



Facultad de Medicina
Clínica Alemana - Universidad del Desarrollo



Desafío Semana i

"Lectura tras las
rejas. Historias
sin libertad"



**Libros dedicados a mujeres
privadas de libertad.**

SEMANA 

Octubre de 2022

¿Sabes cuán potente es la soledad en las cárceles femeninas y cómo el aislamiento y la desolación son los protagonistas y grandes dolores de las reclusas?

¿Te imaginas una vida lejos de tu familia, afectos y entorno?

¿Cómo ayudarías a las mujeres privadas de libertad en esta soledad?

¿Crees que la lectura podría ser una buena aliada en su día a día?

Invitamos a los estudiantes de la Universidad del Desarrollo a que, como en los más fantásticos libros, echen a volar su imaginación y, juntos, busquen opciones para que las reclusas se sientan acompañadas desde la lectura.

"A las Olvidadas" es el nombre del proyecto español inspiración de este proyecto de Semana i. Gracias a él, se han recolectado más de 8.000 libros dedicados, pensando en mujeres de diez centros penitenciarios de ese país.

Las dedicatorias son la esencia de esta iniciativa que se basa en el concepto de empatía como gran estrella y en un pequeño gesto que puede reconfortar a otro.

A continuación, les presentamos los libros donados y/o recolectados por estudiantes de la Universidad del Desarrollo y las dedicatorias redactadas en ellos.





Querida amiga:

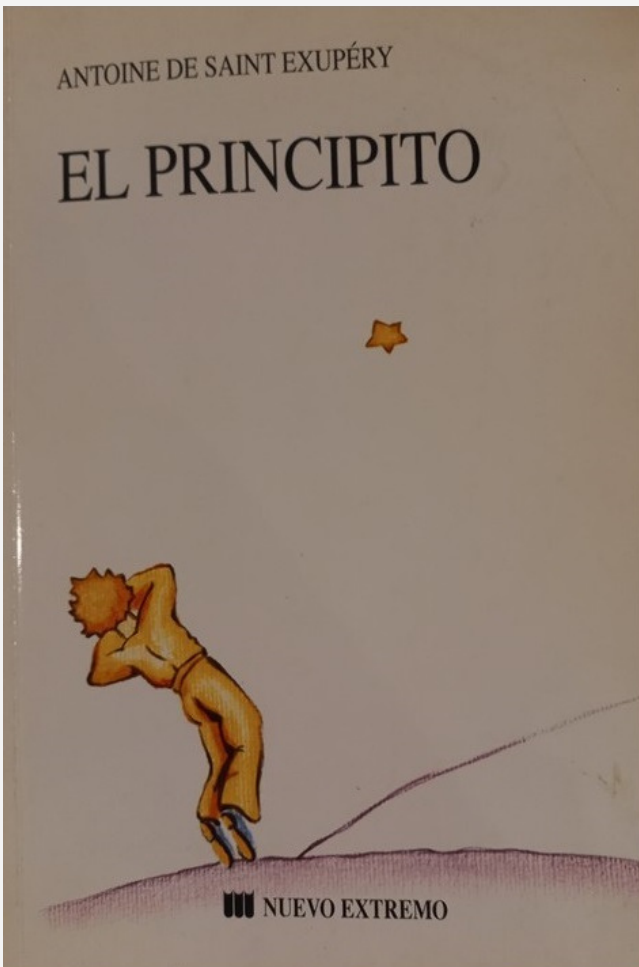
Se que al ver la portada parece otro libro de amor más, pero a pesar del romanticismo, al igual que cualquier otro libro, al leerlo, me desconectó, me transportó y me alejó de la realidad que vivo día a día. Mientras leo sus páginas me siento parte de esa historia y quedo ajena de la mía

Espero lo disfrutes tanto como yo, deseo que te permita viajar y transportarte...

PD: te dejo una cita que me gusta mucho
"Nadie puede hacerte sentir inferior sin tu consentimiento" Eleanor Roosevelt

Muchas fuerzas y ánimo en tu camino.
con cariño Josefa ♥

octubre, 2022



Comparto contigo mi libro favorito y te invito a ver la vida con los ojos de un niño.

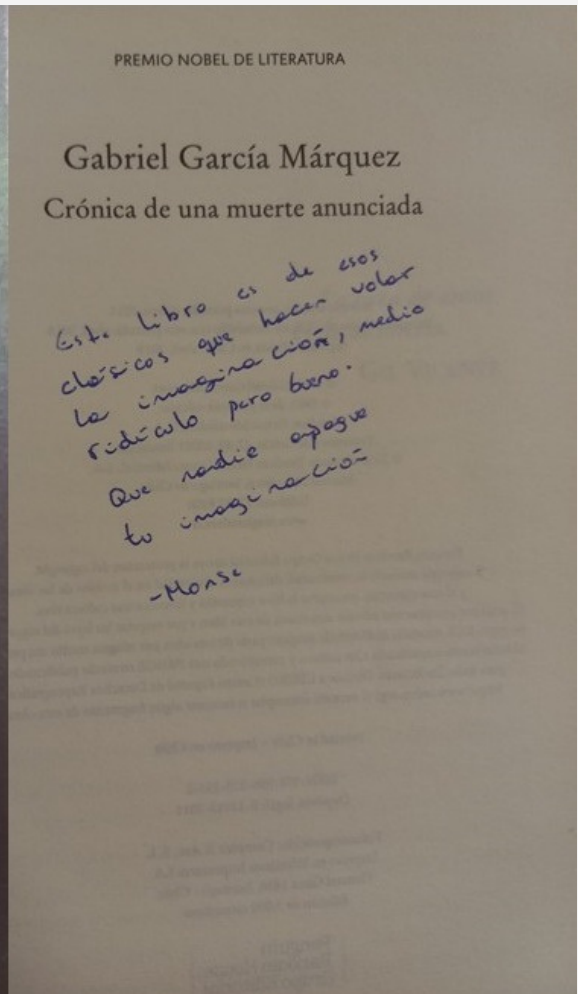
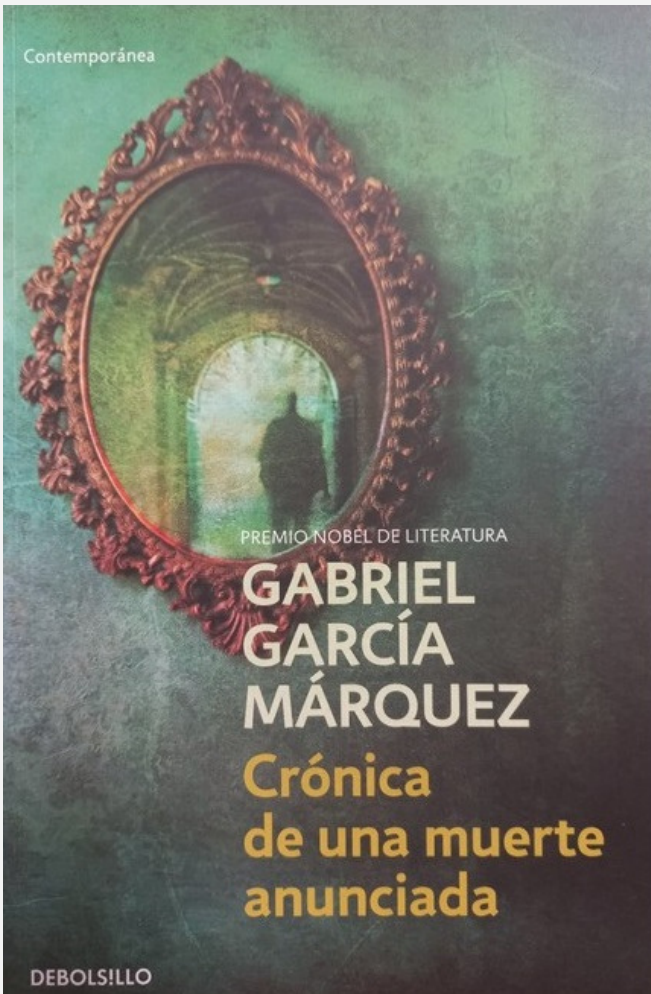
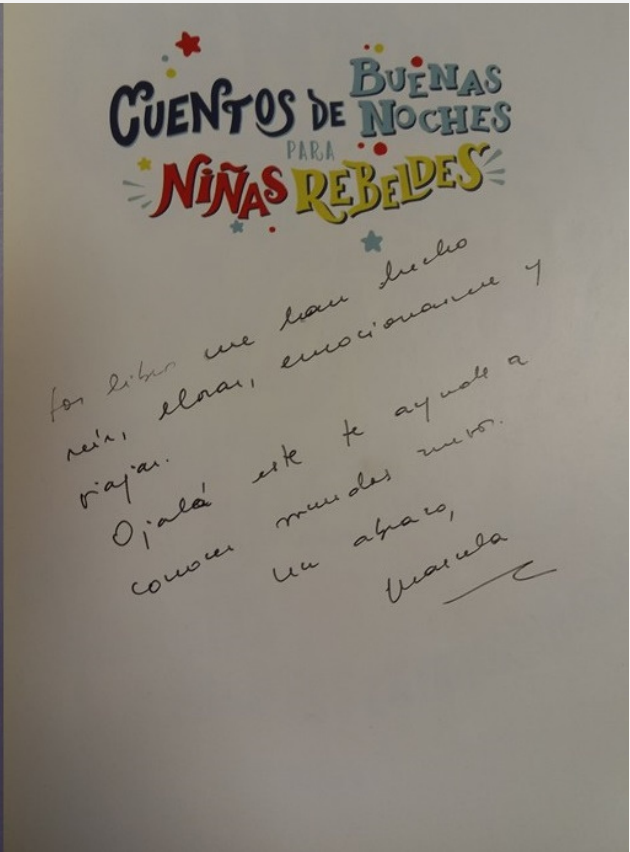
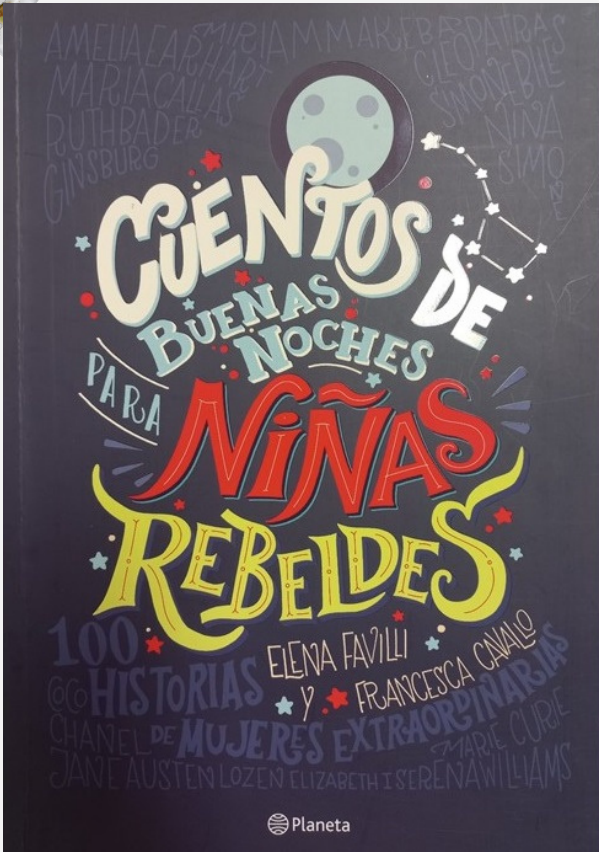
yo lo he leído, al menos, 10 veces y cada vez es como la primera. Está lleno de palabras, historias y vivencias maravillosas, cargadas de mucha ternura.

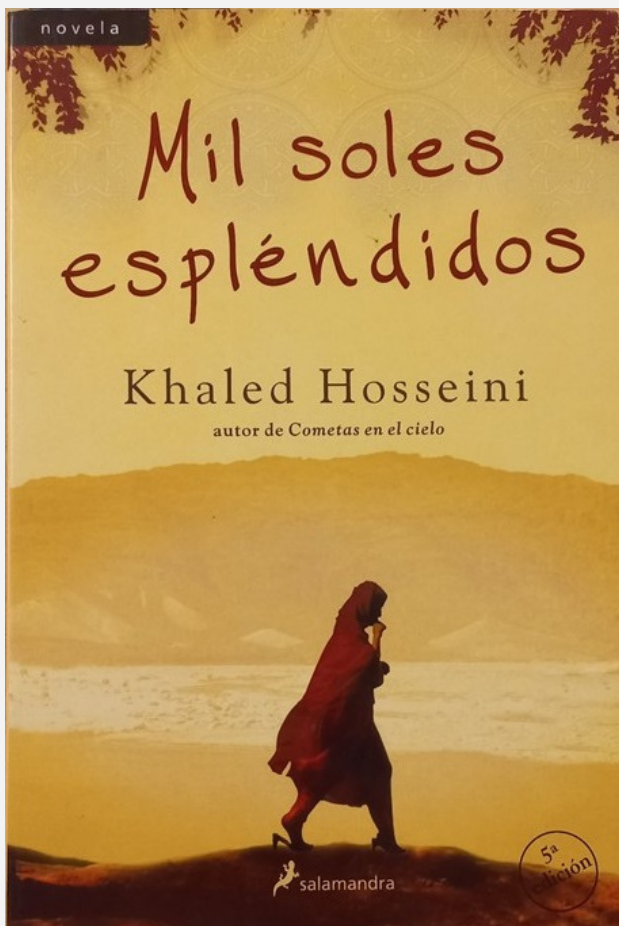
Sorpreéndete, echa a volar tu imaginación y crea tu propio mundo imaginario como el planeta del Principito

Te abrazo y saludo con mucho cariño.

