

SEMBRANDO BIENESTAR: CURSO INTRODUCTORIO PARA FACILITADORES

Sembrando Bienestar es un curso introductorio para personas que desean diseñar y facilitar actividades con plantas y naturaleza orientadas al bienestar en contextos educativos, comunitarios y de salud.

En 8 sesiones (online y práctica presencial) aprenderás los fundamentos de la terapia hortícola, la estructura de la sesión, adaptaciones para distintos colectivos, el manejo básico de riesgos y los principios éticos.

Te irás con herramientas aplicables: fichas de sesión, guiones de cierre (debrief), criterios de derivación y un mini-programa listo para implementar.

Ideal para: educación, salud mental, rehabilitación, programas comunitarios y cuidadores.

INFORMACIÓN GENERAL

Modalidad: online sincrónico (Zoom) + mini práctica presencial (Chile / Perú)

Duración Total: 16 horas (10 horas sincrónicas + 6 horas de práctica presencial)

Dirigido a:

- Educadores, psicólogos, terapeutas ocupacionales y físicos.
- Personal de salud mental y de bienestar.
- Coordinadores de programas comunitarios y cuidadores.
- Emprendedores sociales interesados en soluciones basadas en la naturaleza.

Costo: USD 350

***Alcance y límites de la certificación:** Este es un curso introductorio sobre el diseño y la facilitación básica de actividades con plantas y la naturaleza. No constituye una habilitación clínica ni reemplaza la formación profesional acreditada. El participante aprenderá criterios de seguridad, límites profesionales y derivación.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- Definir las intervenciones basadas en la naturaleza y la terapia hortícola, y diferenciar la terapia hortícola de otras actividades recreativas o educativas con plantas (alcance, objetivos y límites).
- Explicar mecanismos y teorías relevantes (biofilia, restauración de la atención, reducción del estrés) y su relación con objetivos de intervención.
- Traducir metas de un colectivo (rehabilitación, salud mental, educación/comunidad) en objetivos SMART y seleccionar actividades coherentes.
- Diseñar una actividad o sesión con análisis de riesgos, adaptaciones, accesibilidad y materiales.
- Facilitar una mini-sesión incorporando apertura, actividad, debrief/cierre y retroalimentación.
- Aplicar principios éticos: consentimiento/participación informada, confidencialidad en grupos, límites profesionales, sensibilidad cultural y criterios de derivación.
- Elaborar un mini-programa de 3 sesiones (o 1 sesión + plan de escalamiento) con un esquema básico de evaluación.

METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

- Clases breves con discusión guiada (enfoque práctico).
- Demostraciones y análisis de casos (aplicación a distintos colectivos).
- Trabajo en pares/grupos: diseño de objetivos SMART y fichas de sesión.
- Role play y mini sesión con retroalimentación estructurada.
- Bitácora breve de reflexión para consolidar aprendizaje.

EVALUACIÓN

- Participación y práctica en clase (20%)
- Bitácora de reflexión (20%)
- Ficha de actividad (20%)
- Actividad final (40%)

ESTRUCTURA DEL CURSO

Sesión	Formato	Duración (h)	Fecha
1. Fundamentos de la terapia hortícola <i>Objetivo: Comprender qué es la TH, su evolución y los beneficios documentados. Identificar escenario y colectivos de aplicación.</i>	Online sincrónico	1.5	04 de marzo
2. Entendiendo el proceso terapéutico <i>Objetivo: Explicar las principales teorías psicológicas que sustentan la TH, vinculándola a metas terapéuticas/educativas del cliente y adaptando la intervención según su disponibilidad y necesidades.</i>	Online sincrónico	1.5	11 de marzo
3. Aplicación de prácticas y técnicas <i>Objetivo: Explorar las actividades típicas de TH, la estructura de la sesión y las técnicas de facilitación para generar reflexión y un cierre seguro.</i>	Online sincrónico	1.5	18 de marzo
4. Diseño e implementación de programas <i>Objetivo: Aprender a diseñar un programa básica, a planificar sesiones y a establecer un esquema mínimo de evaluación y de gestión de riesgos.</i>	Online sincrónico	1.5	25 de marzo

ESTRUCTURA DEL CURSO

Sesión	Formato	Duración (h)	Fecha
5. Rol del facilitador y ética <i>Objetivo: Fortalecer criterios éticos y profesionales para facilitar de manera segura, respetando la diversidad cultural y cuidando el bienestar del facilitador.</i>	Online sincrónico	1.5	01 de abril
6. Mini práctica supervisada <i>Objetivo: Aplicar lo aprendido mediante la práctica de actividades y retroalimentación estructurada, integrando seguridad, adaptaciones, debriefing y autocuidado.</i>	Presencial	6	CHILE: 11 de abril PERÚ: 26 de abril
7. Integración final y plan de implementación <i>Objetivo: Integrar los aprendizajes en un producto aplicable y definir próximos pasos realistas para implementar actividades o un mini programa en el propio contexto.</i>	Online sincrónico	1.5	15 de abril