



# JUNTOS EN EL MUNDO

## BOLETÍN MENSUAL

Abril de 2023: Tercera edición

# Bienvenido

al nuevo boletín

## CHANGE

### Página 2

Las delegadas Rosalina y Debora nos hablan de la vida en Friburgo

### Página 2

Maurice les anima a reunirse en sus "Zoom Puentes"

### Página 3

Matt Rawlins quiere que te vuelvas creativo con la lana, las cuerdas y los tejidos.

### Página 5-6

Aprenda a tener la mejor configuración de cámara posible para la IFA.

### Página 7

Escuchamos a los delegados de Els Avets, en España.

### Página 7

Lea sobre Slack, nuestra plataforma de comunicación durante la AFI.

### Página 8

Descargar ediciones anteriores de la comunicación del IFA.

FALTAN  
61  
DÍAS

## ¿Te lo puedes creer?

## AVISOS

**Para preparar las votaciones durante la Asamblea, haremos un simulacro de votación en mayo.**

Consultad la lista haciendo clic en este enlace para ver qué comunidades tienen derecho a voto y comprobad si la dirección de correo electrónico de contacto es correcta, porque es la que se usará para acceder a la votación.

[bit.ly/IFA\\_vote](https://bit.ly/IFA_vote)

¡Gracias!



1

**¡Solo faltan dos meses para nuestra Asamblea de la Federación!**

¿Cómo lo viviréis en vuestra comunidad? ¿En qué momentos estaréis todos juntos? ¿En qué momentos estaréis en grupos más pequeños? ¿Para cuándo habéis planeado los momentos de celebración?

En la Carta propuesta, que votaremos en la Asamblea, leemos: «Valoramos compartir la vida juntos, con todas nuestras diferencias». Esta Asamblea será diferente de la última que se celebró en Belfast. Tenemos que hacer las cosas de otra manera, escuchémonos los unos a los otros y decidamos juntos cómo lo haremos.

Esperamos que este boletín os ayude e inspire.



**Jasper Keus**

**Coordinador**

**AFI2023**

## ◀ HOLA A TODOS Y A TODAS: ▶

**Somos Rosalina (izquierda) y Debora (derecha), de El Arca de Friburgo.**

Estas son nuestras impresiones sobre la formación que hicimos en Zoom, sobre cómo usar Zoom de forma inclusiva.

Fue genial, y la gente era muy, muy simpática. Hemos aprendido a ponernos delante de la cámara y a enseñar dibujos para que los demás puedan verlos. Y vídeos también.

Después, hicimos presentaciones sobre un plato local: El nuestro: ¡la fondue de queso! Hasta hicimos una presentación sobre cómo celebramos los cumpleaños en nuestra casa. Es genial ser delegadas, estamos deseando conocer al resto de delegados.

**Rosalina y Debora**



### ¿Lo sentís? El impulso de la Asamblea Internacional empieza a crecer como una bola de nieve.

Algunos delegados están creando grupos de WhatsApp; los «puentes de Zoom» están conectando a comunidades de todo el mundo y, casi cada día, la página de Facebook de miembros de El Arca da la bienvenida a nuevos tonos de amarillo y capturas de pantalla de las actividades de los pequeños grupos. Los delegados están haciendo gala de la creatividad habitual de El Arca al hacer malabarismos entre distintas zonas horarias y las ajetreadas vidas de las comunidades para reunirse: por ejemplo, algunos grupos han dividido sus reuniones mensuales.

Y no olvidemos los preparativos para la Asamblea en las comunidades: echad un vistazo al boletín de marzo para conocer las apasionantes ideas con las que Mary y Anne implicaron a su propia comunidad en Kilkenny, Irlanda, empezando con el borrador de la Carta y del Mandato. ¡El Arca está en marcha!



