ricas en antioxidantes y fibra, lo que las hace indispensables en una dieta equilibrada y variada. Se recomienda el consumo regular, equivalente a 5 raciones al día de frutas y/o verduras.

En la variedad está el secreto... escoge frutas y verduras de temporada. Son más baratas, están en su punto ideal de maduración.¹⁵

Incluye en tu dieta, zumos de fruta fresca y si esto no es posible, consume zumos 100% de fruta. Pero recuerda: una ración de zumo no puede sustituir una pieza de fruta.

Las frutas pueden tomarse como tentempié o como merienda o bien, como postre o aperitivo. Sé creativo... algunas frutas y la mayoría de hortalizas pueden formar parte de una exquisita ensalada para la cena o la comida.

Experimenta y prueba nuevos guisos y menestras de verduras.

¿QUÉ ES UN ANTIOXIDANTE?

Un antioxidante es una sustancia que tiene la capacidad de retrasar o prevenir el envejecimiento u oxidación. Los antioxidantes de las frutas y verduras, protegen a las

¹⁵Hábitos alimentarios saludables., 2007

células de la oxidación, reduciendo el riesgo de padecer enfermedades como el cáncer, la diabetes, enfermedades cardiovasculares, etc.

Carnes, lácteos, pescado y huevos:

Los formadores

Este grupo de alimentos es la principal fuente de proteínas de nuestro cuerpo. Las proteínas, al igual que las grasas y los hidratos de carbono, es un macronutriente imprescindible. Además de aportar energía, las proteínas llevan a cabo las funciones de reparación y/o formación de tejido (uñas, pelo, piel, músculos, etc.).



16

Fuente: <https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+verduras>

Las proteínas están compuestas por moléculas más pequeñas, llamadas aminoácidos. Existen dos tipos de aminoácidos, dependiendo de las funciones que realizan en nuestro cuerpo:

- **AMINOÁCIDOS ESENCIALES:** el cuerpo no los puede producir y se obtienen exclusivamente del consumo de alimentos. Ejemplo de alimentos ricos en aminoácidos esenciales son la leche, el queso, los huevos, ciertas carnes, las verduras y las nueces.
- **AMINOÁCIDOS NO ESENCIALES:** son producidos por el cuerpo a partir de los aminoácidos esenciales o del proceso de digestión de las proteínas

¹⁶Consejos para una Alimentación Saludable, Victoria Arijá Val.

GRASAS O LÍPIDOS:

MEJOR CON MODERACIÓN

Las grasas son nutrientes esenciales en la dieta, pero su consumo debe ser moderado. Es importante incluirlas en la dieta porque:

- Son excelente fuente de energía. Un gramo de grasa aporta 9 calorías, mientras que los carbohidratos y proteínas proporcionan 4 calorías por gramo.
- De las grasas se obtienen los ácidos grasos que el cuerpo no es capaz de elaborar o sintetizar.
- Las grasas transportan a través del cuerpo las vitaminas A, D y E.
- Contribuyen al buen sabor de los alimentos.

Recuerda priorizar el consumo de aceites de origen vegetal, preferiblemente de aceite de oliva virgen y reducir el consumo de grasas de origen animal porque aportan una mayor cantidad de grasas saturadas.

GRASAS SATURADAS...

Todas las grasas son combinaciones de ácidos grasos saturados e insaturados. Sin embargo las grasas saturadas se asocian a un mayor riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.¹⁷

Leer las etiquetas de los alimentos te ayudara a escoger aquellos alimentos que tienen menor cantidad de grasas saturadas.

EL AGUA:

INDISPENSABLE PARA LA VIDA

El agua representa el componente principal del cuerpo humano, constituyendo entre el 50 – 70% del peso corporal. Mantener una hidratación adecuada es imprescindible si queremos mantener la salud física y mental. La deshidratación, por el contrario, nos lleva de inmediato a advertir desajustes en el desempeño de nuestras funciones y por extensión, compromete el mantenimiento de nuestra salud.

¹⁷Consejos para una Alimentación Saludable, Victoria Arija Val.

Nuestro cuerpo obtiene el agua que necesita a través de tres fuentes: el agua de bebida –de manantial, mineral o de grifo; otras bebidas (se incluyen zumos, café, Infusiones, té y refrescos) y el agua que contienen los alimentos. Aunque no se tienen recomendaciones definitivas de la cantidad de líquidos que debe ingerir una persona, de forma orientativa se establece, para la población general sana y en condiciones normales, consumir como mínimo 1,5 a 2 litros día, aunque algunos autores recomiendan de 2.5 a 3 litros / día 8



COMIDA RÁPIDA, REFRESCOS, GOLOSINAS Y CHUCHES

Se llama **comida rápida** a aquellos alimentos que se venden preparados, precocinados o semielaborados, o bien a la alimentación que se vende en establecimientos como las hamburgueserías o pizzerías, entre otros 9.¹⁸

Si bien estos alimentos tienen un sabor y apariencia agradables, en contrapartida aportan grandes cantidades de grasas saturadas y calorías, de ahí la importancia de que su consumo sea ocasional, tal y como se recomienda en la pirámide de alimentos.

Las golosinas, las chuches y refrescos, aportan grandes cantidades de azúcar, más de lo que se recomienda en una alimentación sana, por ello su consumo también

¹⁸Servicios.unileon.es/reus/files/2012/...alimentación-saludable

debe ser limitado. *El secreto de una buena alimentación está en variar nuestros alimentos cada día... probar nuevos alimentos y preparaciones, es una forma de descubrir el mundo.*



Fuente:<https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+verduras>

19

PIRÁMIDE DE LA ACTIVIDAD FÍSICA



Fuente:<https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+verduras>

¹⁹Hábitos alimentarios saludables,. 2007

IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

La práctica de ejercicio físico diario es de vital importancia para un estado de salud adecuado. Por eso es conveniente reducir el tiempo que dedicamos a tareas o actividades sedentarias como sentarnos frente al ordenador, los videojuegos o ver la tele. La actividad física proporciona muchos beneficios para la salud, entre ellos:

- Ayuda a prevenir el sobrepeso y obesidad.
Fortalece y flexibiliza los músculos y las articulaciones.
- Disminuye el riesgo de enfermedades cardiovasculares.
- Mejora la masa muscular.
- Favorece la salud ósea reforzando el papel del calcio.
- Mejora el tránsito intestinal.
- Aumenta las defensas del organismo y mejora el sistema inmunológico.²⁰
- Contribuye a la regularización de las tasas de glucemia (azúcar en sangre) y de colesterol sanguíneo.



Fuente:<https://www.google.com.gt/search/imagenes+de+ejercicios>.

DECÁLOGO SALUDABLE

1. Elige una alimentación variada, esto asegura el consumo de todos los nutrientes necesarios para el mantenimiento de tu salud.

²⁰Hábitos alimentarios saludables., 2007

2. Come todos los días alimentos de todos los grupos, para asegurar una dieta variada y sana.
3. Incluye en tu alimentación 5 raciones de frutas y verduras para garantizar una buena salud.
4. Respeta tus horas de comida; recuerda que como mínimo hay que hacer tres comidas al día, aunque lo ideal son cinco comidas: desayuno, merienda a media mañana, comida, merienda y cena
5. Modera el consumo de comidas rápidas como pizza, hamburguesas, patatas fritas, refrescos y chuches. Son alimentos que aportan grandes cantidades de azúcar, sal y grasas saturadas, elementos que se recomienda consumir de forma ocasional, debido a su relación con algunas enfermedades.
6. ¡¡¡Disfruta de la comida!!! Comparte los tiempos de comida con tu familia y/o amigos.

21

7. No existen alimentos buenos, ni malos... lo que existen son malos hábitos de alimentación. Todos los alimentos pueden formar parte de una alimentación sana y equilibrada, si se respetan las pautas de la pirámide de los alimentos.
8. Evita el picoteo entre comidas. El picoteo no es saludable, pero si no puedes evitarlo, escoge alimentos más saludables, como frutos secos, fruta o yogur.
9. Toma suficiente agua a lo largo del día, especialmente antes de practicar algún deporte.
10. Realiza al menos 30 minutos de actividad física al día.
No es necesario que te apuntes a un gimnasio o que formes parte de un club deportivo... basta con aumentar actividades como caminar, colaborar con las tareas domésticas, salir a bailar, dar un paseo con tus amigos o si tienes perro, salir a caminar con él.

²¹Hábitos alimentarios saludables,. 2007

RECETAS PARA REFACCIONES ESCOLARES.

RECOMENDACIONES ANTES DE PREPARAR LAS RECETAS.

Antes de preparar cualquier alimento es importante tomar en cuenta las normas de higiene y limpieza. Por lo cual recordaremos las siguientes;

Higiene personal:

- Recogerse el cabello a la hora de preparar alimentos.
- Lavarse las manos con abundante agua y jabón.
- Lavarse en medio de los dedos de las manos.

Higiene en la cocina:

- Limpiar el área que se utilizará para la preparación de los alimentos.
- Lavar con abundante agua y jabón las tablas que se utilizarán para picar.
- Lavar los cuchillos y utensilios que serán utilizados.

Higiene con los alimentos:

- Lavar previamente las frutas y legumbres.
- Desinfectarlas con tres gotas de cloro o bien con desinfectante para verduras.



Fuente foto tomada por Ingrid López. Taller de capacitación con madres.



Fuente foto tomada por Ingrid López. Material audiovisual para taller.



Fuente foto tomada por Ingrid López. Participación de madre de familia en el taller.

Receta No. 1

COCTEL DE FRUTAS.

Ingredientes:(para diez personas)

2 naranjas grandes
1 piña grande
1 sandía grande
1 papaya
1 melón
5 bananos grandes.

Preparación del coctel de frutas:

Cortar las naranjas por la mitad, exprimírle el jugo en un recipiente y desecha las pepitas. Con un cuchillo quitar la cascara de la piña, la sandía, la papaya y el melón, luego de haber realizado este procedimiento colocar toda la fruta pelada en un recipiente grande, cortar en trocitos pequeños, luego de cortar la fruta colocarla en un recipiente grande y revolver despacio para que no se deshagan los trocitos.

Justo antes de servir, pelar los bananos y córtalo en rodajas, agrégalo al cóctel de frutas y mezclar todo bien, Servirlo inmediatamente.