Pione



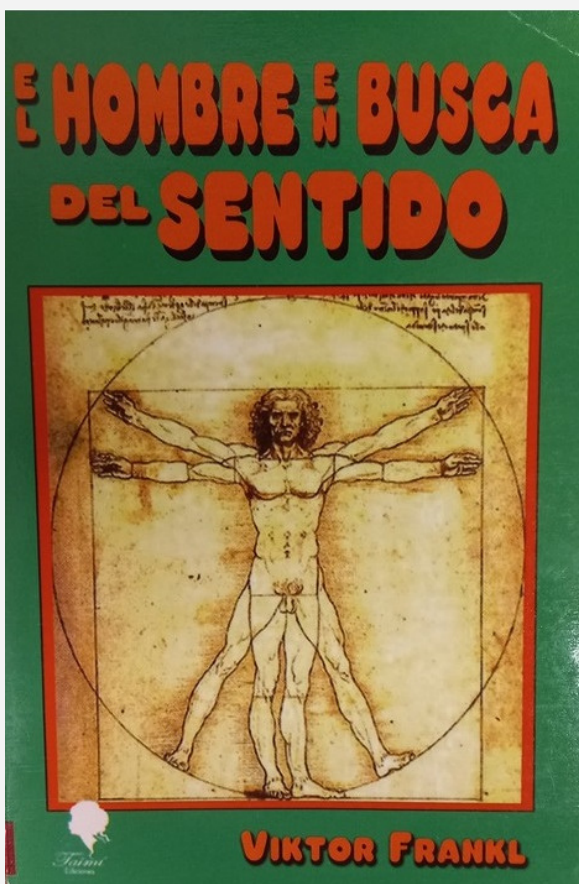




¡ Seelo por favor !!!!
 Con todo mi cariño
 recíbele este libro
 que te permitirá
 viajar y conocer
 otra realidad
 tan diferente para
 nosotros en Chile.

♡ Gloria

Santiago, octubre 2022

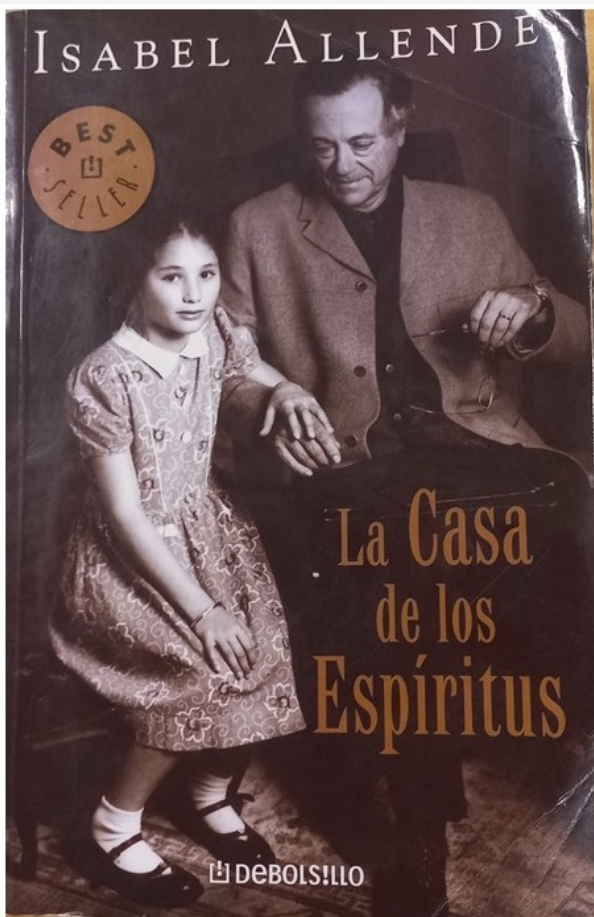


VIKTOR E. FRANKL

Muchas veces la vida es difícil
 y nos vemos a volver a un
 estado de calma. Espero que
 este libro te sirva para re-
 significar lo que haya sucedido
 en tu vida y puedas encontrar
 vida y esperanza ♡

El hombre B.
en busca del sentido

Folium Ediciones



Querida lectora,

Te entrego este libro porque creo firmemente que la lectura tiene el poder de transportarnos a muchas partes

Te entrego este libro porque aunque a veces te sientas sola, quiero que sepas que hay alguien pensando en ti.

Te entrego este libro porque no hay barrera, cerradura ni cerrojo que se le pueda poner a la libertad de la mente.

Un abrazo a la distancia,

Isidora

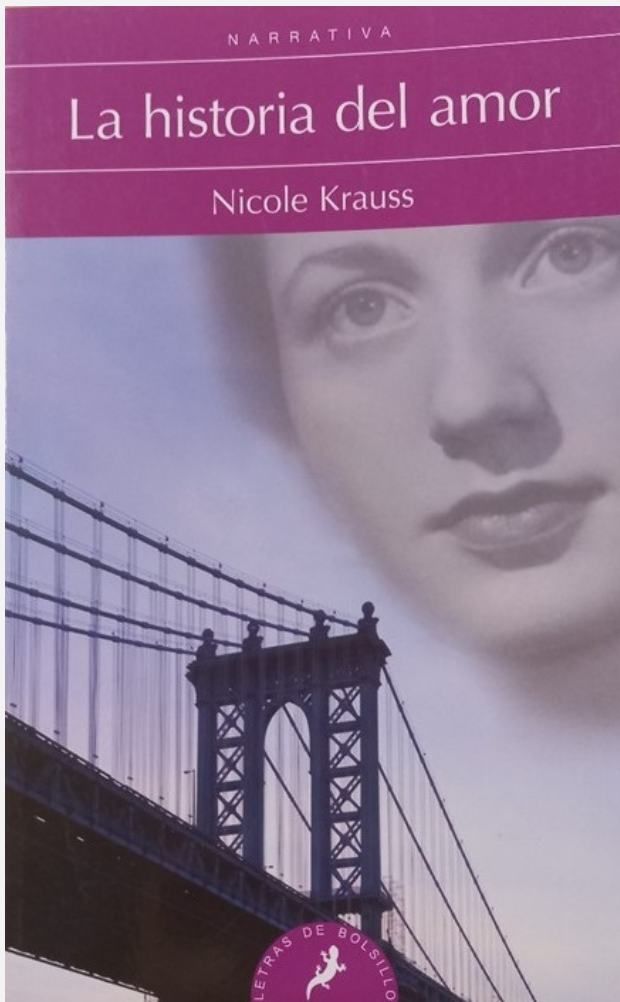


LOS PÁJAROS DE AUSCHWITZ ARNO SURMINSKI

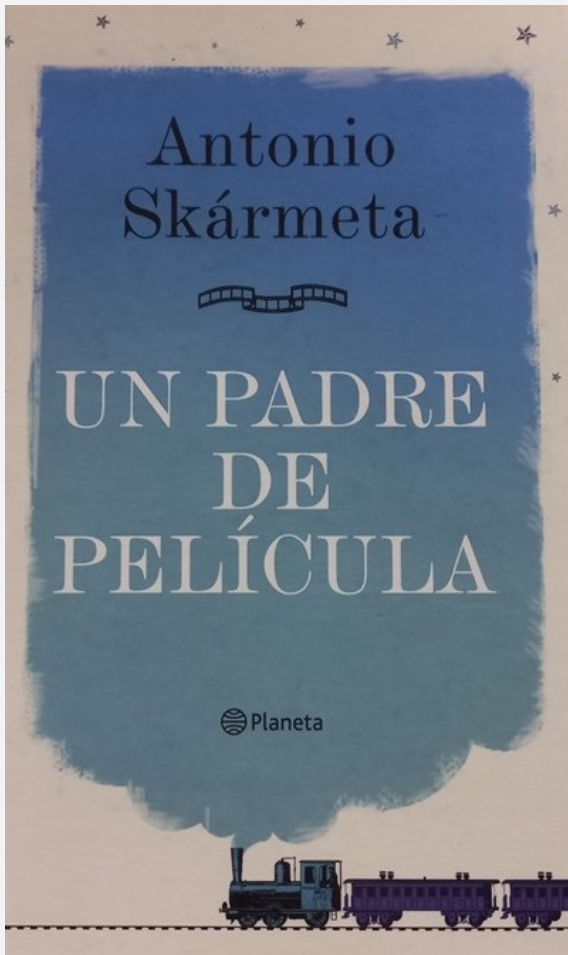


narrativa
salamandra

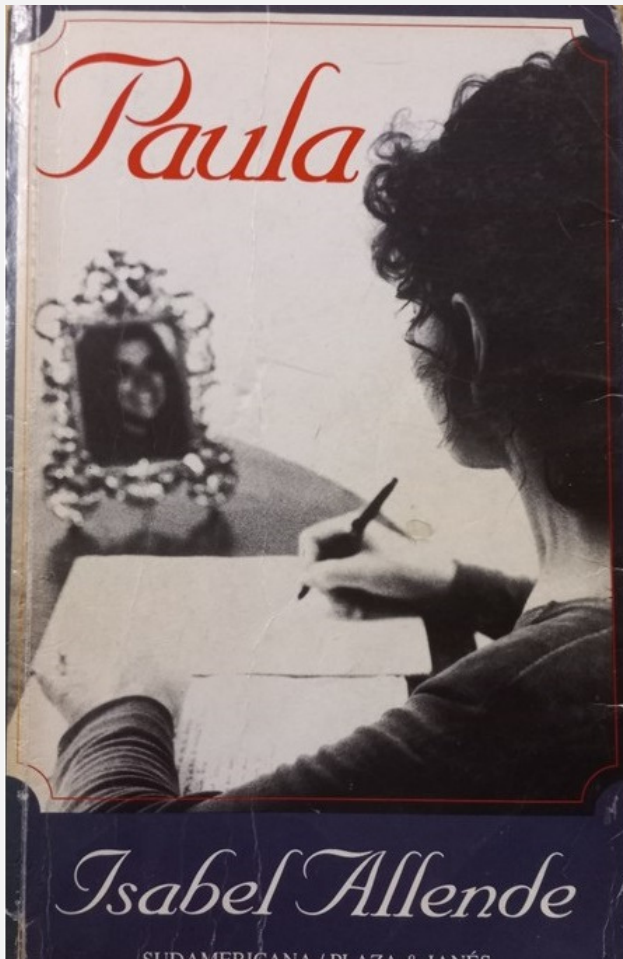
Todo suceso tiene un porqué y toda adversidad nos enseña una lección. El fracaso, sea personal, profesional, espiritual es necesario para la expansión de la persona. Espero que este libro pueda ser un pequeño santuario, afuera o adentro siempre permanece el amor.



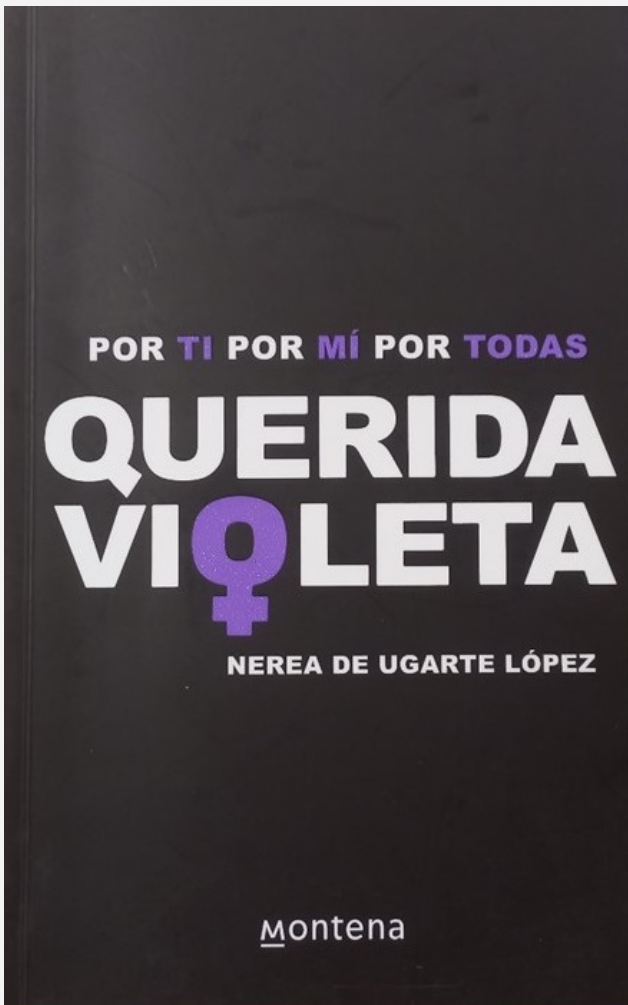
No importa
donde estemos
el amor siempre de
será una parte de
nosotros.



