

# 1

UNIDAD

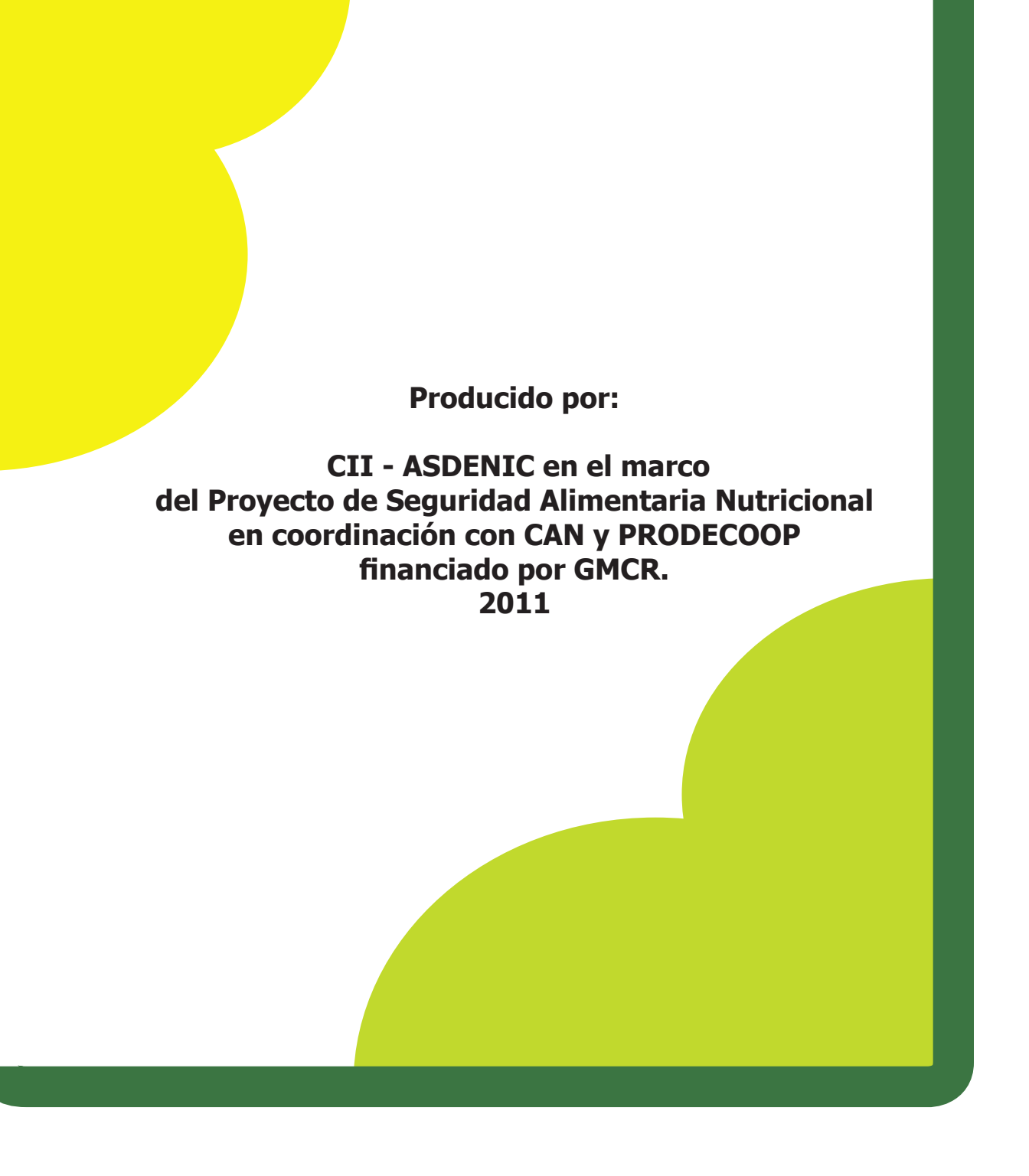

## Conozcamos sobre Seguridad alimentaria





**Producido por:**

**CII - ASDENIC en el marco  
del Proyecto de Seguridad Alimentaria Nutricional  
en coordinación con CAN y PRODECOOP  
financiado por GMCR.  
2011**