El banano se coloca de ultimo porque se oxida poniéndose de color negro, por esa razón debe dejarse de ultimo en el proceso de mesclar y picar.



Fuente foto tomada por Ingrid López.

RECETA NO. 2

AVENA CON FRUTA.

Ingredientes (para diez personas):

- 1 bolsa de avena grande
- 1 libra de azúcar
- 1 bolsa pequeña de leche en polvo
- 1 rajita de canela
- 3 litros de agua
- 1 pisca de sal
- 10 bananos maduros.

Preparación del atol de avena:

Se pone en una olla grande los cuatro litros de agua con canela y se deja hervir hasta que la canela deje de color café claro el agua, se agrega la avena, leche, azúcar y una pisca de sal y se deja hervir por diez minutos más. Luego se pela el banano y se reserva en un recipiente.

Poner la avena en un recipiente hondo y luego añadir el banano previamente cortado en trocitos y a disfrutar de este desayuno nutritivo.



Fuente foto tomada por Ingrid López.

Receta No. 3

Torta de huevo con vegetales.

Ingredientes (para diez personas):

- 10 tortillas medianas de maíz
- 6 huevos
- ¼ de margarina vegetal
- 1 chile pimiento verde
- 1 chile pimiento rojo
- 1 cebolla pequeña
- 3 tomates grandes
- 1 manojo de espinaca
- Sal.

Preparación de la torta de huevo:

Se corta en trocitos el chile pimiento, la cebolla y los tomates se reservan en un recipiente, se desinfecta la espinaca y se lava con abundante agua, luego se corta en pedazos pequeños se reserva. En un recipiente batir los huevos, agregarle los trocitos de chile pimiento, cebolla, tomate y pedazos de espinaca, previamente en un sartén colocar la margarina y ponerle fuego lento hasta que se derrita, dejar caer el huevo con los vegetales y cocinarlos a fuego lento hasta que esté cocido completamente.

Colocar en un plato plano una tortilla des tendida y luego añadir el huevo con vegetales enrollar y servir. Repetir con las demás tortillas,



Fuente foto tomada por Ingrid López.

Receta No. 4

ATOL DE AVENA Y PANQUEQUES

Ingredientes para los Panqueques:

- 4 tazas de harina
- 2 ½ tazas de agua
- 4 huevos
- 1 barra de margarina
- 1 pisco de sal
- 2 cucharadas de royal
- 4 cucharadas de azúcar
- 1 sartén

Ingredientes para el Atol:

- 1 bolsa de avena grande
- 1 libra de azúcar
- 1 bolsa pequeña de leche en polvo
- 1 rajita de canela
- 3 litros de agua

Preparación de los panqueques:

En un recipiente se ponen todos los ingredientes secos: harina, royal, sal y azúcar. Y se mezcla perfectamente. Se reserva.

En otro recipiente más pequeño, se ponen los huevos, la margarina derretida, se mezcla vigorosamente, se agrega la leche, y se continúa mezclando. Se juntan todos los ingredientes y se logra mezcla para panqueque.

Poner previamente a calentar la plancha o sartén, cuando ya alcanzo la temperatura adecuada, poner los primeros panqueques.

Cuando ya tienen muchas burbujas voltearlos. Solo se ponen, se cocina por un lado y después por el otro (2 veces, no más).



Fuente foto tomada por Ingrid López.

Preparación del atol de avena:

Se pone en una olla grande los tres litros de agua con canela y se deja hervir hasta que la canela deje de color café claro el agua, se agrega la avena, leche, azúcar y una pizca de sal y se deja hervir por diez minutos más. Cuando la avena este lista servir en un vaso y en plato plano servir dos o tres panqueques este será un buen desayuno practico y nutritivo combinando la fibra de avena y la fibra de la harina.

RECETA No.5

ENSALA DE VEGETALES.

Ingredientes (para cuatro personas):

- 1 lechuga grande.
- 2 zanahorias grandes.
- 2 cebollas medianas
- 4 Tomates grandes
- 5 limones

Preparación de la ensalada de vegetales:

Se corta la lechuga en trozos pequeños luego se desinfecta con unas gotas de cloro o bien con desinfectante para legumbres, se deja reposando con agua en un recipiente. Luego se pela la zanahoria y ralla con rallador se reserva en un recipiente. Se corta la cebolla en trocitos pequeños de la misma forma se corta el tomate previamente lavado y se reservan juntos en un recipiente.

Poner todos estos ingredientes en una ensaladera mezclarlos y luego añadir el jugo de limón, sal y pimienta al gusto.



Fuente foto tomada por Ingrid López.



Fuente foto tomada por Ingrid López.

BIBLIOGRAFÍA

Consejos para una Alimentación Saludable, Victoria Arija Val. Universitat Rovira i Virgili, Reus. SENC

Hábitos alimentarios saludables,. 2007. Ministerio de Sanidad y Consumo.

E-grafía

Servicios.unileon.es/reus/files/2012/...alimentación-saludable

www.sesan.gob.gt/pdfs/sesan/marco-legal/Ley_de-SAN

CAPÍTULO IV PROCESO DE EVALUACIÓN

4.1 Evaluación del Diagnóstico

La evaluación del diagnóstico se realizó verificando si se alcanzaron los objetivos, la realización de las actividades en el tiempo establecido y la utilización de los datos obtenidos. Para determinar esto se utilizaron los siguientes instrumentos de evaluación:

Lista de Cotejo:

Los resultados obtenidos de la aplicación del instrumento indicaron que se cumplió con los objetivos planteados y la eficiencia con que se realizó el diagnóstico, utilizando para esto doce criterios basados en algunos indicadores como: logros, herramientas técnicas, veracidad de la información, procedimientos técnicos utilizados, tiempo, metodología y producto. Además, se evaluó la viabilidad y factibilidad de la alternativa de solución seleccionada. En base a los resultados obtenidos de esta herramienta se pudo determinar que el diagnóstico fue realizado de forma técnica y eficiente logrando seleccionar el problema y la solución del mismo.

4.2 Evaluación del Perfil

La evaluación del perfil se realizó utilizando dos instrumentos:

La Lista de Cotejo:

En esta fase se evaluó de acuerdo a una lista de cotejo en la que se tomó en consideración ocho criterios cualitativos, enfocados en los siguientes indicadores: nombre del proyecto, el problema, su localización el apoyo de la comunidad beneficiada, metas, estudio técnico, cronograma y presupuesto.

El cronograma de actividades:

Permitió verificar si cada una de las actividades planificadas, fueron ejecutadas en el tiempo específico. Al analizar los resultados se pudo determinar que la etapa de Perfil se desarrolló durante el tiempo programado, ya que se tuvo los insumos necesarios, por lo que no hubo necesidad de reprogramar las actividades previstas.

4.3 Evaluación de ejecución

En esta fase se indica claramente que el diagnóstico, el perfil, ejecución se realizó eficazmente en el tiempo indicado, según la programación de actividades detalladas en el Diagrama de Gantt, obteniendo como resultado: Guía para el Proceso Y Consumo de Alimentos Saludables, dirigida a madres de alumnos de 5º. Primaria de la E.O.R.M. Petet Chixic, De Cobán A.V

Para la evaluación de esta etapa se utilizaron los siguientes instrumentos de evaluación:

La Lista de Cotejo: Se realizó para evaluar sistemáticamente el proceso de la ejecución y verificar si se estaba aportando los resultados esperados

4.4 Evaluación Final

Luego de evaluar cada una de las etapas que se realizaron durante el Ejercicio Profesional Supervisado se procedió a evaluar de forma general. Esta evaluación indica claramente que el diagnóstico, el diseño de perfil y ejecución se realizó en el tiempo indicado, con base a las actividades programadas y ejecutadas. Para determinar esto se utilizaron dos instrumentos de evaluación.

El cronograma de actividades:

Permitió verificar si cada una de las etapas del Ejercicio Profesional Supervisado fue ejecutada en el tiempo planificado. Al analizar los resultados obtenidos se pudo determinar algunas actividades se realizaron simultáneamente, pero que fueron ajustándose al tiempo establecido, lo que permitió que el proceso de Ejercicio Profesional Supervisado no sufriera alteraciones.

Lista de Cotejo:

Esta técnica permitió verificar si fue ejecutado satisfactoriamente, con base a los lineamientos establecidos en el Reglamento. Para verificar esto se utilizaron ocho criterios técnicos, basados en algunos indicadores como: aplicación de conocimientos técnicos, objetivos, actividades, tiempo, etapas del Ejercicio Profesional Supervisado.

CONCLUSIONES GENERALES

Finalizado el proceso de Ejercicio Profesional Supervisado se contribuyó a disminuir el desconocimiento en el proceso y consumo de alimentos saludables, proporcionando una Guía con consejos útiles y recetas para refacción escolar con alimentos nutritivos.

Conociendo los hábitos de higiene y Manipulación de alimentos se concientizó la importancia que tiene cada uno al momento de preparar alimentos.

Con la elaboración de la Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables se tiene un instrumento con técnicas, hábitos y procedimientos para mejorar la forma de preparar refacciones en la cocina escolar.

Identificando alimentos con valor nutritivo se fomentó hábitos alimenticios saludables en las madres encargadas de la cocina de la escuela.

Con la reforestación en el área del caserío Panaja del municipio de Santa Cruz Verapaz, se contribuyó a la regeneración de bosques y mejora del medio ambiente ya que se observó la tala inmoderada en nuestros bosques.

RECOMENDACIONES

A las autoridades Municipales

- Contribuir con charlas de información sobre el proceso y consumo de alimentos que sean saludables para el ser humano, para que no sigan los problemas de salud por no tener el conocimiento necesario.

A las autoridades Educativas

- Socializar el contenido de la Guía, para evitar problemas de salud, por no preparar alimentos que sean saludables a los seres humanos, especialmente concientizar a las madres encargadas de la cocina escolar.
- Practicar las técnicas y cuidados para el proceso de los alimentos que se preparan en la cocina escolar.
- Inculcar en los niños y adultos, hábitos higiénicos para la manipulación de alimentos.
- Contribuir a la reforestación de bosques para mejora del medio ambiente.