Un padre de película
A quien lo ^{leíste}
estoy contigo en este
único por el amor
de leer, como ^{me} ^{me} ^{me}
cosas, que ^{me} ^{me} ^{me}
Puchan ^{me} ^{me} ^{me}



Para ti que
eres madre o hijo
te conectaron con este
historia de una
mujer.



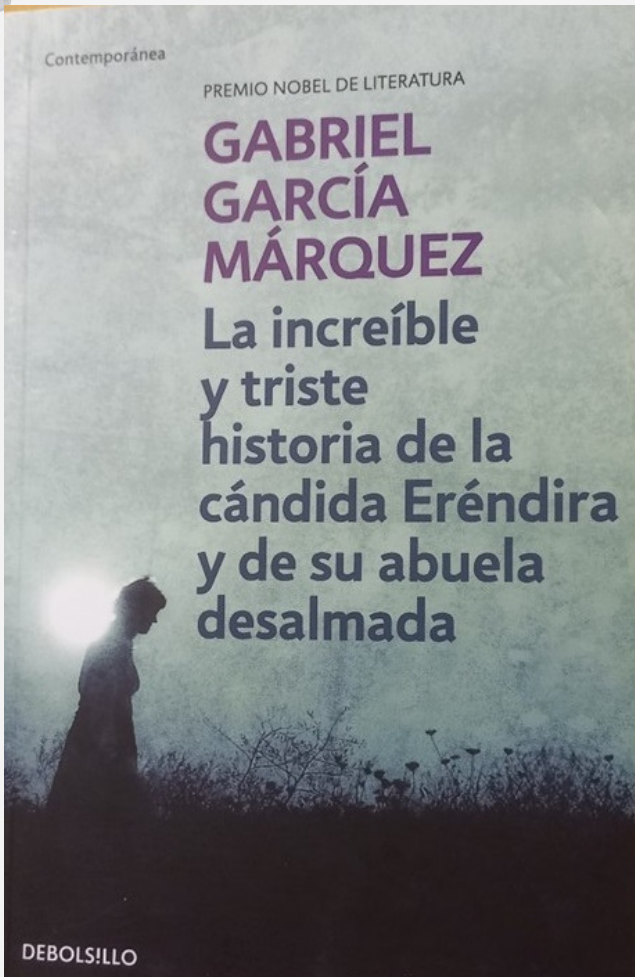
Para ti,
esta es una historia de
libertad, No Defene
lo que somos
"Somos Mujeres"

Esto es lo que todas
tenemos en común

Nerea de Ugarte López

M





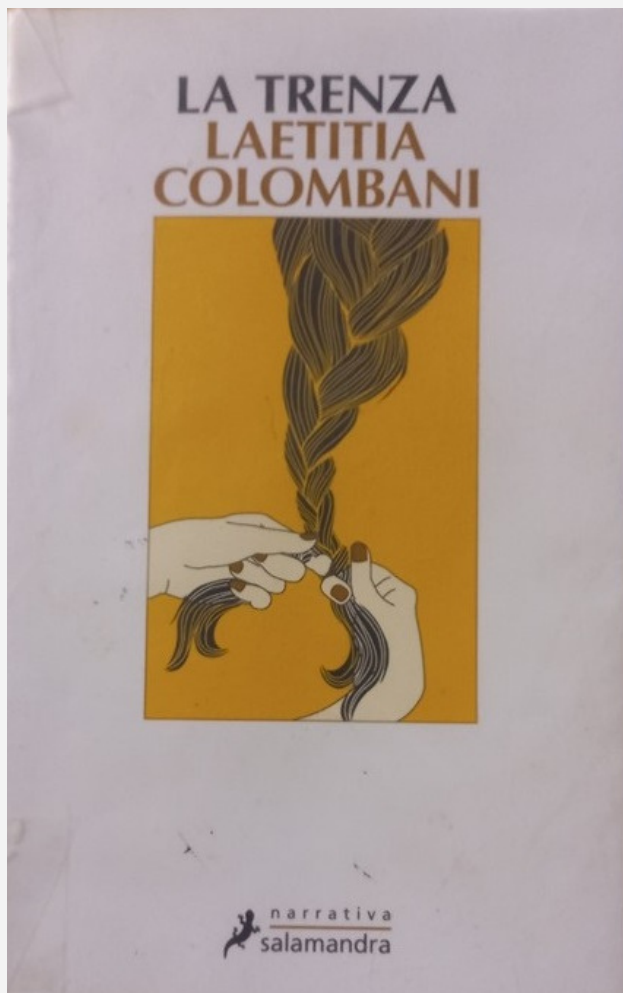
Este es un libro muy importante para mí, y te lo entrego esperando que se vuelva importante para ti también.

Está lleno de grandes cuentos que puedes leer una y otra vez, y de personajes que llegas a conocer muy bien.

Es un buen acompañante del que siempre se puede aprender algo nuevo.

Te dejo marcadas unas de mis historias favoritas. ¡Espero que las disfrutes!

-Nico



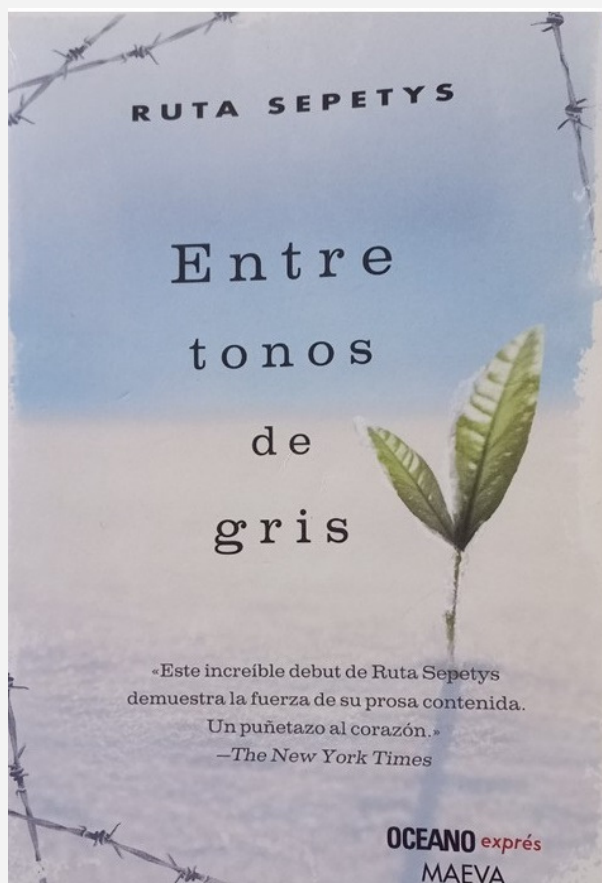
Quenda compañera:

154 614
615
616

Te entrego este libro para que puedas viajar a través de esta historia de superación femenina. Espero que logres conectarte contigo misma y puedas luchar por el futuro que tanto deseas. NUNCA dudes que alcanzar tus sueños siempre se puede, sólo debes confiar en ti.

Te mando un abrazo fuerte
Para que sepas que estoy aquí
con cariño

Tu compañera

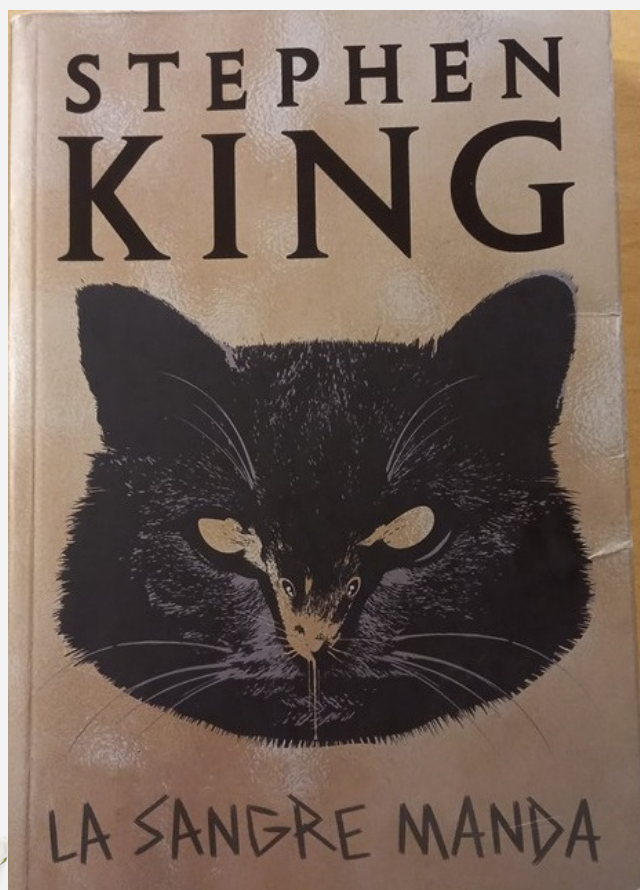


Te comparto un testimonio real de resiliencia y determinación ante la adversidad.

Yo no puedo ponerme en tus zapatos, pero Lina sí, espero que encuentres una amiga y refugio en ella.

Disfrútalo!

FNS.//



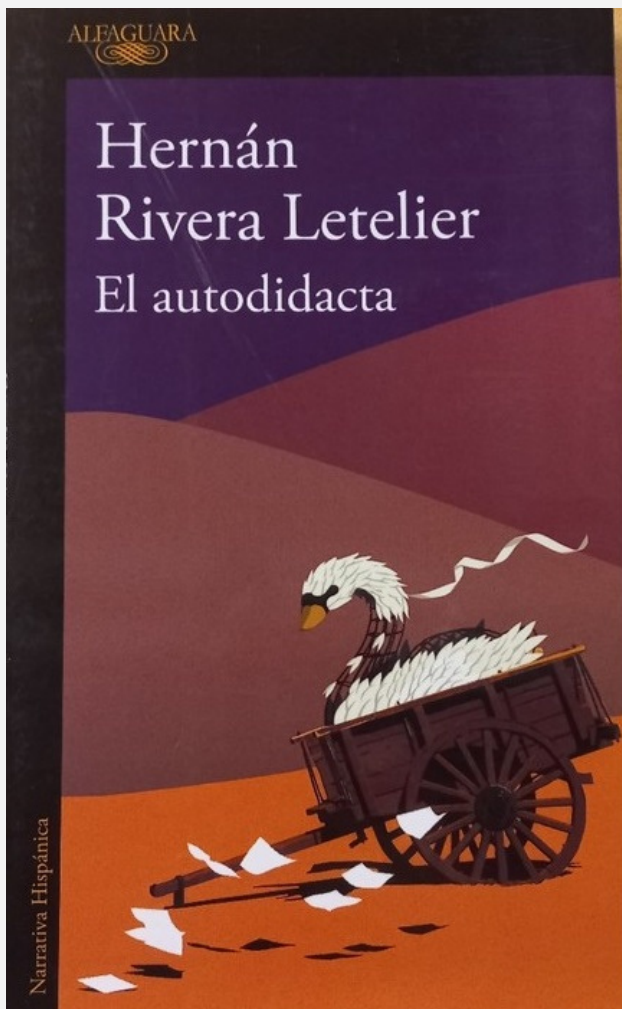
Te invito a adentrarte a los mundos paralelos de la ciencia ficción en 4 cuentos que no te dejarán soltar este libro, mi favorito es el primero, puedes decidir leer algunos o todos.

Espero que tu mente te lleve a lugares inimaginables

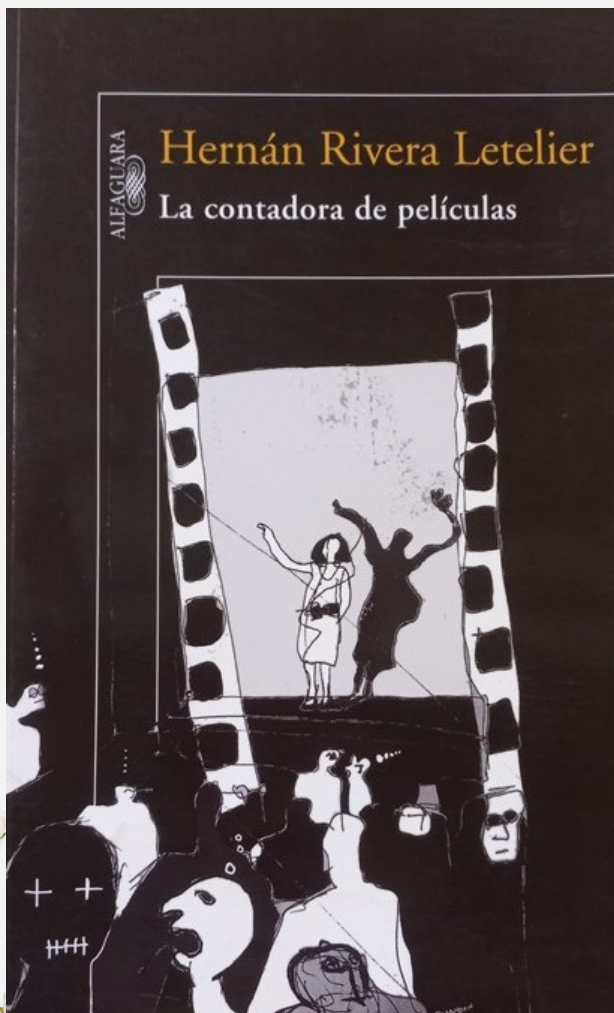
Cariños,

FNS.//

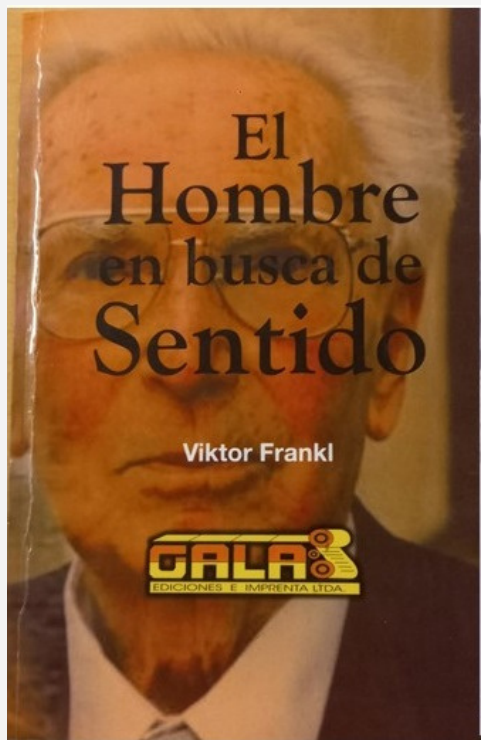




Se lo que
construye tu futuro,
sueña con los oper-
tunidad de lo que
que para cada uno
de nosotros existe.
Vemos que tu
puedes



La Fantasía, el
leer un libro e imo-
gnar cosas nos hace por
momentos olvidar donde
estamos. de hecho o verlo
tu imaginación.



