



ABRIL 2023

PRIMERA ENTREGA

»»» **BOLETÍN** «««

# "SOMOS LO QUE COMEMOS"

CARPAS SOLARES  
SANTO DOMINGO DE CANTUMARCA



Marzo 2023



# Tabla de contenidos

I. Resumen Ejecutivo. Por qué ¿Somos lo que Comemos?	<b>3</b>
II. ¿Quiénes Somos?	<b>4</b>
III. Descripción del Proyecto Carpa Solar en Cantumarca	<b>6</b>
IV. Guillermo Generoso	<b>7</b>
V. Emprendiendo an agricultura	<b>8</b>
VI. Esperar lo mejor	<b>9</b>
VII. Situaciones inesperadas	<b>10</b>
VIII.. Desafíos futuros: Hay algo bueno en nosotros	<b>11</b>

# Resumen Ejecutivo

Por qué somos lo que comemos

Los comentarios llenos emociones de Guillermo, un participante de los talleres del PAV nos han llevado a observar con más énfasis las actividades ocupacionales y la dieta alimenticia de las personas privadas de libertad (PPL) que se encuentran purgando penas, esperando recibir sentencia o ser liberados del recinto penitenciario Cantumarca.

Hemos visto que con frecuencia se elaboran alimentos a base de carbohidratos que solo llenan el estómago pero tienen muy pocas cualidades nutritivas, en el ámbito ocupacional hay muchas personas que provienen del área rural y que toda su vida han labrado la tierra, lo cual les da experiencia pero tienen pocas posibilidades reales para mejorar sus condiciones. Considerando los aportes de Spedding (2010:165). “Antes de proponer cambios en la dieta, se debe considerar... la disponibilidad de los ingredientes”. Nos dimos la misión de concientizar a las personas en la necesidad de mejorar su dieta alimenticia, buscar formas de reconectarlos con la tierra, establecer un tipo de terapia ocupacional que les permita afrontar la problemática, contar con los insumos o ingredientes saludables para un cambio en su dieta y mejorar sus condiciones de vida al interior del recinto.

Si toda nuestra alimentación proviene de carbohidratos, nuestro sistema inmunológico se ve debilitado y el cuerpo responde en función a lo que recibe, pero si equilibramos la dieta con alimentos saludables, nuestros cuerpos también responderán con actitudes saludables. La elección del nombre del proyecto; Somos lo que comemos, dio lugar a pequeños espacios de charla que han permitido a las personas, elevar su nivel de conciencia sobre el tipo de alimentación deseada, su calidad de vida aun en encierro, también sobre el aporte que QBL y el PAV están realizando a la población del recinto con este proyecto.

Spedding, Alison (2010). Crítica de la descolonización en la alimentación. Temas Sociales N° 30 Revista de la Carrera de Sociología de la UMSA. La Paz Bolivia

# ¿Quiénes somos?

Equipo PAV/AVP BOLIVIA  
CANTUMARCA



**Magaly Quispe**

Representante País  
AVP/PAV Bolivia



**Rene Ramos**

Facilitador Cantumarca



**Mayra Ari**

Coordinadora Proyecto

Es un enorme privilegio poder ser el vínculo entre las personas privadas de libertad, sus necesidades y el cariño de los Cuáqueros alrededor del mundo, específicamente del Reino Unido.

Tener la oportunidad de mejorar los niveles de conciencia sobre el cuidado del medio ambiente, el cuidado del prójimo y de uno mismo a través de proyectos que inciden de manera directa y práctica en las vidas de las PPL, es una bendición que debe ser compartida y celebrada. Gracias infinitas por creer en nuestro trabajo y por ayudarnos en hacerlo posible. Estamos convencidos de que más fuerte que las palabras, hablan los actos.

En la carpa solar trabajamos todos los que estamos involucrados. Todos expresan sus conocimientos según sus experiencias teóricas y prácticas. Este proyecto ayuda mucho al interno del penal en los aspectos de estar activo, ser cooperativo, poder plantear el conocimiento y aprender otras experiencias. Aclarar que tanto las autoridades de Régimen, los responsables de las áreas, las autoridades de seguridad desde el Capitán y su personal policial, los delegados, soldados, internos nuevos quienes coadyuvan con todo el apoyo y trabajo que se necesita para ejecutar las actividades para desarrollar en favor de la carpa solar.

"Somos lo que comemos" nace de la necesidad de encontrar alternativas específicas para la rehabilitación de las personas privadas de libertad. Guillermo inspiró la escritura del proyecto, pero puedo afirmar que el trabajo voluntario, la movilización conjunta del esfuerzo institucional y la dedicación del equipo PAV Bolivia, lo hicieron posible.