BIBLIOGRAFÍA

Contreras Lara Vega M.E. Propuestas para la elaboración de guías didácticas en programas a distancia, Facultad de Química.

Módulo Propedéutico Para El Ejercicio Profesional Supervisado. Universidad de San Carlos de Guatemala Facultad de Humanidades Departamento de Pedagogía.

Municipalidad de la ciudad de Cobán, Alta Verapaz. Monografía del municipio de Cobán Alta Verapaz. Cobán, Guatemala, C.A., 2000. PP.29.

Ministerio de Sanidad y Consumo. Hábitos alimentarios saludables 2007.

Sierra Lemus, José Eduardo, Historia de Cobán La Imperial Ciudad de Carlos V, Cobán, Alta Verapaz, 2008. 30 pág.

Victoria Arijá Val. Consejos para una Alimentación Saludable, Universitat Rovira Virgili, Reus. SENC

E-GRAFIA

Servicios.unileon.es/reus/files/2012/...alimentación-saludable

www.sesan.gob.gt/pdfs/sesan/marco-legal/Ley_de-SAN

APÉNDICE

PLAN DE TRABAJO

DATOS GENERALES

Estudiante: Ingrid Albina López

Carné No.201125058.

Teléfonos: 53572675.

Carrera: Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Actividad: Ejercicio Profesional Supervisado Período 4 meses

Lugar de realización de Ejercicio Profesional Supervisado:

Institución patrocinante: Municipalidad de Cobán, Alta Verapaz

Institución patrocinada: Escuela Oficial Rural Mixta Petet Chixic, Cobán Alta Verapaz.

OBJETIVOS

Objetivo General: Aplicar los conocimientos técnicos adquiridos en el transcurso de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, para la eficiente realización del Ejercicio Profesional Supervisado en una institución específica, que permita dar solución parcial o total a un problema social o institucional.

Objetivos Específicos:

Detectar, priorizar y definir los problemas que estén afectando las funciones de una institución.

Determinar la viabilidad y factibilidad de un proyecto.

Formular un proyecto que permita dar solución parcial o total al problema priorizado.

Evaluar la ejecución de las diferentes fases del Ejercicio Profesional Supervisado.

Estructurar el Informe Final del Ejercicio Profesional Supervisado con base a los lineamientos establecidos en el Reglamento de EPS.

DESCRIPCIÓN DE LA PRÁCTICA

El Ejercicio Profesional Supervisado se desarrollará en las siguientes fases, las cuales se describen a continuación: **a) Diagnóstico Institucional:** comprenderá cuatro semanas y tendrá por objeto la detección, priorización y definición de un problema, con sus respectivas alternativas de solución. **b) Análisis de Viabilidad y Factibilidad del proyecto:** Es la parte final del Diagnóstico Institucional. Se realizará en una semana, y su propósito es la aplicación de herramientas técnicamente diseñadas que permitan determinar con propiedad si se cuentan con los recursos necesarios y la apertura política y administrativa para la realización del proyecto. **c) Formulación del Perfil de proyecto** Comprenderá dos semanas, consiste en definir claramente los elementos que tipifican el proyecto. **d) Ejecución:** Esta se realizará en seis semanas, consistirá en la Ejecución de un proyecto el cual beneficiará a la institución educativa. **e) Fase de Evaluación:** Se realizará en una semana y se dividirá en dos subfases: En la primera se consolidará los resultados de las evaluaciones realizadas a las diferentes fases del EPS (diagnóstico institucional, perfil de proyecto ejecución del proyecto) y la segunda fase la constituye la evaluación general del EPS. Es preciso enfatizar en el hecho que al final de cada fase se evaluarán los resultados obtenidos, de acuerdo a los objetivos considerados en un plan específico, como en cualquier actividad la evaluación es un proceso constante, que corrige y orienta las actividades realizadas en las distintas fases. Empezó en que el tiempo que se indica en el cronograma será únicamente para consolidar esta información. **g) Estructuración de Conclusiones y Recomendaciones:** Se realizará en una semana. En esta última fase se puntualizará en los resultados más relevantes obtenidos por la evaluación de los objetivos y en la fase de Evaluación, para que con base a esto, las autoridades de la institución tomen la decisión de ejecutar o no el proyecto.

Por último se elaborará el **Informe Final** que contendrá en forma precisa toda la información obtenida en las diferentes fases del Ejercicio Profesional Supervisado – EPS-, adjuntando al final del mismo toda la fuente de información (apéndices).

Presupuesto			
Descripción	Cantidad	Precio Unitario	Total
Fotocopias	150	Q. 0.15	Q 20.00
Resmas de papel	02	Q. 40.00	Q 80.00
Alquiler de equipo de Cómputo	01	Q. 200.00	Q 200.00
Tintas (negra y color)	02	Q. 175.00	Q 350.00
CD	05	Q. 5.00	Q 25.00
Empastados de informes	05	Q. 20.00	Q 100.00
Viajes al sitio de la reforestación ida y vuelta	02	Q. 10.00	Q 20.00
alimentación	05	Q. 10.00	Q 50.00
Imprevistos			Q 90.00
Total del Presupuesto		Q. Q. 935.00	

METODOLOGÍA DE TRABAJO:

Se utilizará la Metodología Participativa para la realización del Ejercicio Profesional Supervisado algunas técnicas de trabajo serán: la entrevista, Guía de los 8 Sectores, Observación, listas de cotejo, lluvia de ideas, investigación de campo, entre otras.

EVALUACIÓN:

Todo proceso educativo debe ser evaluado antes, durante y después para ello en este ejercicio se aplicará una Lista de Cotejo en la que se indiquen los logros relacionado con los objetivos planteados en cada fase del EPS

f. _____

Epesista

Ingrid Albina López.

Carné 201125058

Vo. Bo. _____

Lic. Baudilio Luna.
ASESOR -EPS-
Facultad de Humanidades
USAC



Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Guatemala, 20 de abril del 2015

Profesora Adriana López Hernández
Directora E.O.R.M "Petet Chixic"
Presente

Estimada Profesora:

Atentamente le saludo y a la vez le informo que la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, con el objetivo de participar en la solución de los problemas educativos a nivel nacional, realiza el Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-, con los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

Por lo anterior, solicito autorice el Ejercicio Profesional Supervisado a la estudiante Ingrid Albina López, *carne* No.201125058. En la institución que dirige.

El asesor –supervisor asignado realizará visitas constantes, durante el desarrollo de las fases del diagnóstico, perfil, ejecución y evaluación del proyecto.

Deferentemente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


Lic. Guillermo Arnaldo Gayán Menterroso
Director, Departamento de Extensión

meog/gagm.

Educación Superior, Incluyente y Proyectiva
Edificio S-4, ciudad universitaria zona 12
Teléfonos: 2418 8601 24188602 24188620
2418 8000 ext. 85301-85302 Fax: 85320

Facultad de  Humanidades





Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Cobán, Alta Verapaz , 20 de Abril de 2015

Señor alcalde municipal
Ing. Leonel Arturo Chacón Barrios
Su despacho

Por este medio nos dirigimos a usted, deseándole éxitos en sus labores diarias.

Los participantes:

Maria Fernanda Trinidad Ibarra	201117500
Jessica Marissa Caal Delgado	201040525
Gabriela Alejandra Cac Castro	201117478
Sonia Maribel Choc Barrientos	201117496
Concepción Analucía López Vielman	201117484
Ingrid Albina López	201125058
Oscar Sub	200750416
Carol Marcia Georgina Ical	201024598
Carlos Raymundo Putul Tun	201023589
Juan Coc Can	201117481
Javier Quib Mucu	201117544
Rene Quib Mucu	201117530
Miriam Consuelo Chocooj Teni	201040460
Miriam Estela Bac Coy	200743345
Wendy Julissa Coy Medina	201117499
Dorcas Sofía Alvarez Marín	200418951
Nancy Esmeralda Cal Gamarro	201117501
Sara del Rosario Lem Hernández	200252227
Mayra Teresa Tilóm Hernández	200550760
Alfredo Cucul Bá	200944836
Jayro Benjamin Cú Caal	201117490

Según registro estudiantil de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Sede Cobán.

Como requisito indispensable para optar al título de Licenciado en Pedagogía y Administración Educativa, es preciso llevar a cabo el Ejercicio



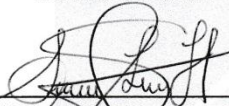
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Profesional Supervisado –EPS-, que tiene como objetivo participar en la solución de los problemas educativos en instituciones educativas que se encuentran bajo su jurisdicción municipal.


Por lo manifestado anteriormente **Solicitamos que se nos permita tener información para un diagnostico institucional.**

Agradeciendo su fina atención, esperando una respuesta efectiva a la presente, nos suscribimos de usted

Deferentemente:



PEM Sara del Rosario Lem Hernández
Representante de grupo



PEM Ingrid Albina López
Representante de grupo



ENTREVISTA GUIADA

Atentamente **SOLICITAMOS**, parte de su tiempo para brindamos respuesta a las siguientes preguntas, para realizar un diagnóstico sobre la **Comunidad Petet Chixic, de Cobán, Alta Verapaz**. La información recolectada será válida para el trabajo comunitario epesista que estamos realizando como estudiantes de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades sección Cobán.

Nombre del entrevistado: Roberto Caal

Cargo: Presidente

1. Nombre completo de la Comunidad
Comunidad Petet chixic

2. ¿En qué año fue fundada la Comunidad?
en 1990.

3. ¿Cuántos habitantes hay en la Comunidad?

HOMBRES	MUJERES	TOTAL

4. ¿Cuántas familias hay en la Comunidad?

5. ¿Existe organización comunitaria?

Sí X No _____

¿Qué forma de organización?

Concejo Comunitario de Desarrollo.

CARGO	RESPONSABLE
Presidente	Roberto Caal.
Vice-Presidente	Antonio Maquin
Tesorero	Arnoldo Pacay
Secretario	Oswaldo
Vocal 1	Roberto Xc'
Vocal 2	Manuel Macz.



6. ¿Existe otro tipo de organización en la Comunidad?

