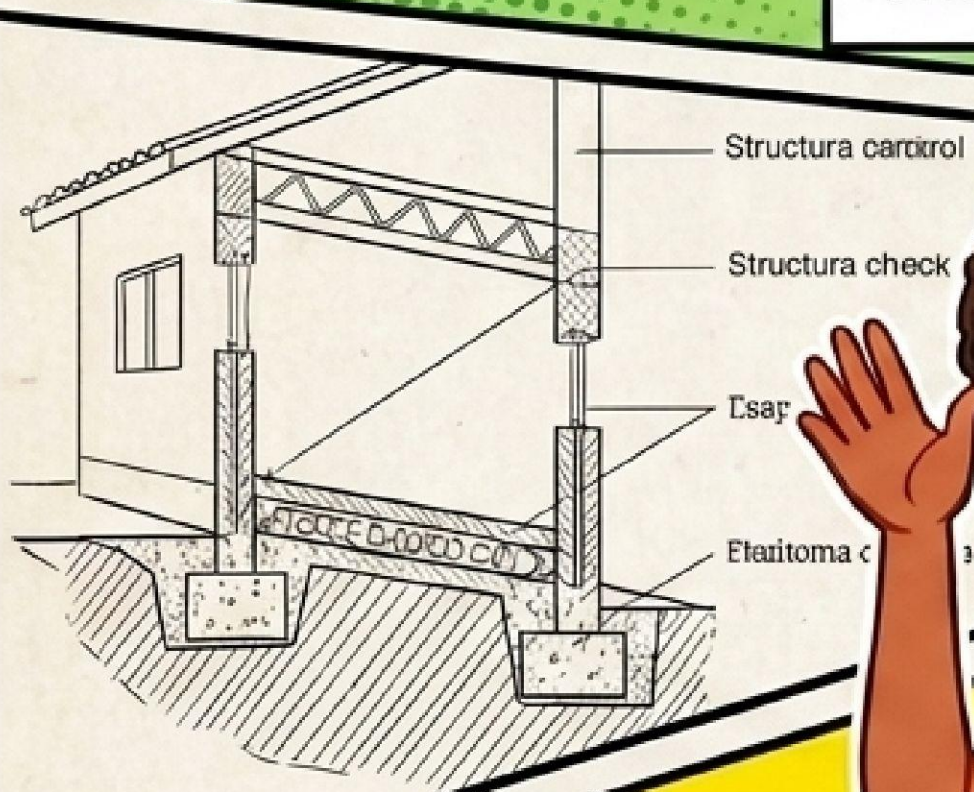




TECNOLOGÍA PARA LA VIDA, LA MEMORIA Y LA SOLIDARIDAD

Una aventura de tecno-resiliencia post-sismo para grados 10° y 11°.



*¡Hola, Monseñorinos!
La tecnología no es solo
hardware... ¡Es nuestra
herramienta para salvar
vidas y cuidarnos en
comunidad!*



La Bitácora Monseñorinos

10 de agosto, 7:15 a.m.
La tierra en nuestra amada Cali
nos recordó su inmensa fuerza.
El miedo y la incertidumbre
fueron reales...



...Pero también
se activó nuestro mayor
superpoder: *¡La Juntanza!*
Desde el oriente de Cali, la
solidaridad, el cuidado mutuo
y la palabra colectiva (Ekobios)
son nuestro refugio.



Tech-Note

Nuestro objetivo en la Media Técnica:
Usar el conocimiento técnico para
comunicar en crisis y reconstruirnos
socioemocionalmente.
¡Inicia la Misión!

MISIÓN 1: RECONOCIMIENTO SOCIOEMOCIONAL

(Actividad 1.1)

Abre tu portafolio digital o cuaderno. Responde con sinceridad para procesar lo vivido:

confidential file

1



¿Qué emociones experimentaste tú y tu núcleo barrial durante y después del temblor?

confidential file

2



¿Qué acciones (respiración, abrazos, rezar en junta) aplicaron para contener el pánico?

confidential file

3



¿Identificaste Fake News en redes sociales?
¿Cómo impactaron a tu comunidad?

MISIÓN 1.2: TU VOZ IMPORTA (La Micro Cápsula Sonora)

Objetivo: Crear un audio educativo (Podcast) para brindar serenidad y filtrar noticias falsas.