El Hombre en busca de Sentido

por Viktor E. Frankl

Querida lectora,
Te invito a leer este libro, lleno de enseñanzas y experiencias sobre una persona que se encontraba encarcelada en contra de su voluntad, que sufrió mucho sin tener idea de dónde se encontraba su familia, sus hijos e hijas. Nos cuenta una historia de superación y una forma de encontrar un sentido a este extraño juego que llamamos la vida, la cual está llena de alegría y tristeza, logros y derrotas.

Espero que te ayude como a mí me ayudó siendo una luz en tu camino cuando las cosas se empiezan a poner oscuras. ¡La vida no se hace más fácil, sino que nosotros nos hacemos más resilientes! ¡Ojalá te guste! :)

Con mucho cariño,

Catalina

Una amiga que está rezando por ti y tu familia ☺.

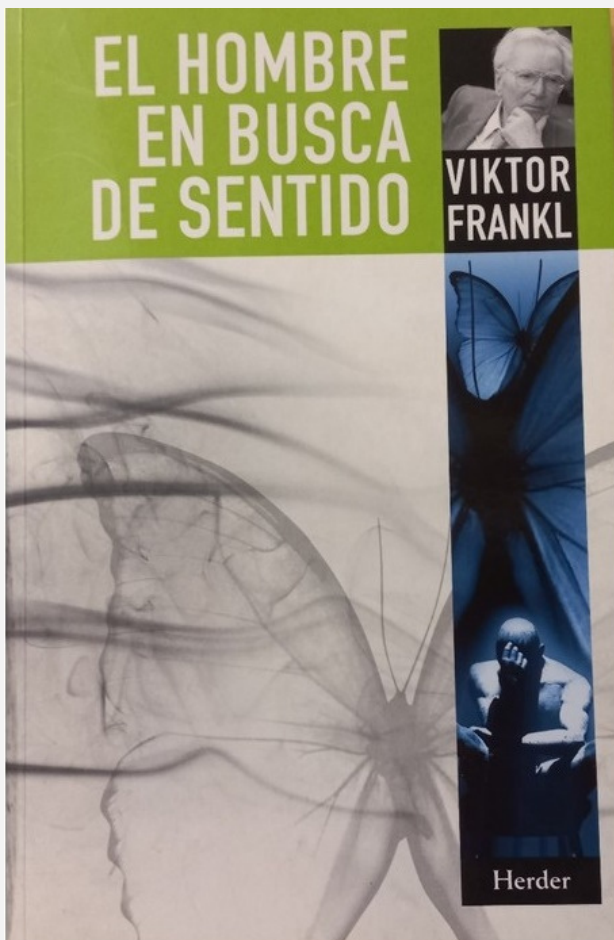
Registro de Propiedad Intelectual de acuerdo a la Ley vigente

Primera Edición Marzo 2018
Se imprimieron 1.000 ejemplares

**DERECHOS RESERVADOS
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN**

GALAS EDICIONES
General Urriola N° 646 Santiago - Chile
galas_ediciones@yahoo.es
www.galasediciones.cl

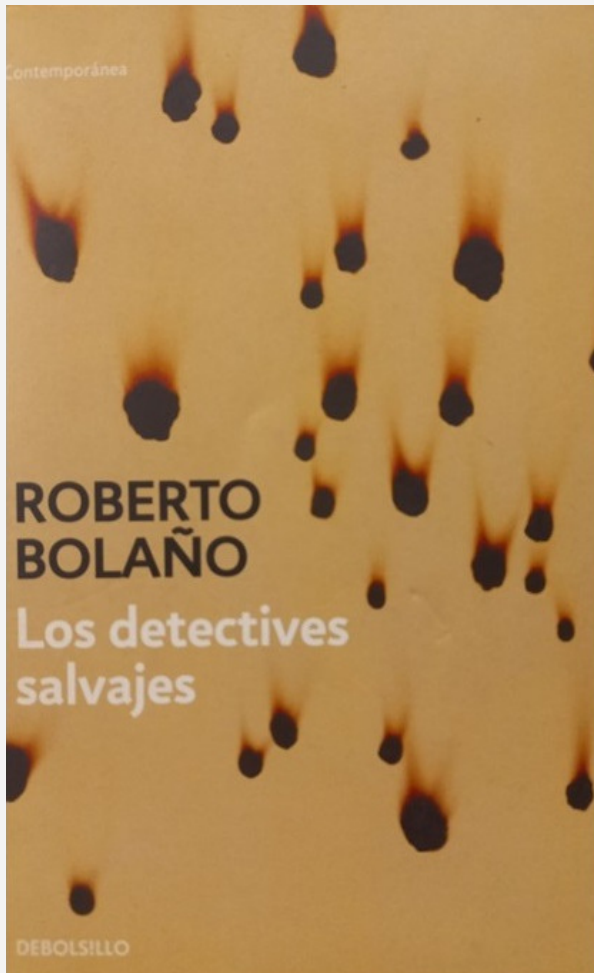
Impreso en Chile / Printed in Chile



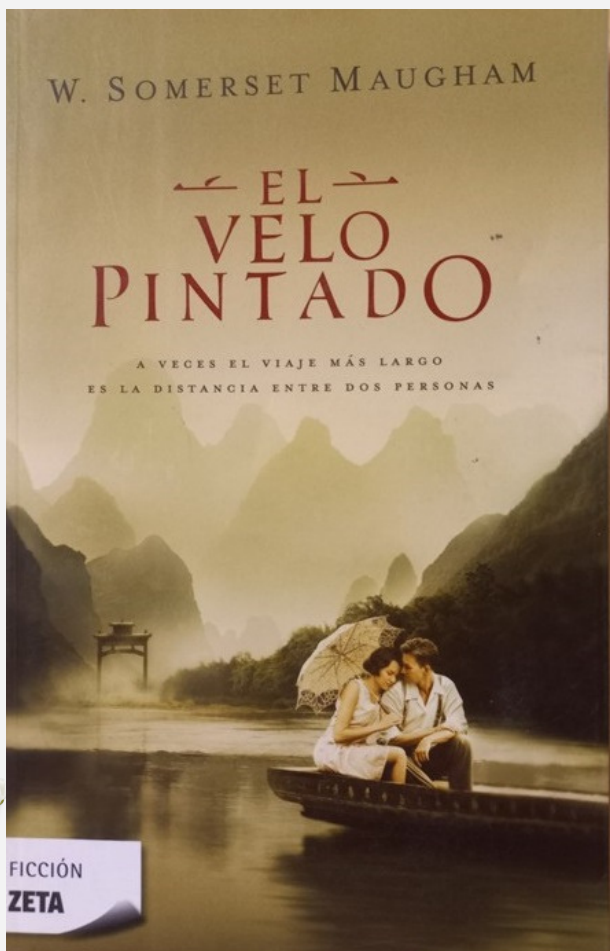
Querida Compañera,
te dedico este libro con mucho cariño para que te acompañe como me acompañó a mí en momentos difíciles. Espero que encuentres inspiración en las páginas de este libro y recuerdes que no estás sola, eres muy fuerte y saldrás de esto y de cualquier cosa que la vida ponga en tu camino. Te deseo lo mejor y ojalá lees este libro que estoy segura que en algo te puede ayudar.
Muchos carinos,

Liza





Hola
Hace muchos años alguien
dijo que la Vida es Sueño.
Es no dar las novelas,
Sueños, imaginar, salir
de tu cabeza y entrar a
otros mundos. Creer.
Transformarse en un perso-
naje más de la literatura.
Disfruta la lectura de
este libro, con muchos
caritos
Chave



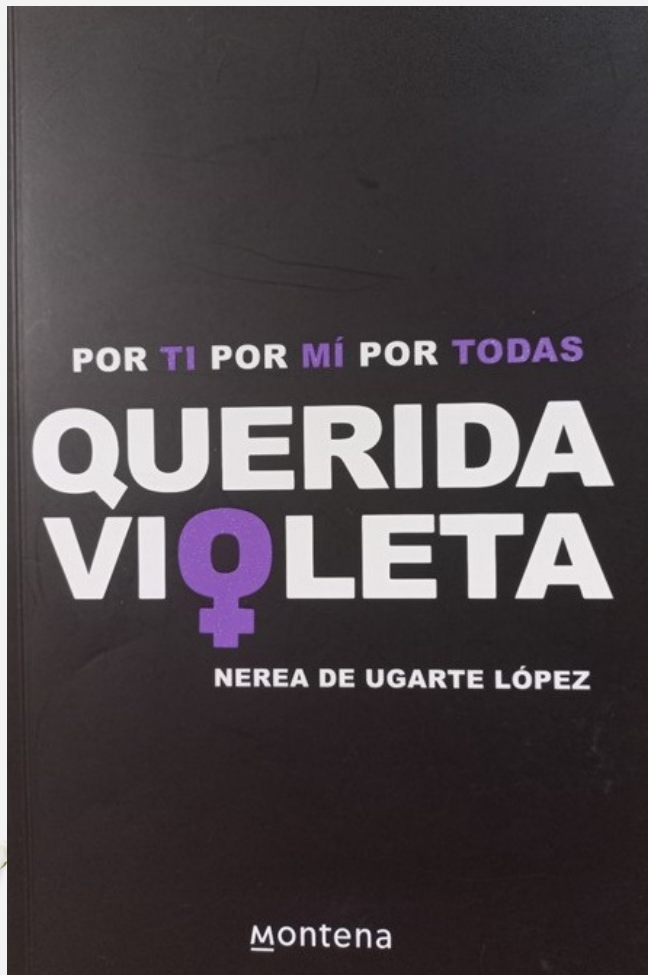
«... el velo pintado al que quienes viven llaman Vida.»

Querida, que goces este
libro y viajes con los
personajes por el amor.



Una historia de Amor, Pq a veces nuestra alma gemela es quien menos esperamos ♡
Nunca pierdas la esperanza...