Si X No _____

CARGO	RESPONSABLE
Comision Salud	Irma Maquin
Coor. mujeres	Margarita XE



FICHA DE OBSERVACIÓN
 INSTRUMENTO DE DIAGNÓSTICO

Fecha 15 / 05 / 2015

Nombre del establecimiento E.O.R.M. Comunidad Petet Chixic
 Nombre de director Adriana Ekotilde López Hernández

No. de maestros _____ No. de alumnos _____ Niñas _____ Niños _____

Departamento Alta Verapaz Municipio Cobán

Comunidad Petet Chixic

Instrucciones: anotar una X en la columna correspondiente

No.	Requisitos	SI	NO	N/A
A. Servicios básicos				
01	Tiene agua potable (clorada) entubada	X		
02	Los depósitos de agua (tinacos, pilas y toneles) están limpios	X		
03	Hay servicio sanitarios (porcelana lavable o letrina)	X		
04	Hay servicios sanitarios separados para niñas y niños	X		
05	Los servicios sanitarios están limpios	X		
06	Hay recipiente para depositar la basura en los servicios sanitarios	X		
07	Hay lavamanos o pila para lavado de manos en uso	X		
08	Hay enseres de limpieza (escobas, trapeadores, depósitos de basura, pala) por sección.	X		
09	Los padres de familia llevan a cabo o participan en acciones en salud y educación	X		
B. Servicios de Educación				
10	Cuentan con Comité de padres de familia	X		
11	Hay junta directiva de alumnos	X		
12	Cuenta con actas o conocimientos donde se verifica las capacitaciones dadas a los maestros	X		
13	Cuenta con aulas suficientes	X		

Pero no se lavan a diario

solo tres para toda la escuela.

solo pila y no estan en buen estado. solo una escoba * aula.

Pero no todos.



14	Las paredes externas de la escuela están pintadas	X		
15	Las paredes internas de la escuela están pintadas	X		
16	Las aulas de la escuela están en buen estado	X		
17	El espacio recreativo es limpio y seguro	X		
18	El contorno de la escuela cuenta con cerco, barrera o tapia	X		
C. Servicios de Salud				
19	Hay una Comisión de salud integrada por maestros	X		
20	El 80% de alumnos tienen acceso a jabón, toalla y agua para lavado de manos	X		
21	El 80% de alumnos cuenta con cepillo de dientes y pasta de dientes		X	
22	El 80% de alumnos se lavan las manos con agua y jabón después de usar el baño o letrina	X		
23	El 80% de alumnos se lavan las manos con agua y jabón antes de ingerir alimentos (desayuno, refacción)	X		
24	Hay una tienda escolar	X		
25	Las personas que venden en la tienda escolar están capacitadas en el manejo higiénico de los alimentos	X		
26	Hay cocina escolar	X		
27	La cocina escolar prepara alimentos nutritivos (atol de cereal, pan o galleta)	X		
E. Servicios de Medio Ambiente				
28	Los alrededores del escuela están libres de fuentes de contaminación (basurero, desagües a flor de tierra, rastro o polleras)		X	
29	Clasifican la basura en la escuela (biodegradables, orgánicos y no orgánicos)	X		
30	Los alumnos cuidan el medio ambiente	X		
31	Hay comisión para la acción de reforestación en la escuela	X		
32	Hay huerto escolar	X		
TOTAL				

algunos.
 algunas estan deterioradas.

algunos.

No todos.

No todos

No tiene ventanas, Puerto y piso.

No todos los grados lo realizan.

No todos.

pero afuera de la escuela.



Firma y sello de Director



INFORMACIÓN TÉCNICA-ADMINISTRATIVA

Establecimiento:	E.O.R.M. Detet chixic.
Nombre del epesista:	Ingrid Albina Lopez.
Fecha:	15-05-15

No.	ASPECTO	SI/NO	OBSERVACIÓN/COMENTARIO
1	¿Cuenta el establecimiento con PEI?	X	
2	¿Existen comités organizados para facilitar el desarrollo de actividades?	X	
3	¿Cuenta cada comité con un plan de trabajo?	X	
4	¿Tiene el establecimiento planes de contingencia para afrontar situaciones de emergencia?	X	
5	¿Existe un reglamento interno que es del conocimiento de todos (as)?	X	
6	¿Se cuenta con un reglamento que norma las actividades de evaluación?	X	
7	¿Utilizan libros en el establecimiento para control administrativo?	X	
8	Actas	X	
9	Inventario	X	
10	Conocimientos	X	
11	Visitas	X	
12	Inscripciones	X	
13	Caja	X	
14	Bancos	X	
15	Asistencia de personal	X	
16	Licencias	X	

Firma 
 EPELISTA

Vo.Bo. _____
 LIC. Baudilio Luna
 Asesor



NOMINA DE PERSONAL DOCENTE, ADMINISTRATIVO Y DE SERVICIO

Establecimiento:			
Estudiante Epesista:			
Fecha:			
PERSONAL ADMINISTRATIVO			
No	NOMBRE	CARGO	OBSERVACION
1	Adriana Eleonora Lopez	Directora	
2			
PERSONAL DOCENTE			
No.	NOMBRE	ESPECIALIDAD GRADO QUE ATIENDE.	OBSERVACION
1	Victor Ronaldo Cruz	Kindergarten	
2	Lidia Petronila Perez Tama	Pre-Primaria	
3	Amintha del Carmen Alvarado	Primaria	
4	Brenda Evelyn Pop Bar.	Segundo.	
5	Maria del Rosario Wintor	Tercero	
6	Farin Patricia Cifuentes	quinto	
7	Victor Miguel Pop. Cal	cuarto	
8	Jessica Tania Portillo	sexto.	
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
PERSONAL DE SERVICIO			
	NOMBRE	CARGO	OBSERVACION
1	Isabel Cal	Operativo	


 Epesista

Vo. Bo. _____
 Asesor Lic. Baudilio Luna





Cobán Alta Verapaz 02 de Agosto del 2015.

Ing. Juan de la Cruz Valle
Gerente
Agroverde, S.A.
Cobán A.V.

Por este medio me dirijo a usted deseando éxito en sus labores cotidianas.

Como estudiante de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, identificándome con el número de carne 201125058, con el fin de colaborar con el rescate del medio ambiente tengo como proyecto la plantación de arbolitos en área municipal, motivo por el cual solicito que a través de su persona se pueda autorizar la donación de 650 arbolitos de especie pino.

Agradeciendo la atención que sirva la presente y esperando una respuesta favorable me suscribo de usted,

Atentamente,


Ingrid Albina López
Epesista.


Recibido
a. 30


AGROVERDE, S.A.

Compra y venta de plantas ornamentales, árboles frutales y de sombra.
Comunidad Serocja, san José la Colonia Zona 9. Cobán A.V.
Teléfonos 55217604

ORDEN DE ENTREGA.

Cobán A.V. 04 de agosto 2015.

Señor:
Carlos Caal
Encargado del Vivero.
Agroverde S.A.
Cobán A.V.

Se hace de su conocimiento que previa solitud presentada, AUTORIZÓ la entrega de 650 arbolitos de especie pino del vivero a su cargo, a la estudiante INGRID ALBINA LOPEZ, con número de carne 201125058, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, de la carrera de Licenciatura en Administración Educativa.

Con el fin de realizar reforestación en área municipal.

Agradeciendo sus servicio, de usted atentamente,



Ing. Juan de la Cruz Valle
Gerente Agroverde, S.A.

EL INFRASCRITO ALCALDE COMUNITARIO DEL CASERIO PANAHÁ, DE SANTA CRUZ VERAPAZ ALTA VERAPAZ, POR ESTE MEDIO: -----

HACE COSTAR

Que la profesora **Ingrid Albina Lopez**, identificada con **carné estudiantil 200125058**, inscrita en el departamento de Pedagogía de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala; participó activamente en la ejecución del proyecto denominado **“Reforestación Tanque de Captación de Agua Potable Municipal Caserío Panahá, Santa Cruz Verapaz, Alta Verapaz.”** Realizado del 21 de Abril al 07 de agosto del 2,015.

Y PARA LOS USOS LEGALES QUE A LA INTERESADA CONVENGAN, EXTIENDO, FIRMO Y SELLO LA PRESENTE, EN UNA HOJA DE PAPEL BOND TAMAÑO CARTA MEMBRETADA, A LOS DIEZ DIAS DEL MES DE AGOSTO DEL AÑO DOS MIL QUINCE. -----



Benedicto Caál Caál
Alcalde Comunitario.
Caserío Panahá.



LA INFRASCRIPTA DIRECTORA DE LA ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA "PETET CHIXIC" DEL MUNICIPIO DE COBAN DEL DEPARTAMENTO DE ALTA VERAPAZ **CERTIFICA:** HABER TENIDO A LA VISTA EL LIBRO DE ACTAS NUMERO UNO QUE SE LE LLEVA EN EL ESTABLECIMIENTO EN DONDE A FOLIOS CIENTO CINCUENTA Y SIETE, ACTA NUMERO VEINTISIETE APARECE LA QUE COPIADA LITERALMENTE DICE:


ACTA No. 27-2015

En el municipio de Cobán del Departamento de Alta Verapaz, siendo las once de la mañana con treinta minutos del día Viernes 15 de Agosto del presente año, reunidos en el lugar que ocupa la dirección de la Escuela Oficial Rural Mixta "Petet Chixic", la directora, profesora, Adriana López Hernández y la estudiante de la Carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, de la Universidad San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades Sección Cobán, Ingrid Albina López, con numero de carné 201125058 con el propósito de dejar constancia de lo siguiente: **PRIMERO:** En la fecha lunes 20 de abril se presentó a este establecimiento la estudiante Ingrid Albina López, solicitando la autorización de poder realizar su Ejercicio Profesional Supervisado (EPS), el que debe cumplir de acuerdo a las etapas que se plantean a) Diagnostico, b) Perfil, c) Ejecución, y d) Evaluación. **SEGUNDO:** Por la presente, la directora del establecimiento procede a firmar el documento y autoriza la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS), dentro del plantel educativo. **TERCERO:** El día 12, 13 y 14 de agosto se procede a la ejecución del proyecto, realizando taller de Proceso y Consumo de alimentos saludables, dirigido a madres de familia de alumnos de quinto grado primaria sección única, concientizándolas y promoviendo la importancia del cuidado en el proceso y consumo de alimentos saludables. **CUARTO:** Se realiza la entrega de una Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables a directora, maestra de grado y madres de familia de quinto primaria sección única del establecimiento. **QUINTO:** No habiendo más que hacer constar, se finaliza la presente, en el mismo lugar y fecha a una hora después de su inicio, firmando para constancia los que en ella intervinimos. Damos fe: -----

Y PARA REMITIR A DONDE CORRESPONDA, EXTIENDO, SELLO Y FIRMO LA PRESENTE EN UNA HOJA DE PAPEL BOND TAMAÑO CARTA EN EL MUNICIPIO DE COBÁN ALTA VERAPAZ DEL DEPARTAMENTO DE ALTA VERAPAZ, A LOS 15 DÍAS DEL MES DE AGOSTO DEL AÑO 2015.