# Programa de Alternativas a la Violencia Bolivia

¿Quiénes somos?

## Fines

- a) Promover la cultura no violenta y una cultura de paz.
- b) Promover estilos de vida no violentos a través de la afirmación, comunicación, respeto para todos, construcción de la comunidad, cooperación, y confianza.  
Fundada y desarrollada en la experiencia de la vida real, animando a cada persona a descubrir su poder innato para transformarse positivamente a sí mismos y el mundo.
- c) Promover la movilidad juvenil, el conocimiento y la interculturalidad, así como la responsabilidad y la participación activa de los jóvenes en la sociedad

## Nuestra meta

Cumplir acciones que nos ayuden a incidir, contribuir y fortalecer la construcción de comunidades inclusivas, pacíficas y tolerantes.



## PAV/AVP Bolivia

El Programa de Alternativas a la Violencia trabaja en Bolivia desde 2016, impulsado por un grupo de voluntarios externos e internos. Actualmente tenemos presencia en todas las cárceles y carceletas del país, compartiendo con personas privadas de libertad formas de afrontar situaciones de conflicto evitando la violencia. La pasada gestión hemos certificado al menos 2094 participantes que concluyeron nuestros talleres vivenciales y por correspondencia en los niveles básico y avanzado, en estos datos están ausentes más de una quincena de talleres de entrenamiento de facilitadores a nivel nacional, a quienes reconocemos por taller facilitado.

Somos parte de una red de voluntarios y voluntarias que suman más de una treintena a nivel nacional, siempre dispuestos a contribuir con la rehabilitación y reinserción de PPL.

# Descripción del Proyecto

Somos lo que Comemos: La experiencia en Santo Domingo de Cantumarca

## Cantumarca

El recinto penitenciario Santo Domingo de Cantumarca de Potosí, con alrededor de 700 personas privadas de libertad aqueja problemas de alimentación y sobre su salud emocional y mental como consecuencia de una alimentación precarizada. Ante esta situación el PAV ha planteado invertir esfuerzos para mejorar esas condiciones a través de una carpa que les permita cultivar sus alimentos y diversificar su dieta incluyendo hortalizas y hojas altamente nutritivas. De esta primera experiencia, rescatamos los procesos que a continuación compartimos:

Lobby	Reconocimiento de Beneficiarios	Carpa Varones	Entrega primera fase
<ul style="list-style-type: none"><li>• Reunión con las autoridades de la oficina nacional y departamental de Régimen Penitenciario para la ampliación del convenio</li><li>• Gestión de procesos administrativos para nuestro reconocimiento como ONG.</li><li>• Reconocimiento del terreno y cotización de materiales.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Convocatoria abierta a internos con habilidades agrícolas y sentencias altas.</li><li>• Entrevistas grupales y personales.</li><li>• Reunión del equipo para el reconocimiento de 16 beneficiarios del total de convocados.</li><li>• Anuncio de la selección y construcción de agenda de capacitación.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Movilización de recursos.</li><li>• Contratación de servicio de soldado para la estructura metálica.</li><li>• Convocatoria al delegado de trabajo, para</li><li>• Inicio de actividades instalación.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Compra de semillas.</li><li>• Realización de las jornadas de capacitación y talleres PAV con los beneficiarios.</li><li>• Alianza con la Fundación Alternativas para la transferencia de conocimientos en agricultura y permacultura.</li><li>• Germinado de semillas en almácigos con los beneficiarios.</li><li>• Traslado de tierra para la mejora del suelo en la carpa.</li><li>• Trasplante de los almácigos germinados en suelo abonado.</li><li>• Tratamiento del agua potable disponible para riego.</li></ul>

# Guillermo Generoso

PÁGINA 7

Conociendo a la persona detrás de la idea "Somos lo que Comemos"



## Historia de Vida

Guillermo Generoso es PAVista desde el 2022, conoció nuestro trabajo en talleres facilitados por Magaly Magnifica, René Responsable y Helmut Hermoso, en el Recinto Santo Domingo de Cantamarca de la ciudad de Potosí. Él es originario de Caripuyo, municipio potosino que subsiste por el cultivo de papa y haba.

Agricultor desde temprana edad, Guillermo ha inspirado el proyecto de Carpas Solares cuando con nostalgia recordaba que su color favorito "verde" era porque correspondía con el color de los cultivos que lo alimentaron toda su vida y a los cuales añoraba volver, no obstante su sentencia es a 30 años y él supera los sesenta.