¡Tu voz puede calmar a toda la comuna! Recuerda modular bien y grabar en un lugar sin eco, a 15 cm del micrófono.

Ficha Técnica del Proyecto:

- Formato: .MP3 o .M4A
- Duración Estricta: 1:30 a 2:30 minutos.
- Herramientas: Grabadora del móvil, Audacity, BandLab, CapCut o Dolby On.

EL GUION TÉCNICO: ANATOMÍA DE TU PODCAST

0:00

2:00

Pista 1: Voz

CABEZOTE

Presentación personal e institucional.
Saludo cálido.

NÚCLEO

Relato del sismo, técnicas de autocuidado,
y 3 pautas contra las Fake News.

CIERRE

Mensaje de Juntanza
y llamado a seguir
fuentes oficiales
(@RiesgoCali)

Pista 2: Música

Pista 2: Cortinilla
instrumental suave.

Pista 2: Música ambiente tenue.

Pista 2: Fade out
(subida gradual y cierre)



Lila

Nota Técnica: ¡Aplica el efecto **DUCKING** (Atenuación)! La música de fondo debe bajar su volumen automáticamente cuando hablas.

LA BITÁCORA MONSEÑORINA

No podemos predecir los sismos, pero podemos rediseñar nuestro espacio vital para mitigar sus consecuencias.