F 
Directora del Establecimiento




Estudiante Bpesista

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES SECCIÓN COBAN**



**FICHA DE OBSERVACIÓN
INSTRUMENTO DE DIAGNÓSTICO**

Fecha 15/05/ 2015

Nombre del establecimiento: Escuela Oficial Rural Mixta Petet Chixic, Cobán A.V.

Nombre de directora: Adriana Cleotilde López Hernández.

No. de maestros: 09 No. de alumnos: 226 Niñas_103_ Niños_113_

Departamento: Cobán Municipio: Alta Verapaz

Comunidad: Petet Chixic de Cobán A.V.

Instrucciones: anotar una X en la columna correspondiente

	Requisitos	SÍ	NO	N/S
No.	A. Servicios básicos	X		
01	Tiene agua potable (clorada) entubada	X		
02	Los depósitos de agua (tinacos, pilas y toneles) están limpios	X		
03	Hay servicio sanitarios (porcelana lavable o letrina)	X		
04	Hay servicios sanitarios separados para niñas y niños	X		
05	Los servicios sanitarios están limpios	X		
06	Hay recipiente para depositar la basura en los servicios sanitarios	X		
07	Hay lavamanos o pila para lavado de manos en uso	X		
08	Hay enseres de limpieza (escobas, trapeadores, depósitos de basura, pala) por sección.	X		
09	Los padres de familia llevan a cabo o participan en acciones en salud y educación			X
B. Servicios de Educación				
10	Cuentan con Comité de padres de familia	X		
11	Hay junta directiva de alumnos	X		
12	Cuenta con actas o conocimientos donde se verifica las capacitaciones dadas a los maestros	X		

13	Cuenta con aulas suficientes	X		
14	Las paredes externas de la escuela están pintadas	X		
15	Las paredes internas de la escuela están pintadas	X		
16	Las aulas de la escuela están en buen estado	X		
17	El espacio recreativo es limpio y seguro	X		
18	El contorno de la escuela cuenta con cerco, barrera o tapia	X		
C. Servicios de Salud				
19	Hay una Comisión de salud integrada por maestros			
20	El 80% de alumnos tienen acceso a jabón, toalla y agua para lavado de manos	X		
21	El 80% de alumnos cuenta con cepillo de dientes y pasta de dientes	X		
22	El 80% de alumnos se lavan las manos con agua y jabón después de usar el baño o letrina			X
23	El 80% de alumnos se lavan las manos con agua y jabón antes de ingerir alimentos (desayuno, refacción)			X
24	Hay una tienda escolar	X		
25	Las personas que venden en la tienda escolar están capacitadas en el manejo higiénico de los alimentos	X		
26	Hay cocina escolar	X		
27	La cocina escolar prepara alimentos nutritivos (atol de cereal, pan o galleta)		X	
E. Servicios de Medio Ambiente				
28	Los alrededores del escuela están libres de fuentes de contaminación (basurero, desagües a flor de tierra, rastro o polleras)		X	
29	Clasifican la basura en la escuela (biodegradables, orgánicos y no orgánicos)	X		
30	Los alumnos cuidan el medio ambiente	X		
31	Hay comisión para la acción de reforestación en la escuela	X		

Firma y sello de Directora



EVALUACIÓN DEL DIAGNÓSTICO

LISTA DE COTEJO

No.	INDICADORES	SI	NO
1.	Se finalizó el trabajo en el tiempo estipulado.	X	
2.	Se obtuvo documentación escrita sobre la institución municipal.	X	
3.	Cada una de las actividades estipuladas dentro de la planificación fue evaluada, para poder elaborar el diagnóstico.	X	
4.	El informe fue elaborado de acuerdo a las directrices de la Facultad de Humanidades.	X	
5.	Las técnicas utilizadas en la evaluación de diagnóstico fueron adecuadas y productivas.	X	
6.	Las autoridades municipales y Educativa aportaron la información que se requirió.	X	
7.	El problema detectado fue aceptado por el personal educativo.	X	

INTERPRETACIÓN: En el cuadro se evidencian los resultados del trabajo realizado en la etapa de diagnóstico del ejercicio profesional supervisado, se realizó de acuerdo a la planificación, utilizando técnicas adecuadas y teniendo los recursos humanos, materiales y necesarios, lo que permitió identificar un problema y priorizarlo para darle solución.



EVALUACIÓN DEL PERFIL

LISTA DE COTEJO

No.	INDICADORES	SI	NO
1.	El nombre del proyecto expresa la idea clara de lo que se pretende realizar con el proyecto.	X	
2.	Los objetivos expresan claramente lo que se desea alcanzar con la ejecución del proyecto	X	
3.	La comunidad educativa estuvo de acuerdo en la aprobación de la ejecución del proyecto.	X	
4.	Los objetivos del proyecto son la respuesta al problema priorizado.	X	
5.	El perfil del proyecto que se elaboró fue revisado y aprobado	X	
6.	Los objetivos y metas del perfil del proyecto son coherentes a las necesidades de la comunidad educativa.	X	
7.	Las actividades programadas para la elaboración del perfil se llevaron a cabo de acuerdo al cronograma establecido.	X	
8.	Se elaboró un presupuesto detallado sobre el costo del proyecto.	X	

INTERPRETACIÓN: A través de la determinación de los diferentes aspectos realizados se alcanzaron los objetivos propuestos durante la ejecución de esta etapa.



EVALUACIÓN DE LA EJECUCIÓN

LISTA DE COTEJO

No.	INDICADORES	SI	NO
1.	Todas las actividades programadas fueron ejecutadas.	X	
2.	El presupuesto contemplado en el perfil del proyecto fue suficiente para cubrir los gastos de ejecución.	X	
3.	Asistieron varios al taller de socialización de la guía.	X	
4.	Se evaluó el proyecto planificado	X	
5.	Se alcanzaron los objetivos trazados en el perfil del proyecto.	X	
6.	El cronograma establecido para dicha etapa se cumplió según la programación.	X	
7.	La ejecución del proyecto dio como resultado la solución del problema priorizado	X	
8.	Se obtuvo el apoyo institucional para la ejecución del proyecto.		X

INTERPRETACIÓN: la adecuada planificación del perfil del proyecto permitió el logro de los objetivos y metas.



EVALUACIÓN FINAL

LISTA DE COTEJO

No.	IINDICADORES	SI	NO
1.	Se cumplió con el tiempo programado para realizar las actividades de cada una de las etapas	X	
2.	Se elaboró el perfil de acuerdo con la información proporcionada en el diagnóstico.	X	
3.	Se contó con suficientes datos para la elaboración del informe final del Ejercicio Profesional Supervisado.	X	
4.	Se evaluaron las etapas del EPS para determinar el nivel de logro de los objetivos y actividades programadas.	X	
5.	La realización adecuada del diagnóstico aportó la información necesaria para desarrollar el Ejercicio Profesional Supervisado.	X	
6.	Las actividades programadas para la elaboración del perfil se llevaron a cabo de acuerdo al cronograma establecido.	X	
7.	El tiempo previsto en la ejecución del proyecto fue adecuado.	X	
8.	La ejecución del proyecto respondió a los objetivos y metas propuestas.	X	

INTERPRETACION: Los logros alcanzados en cada una de las etapa del EPS, determinando que se lograron los objetivos y las metas trazadas, dando solución al problema detectado por medio de la ejecución del proyecto.

LA INFRASCRIPTA DIRECTORA DE LA ESCUELA OFICIAL RURAL MIXTA "PETET CHIXIC" DEL MUNICIPIO DE COBAN DEL DEPARTAMENTO DE ALTA VERAPAZ **CERTIFICA:** HABER TENIDO A LA VISTA EL LIBRO DE ACTAS NUMERO UNO QUE SE LE LLEVA EN EL ESTABLECIMIENTO EN DONDE A FOLIOS CIENTO CINCUENTA Y SIETE, ACTA NUMERO VEINTISIETE APARECE LA QUE COPIADA LITERALMENTE DICE:


ACTA No. 27-2015

En el municipio de Cobán del Departamento de Alta Verapaz, siendo las once de la mañana con treinta minutos del día Viernes 15 de Agosto del presente año, reunidos en el lugar que ocupa la dirección de la Escuela Oficial Rural Mixta "Petet Chixic", la directora, profesora, Adriana López Hernández y la estudiante de la Carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, de la Universidad San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades Sección Cobán, Ingrid Albina López, con numero de carné 201125058 con el propósito de dejar constancia de lo siguiente: **PRIMERO:** En la fecha lunes 20 de abril se presentó a este establecimiento la estudiante Ingrid Albina López, solicitando la autorización de poder realizar su Ejercicio Profesional Supervisado (EPS), el que debe cumplir de acuerdo a las etapas que se plantean a) Diagnostico, b) Perfil, c) Ejecución, y d) Evaluación. **SEGUNDO:** Por la presente, la directora del establecimiento procede a firmar el documento y autoriza la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS), dentro del plantel educativo. **TERCERO:** El día 12, 13 y 14 de agosto se procede a la ejecución del proyecto, realizando taller de Proceso y Consumo de alimentos saludables, dirigido a madres de familia de alumnos de quinto grado primaria sección única, concientizándolas y promoviendo la importancia del cuidado en el proceso y consumo de alimentos saludables. **CUARTO:** Se realiza la entrega de una Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables a directora, maestra de grado y madres de familia de quinto primaria sección única del establecimiento. **QUINTO:** No habiendo más que hacer constar, se finaliza la presente, en el mismo lugar y fecha a una hora después de su inicio, firmando para constancia los que en ella intervinimos. Damos fe: -----

Y PARA REMITIR A DONDE CORRESPONDA, EXTIENDO, SELLO Y FIRMO LA PRESENTE EN UNA HOJA DE PAPEL BOND TAMAÑO CARTA EN EL MUNICIPIO DE COBÁN ALTA VERAPAZ DEL DEPARTAMENTO DE ALTA VERAPAZ, A LOS 15 DÍAS DEL MES DE AGOSTO DEL AÑO 2015.