**Muthiga Maurice**

**Coordinador de Comunicación AFI2023**

### ZOOM-PUENTES

**Cork**, Irlanda - Abajo a la izquierda  
**Brecon**, Reino Unido - Abajo a la derecha  
**Arnprior**, Canadá - Arriba a la derecha  
**Saskatoon**, Canadá - Arriba a la izquierda



**SI ES USTED DELEGADO ?  
DESCARGAR EL  
"EXTRA DE DELEGADO"  
AQUÍ: [bit.ly/AFI-informativa-adicional-Abril23](https://bit.ly/AFI-informativa-adicional-Abril23)**





¡COMPARTAMOS NUESTRAS EXPERIENCIAS!

A lo largo de los próximos meses, probad algunas de estas ideas en vuestra comunidad:

Es apasionante conocerse y aprender unos de otros. Haced vídeos y fotos y subidlos a la página de Facebook de miembros de El Arca: [bit.ly/larche\\_members](https://bit.ly/larche_members)

Matt Rawlins



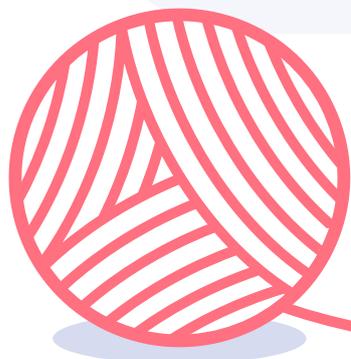
Directeur

Artistique

AFI2023

## Camino a la Asamblea de 2023

Podemos usar un objeto, palabras, fotos o dibujos como símbolos que nos ayuden a prepararnos y a aprender más sobre nosotros. Podemos hablar sobre los símbolos, por qué los elegimos, qué significan, para conocernos los unos a los otros.



## Conexiones y hebras

La lana, el hilo, la cuerda... suelen estar compuestos por muchas fibras diminutas, retorcidas y entrelazadas, para formar hebras.

En el caso de las cuerdas o los cordones, se pueden reforzar. Un cordón de tres hebras es más fuerte que una hebra o dos. Lo mismo puede decirse de la fuerza que se reparte en una superficie más amplia, como cuando se teje el hilo para hacer una pieza de tela, o una red elaborada con muchos nudos.

Los seres humanos han trabajado con cuerdas y cordeles desde tiempos inmemoriales. Nos conectan con nuestro pasado. Seguirán acompañándonos y seguiremos reinventándolos, reutilizándolos y desarrollándolos. No tenemos más que pensar en la red de cableado que distribuye electricidad e información.

En El Arca hemos utilizado cordeles, hilos y cuerdas de muchas maneras creativas, desde las hamacas de Honduras hasta las alfombras y mantelitos de Kent, pasando por los textiles tejidos y las costuras de Dornach, El Arca Im Nauen, y las tarjetas delicadamente bordadas de Ucrania.

Para prepararnos para el tiempo que pasaremos juntos en junio, os invitamos a buscar un ovillo de lana o una bobina de hilo sin utilizar, –con todo su potencial–, y a hacer algo usando cuerda, hilo o hebras, como símbolo de conexión.



Crédito de la foto

Elodie Perriot:  
AFI: Belfast 2017

« Un cordón de tres hebras es más fuerte que una hebra o dos »



# Para PROFUNDIZAR

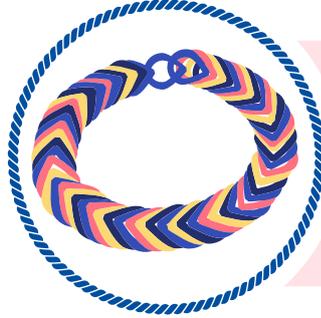
Por ejemplo, utilizar la cuerda para señalar las conexiones en vuestro mapa del mundo.



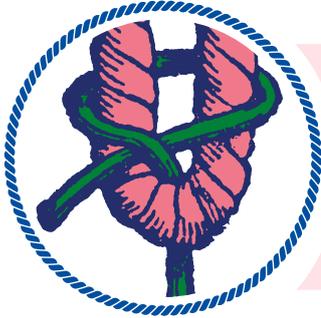
Utilizarla como ayuda para contar una historia, a crear un tapiz de patchwork.



Puede que algunas personas quieran hacer una cuerda/pulsera de oración, como una manera de ayudarles a orar.



Utilizarla como ayuda para demostrar a alguien que es importante para ti, con una pulsera de la amistad.