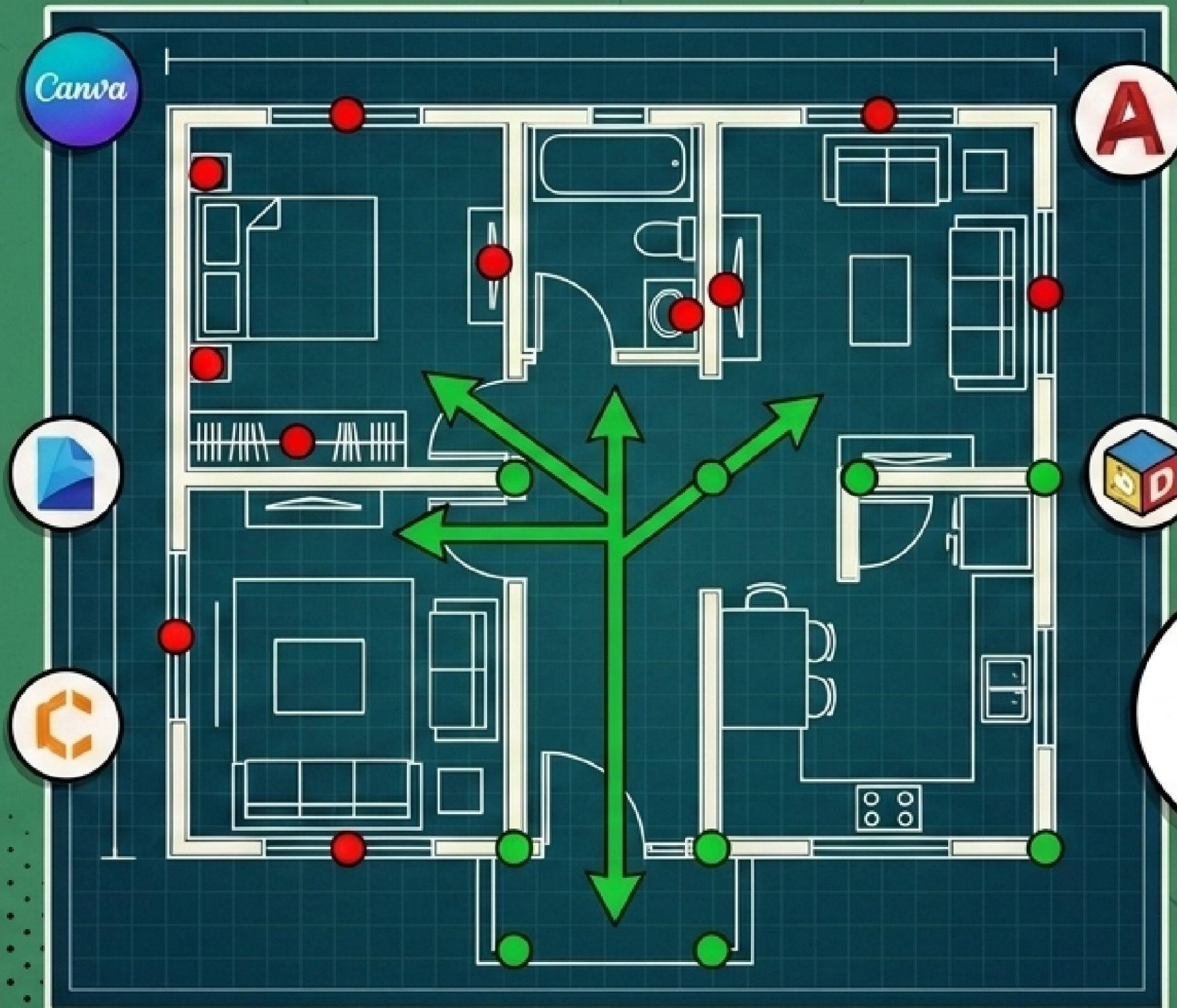
Checklist de Prevención

- ☒ **Riesgos:** Objetos pesados en repisas altas (TVs, macetas), cajoneras sin anclar, ventanales de vidrio, redes de gas.
- ☒ **Sitios Seguros:** Columnas de concreto, debajo de mesas resistentes.
(Agáchate, Cúbrete y Sujétate). 
- ☒ **Evacuación:** Pasillos 100% libres de obstáculos. 

ACTIVIDAD 2.1: EL MAPA DE EVACUACIÓN (Tu Arquitectura Segura)

Instrucciones de Misión:

Dibuja a escala el plano de tu vivienda. Puedes usar papel o software (Canva, AutoCAD, Sweet Home 3D, Lucidchart).



Visual Legend

Simbología Obligatoria:

- **Puntos Rojos (Alto Riesgo):** Ventanales, repisas sueltas, tableros eléctricos.
- **Puntos Verdes (Zona Segura):** Columnas estructurales y rutas directas al exterior.

¡Identificar las columnas nos da una ventaja vital cuando todo se mueve!



EL KIT 72H: ANALÓGICO VS. DIGITAL

Tras conicon familiaro
foritioy covabortura.

Tras un sismo, los servicios básicos y redes móviles co-
familiar depende de esta mochila de 8 elementos clave.

Lado Digital (La Tecno-Resiliencia)

Lado Analógico (Lo Físico)

- Agua potable y alimentos no perecederos.



- Botiquín de primeros auxilios y Pito/Silbato (señal de rescate).



- Radio de pilas (para noticias oficiales).



- Powerbank (Batería portátil) 100% cargada.



- Linterna LED de bajo consumo.

- Powerbank (Batería portátil) 100% cargada.

- Memoria USB impermeable (Copias digitales de IDs, registros médicos y escrituras).



LA CIENCIA DE SALVAR VIDAS (Alertas Android)



CONFIGURANDO TU ESCUDO DIGITAL

Sigue estos 5 pasos obligatorios para activar la alerta en tu dispositivo y el de tus familiares:

1. Abre la aplicación de Ajustes / Configuración.



2. Dirígete a Seguridad y Emergencias (o Ubicación).



3. Selecciona Alertas de Terremotos.



Alertas de terremotos

ON

5. ¡Vital! Mantén activada la Ubicación de Alta Precisión (GPS) siempre.



4. Activa el interruptor a la posición ON (Encendido).



MISIÓN 3: LA RED SOLIDARIA COMUNAL (Actividad 3.1)

La solidaridad es nuestra mayor fuerza tecnológica. Diseña una estrategia comunicativa (afiche o mensaje) llamada "Red Solidaria de mi Comuna".

¡CONEXIÓN ESTABLE!

SMS

¡DATA SEGURA!

¡APOYO VEGINAL!

Regla 1:
Privilegia mensajes de texto (SMS) o WhatsApp breve. Evita llamadas de voz.

¡El texto viaja rápido y no satura la red!



¡ERROR!

Regla 2:
NO reenviar archivos multimedia pesados (audio/video) no verificados. ¡Evita el colapso de la red!

¡Sin videos falsos!
¡Mantenemos la red libre!



Regla 3:
Usa mapeo digital o grupos vecinales para identificar adultos mayores o personas con discapacidad que requieran ayuda prioritaria.

¡Cuidamos a los más vulnerables primero con el mapa!

AJUSTES RAZONABLES (PIAR): ¡NADIE SE QUEDA ATRÁS!



