

HACER VISIBLE LOS CUIDADOS

FUNDACIÓN PH15

EN ESTE VIDEO MIRIAM TE CUENTA DE QUE SE TRATA LA ACTIVIDAD:



[ACÁ LO PODES VER EN YOUTUBE](#)

En esta actividad, les proponemos pensar sobre la acción de cuidar.

- ¿Qué significa cuidar? ¿Y cuidar de otro?
- ¿Quién cuida de nosotros?
- ¿A quien cuidamos?
- ¿Es importante que alguien nos cuide? ¿Qué importancia le damos a quienes lo hacen?
- ¿Sólo se cuida estando presente?
- ¿Nos cuidamos a nosotros mismos?

Muchas preguntas se nos vienen a la cabeza cuando empezamos a reflexionar sobre un tema que forma parte de nuestra vida diaria, pero muchas veces pasa inadvertido.



Como nos invita a pensar la socióloga Eleonor Faur:

“No hay nadie que sea totalmente autónomo ni nadie que sea totalmente dependiente. Lo que tenemos entre las personas es una red de interdependencia. Necesitamos de esa red. Y es verdad que aunque los cuidados se necesitan con mayor intensidad en algunas etapas de la vida, en la vida adulta, supuestamente autónoma, cuando no estamos enfermas, cuando no tenemos una discapacidad, igual necesitamos cuidados.”

Entonces, pongámonos en acción para empezar a hacer visibles a quienes nos cuidan, a quienes cuidamos, a esa red que nos sostiene.

Paso 1:

Hacé una lista de diez momentos de tu cotidiano en los que pienses que se está manifestando tu red de cuidados. Pueden ser acciones pequeñas o grandes.

Paso 2:

En cada uno de esos momentos, identificá quiénes son las personas que hacen posibles esos cuidados. ¿Es una sola persona? ¿Son varias? ¿Es siempre la misma, o son personas diferentes en cada momento?

Paso 3:

Seleccioná tres de esos momentos. Pensá cómo y cuándo se desarrollan. Imagina la escena en donde suceden. Pensá en la persona que lleva adelante esa tarea, en cuál es el mejor momento para retratarla. ¿Es mejor retratarla mientras nos cuida o en otro momento?

Paso 4:

¡A fotografiar! Para hacer estas fotos podés usar una cámara, un celular, una tablet, una computadora, lo que tengas, ¡todos sirven!. La idea es que al final tengas tres fotos, una de cada momento de cuidado.

Paso 5:

¡A escribir! Te proponemos que en una oración nos cuentes sobre la persona retratada, qué cuidado realiza, por qué es importante para vos.

Al acompañar la fotografía con este breve texto, lograremos fortalecer el mensaje.

Paso 6:

COMPARTIR

En el formato dispuesto por quien facilita la actividad, proponemos compartir las imágenes de quienes nos cuidan y los breves relatos sobre sus historias de cuidado. De esta manera podremos empezar a pensar que incluso las acciones más pequeñas e individuales, colaboran en la construcción de una red que nos sostiene.

“Promover una mejor disposición humana a los cuidados es también promover una disposición a los cuidados del planeta. Es generar una red de sostenimiento en la vida que realmente implique una nueva ética y una filosofía de vinculación social.” (Eleonor Faur)

Algunos ejemplos:

1.

Malena Salazar retrató a su mamá, asistiendo a su hermana en las tareas virtuales durante el periodo de aislamiento en 2020



mientras cuidaba de su hermano menor.



2.

Ariel Viconoda se fotografió a si mismo en un momento de juego junto a sus hijos.

3.

Morena Sosa retrató a su mamá y a sus hijas. Entre las cuatro, construyen una red de cuidados que las sostiene



4.

Fotografiando su propia sombra, Lizzny



Justiniano nos muestra un
instante del tiempo
en el que cuida de su
hermana menor.

5.
En esta fotografía de
Mariela Paniagua
podemos ver a su
tía, quien cuida de su
abuelo.



Recuerden compartirnos las actividades y arrobarnos IG:
[@mujeresquenofuerontapa](https://www.instagram.com/mujeresquenofuerontapa)