Utilizarla como ayuda para mantener cosas unidas, a arreglar o unir objetos.



Como ayuda para explorar, juntos o individualmente, algunos artistas textiles de vuestra tradición o que os resulten interesantes.

## Perfil del artista: Cecilia Vicuña's

Símbolos de interconexión con la artista chilena Cecilia Vicuña's -

**Brain Forest Quipu**

[bit.ly/bfq\\_tate](https://bit.ly/bfq_tate)



**VISITE** Vídeo 360°: paseo por la exposición de Cecilia Vicuña:

[bit.ly/bfq\\_tate\\_360](https://bit.ly/bfq_tate_360)



CRÉDIT: dgeezer www.flickr.com

## Perfil del artista: Simone Pheulpin

Símbolos de crecimiento y decadencia, tiempo y repetición con las esculturas de algodón de la artista francesa

**Simone Pheulpin**

[bit.ly/pheulpin\\_info](https://bit.ly/pheulpin_info)

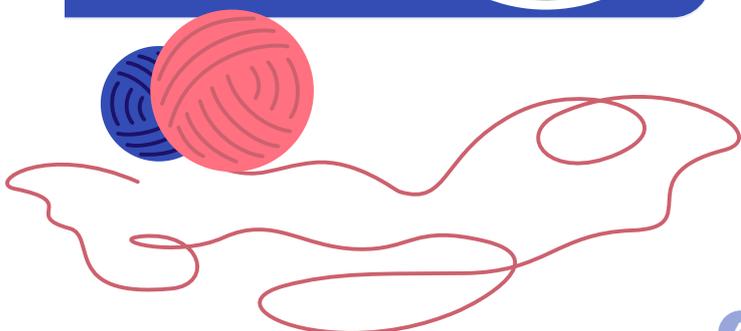


**VISITE** Vídeo en el que Pheulpin habla sobre el proceso (subtítulos generados de manera automática)

[bit.ly/pheulpin](https://bit.ly/pheulpin)



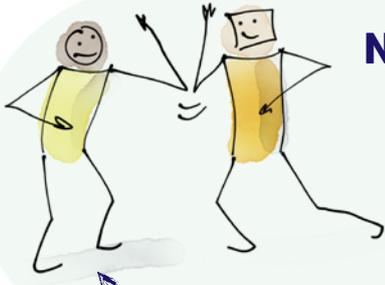
CRÉDIT: fr.wikipedia.org



## Compartir JUNTOS:

¿Cómo usáis los hilos?

¿Cuál es la manera más creativa de usar un cordel o un hilo que habéis visto?



Nuestra guía de instalación

# zoom

para sus llamadas AFI



**¡PODEMOS MOVERNOS DELANTE DE LAS CÁMARAS!**

**DELANTE DE UNA PANTALLA, PUEDES MOVERTE, HACER UN MIMO, BAILAR, SALTAR, GIRAR, PROBAR DIFERENTES ACTITUDES...**



**... Y CUANDO TE MUEVAS NO DUEDES EN HACER GESTOS GRANDES PARA QUE LOS DEMÁS PUEDAN VERLOS Y ENTENDERLOS.**

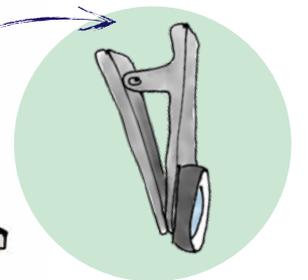
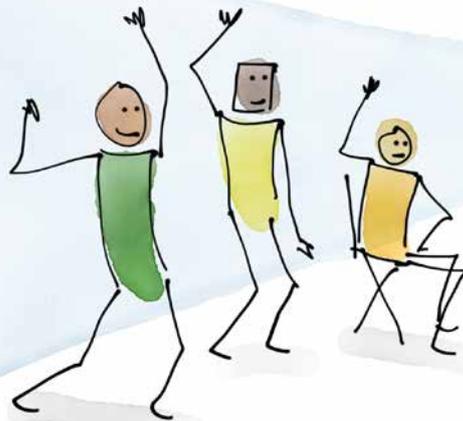


## CUATRO TRUCOS PARA MOVERSE DELANTE DEL ORDENADOR

- 1.** Colocad el ordenador (con cuidado), el teléfono o la tablet a cierta altura, sobre una mesa. Podéis ponerlo sobre una pila de libros o una caja...
- 2.** Dejad espacio para llevarlo más adelante o detrás, si vais a ser muchas o pocas personas delante de la cámara.
- 3.** Y dejad el máximo espacio posible delante de la cámara para poder mover las sillas, levantaros y moveros.