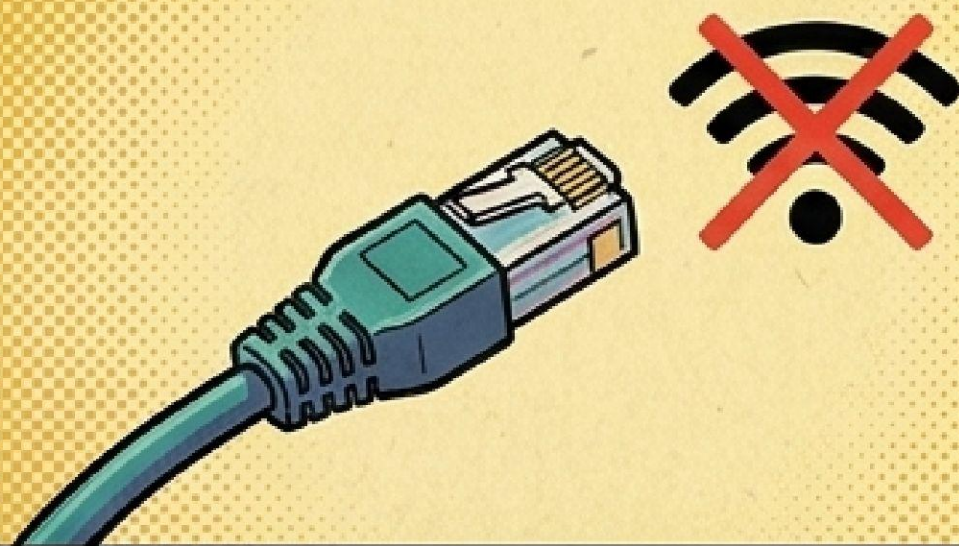
Discapacidad Visual: Sustituir el plano gráfico por un Mapa Hablado descriptivo en audio o activar lectores de pantalla (TalkBack/VoiceOver).



Hipoacusia / Discapacidad Auditiva: Configurar alertas de emergencia mediante vibración háptica y pulsos de flash visual en el móvil.



Baja Conectividad: Todas las guías y planos se pueden diseñar offline en papel o en el móvil. La carga digital se realiza solo al recuperar la red institucional.



EL ESCUADRÓN DE APOYO: RUTAS PSICOEMOCIONALES

Sentir miedo o insomnio es normal. No reprimas lo que sientes. ¡Activa tu red de cuidado!

Directorio Vital de Cali

- **Línea 106:** Secretaría de Salud (24/7 en salud mental).
- **Línea 123:** Emergencias Inmediatas (UNGRD / Cruz Roja).

Línea Amigable Oriente (ESE Oriente):

Escanea el código QR oficial. Atención gratuita, confidencial y sin citas para adolescentes. Hablemos sin miedo, con respeto y sin juicios.

Más información, más fácil

LÍNEA AMIGABLE ORIENTE

¡Estamos para escucharte, orientarte y acompañarte!

SCANEA Y HAZ TU CONSULTA SOBRE SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA.

HABLEMOS SIN MIEDO, CON RESPETO Y SIN JUICIOS

¡BOENOS HABLEMOS SE!
• VIH y otras infecciones
• ITS y gonorrea
• Embarazo y parto
• Planificación y métodos
• Prevención de VIH

CONFIDENCIAL | GRATUITO | PARA ADOLESCENTES Y USUARIOS | SEGURO | SIN CITA PREVIA

PROTOCOLO DE ENTREGA: PORTAFOLIO DIGITAL

*¡Misiones completadas,
Arcilistas! Sigue
rigurosamente este protocolo
para subir tu trabajo
al Drive institucional:*

☐ Formatos Permitidos

- ☒  **Productos Textuales/Gráficos:** Exportar todo en **UN ÚNICO ARCHIVO PDF** (usa CamScanner o Adobe Scan).
Nomenclatura: **Cartilla_Sismo_Grado_NombreApellido.pdf**
- ☒  **Micro Cápsula Sonora:** Archivo de audio independiente.
Nomenclatura: **Audio_Sismo_Grado_NombreApellido.mp3**



Destino: Carpeta compartida: **Tecnologia_MediaTecnica_Grado_NombreApellido**



Institución Etnoeducativa Monseñor Ramón Arcila Cali Colombia

Creación e idea original Gustavo Adolfo Gamboa (Gustagamo).

¡Educamos con amor, formamos para la vida!

 Gustagamo.com