F 
Directora del Establecimiento




Estudiante Bpesista

MATRIZ DE LOS OCHO SECTORES
I SECTOR COMUNIDAD

AREAS	INDICADORES
1. Geográfica	<p>1.1 Localización: Aldea Petet Chixic de Cobán Alta Verapaz.</p> <p>1.2 Tamaño.</p> <p>Extensión territorial 4.5km²</p> <p>1.3 Clima, suelo, principales accidentes. Se encuentra en una zona subtropical húmeda y cálida. Suelo húmedo y barroso</p> <p>1.4 Recursos naturales.</p> <p>Flora y fauna local</p>
2. Histórica	<p>1.1 Primeros pobladores. Se desconoce.</p> <p>1.2 Lugares de orgullo local. No tiene</p>
. Política	<p>3.1. Gobierno local:</p> <p>COCODES, COMITÉ DE MUJERES,</p> <p>1.2. Organización administrativa: COCODE Y DIFERENTES COMISIONES</p> <p>1.3. Organización política. Democrática</p> <p>1.4. Organizaciones civiles apolíticas. Las iglesias evangélicas.</p>

4. Social.	<p style="text-align: center;">4.1. Ocupación de los habitantes.</p> <p>Agricultura y algunos se desempeñan en entidades públicas.</p> <p style="text-align: center;">1.1. Producción, distribución de productos.</p> <p>Bananos, yerbas, pacayas y café.</p> <p style="text-align: center;">1.2. Agencias educacionales: escuela Petet Chixic, Colegio Hispano Americano.</p> <p style="text-align: center;">1.3. Agencias sociales de salud y otros.</p> <p>Centro de Convergencia</p> <p style="text-align: center;">1.4. Vivienda.</p> <p>Predomina Construcciones de madera, construcciones de blok formales e informales con techo de lámina.</p> <p style="text-align: center;">1.5. Transporte.</p> <p>Trasporte público, solamente diurno.</p> <p style="text-align: center;">1.6. Comunicaciones.</p> <p>Carretera pavimentada y de terracería.</p> <p style="text-align: center;">1.7. Grupos religiosos.</p> <p>Evangélicos y Católicos.</p> <p style="text-align: center;">1.8. Clubes o asociaciones sociales.</p> <p>No hay.</p> <p style="text-align: center;">1.9. Composición étnica. Maya Q'eqchi'</p>
------------	---

CARENCIAS, DEEFICIENCIAS DETECTADAS

Inexistencia de biblioteca.
Deterioro del área recreativa.
Inexistencia de basureros.
Falta de planta de tratamiento para aguas negras.
Manejo inadecuado de desechos sólidos.
Insalubridad por falta de conocimiento en el proceso y consumo de alimentos saludables.
Inadecuado sistema de recolección de basura.
Insuficiente distribución de agua potable.
Insuficientes letrinas.
Desinterés de las autoridades de la comunidad en realizar mejoras en la misma.

II SECTOR INSTITUCIÓN

ÁREAS	INDICADORES
1. Localización Geográfica	<p>1.1. Ubicación (dirección): 1ª calle 1-11 zona 1, Frente al Parque Central La Paz de Cobán, Alta Verapaz.</p> <p>1.2. Vías de acceso. Carretera de terracería Red de Carreteras de terracería Carreteras Asfaltadas</p> <p>1.3. Vía Aérea Aeropuerto y pistas de aterrizaje</p>
2. Localización Administrativa	<p>2.1. Tipo de institución (Oficial, privada, otra) Autónoma</p> <p>1.2. Región, área, distrito. Región Sur Oriente, área Rural, Distrito 001, Código 16-01.</p>
	<p>3.1 Hechos Históricos: El Rey Carlos V de Alemania y I de España, en el año de 1558 dio título de ciudad a Cobán, con muy honrosos privilegios, entre los cuales se cuenta la dotación de Escudo de Armas, habiéndose extraviado el original en un momento de la historia.</p>

<p>3. Historia de la Institución</p>	<p>El historiador y cronista español Domingo Juarros hace una descripción del mismo en su obra “Compendio de la historia de la ciudad de Guatemala” donde dice: “Goza esta ciudad de Cobán privilegio de Escudo de Armas: en la parte superior de éste se ve un arco iris, en campo azul, y encima este mote, tomado del capítulo 9 del Génesis, V. 13: Yo pondré mi Arco. En la parte inferior tiene pintado un mundo, con las armas del orden de Santo Domingo en medio, y sobre el mundo sentada una paloma blanca, con un ramo de olivo en el pico”</p> <p>1.2 Hechos sobresalientes:</p> <p>La Municipalidad es una institución autónoma, con personalidad jurídica y capacidad para ejercer derechos y contraer obligaciones, que le permiten el cumplimiento de los fines establecidos en el Marco Legal que la sustenta.</p>
<p>4. Edificio</p>	<p>4.1. Área construida (aproximadamente).</p> <p>El área construida es de: 1200 METROS CUADRADOS La municipalidad en la actualidad fue remodelada y ampliada para tener mayor espacio para realizar sus labores diarias de mejor forma y para que el usuario se sienta cómodo y mejor atendido.</p> <p>4.2. Área descubierta.</p> <p>La municipalidad de Cobán cuenta con espacios para parqueo y bodegas el cual da un total de: 2,300 METROS CUADRADOS</p> <p>4.3. Estado de conservación.</p> <p>Aceptable</p> <p>4.4. Locales disponibles.</p> <p>Por la cantidad de empleados, no se cuenta con locales disponibles.</p> <p>4.5. Condiciones y usos.</p> <p>Cuenta con un espacio de 38 dependencias, aceptables para la atención al público, así como para las reuniones de concejo.</p>

5.Ambientes.	<p>5.1 Salones específicos.</p> <p>Salón de reuniones para el Concejo Municipal, Salón de Prensa, Despacho.</p> <p>1.2. Oficinas.</p> <p>Cuenta con 38 dependencias</p> <p>5.3 Cocina.</p> <p>No existe</p> <p>5.4 Comedor.</p> <p>Cafetería municipal</p> <p>5.5 Servicios sanitarios.</p> <p>Cuenta con 6 sanitarios para damas y 6 sanitarios para hombres para el público, dentro de las oficinas hay uno en el despacho municipal y otro en el área de tesorería. Además los baños públicos que se encuentran en los mercados y uno en el parque Central están bajo la administración municipal.</p> <p>5.6 Biblioteca.</p> <p>Cuenta con una Biblioteca Municipal y dos bibliotecas a las que se le dan apoyo, estas se encuentran en la Escuela Sarbelio Moran Chinchilla y en el Instituto La Esperanza.</p> <p>5.7 Bodega.</p> <p>Tres bodegas</p> <p>5.8 Gimnasio, salón multiusos.</p> <p>El Gimnasio Mario René Aguilar Gutiérrez, se encuentra bajo la administración de la municipalidad de Cobán, así mismo un salón de usos múltiples el cual sirve para ferias de mercadeo.</p> <p>5.9. Salón de proyecciones:</p> <p>Tribuna Monja Blanca</p> <p>5.10 Talleres.</p> <p>Cuenta con talleres de pintura y soldadura</p> <p>5.11 Canchas: Cancha de baloncesto Magdalena</p> <p>1.10. Escuela Municipal de Música.</p> <p>1.11. Centro de producciones o reproducciones</p>
--------------	---

III. SECTOR FINANZAS

Área	Indicadores.
1. Fuentes de financiamiento.	1.1 Presupuesto. Ingresos: 324,953,273.96
2. Costos.	2.1 Salarios. No obtuve información 2.2 Servicios generales (electricidad, teléfono, agua...) No obtuve información

CARENCIAS, DEEFICIENCIAS DETECTADAS

Insuficiencia en recaudación de fondos

Falta de financiamiento para la ejecución de proyectos.

3. Control de finanzas.	3.1 Auditoría interna y externa. Ingresos tributarios Ingresos tributarios Venta de bienes y servicios 3.2 Manejo de libros contables. Si se llevan los controles respectivos.
-------------------------	---

IV SECTOR RECURSOS HUMANOS

ÁREAS	INDICADORES.
1. Operativo	1.1 Total de laborantes.

	<p>176 personas</p> <p>1.2 Total de laborantes.</p> <p>Personal presupuestado 75 Personal en planilla 90 Personal por contrato 11</p> <p>1.3 Porcentaje de personal que se incorpora o retira anualmente.</p> <p>35%</p> <p>1.4 Tipos de laborantes (profesional, técnico)</p> <p>1978-2011</p> <p>1.5 Asistencia del personal.</p> <p>De Lunes a Viernes</p> <p>1.6 Residencia del personal.</p> <p>Cobaneros 100%</p> <p>1.7 Horarios:</p> <p>4.00 a 12.00 horas, 13.00 a 21.00 horas y de 7.00 a 16.00 horas, con 1 hora de almuerzo</p>
2. Usuarios	<p>3.1. Cantidad de usuarios.</p> <p>250 usuarios haciendo diferentes tramites</p> <p>3.2. Comportamiento anual de usuarios</p> <p>Según la necesidad de la comunidad</p> <p>3.3. Clasificación de usuarios por sexo, edad, procedencia</p> <p>Predomina la comunidad rural</p>
4. Personal de servicio	<p>4.1. Igual que el numeral 1.</p>

CARENCIAS, DEFICIENCIAS DETECTADAS

Falta de mobiliario y equipo tecnológico.