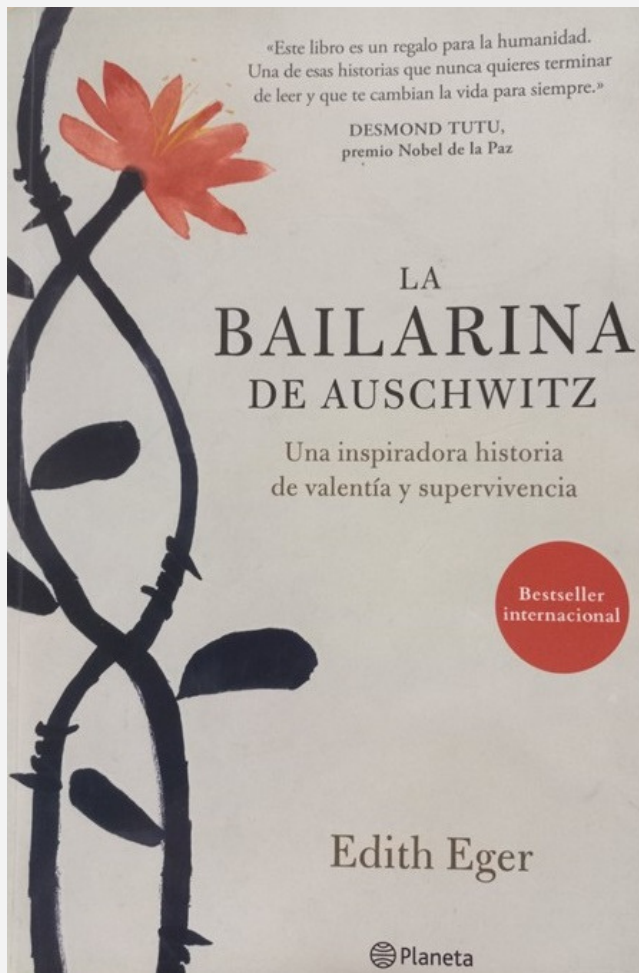
- Trinidad



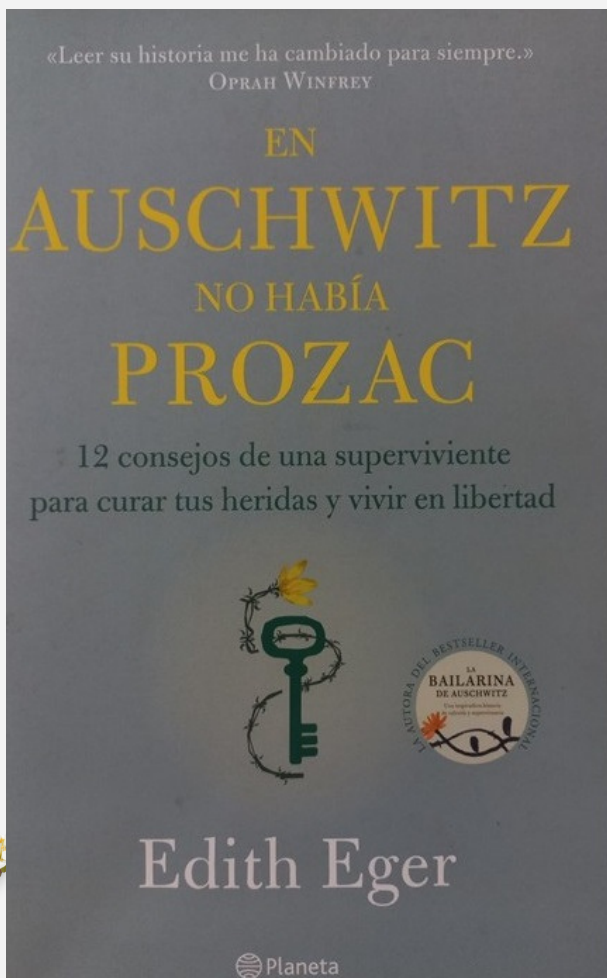
Espero que este libro te empodere y te permita volar.
Es una autora chilena que ha hecho que su voz llegue a miles de chilenas y hoy llega a ti.

- Sofía

M



Para ti
para que sepas que siempre
se puede salir.
Lo único que nunca se puede
es la libertad de tu voluntad
Te mando mucho
#Animo



Hermana y amiga:
Dios te ama y te espera
Eres única e irreplicable y
a pesar de los momentos
difíciles que puedas tener
hay un camino, hay amor.
Y yo estoy contigo.
Un abrazo.



PALOMA SÁNCHEZ-GARNICA

LA SOSPECHA DE SOFÍA

En una Europa dividida por un muro insalvable,
dos hombres y una mujer buscan desesperadamente su destino



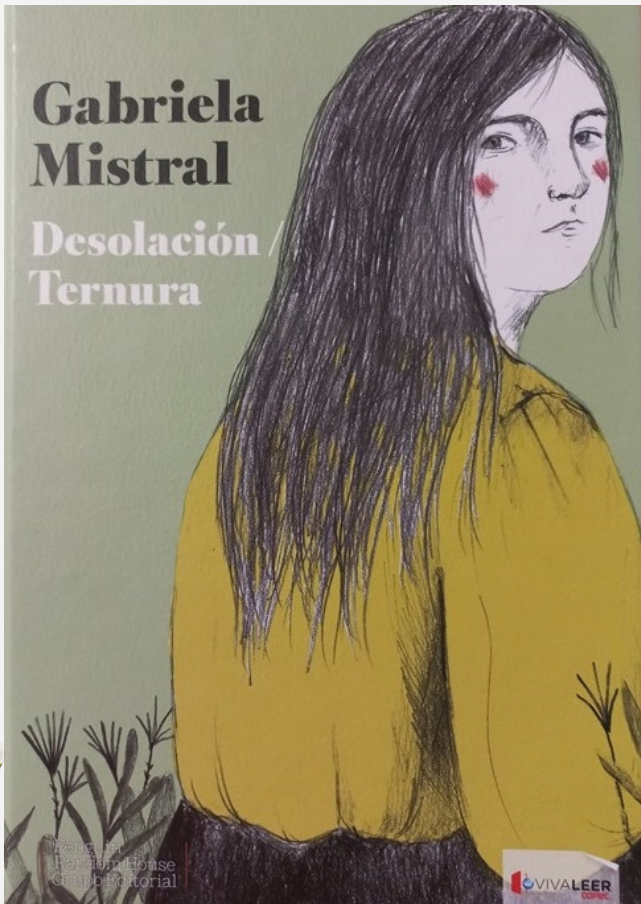
Hola: espero que este
libro te ayude a
entretenerte y viajar
con la imaginación.

No pierdas nunca
la esperanza, la vida
nos puede sorprender...
como le pasó a Sofía,
la protagonista de esta
historia.

Un abrazo
Myriem

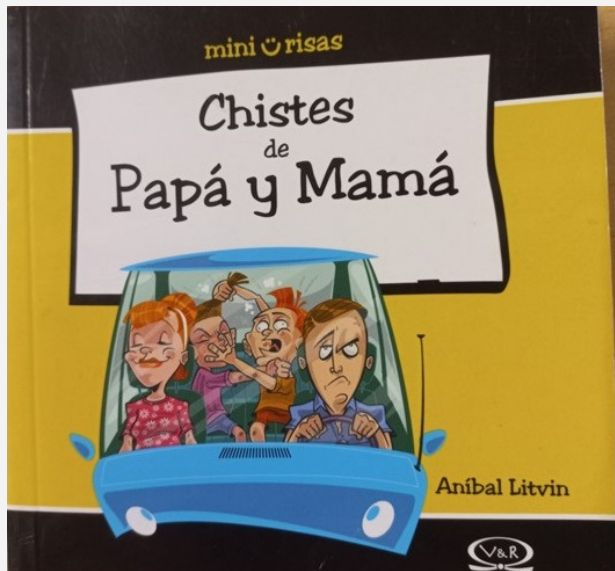
**Gabriela
Mistral**

**Desolación /
Ternura**



Desolación/Ternura

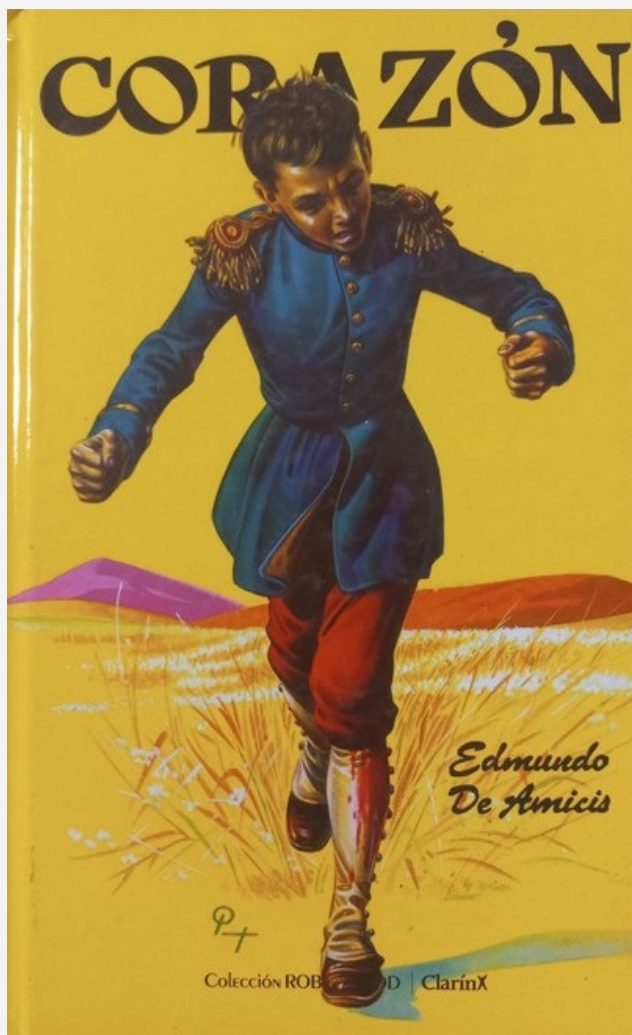
a ti querida mujer, para
que tus días se hagan más
placenteros e inspiradores.



Para: Ti

De: Alexandre

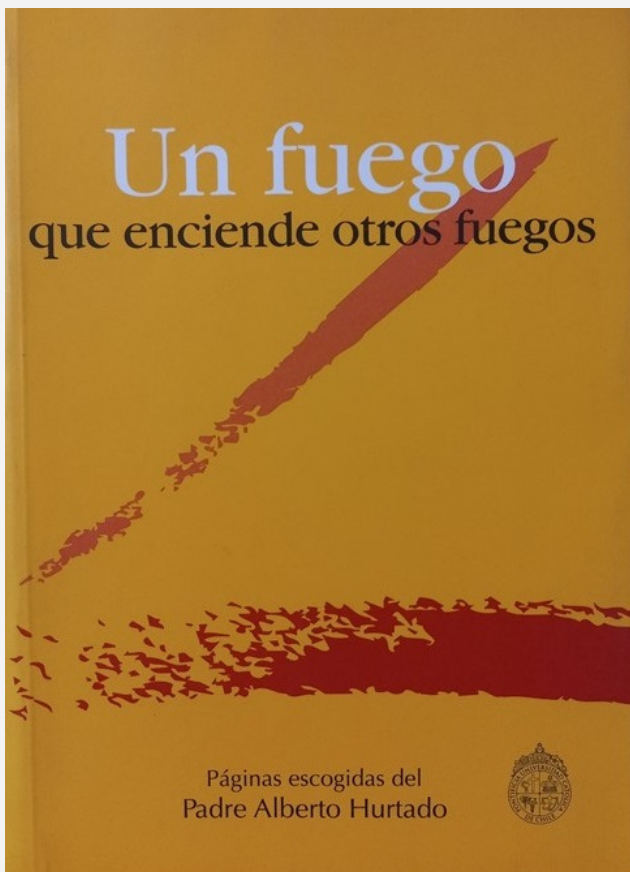
Con mucho cariño
Para rir, hacer
un abrazo!



CORAZÓN

Este libro me emociona
cada vez que leo
sus historias: viste
"Mario" en la TV?
Este basado en uno
de estos cuentos.
No te lo pierdas
Un abrazo
Alexandre





Comparto este libro
del Padre Hurtado,
nuestro santo chileno,
un cura que se le
jugó por los pobres
como personas dignas
de tener las mejores
oportunidades
un abrazo, Alejandra



Uno de mis libros favoritos
para ti ♡

Esoa que digas que tu
imaginación vuele y seas libre
en el mundo de los libros.

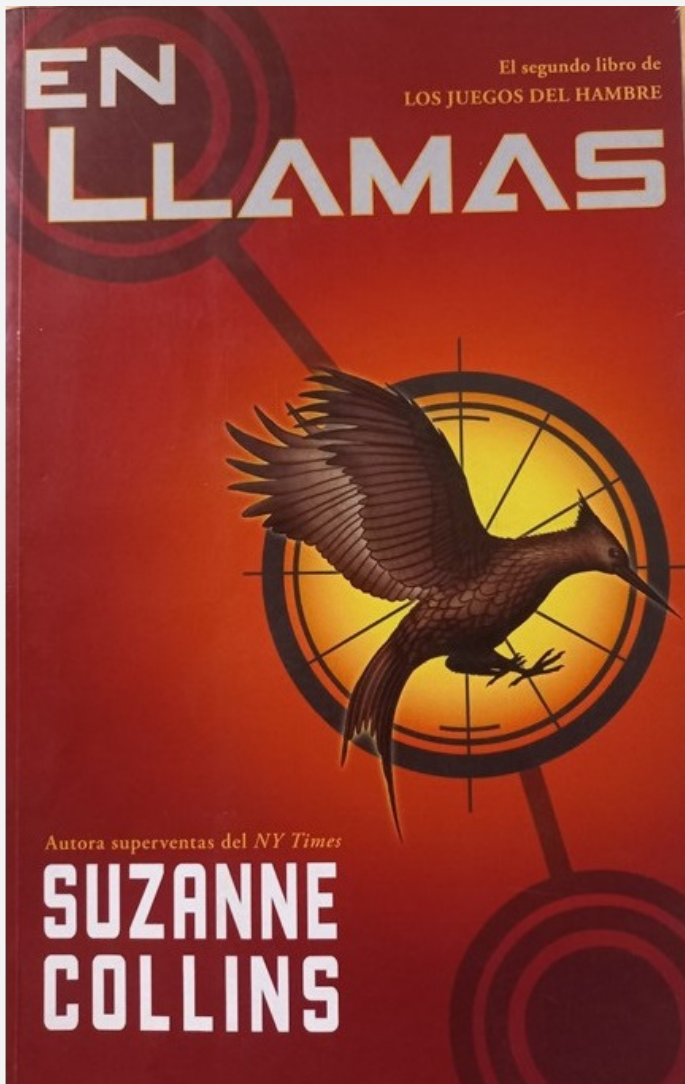
-Trinidad



JULIE WEISZ
Fotografías de Teatro Abierto



¡Hola! Te cuento que soy actriz
y trabajo en una escuela de medicina
con actores para mejorar la
comunicación entre médicos, profesiona-
les de la salud con sus pacientes
y quiero compartir este libro de
fotos que son de obras de teatro
y les sacó una amiga de Argentina
que los disfrutes! Alejandra