**COMPRAR UN OBJETIVO «OJO DE PEZ»**

**CUATRO «CONSEJOS» PARA FACILITAR MOVERSE DELANTE DE UN ORDENADOR.**



**... PODEMOS AYUDAR ¡CON ESO!**

- 4.** Hay pinzas con lupas que se pueden poner en la cámara para poder enseñar más cosas a lo alto y a lo ancho. Se llaman «ojo de pez». Se pueden encontrar en Internet. La Federación puede ayudaros a pagarlas. No son muy caras.

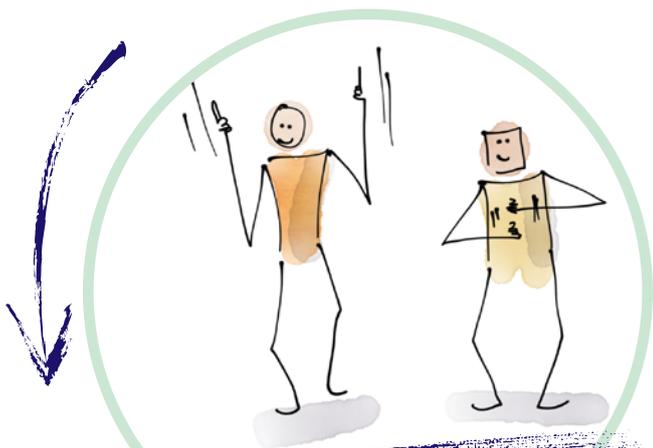
# IDEAS PARA LAS REUNIONES DE **zoom** DE LOS DELEGADOS EN GRUPOS:

Podéis explicar los gestos que se hacen en vuestra casa para saludarse. Y los gestos que os habéis inventado durante el confinamiento...



## BIENVENIDO

Podéis mostrar los gestos que os ayudan a decir palabras importantes: «fiesta»; «trabajo», «amigo», «comida»...

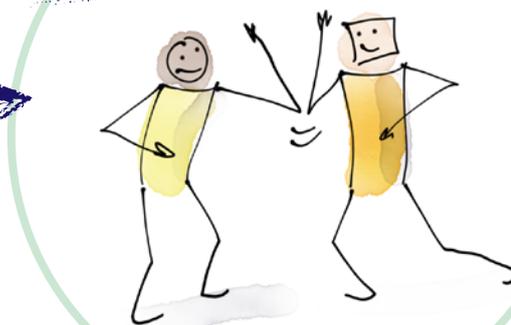


## GESTOS DE ACCIONES

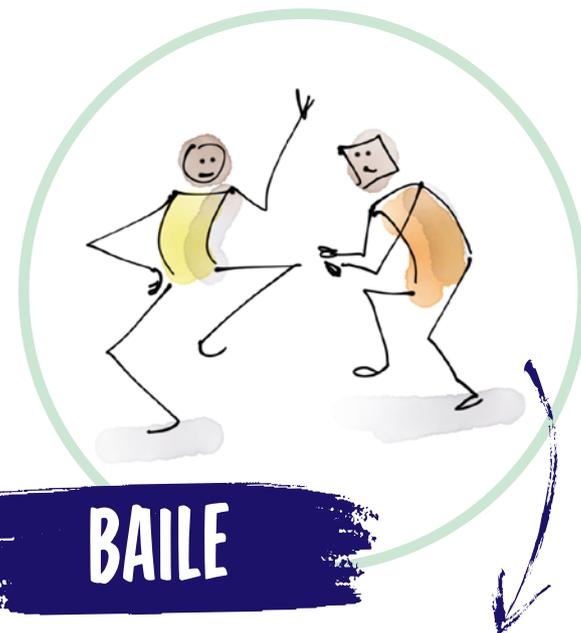
## POR ÚLTIMO ...