V SECTOR CURRÍCULUM

ÁREA	INDICADORES
1. Plan de estudios Servicios	<p>1.1 Áreas que cubre: Ciclo Básico</p> <p>1.2 Programas especiales. Tecnológicos</p> <p>1.3 Tipo de acciones que realiza. Culturales, sociales, deportivas de proyección a la Comunidad.</p> <p>1.4 Tipo de servicios. Educativos comunitarios</p>
2. Horario institucional.	<p>2.1 Tipo de horario. Flexible variado rígido y uniforme</p> <p>2.2 Horas de atención para los usuarios Ocho horas diarias</p> <p>2.3 Horas dedicadas a las actividades normales Ocho horas diarias</p> <p>2.4 Horas dedicadas a las actividades especiales. Horas extras después de la cinco de la tarde cuando así se requieran.</p>

3. Material didáctico, materias primas.	3.1 Numero de técnicos que elaboran material para actividades: 4 Tres Docentes
4. métodos y técnicas. Procedimientos.	4.1 Metodología utilizada por los técnicos: Participativa y tecnológica audiovisual 4.2 Criterios para agrupar a los actores: Dinámicas claves 4.3 Frecuencias de talleres, foros y capacitaciones: Según criterios de los docentes 4.4 Tipos de técnicas utilizadas. Audiovisuales
5. evaluación.	5.1 Criterios utilizados para la evaluación en general 5.2 Tipos de evaluación

CARENCIAS, DEEFICIENCIAS DETECTADAS	

VI. SECTOR ADMINISTRATIVO

ÁREAS	INDICADORES
1.Planeamiento	1.1. Tipo de planes. Los planes son a corto y mediano plazo 1.2. Elementos de los planes.

	<p>Políticas y cronogramas</p> <p>1.3. Forma de implementar los planes.</p> <p>Ejecutando las políticas de los planes programados, y evaluando su cumplimiento.</p>
2. Organización	<p>2.1. Niveles jerárquicos de organización.</p> <p>Consejos municipales , Alcalde , Gerente, Directores , GerentesGerentes de dependencia</p> <p>2.2. Organigrama.</p> <p>Adjunto</p> <p>2.3. Existencia o no de manuales de funciones.</p> <p>Manual municipal de funciones</p> <p>2.4 Existencia de manuales de procedimientos.</p> <p>Manual de funciones</p>
3. Coordinación	<p>3.1. Existencia o no de informáticos internos.</p> <p>La Vitrina de información se encuentra en el interior del edificio municipal a un costado del Kiosko de Información.</p> <p>3.2. Tipos de comunicación.</p> <p>Oral y escrita</p> <p>3.3. Periodicidad de reuniones técnicas de personal</p> <p>Semanal</p>
4. Control	<p>4.1. Normas de control.</p> <p>Según el reglamento Interno de la Municipalidad de Cobán y el manual de funciones.</p> <p>4.3. Evaluación del personal</p> <p>Evaluación de desempeño como lo estipula el reglamento interno.</p> <p>4.4. Inventario de actividades realizadas.</p> <p>Al finalizar el año se pide a cada gerencia la memoria de labores para identificar las actividades realizadas durante el año.</p>

5. Supervisión	5.1. Mecanismos de supervisión y evaluación
	Observación
	5.2 Periodicidad de supervisión Mensual
	5.3 Personal encargado de la supervisión Sección de Personal de Recursos Humanos

CARENCIAS, DEEFICIENCIAS DETECTADAS
Falta de supervisión de la labor del personal
Falta de registro de entrada y salida de visitantes.

VII SECTOR DE RELACIONES

ÁREAS	INDICADORES
1. Institución / Usuarios	<p>1.1. Estado/forma de atención a los usuarios. La atención se trata de dar personalizada para que el vecino quede satisfecho del esmero que brindan las gerencias.</p> <p>1.2. Actividades sociales. Se realizan las elecciones de Señorita Cobán y Señorita Monja Blanca (Señorita Alta Verapaz), Juegos Florales “Rosendo Santa Cruz”, Juegos Florales Infantiles y Juveniles “Oscar Waldemar Godoy Prado”, Juegos Florales Nuestra Naturaleza “Otto Francisco Mittelstaedt”, Baile de Gala del Cobanero Ausente.</p>
2. Institución con otras instituciones	<p>Relaciones inter-institucionales:</p> <p>2.1 Cooperación. La Asociación de Amigos del Desarrollo y la Paz, -ADP. PROMUDEL-JTZ.</p> <p>2.2 Culturales. Casa de la Cultura de Alta Verapaz.</p>
2. Institución con la comunidad	<p>3.1 Proyección: La institución se proyecta con los servicios de gestión para beneficio</p>

	<p>de la comunidad.</p> <p>3.2 Con agencias locales y nacionales (municipales y otros).</p> <p>Instituto Nacional de Bosques (INAB), Instituto Nacional Forestal (INAFOR), y otros.</p> <p>3.3 Asociaciones locales (clubes y otros)</p> <p>Con cooperativa Cobán MI COOPE,</p>
--	---

CARENCIAS, DEEFICIENCIAS DETECTADAS

Mala atención al vecino en algunas oficinas
Poca comunicación con otras instituciones

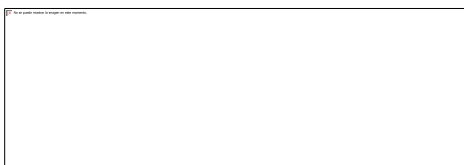
VIII. SECTOR FILOSOFICO POLÍTICO Y LEGAL.

ÁREAS	INDICADORES
1. Filosofía de la Institución	<p>Principios filosóficos de la institución.</p> <p>Visión: Ser una institución moderna y fortalecida que apoya y ejecuta acciones de desarrollo humano de manera participativa, transparente, eficaz y eficiente para el mejoramiento de las condiciones de vida de la población y hacer de nuestro municipio un Modelo de ciudad cultural, de desarrollo productivo sostenible y de inversión socioeconómica</p> <p>Misión: Somos una institución autónoma con un Gobierno y Administración que obtiene y dispone de sus recursos patrimoniales, atiende los servicios públicos locales, ordenamiento territorial, fortalecimiento económico y emisión de sus ordenanzas y reglamentos para elaborar y ejecutar políticas, planes, programas y proyectos en beneficio de la realización del bien común de sus habitantes.</p> <p>Objetivos: Objetivo general: Alcanzar la sostenibilidad en la calidad de vida de la población, constituyendo un municipio modelo de crecimiento equitativo económico y social.</p> <p>Objetivos específicos: Que cada empleado municipal conozca y realice sus acciones en el</p>

	<p>marco del Plan de Gobierno Municipal 2008-2012.</p> <p>Orientar las funciones de cada Dirección, Unidad y Departamento de la estructura municipal.</p> <p>Iniciar el proceso de formación en atención a la ciudadanía como eje Transversal en todas las áreas de trabajo en base a los ejes temáticos y programas del Plan de Gobierno Municipal</p> <p>Metas: Una ciudad modelo e integralmente constituida en cultura, infraestructura, modernización y calidad de vida.</p>
<p>2. Políticas de la Institución</p>	<p>Políticas de la Municipalidad de Cobán Priorización del desarrollo integral de la comunidad urbana y rural de Cobán, a través de obras de infraestructura, administración, servicios y gestión para el logro de una visión de Cobán a corto plazo. Se prioriza la inversión pública en un proceso de atención básica que debido a las carencias y limitaciones de administraciones anteriores tiene una percepción de modernización. La reestructuración administrativa de GERENCIAS, permite catapultar la administración municipal a dimensiones nunca antes vistas en el interior del país, escalando la Municipalidad de Cobán 16 escaños hasta lograr ser la 2ª municipalidad del interior del país en el ranking nacional, priorizando en sus actividades los siguientes ejes:</p> <p>EJES PRIORIZADOS POLITICA Educación Infraestructura, alfabetización, maestros. Servicios Básicos Agua potable, drenajes, iluminación, pavimento y urbanización Vialidad Infraestructura vial, urbana y rural. Ambiente Reforestación, preservación, contingencia y uso sostenible de recursos naturales Cultura Proyectos culturales para jóvenes “Aplauso”. Salud Educación y prevención</p>
<p>3. Aspectos Legales</p>	<p>3.1 Reglamentos internos. Reglamento interno de personal</p> <p>3.2 Marco Legal. Que abarca a la institución (leyes generales, acuerdos reglamentos, otros. Código de Trabajo</p>

	Ley de Servicio Municipal Reglamento Interno de Personal Reglamento de la Policía Municipal Reglamento de la Policía Municipal de Tránsito Manual de Funciones del empleado municipal
--	---

CARENCIAS, DEEFICIENCIAS DETECTADAS



PLAN DE SOSTENIBILIDAD

PROYECTO DE REFORESTACIÓN

**Reforestación Área Verde del Caserío Panaha del Municipio de
Santa Cruz Verapaz, Alta Verapaz**

Santa Cruz Verapaz, Alta Verapaz Agosto de 2015

Plan de Sostenibilidad

1. Entidad Ponente

Epesistas de la Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala. Sección Cobán.

2. Entidad Ejecutante

Municipalidad de Santa Cruz Verapaz, Alta Verapaz.

3. Nombre del Proyecto

Plantación área verde del Caserío Panaha del municipio de Santa Cruz Verapaz, Alta Verapaz.

4. Ubicación

El proyecto donde se realizará la reforestación está ubicado en el tanque de agua a dos kilómetros de la cabecera municipal de Santa Cruz Verapaz sus colindancias son las siguientes: al norte con la aldea Chichajau, al sur con la aldea Chicoyoj, al este con la aldea la isla y al oeste con la Aldea Cajcabaj.

5. Descripción del Proyecto

El Proyecto de reforestación se llevará a cabo en un área verde del caserío Panaha del municipio de Santa Cruz Verapaz, departamento de Alta Verapaz, se realizará con el propósito de contribuir al cuidado del medio ambiente, el proceso de plantación se llevara a cabo en diversas etapas:

a) Limpia

Se llevará a cabo previo a la ubicación del terreno a plantar, llevándose a cabo con la intervención de estudiantes epesistas y trabajadores de campo residentes del caserío.

b) Medición y ahoyado

Se llevará a cabo posterior a la limpia. La distancia entre cada hoyo es será de dos metros, esto es debido a que existe la posibilidad que algunos arbolitos mueran y no haya necesidad instantánea de resembrar.

c) Consecución y traslado de pilones

Se llevará a cabo a través de la gestión de los Epesistas ante diversas entidades agroforestales, teniendo como resultado la obtención de la cantidad suficiente de pilones para la plantación del área asignada, así también del traslado de los mismos al área a plantar.

d) Siembra

Se llevará a cabo con Estudiantes Epesistas conjuntamente con residentes del caserío Panaha y estudiantes de la Escuela Oficial Rural Mixta Rafael Arévalo Martínez de la Aldea Chitul del municipio de Santa Cruz Verapaz

f) Mantenimiento

Este proceso es constante e implica limpieza constante, revisión de plagas, regado de agua. La misma estará bajo la responsabilidad de entidad anteriormente descrita.