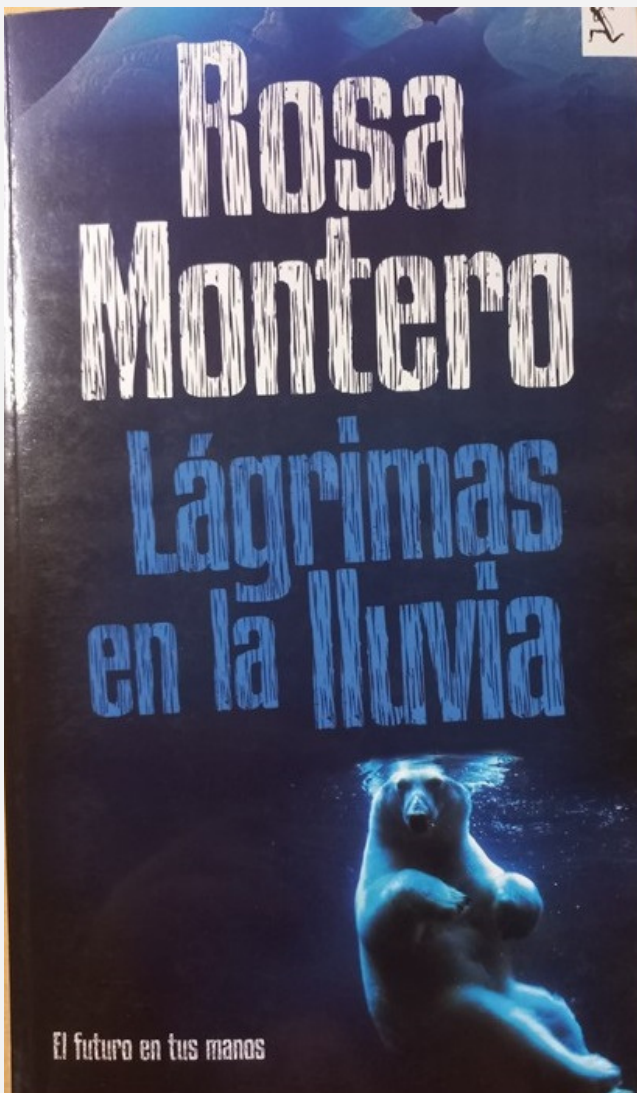
Hola, espero disfrutes
de este libro.
Es la historia de Katniss
quien sale adelante
a pesar de tener todo en
contra.

Nunca pierdas la
esperanza.

Un abrazo

Myriam.





Hola!

Los libros son un mundo que te abre la cabeza. En ellos puedes irte, crecer, aprender, pero, por sobre todo: IMAGINAR.

Imagínate que estás allí, en el centro de la historia, puedes ser cual fueres persona viva y eso te hace feliz. Con todo eso lo espero fue disfrute la lectura de este libro.

Liliana



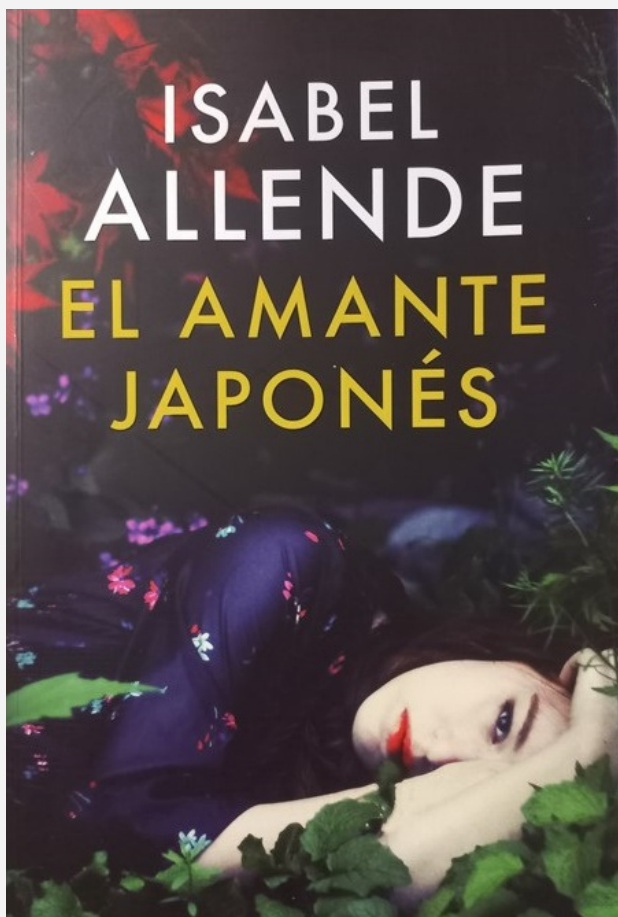
querida lectora:

Susan Zúñiga

2012

Aquí te habla Francisca y te dedico este libro, esperando que te sirva de ayuda para teletransportarte a través de él y distraerte en momentos donde es necesario escaparse un poco de la realidad. En mi opinión creo que los libros nos permiten conectarnos tanto con otras personas como con nosotros mismos y es una muy buena forma de echar a volar nuestra imaginación. Quiero que sepas que no estás sola en esto y que a pesar de lo difíciles que pueden ser ciertas situaciones, siempre te tendrás a ti misma y solo tú puedes cambiar la forma de ver las cosas. No puedo imaginar lo duro que debe ser estar en la cárcel y de corazón espero que este libro te sirva y motive para seguir adelante y sobrellevar esta situación.

te mando un abrazo apretado y espero que lo disfrutes!! ♡



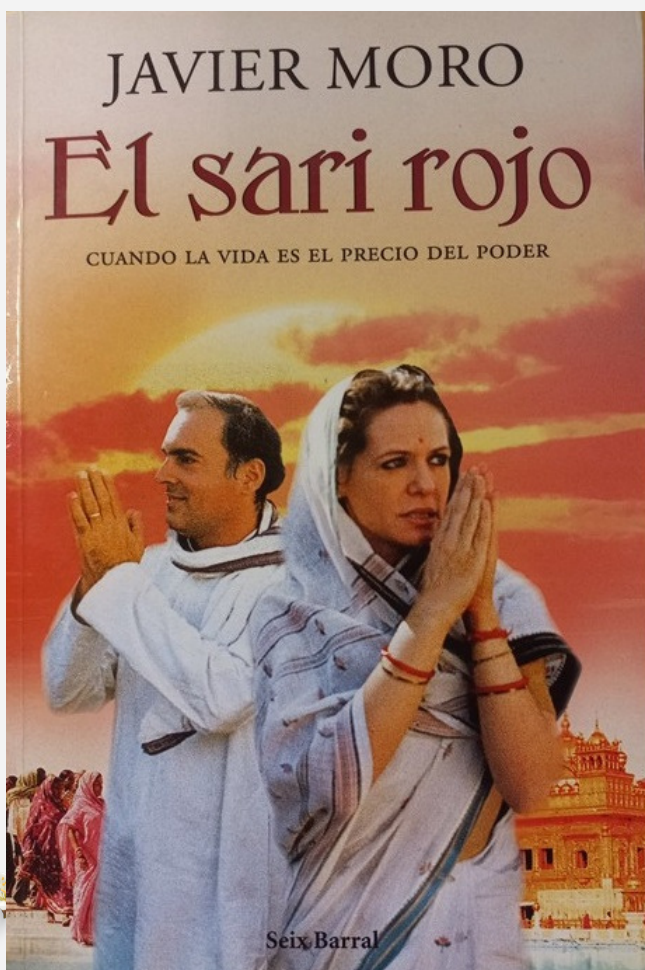
Compañera,

Me gustaría que cada vez que leas estas palabras nunca olvides que hay personas pensando en ti todos los días, puede ser tu familia, tus hijos o una simple desconocida como yo, pero todos tenemos en común que queremos lo mejor para ti.

Lo que tu vives diariamente es algo que ni en mis peores sueños imagino. Independientemente del por qué estés ahí, quiero decirte que te admiro. Admiro tu fortaleza, tu amor por quien amas, y porque sé que hiciste todo lo que estuvo en tus manos para no estar ahí.

Este libro llega a ti para invitarte a sumergirte en el maravilloso mundo llamado lectura. Para mí los libros son una forma de aljarme de mis problemas por un rato, viajar por el mundo y por otras vidas. Y me encantaría que tú también sintieras lo mismo en tus momentos en la cárcel.

Con todo el cariño y la fuerza del mundo.
Barbara. ♡

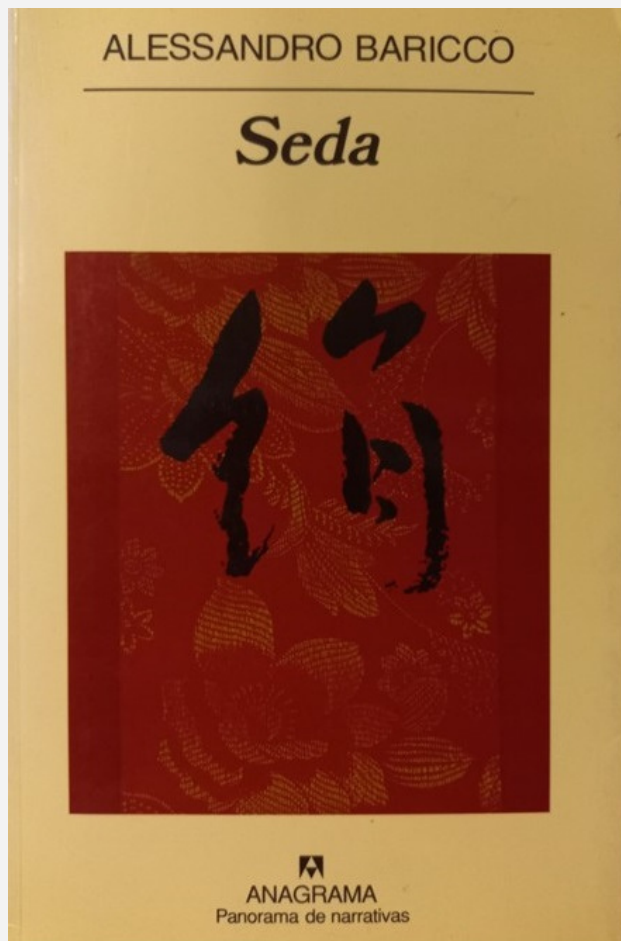


Hola!
Otras vidas, otros mundos,
otras culturas, otras liz
trías. Eso son los niveles.
Una puerta si abre en tu
cabeza y te permite una
fina, aprender, crear,
viajar....

Disfruta esta lectura,
con todo cariño

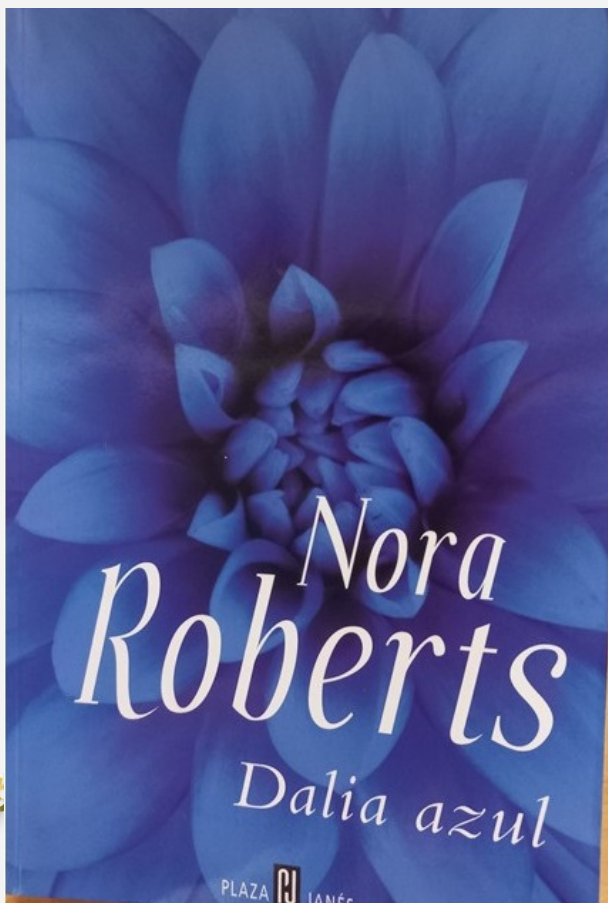
Chane





Con mucho cariño
te dedico esta
preciosa historia
de amor que te
hará soñar.

Un fuerte abrazo,
Carolina.