... juntos, también podéis inventar gestos para decir: «Asamblea-general-de-la-Federación-Internacional», «delegado», «reunión por zoom»

## GESTOS



Podéis enseñar cómo recibís a un invitado que os visita por primera vez.



## BAILE

O enseñar los bailes que más os gustan en vuestra casa. Aprended pasos y movimientos para poder bailar juntos.

**Hola de... Antonio y Laura, los delegados de la comunidad Els Avets, en Cataluña, España, acompañados por Joan (a la izquierda en la foto).**

**Antonio** : «Ya asistí a la Asamblea de Belfast, y estoy muy contento de volver a representarnos esta vez».

Hemos empezado a informar a todas las personas de nuestra comunidad y estamos deseando conocer a nuestro grupo pequeño.

Esta asamblea en línea nos permitirá escuchar a toda la Federación, un nuevo impulso para los derechos de las personas con discapacidad en todo el mundo.

Nos unirá y dará al mundo un ejemplo de convivencia e inclusión en la diversidad.

¡Juntos, llegaremos lejos!



## Actividad **LÚDICA** de abril

Nuestra Federación es rica en una variedad de dones en torno a la música y la danza. Durante el mes de abril, invitamos a nuestras comunidades a ofrecerse mutuamente estos dones.

Por favor, grabe un vídeo de 2 minutos de los miembros de su comunidad cantando, bailando su música favorita o tocando algún instrumento musical.



### ¿Dónde subir los vídeos?

Durante la IFA utilizaremos Slack: es una plataforma muy fácil de usar y estamos deseando verte por allí. Si es la primera vez que utiliza Slack, siga nuestra guía de usuario a la derecha de esta página o escanee el código QR.

### No lo olvides:

También puedes subirlos a la página de Facebook de los miembros de El Arca

**[bit.ly/larche\\_members](http://bit.ly/larche_members)**

Por favor, dinos cómo se llama la música, el baile o el instrumento en tu lengua materna.

ÚNASE A NOSOTROS EN



Lo primero es lo primero, si está utilizando Slack su computadora, puede **descargar la aplicación** o **navegar a través de su navegador**. Deberá **descargar la aplicación** si está utilizando su teléfono. *utilisez votre téléphone.*



- Únase al espacio de trabajo para ver videos y obtener más información sobre:
- ¡Actualizar su perfil y personalícelo aún más agregando una foto!
- Unirse a un canal
- Escribir en un canal
- Responder a un mensaje específico en un canal
- Habilitar y deshabilitar notificaciones
- Mencionar a un @miembro

Para obtener más información sobre cómo usar la barra lateral, los canales, el campo de mensajes y la barra de navegación, **[bit.ly/AFI\\_Slack\\_ES](http://bit.ly/AFI_Slack_ES)** para unirse a nuestros canales visite: **[bit.ly/join-slack-Arche](http://bit.ly/join-slack-Arche)**

# ¿Quiere ver los **BOLETINES** anteriores?

## FEBRERO



**WEB:**

[bit.ly/AFI\\_Feb\\_Noticias](http://bit.ly/AFI_Feb_Noticias)



**IMPRIMIR:**

[bit.ly/AFI\\_Feb\\_Noticias\\_ES](http://bit.ly/AFI_Feb_Noticias_ES)

## MARZO



**WEB:**

[bit.ly/AFI\\_Marzo\\_Noticias](http://bit.ly/AFI_Marzo_Noticias)



**IMPRIMIR:**

[bit.ly/AFI\\_Marzo\\_Noticias\\_ES](http://bit.ly/AFI_Marzo_Noticias_ES)



## JUNTOS EN EL MUNDO

ASAMBLEA DE LA FEDERACIÓN | 20 AL 24 DE JUNIO DE 2023



[federationassembly-2023.larche.org/es](http://federationassembly-2023.larche.org/es)