Guillermo dice que por su avanzada edad, en ocasiones la memoria le falla y olvida algunos practicas de la agricultura; sin embargo cuando inicia el trabajo con la tierra, dispone toda su atención a esa labor de forma intuitiva y natural, como si diez años de encierro no bastaran para borrar de sus recuerdos la labor agrícola que tanto le apasiona y de la que dispuesto a seguir aprendiendo junto a los 15 beneficiarios del Proyecto.

### Más datos

Cuando Guillermo nos cuenta los recuerdos que tiene de su juventud, recapitula la importancia de una alimentación saludable. Nos indica por ejemplo que él criaba cerdos en su parcela de tierra y que en fechas conmemorativas de fin de año, comía el animal que crio durante el año, acompañando su cocción con hierba buena, planta noble y aromática con altos beneficios para la digestión.



# INFORME

## EMPRENDIENDO CON LA AGRICULTURA

### ALGUNAS EXPERIENCIAS DEL PROCESO

Al concluir la primera ronda de talleres PAV del nivel básico vivencial con los beneficiarios del proyecto, a quienes certificamos como fue comprometido; anunciamos con ellos el desarrollo de los siguientes contenidos: contabilidad aplicada, emprendedurismo, agricultura y nutrición. Con la primera ronda de sesiones facilitadas por el Prof. René Ramos Singuri, compartimos con los beneficiarios principios PAVistas que colaborarán con su desenvolvimiento personal y colectivo para la administración de la carpa solar. Tenemos previsto continuar con las sesiones del nivel avanzado durante el segundo transplante de hortalizas, para el reforzamiento de prácticas y habilidades de la vida que compartimos en la organización.

### »»» CÓMO EMPRENDER

Gabriela Grandiosa, facilitadora del PAV, compartió conocimientos de contabilidad con nuestro facilitador René Responsable, quien replicará lo aprendido con el grupo de beneficiarios. En agenda, queda revisar contenidos sobre emprendedurismo, nutrición, agricultura familiar.

La solución al primer cálculo es la siguiente:

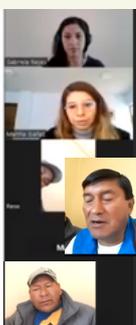
Costo de materia prima directa	20,000
(+) Costos de mano de obra directa	18,000
(=) Costos directos de producción	38,000
(+) Costos indirectos de producción	17,000
(=) Costos de producción del periodo	55,000

Una vez que conoces este costo, es tiempo de calcular el costo de los productos terminados.

Costo de producción terminada	
Descripción	Valor
Costo de producción del periodo	55,000
(+) Inventario inicial de productos en proceso	15,000
(-) Inventario final de productos en proceso	7,000
(=) Costo de producción terminada	63,000

Ahora, para calcular el costo de la producción vendida, requieres hacer estas operaciones:

Costo de producción vendida	
Descripción	Valor
Costo de producción terminada	63,000
(-) Inventario inicial de productos terminados	5,000
(+) Inventario final de productos terminados	4,000
(=) Costo de producción vendida	62,000



### LA AGENDA PENDIENTE

En la recta final de esta primera fase, aun quedan actividades por cumplir con el grupo de beneficiarios. Primero, concluir con las jornadas de capacitación técnica enfocada en las habilidades de emprendimiento; segundo, trabajo en campo y siembra de semillas; y tercero, la evaluación al impacto del proyecto sobre la alimentación y salud integral de la población interna en el Recinto Santo Domingo de Cantumarca.

# Esperando lo mejor

Trabajo voluntario, constancia e interculturalidad

## Algunas experiencias del proceso

Martes 11 de abril, con la presión del tiempo y agenda nos dispusimos al trabajo a tempranas horas del día, convocando a nuestros colaboradores y facilitador René Responsable. La tensión invadía nuestros corazones: tres meses de trabajo se pondrían a prueba con la entrega oficial de las carpas a las autoridades nacionales y departamentales y debíamos concluir con los detalles pendientes.

Días pasados habíamos iniciado la siembra, trasplante de almácigos y germinado de semillas de hortalizas, pero las condiciones climatológicas y de acceso al agua de riego estaban postergando su crecimiento natural y esa situación nos ponía los nervios de punta: pero darnos por vencidos no era una alternativa! Rapidamente y gracias a la intervención de nuestro facilitador convocamos a los beneficiarios del Proyecto para una reunión de emergencia y hallar una solución en equipo. A través de una lluvia de ideas (propia de la metodología pavista) encontramos excelentes alternativas: debíamos filtrar el agua potable disponible, mejorar la tierra con abono animal y reforzar el agrofilm para evitar el escape de la temperatura. Para la realización de esas tareas acudimos a internos voluntarios que nos ayudaron con el traslado de tierra abonada, la mejora del tanque de agua para el filtrado y el atornillado del material agrofilm para la estructura. Confiando en el PODER QUE TRANSFORMA estábamos confiados en que todo saldría bien y tendríamos lista para su entrega a nuestra primera carpa en la sección de Varones.