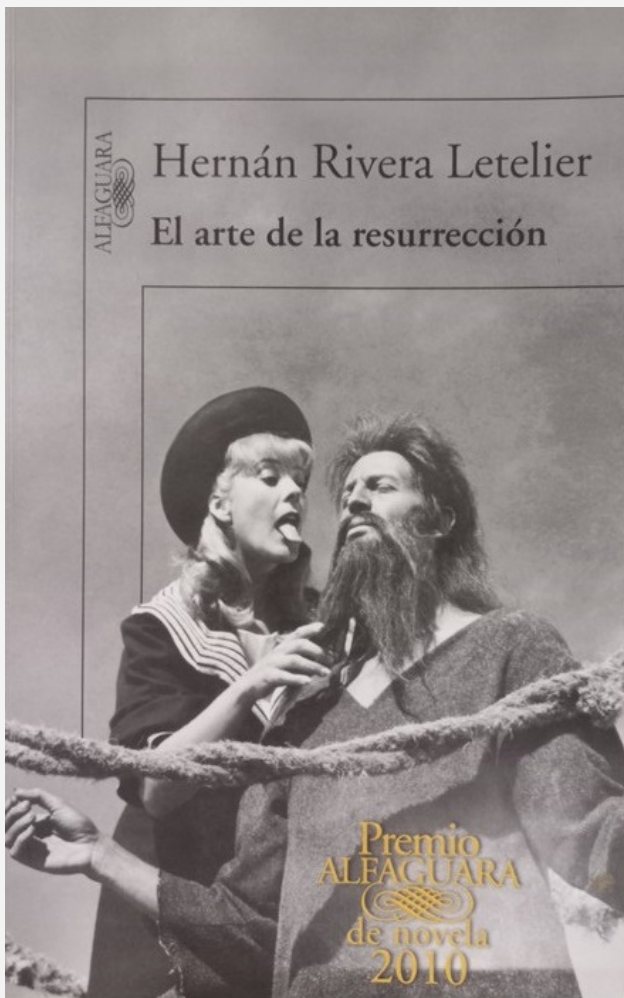
DALIA AZUL

Esta es una historia
de amor que florece
en medio de rosas,
claveles y dalias.

Imagina que estás
allí.

UN ABRAZO

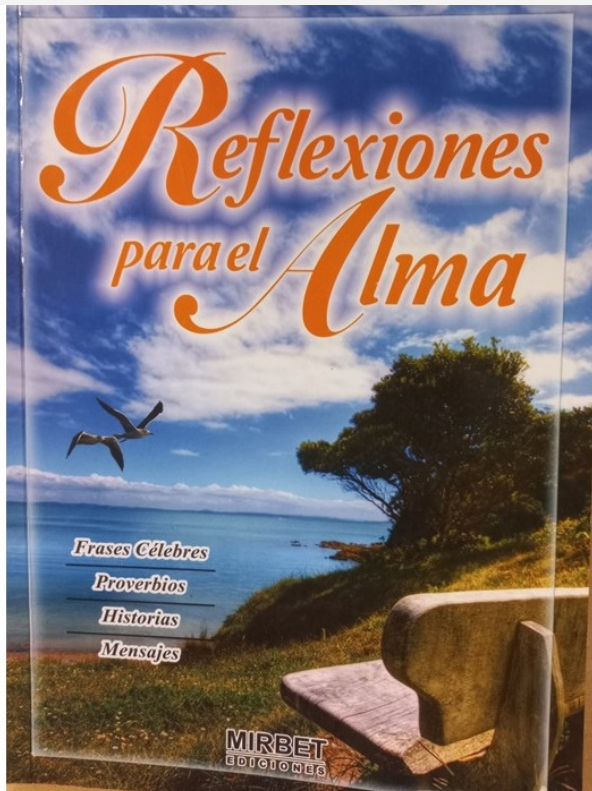
KARIM.



El arte de la resurrección

Con mucho cariño
te dedico esta
historia de nuestro
norte que te
transportará con humor
y compañía.

Un fuerte abrazo,
Carolina.



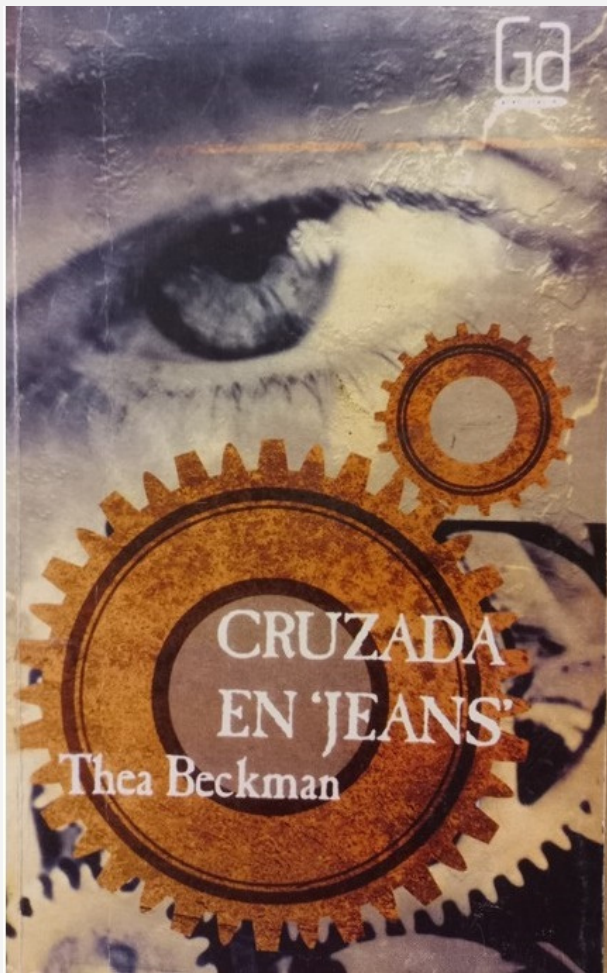
"Mientras hay vida hay esperanza" es una frase que aparece en la página 113 de este libro, y me parece perfecta para dedicártela. De todas las historias que hay aquí, espero que puedas encontrar alguna que te de tranquilidad o inspiración mientras te encuentras en la cárcel. Recuerda que hay personas que piensan en ti. Yo soy una de ellas. Mucha fuerza.

-Eleanor-

Otras páginas con frases especiales para ti: 33, 41, 49, 71 y 95.

Reflexiones para el Alma



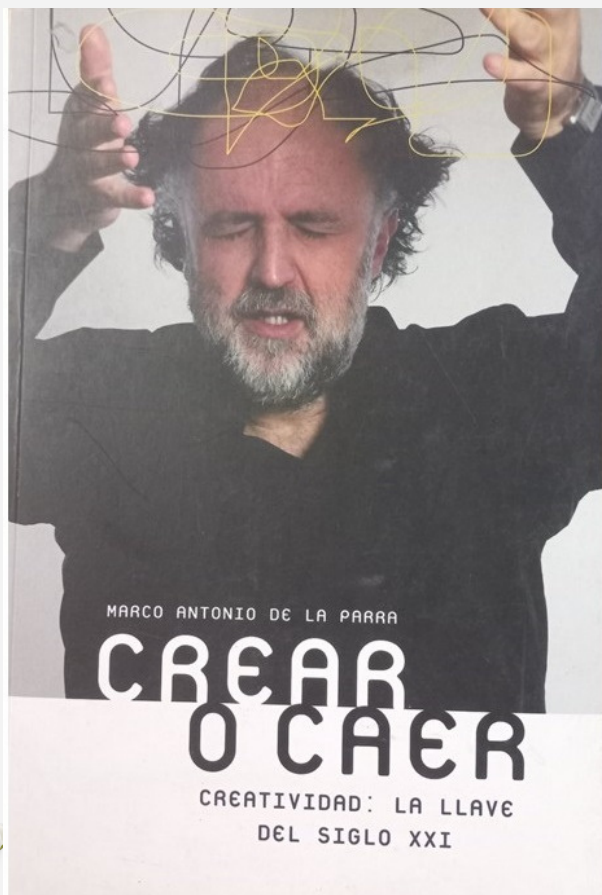


Este libro nunca lo he leído, pero quisiera que tú lo hicieras y ~~separar~~ por mi lo lindo que es imaginar y soñar a través de la lectura...

Espero que me lo puedas recomendar y que me enteres que sentiste con esta historia.

Con mucho cariño para ti

Hermosa mujer.

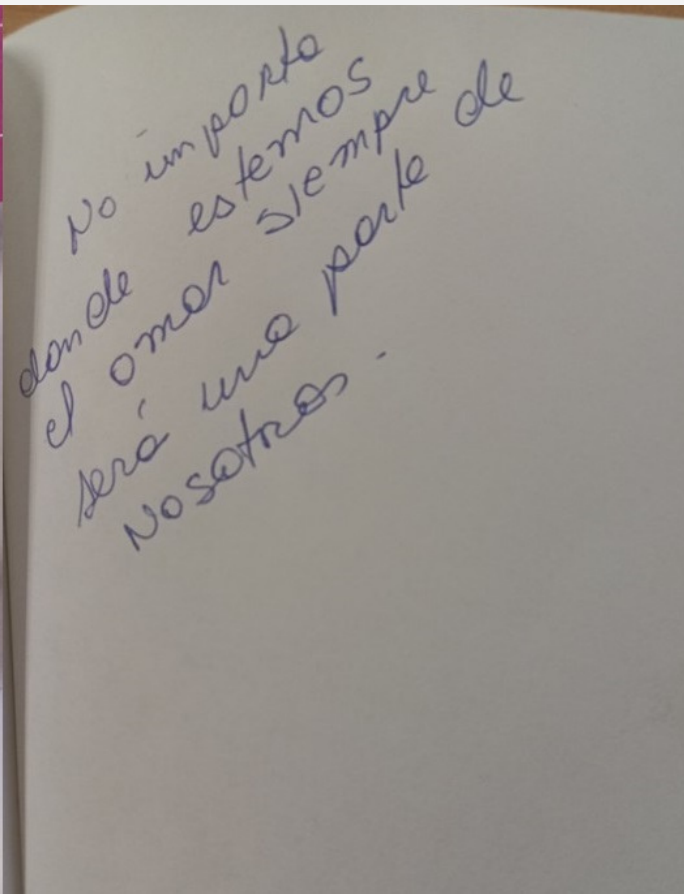
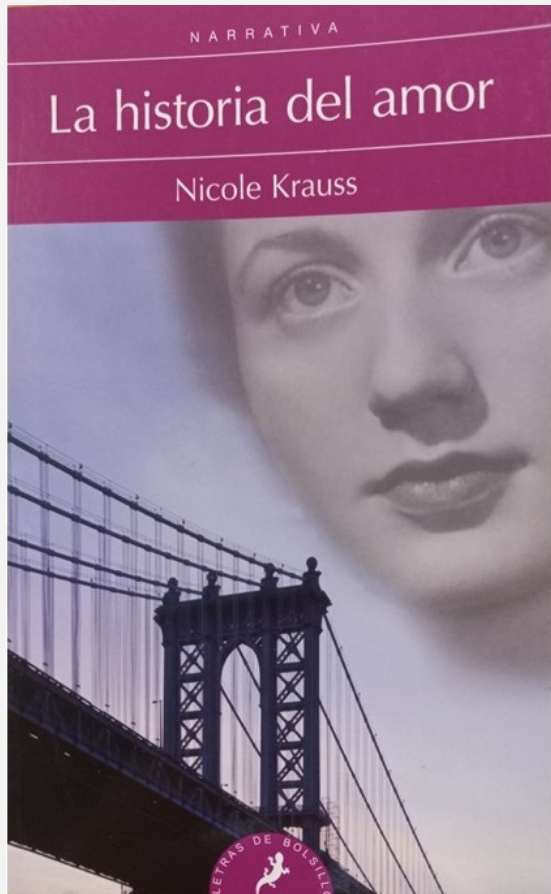
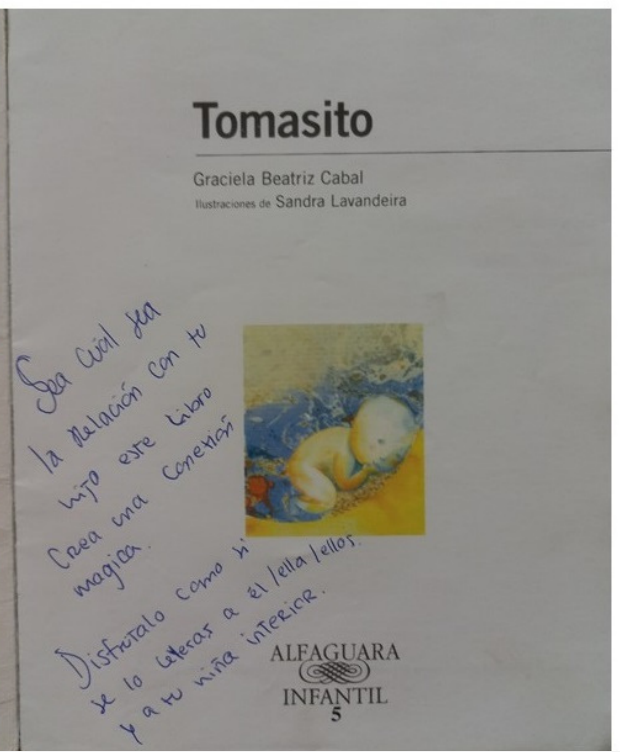
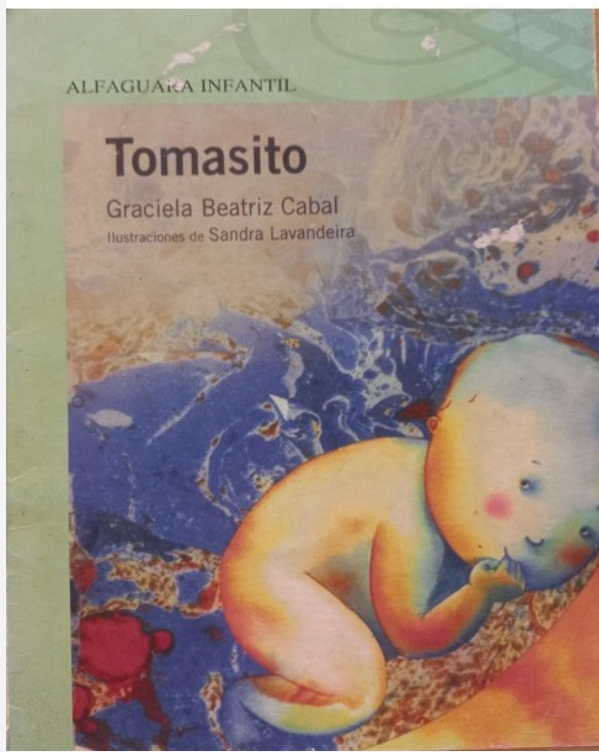