6. Justificación

La necesidad local y mundial de los beneficios que ofrecen los recursos naturales al ambiente sano es indispensable, es de suma urgencia la concientización al ser humano para el cuidado y uso consiente de los recursos forestales. Lamentablemente la población santacruceña se ve afectada en esta situación, de esta manera se pretende otorgar estrategias de mejora y cuidado al medio ambiente ejerciendo la plantación de 17,640 árboles, y por consiguiente hacer conciencia de a los habitantes de la importancia que requiere la naturaleza.

7. Estrategias de Sostenibilidad

NO.	COMPONENTE	DESCRIPCION
1	Estrategia	Delegar al COCODE la vigilancia y crear un buen manejo del proyecto al COCODE del caserío Panaha
	Objetivo	Velar porque el COCODE esté siempre pendiente de lo que acontece en el área reforestada
	Meta	Que el COCODE supervise el área reforestada dos veces al mes.
2	Estrategia	Por parte del COCODE Delegar a comunitarios del caserío den mantenimiento al área reforestada.
	Objetivo	Formar parte del equipo de mantenimiento para darle seguimiento al proyecto
	Meta	Lograr que todos los arbolitos plantados crezcan.
3	Estrategia	Establecer una comunicación con el COCODE y comunitarios para verificar el proceso de plantación
	Objetivo	Asegurar la sostenibilidad del proyecto y de los comunitarios
	Meta	Dar mantenimiento a los árboles que forman parte del proyecto.
4	Estrategia	. Dar prioridad a habitantes que quieran contribuir al proyectos de la plantación.
	Objetivo	Motivar a los habitantes del caserío a contribuir con un buen mantenimiento del proyecto y ellos mismos sean beneficiados
	Meta	Lograr el crecimiento de los árboles plantados en el área verde del caserío Panaha

PLAN DE REFORESTACIÓN

I. Identificación

1.1 Nombre de la institución: Municipalidad de Santa Cruz Verapaz, Alta Verapaz.

1.2 Dirección: Calle 3 de mayo 0-42 zona 1, Barrio Santa Cruz, Santa Cruz Verapaz.

1.3 Teléfono: 7952-0824.

1.4 Jefe inmediato: Sr. Manuel Quejem, Alcalde Municipal.

1.5 Título: Plan de reforestación del Caserío Panaha

1.6 Fecha: Del 21 de abril al 07 de agosto de 2,015.

1.6 Nombre de la especialista:

Ingrid Albina López .

Carné:

201125058.

IV. Actividades

- ✓ Solicitar el terreno a reforestar ante el Alcalde Municipal de Santa Cruz Verapaz.
- ✓ Recibir el terreno a reforestar.
- ✓ Limpiar el terreno a reforestar.
- ✓ Seleccionar los arbolitos.
- ✓ Trasladar los arbolitos a la Aldea Panaha
- ✓ Capacitar a las personas que ayudarán con la plantación.
- ✓ Plantación de los arbolitos en la Aldea Panajá.

- ✓ Entregar el proyecto de Reforestación al Concejo Comunitario de Desarrollo caserío Panajá.

V. Recursos

Físicos

- ✓ Edificio.
- ✓ Oficinas.
- ✓ Área ubicada en la Aldea Panaha

Humanos

- ✓ Alcalde Municipal.
- ✓ Comunidad.
- ✓ Jornaleros.
- ✓ Asesor del curso.
- ✓ Epesistas.
- ✓ Estudiantes

Materiales

- ✓ Dispositivo de Almacenamiento USB.
- ✓ Computadoras.
- ✓ Impresoras.
- ✓ Lapiceros.
- ✓ Piochas.
- ✓ Machetes.
- ✓ Palas.
- ✓ Pita.
- ✓ Carro.
- ✓ Nylon.
- ✓

✓ VI. Cronograma de Actividades

No.	Actividad	AÑO 2015				
		MAYO		JUNIO	JULIO	AGOSTO
		3	4	3	5	1
1	Solicitar el terreno a reforestar ante el Alcalde Municipal de Santa Cruz Verapaz.					
2	Recibir el terreno a reforestar.					
3	Limpiar el terreno a reforestar.					
4	Seleccionar los arbolitos.					
5	Trasladar los arbolitos al caserío panaha					
6	Capacitar a las personas que ayudarán con la plantación.					
7	Plantar los arbolitos en el caserío Panaha					
8	Refacción a los Estudiantes, jornaleros y comunitarios					
9	Entregar el proyecto de Reforestación al Alcalde Municipal y Concejo Comunitario de Desarrollo Aldea AldeaPanajá.					

ANEXOS

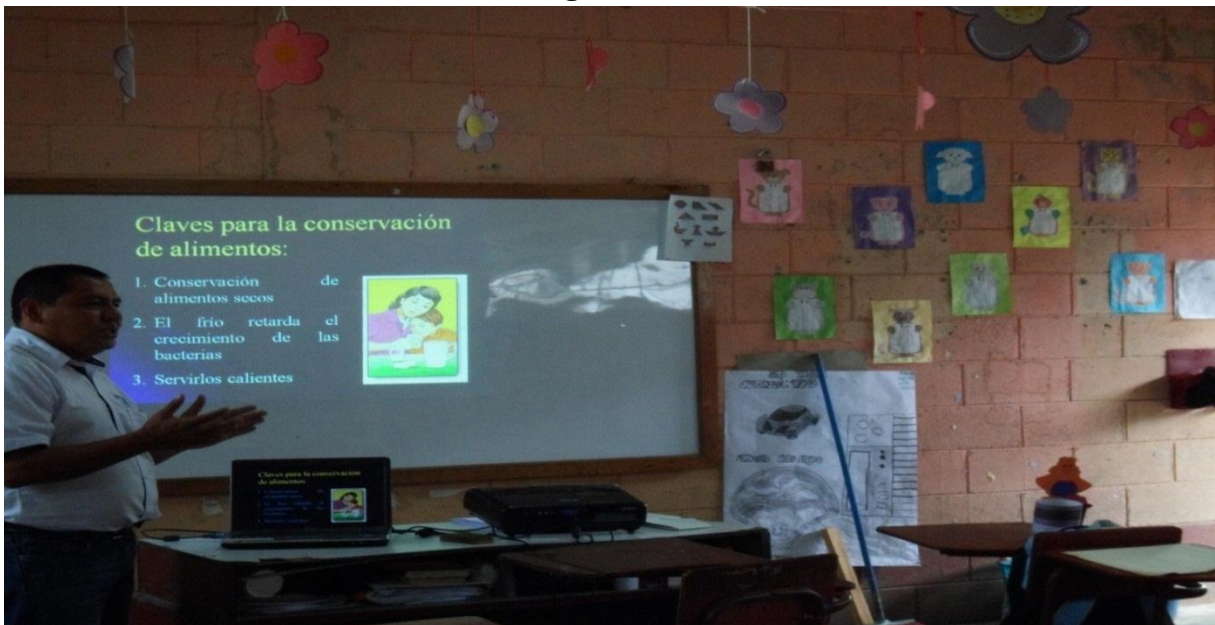
FOTOGRAFÍAS DE ENTREGA DE PROYECTO

Fotografía No. 1



Madres de Familia en la presentación de taller.
Fuente tomada por Ingrid López

Fotografía No.2



Iniciando con la presentación de taller por personal del Ministerio de Salud.
Fuente tomada por Ingrid López

Fotografía No.3



Madres de familia en el taller de proceso y consumo de alimentos saludables.
Fuente tomada por Ingrid López

Fotografía No.4



Presentación del producto a entregar a madres de familia.
Fuente tomada por Ingrid López

Fotografía No. 5



Entrega de Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables a encargada de cocina.
Fuente tomada por Ingrid López

Fotografía No.6



Entrega de Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables a madre.
Fuente tomada por Ingrid López

Fotografía No.7



Entrega de Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables a Directora.
Fuente tomada por Ingrid López

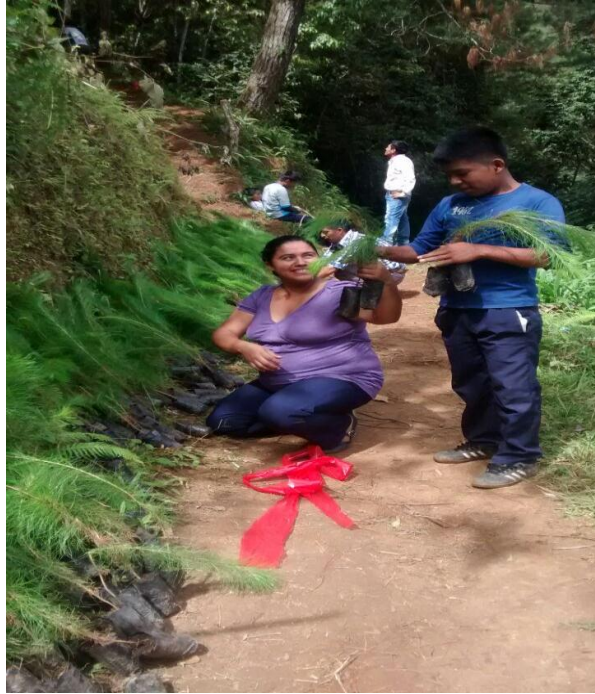
Fotografía No.8



Entrega de Guía para el proceso y consumo de alimentos saludables a Maestra.
Fuente tomada por Ingrid López.

FOTOGRAFÍAS DE LA ACTIVIDAD DE REFORESTACIÓN

FOTOGRAFÍA No.1



Fuente tomada por Ingrid López

FOTOGRAFÍA No. 2



Fuente tomada por Ingrid López

fotografía No.3



Fuente tomada por Ingrid López

FOTOGRAFÍA No. 4



Fuente tomada por Ingrid López