# SITUACIONES INESPERADAS

Porque hay algo bueno en todos nosotros, seguimos en el trabajo

## ¿POR QUÉ ELEGIMOS CANTUMARCA COMO LA SEDE DE NUESTRO PROYECTO?

La elección del terreno para el piloto del Proyecto debía cumplir con ciertas características: primero ser de la zona altiplánica; segundo, disponibilidad de terreno para la construcción de la carpa y tercero, contar con la disposición y buen oficio de la autoridad a cargo y su personal. Santo Domingo de Cantumarca cumplía con todos los requisitos y con particular empeño el punto tres, con la predisposición explícita del personal policial y civil del recinto. Con el liderazgo del Director Departamental de Potosí, el Dr. Daniel Taboada, delegados del Recinto, personal de las áreas de Salud, Educación y Trabajo Social se involucraron desde el principio, colaborando con la movilización de personal, reconocimientos al trabajo de internos voluntarios y los permisos de salida para los encargados de trabajo.

Sin embargo, en el camino se presentaron situaciones inesperadas. Primero, el terreno dispuesto no era cultivable por el residuo mineral en la tierra; segundo, el viento y lluvia de la época interrumpieron la instalación de la estructura en el tiempo que se esperaba; y tercero, no teníamos prevista la construcción de un sistema de riego con agua filtrada. Todos estos eventos nos enseñaron valiosas lecciones de resiliencia y adaptación a la adversidad, además del trabajo en equipo. Por eso reconocemos particularmente el esfuerzo del Responsable del Área de Educación, Lic. Edson Ballesteros, por su permanente colaboración, movilización, esfuerzo y trabajo dispuestos para alcanzar el éxito de esta primera fase de implementación del proyecto.



*"Proyecto Carpas Solares, que sea en buena hora para los privados de libertad. Vamos a incorporarlos en la billetera móvil (aplicación para la compra de trabajos realizados en cárceles).*

*Para todo lo que necesiten tienen mi apoyo, este tipo de iniciativas sí apoyo".*

**Carlos E. Del Castillo**  
**Ministro de Gobierno**

*"Tenemos también la carpa de mujeres, que estamos esperando inaugurar pronto"*

**Juan Carlos Limpías**  
**Director General de Régimen Penitenciario**

Inauguración Carpa Solar, con la presencia del Ministro de Gobierno, Viceministro de Seguridad Ciudadana y Director General de Régimen Penitenciario

Porque hay algo bueno en todos nosotros, seguimos en el trabajo

## '¿Y qué se viene ahora?'

Tenemos por entregar la Carpa Solar en la sección de Mujeres que ya está en construcción, ajustando la estructura para la instalación del agrofilm, esperamos avanzar con esta fase del proyecto en los siguientes días, para festejar otro logro colectivo. Pero además hemos identificado otras tareas pendientes que les compartimos a continuación:

### Producción y almacenaje del excedente

#### El futuro de las carpas

#### Planes:

- Convenio con la Dirección Departamental de Régimen Penitenciario, para la venta de los cultivos al comodato (cocina) del recinto.
- Los beneficiarios han recibido formación complementaria en contabilidad y emprendurismo, que servirán de herramientas para la administración de los cultivos y sus excedentes.
- Ingresar a la Billetera Móvil, un aplicación oficial que permite a internos del país comercializar sus trabajos a precios adecuados.
- Venta de plantines y creación de un banco de semillas.

---

### Mujeres

Carpa solar sección Mujeres

#### Tareas:

- Identificación de beneficiarias bajo el mismo criterio del grupo en varones.
- Construcción de objetivos comunes y definición de metas colectivas.
- Realización de talleres PAV con enfoque de trabajo en equipo y cooperación.
- Formación en agricultura, contabilidad, emprendedurismo y marketing.

---

### Promoción de la iniciativa para ex PPL

#### Planes:

- Ampliación del público meta.
  - Carpas con población exppl's en comunidades rurales del departamento de La Paz.
  - Monetización y sostenibilidad del proyecto en comunidad.
-

**Queremos  
seguir  
trabajando por  
las PPL:  
contribuye con  
nosotros!**