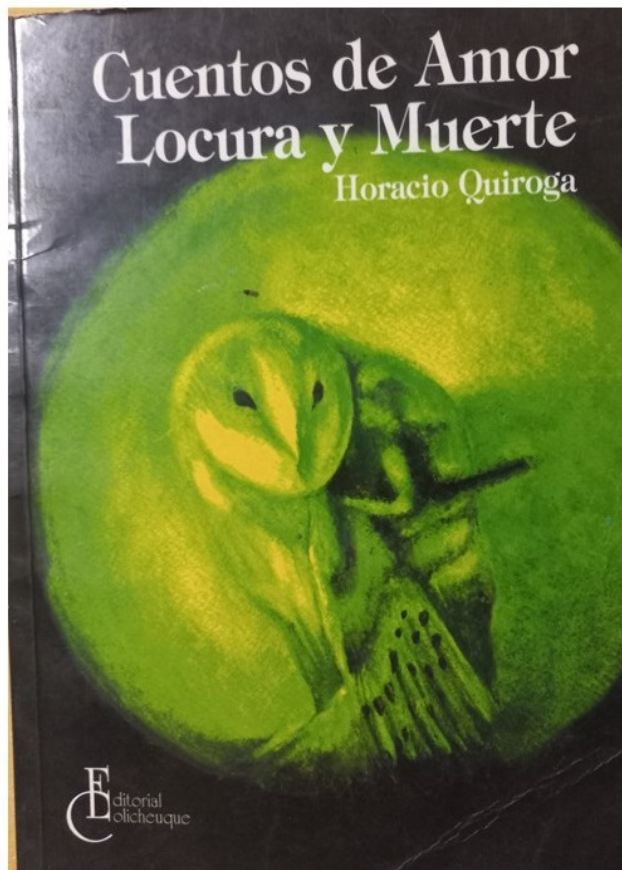
Estimada, espero que este libro alivie tus problemas y preocupaciones, al menos por un momento. Recuerda que muchas veces leer te lleva a otros mundos y lugares, sin embargo, nunca olvides las personas que están junto a ti y te quieren en esta vida.

Mucho ánimo!! ♥

- Anto.







Para ti
de: Josefa
Chaparro.

**Biblioteca Básica
Universal**

¿Sabías que nunca es tarde para nada y que el tiempo sólo se acaba cuando la vida termina? *

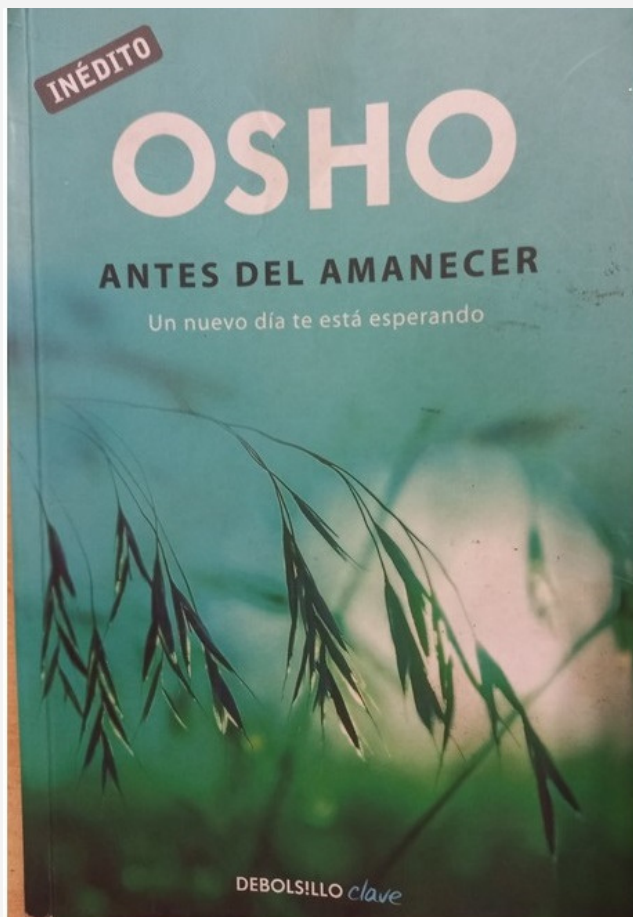
Es por esto que te regalo este libro con todo mi cariño para que sigas viendo una oportunidad en todo.

Te doy mis 3 afirmaciones que son mágicas:

- yo puedo lograrlo
- hoy puedo ser mejor que ayer
- soy fuerte porque elijo serlo.

Cada vez que las digas o se te pasen por tu mente, estaré yo contigo haciendo estar frater más presentes.

Editorial Clicheuque Ltda.

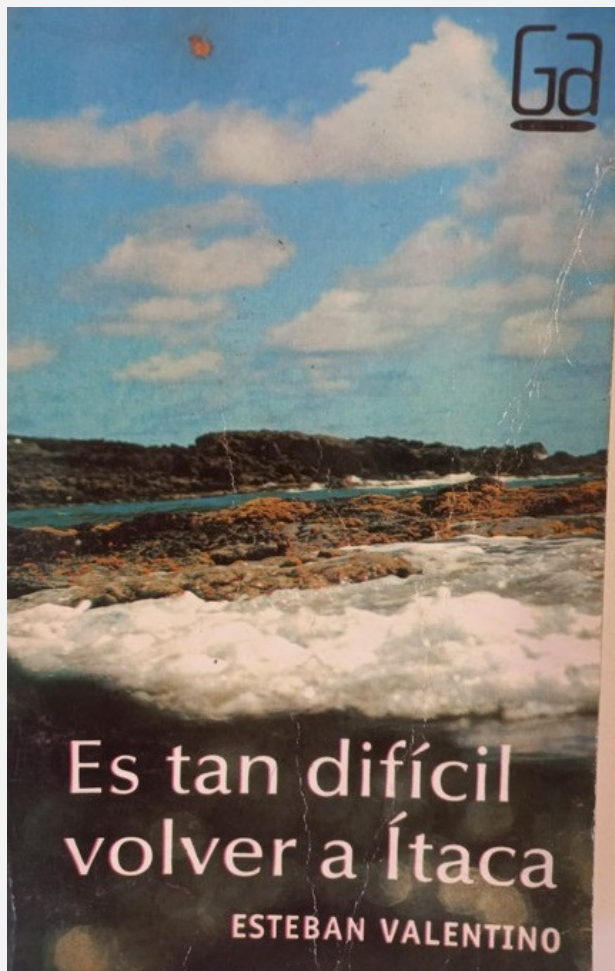


Hola, es un gusto poder escribirte y regalarte este libro, aunque si te soy sincero el propósito de mi regalo no es lo que cuenta el libro, mi propósito es querer transmitirte a través de él que tu para mi eres y serás siempre una mujer libre, libre de pensar, de imaginar y por sobre todo de sentir, eso nadie podrá quitártelo jamás, es por esto que me gustaría que esas libertades las ocupes a tu favor y pensar que sea lo que sea que estés viviendo te aportará a tu vida para continuar más fuerte que nunca.

Con mucho cariño espero disfrutar el libro

De: Elías Adame





ES TAN DIFÍCIL VOLVER A ÍTACA
ESTEBAN VALENTINO

Así como este libro y los caminos a Ítaca, tú también puedes seguir adelante, recuerda siempre la Fortaleza que Hay en ti, porque la Hay, tus experiencias lo demuestran, Cree en ti porque yo ya lo Hago.

-María.



Perdónate, Hay cosas de tu vida que no pudiste controlar y te llevaron a tomar ciertas decisiones. Perdona, Hace las paces con tu niña interior, ella no tiene la culpa de nada de lo que les pasó, quiérela, abrázala, Han tenido la Fuerza para salir adelante y vivir muchas cosas, y tal vez cueste creerlo pero esa misma Fuerza te puede llevar donde tú quieras, cree en ti y en tu poder.

-María.



INICIATIVAS PENSADAS POR LOS ESTUDIANTES DE ESTE DESAFÍO, PARA ENTRETENDER A LAS RECLUSAS

- 1.- Clases de zumba para las reclusas, 1 ó 2 veces por semana. Se sugiere contratar un profesor de Educación Física o capacitar a una de las reclusas para que asuma esta tarea semana a semana.
- 2.- Organizar charlas motivacionales para las mujeres privadas de libertad, en las que ex reclusas o reclusos insertos en la sociedad relaten sus experiencias de éxito, con discursos motivacionales.
- 3.- Mindfulness u otras técnicas que potencien en las reclusas el control de la ansiedad, de la rabia o de sentimientos negativos.
- 4.- Desarrollar regularmente "círculos de reflexión" entre las reclusas y profesionales en salud mental, psiquiatras, psicólogos, terapeutas ocupacionales, con la finalidad de que se autoconozcan y conozcan a sus pares.
- 5.- Sesiones regulares de actividad física para las reclusas. Instaurar días de karaoke y baile entretenido, evaluando las posibilidades de infraestructura disponibles en la cárcel.
- 6.- "Buzón de Experiencias Compartidas", en el que las reclusas escriban sus propias experiencias, de manera anónima. Desarrollar instancias de conversación en base a los escritos, como una forma de potenciar el diálogo y la buena convivencia.
- 7.- "Cartas Compartidas". Generar la instancia en la que, de manera mensual, las reclusas puedan compartir cartas con sus familiares y viceversa. Se define esta actividad una vez al mes para que de ambas partes tengan mucho que contar y para que se genere expectativa en torno a la actividad.
- 8.- Desarrollar talleres saludables en los que se les enseñe a las reclusas a cuidar su salud por medio de la alimentación, hábitos y actividades manuales como la cocina o huertos.

9.- "Taller de Lectura" como una instancia de aprendizaje. Potenciar en las reclusas que desarrollen ideas sobre sus experiencias personales, cuya meta podría ser un libro con sus historias. Se evalúa la posibilidad de generar ingresos con la elaboración de este libro y llevarlas a nuevos intereses desde la escritura/lectura.

Evaluando el nivel de analfabetismo en las cárceles, se propone que quienes sepan leer y escribir plasmen las historias de quienes no tienen esas competencias.

10.- Fijar un horario protegido para las reclusas, para el desarrollo de actividad física. Se propone una frecuencia de 3 veces a la semana, en base al trabajo de preparadores físicos voluntarios.

11.- Organizar, en las instalaciones disponibles para actividades comunes, días o tardes de cine. De esta forma las reclusas se lograrán abstraer de la realidad. Se deberán evaluar los recursos disponibles y los requerimientos mínimos para el desarrollo de esta actividad.

ESTUDIANTES

Elías Adasme Amaro (Ingeniería Comercial)
Diego Argandoña Torres (Ingeniería Comercial)
Bárbara Burgos Alarcón (Medicina)
Joaquín Bustos Díaz (Ingeniería Comercial)
Catalina Cerón Spikin (Medicina)
Josefa Chaparro González (Obstetricia)
Javiera Del Campo Valdés (Periodismo)
Luciana Fuenzalida Buvinic (Diseño)
Antonia González Villegas (Enfermería)
Liza Konekamp Sepúlveda (Psicología)
María Fernanda Lazo Delgado (Psicología)
Amanda Miquel Pineda (Psicología)
María Cecilia Morales Bobadilla (Psicología)
María Fernanda Muñoz Quiroz (Psicología)
Piera Palavicino Baeza (Ingeniería Comercial)
Francisca Prohens Gidi (Medicina)
Macarena Roncagliolo Sabella (Psicología)
Sofía Runín Pérez (Periodismo)
Sophía Sargent Herrera (Psicología)
Isidora Schilling Ossa (Medicina)
Josefina Soto Fux (Enfermería)
Nicolás Valencia Naranjo (Diseño)
Eleanor Vega Pesantes (Psicología)

DOCENTES

Claudio Osses Paredes (Enfermería)
Josefa Jiménez Herrera (Enfermería)

COLABORADORA

Pamela Rodríguez Bastías (Unidad de Calidad - Facultad de Medicina
Clínica Alemana Universidad del Desarrollo)