# Índice



<b>Tema 1 : Conociendo y manteniendo la Seguridad Alimentaria ...</b>	<b>4</b>
<b>Tema 2: Pensamiento campesino, actitud positiva y ciclo de la vida.....</b>	<b>14</b>
<b>Tema 3: Cambios colectivos: Nuestro Cooperativismo.....</b>	<b>30</b>
<b>Tema 4: Enfoque de género y generaciones.....</b>	<b>44</b>

# **Tema: 1**

## **Seguridad alimentaria**

### **Conociendo y manteniendo**



## **Seguridad Alimentaria**

La seguridad alimentaria es cuando las personas tienen disponibilidad suficiente y estable de alimentos, así como también acceso adecuado y consumo oportuno y permanente de los mismos en cantidad y calidad por parte de todas las personas y en condiciones que sean utilizados de una manera biológicamente adecuada para llevar una vida saludable y activa. Lo contrario a esta realidad se conoce como inseguridad alimentaria.

La seguridad alimentaria es un estado. Por eso, se dice que las personas o las poblaciones están en seguridad alimentaria cuando comen alimentos balanceados, en cantidades suficientes y los tiempos necesarios para estar bien nutridos y poder llevar a cabo todas las actividades diarias.

Muchas veces el estado de seguridad alimentaria depende de los ciclos productivos y de los cambios de estaciones. Es por eso que en las comunidades rurales, es más difícil lograr la seguridad alimentaria durante los meses secos. Dentro del estudio realizado a comunidades productoras de café, se conoció que los meses donde se presenta mayor inseguridad alimentaria son de Abril a Septiembre.

Por lo anterior se hace necesario planificar estrategias y adoptar comportamientos durante este período para no perder la seguridad alimentaria para el bienestar de las familias, especialmente de niños y niñas, que son los más vulnerables. La seguridad alimentaria consta de cuatro pilares fundamentales que forman un ciclo, los cuales son: Disponibilidad, acceso, consumo y utilización biológica de los alimentos.

### **Disponibilidad de los alimentos:**

Es la cantidad de alimento con la que se cuenta para el consumo humano a nivel nacional, regional y local. Está relacionada con el suministro suficiente de los alimentos frente a las necesidades de la población.

### **Algunos elementos que determinan la disponibilidad son:**

- La estructura de producción agropecuaria y agroindustrial
- El comercio interno y externo.
- Los factores productivos como tierras, créditos, agua, tecnologías, recursos humanos.
- Las condiciones climáticas.
- Las políticas de producción y comercio.

### **Acceso a los alimentos**

Es la capacidad que tiene las familias de hacerse de alimentos ya sea produciéndolos o comprándolos. Se refiere a los alimentos que pueden obtener o comprar una familia, comunidad o país.

### **Los elementos que determinan el acceso a los alimentos son:**

- El nivel de ingresos monetarios y no monetarios.
- Los precios de los alimentos
- El nivel de información y conocimiento de la población para la selección de los alimentos en el mercado.

### **Consumo de los alimentos**

Se refiere a los alimentos que comen las personas cuya selección dependen de creencias, costumbres, actitudes y prácticas. El consumo no es simplemente comer, sino qué comer.

### **Algunos elementos que determinan el consumo son:**

- El tamaño y la composición de la familia.
- La distribución de los alimentos dentro de la familia.
- La cultura alimentaria.
- Los hábitos de consumo de alimentos.
- La información comercial y nutricional.
- El nivel educativo de las personas.
- La publicidad.

## **Utilización biológica de los alimentos**

Se refiere a cómo y cuánto aprovecha el cuerpo humano los alimentos que consume y cómo los convierte en nutriente para ser asimilados por el organismo.

### **Los elementos que determinan la utilización son:**

- El estado de salud de las personas.
- Los entornos y estilos de vida.
- La situación nutricional de la población.
- La disponibilidad, calidad y acceso a los servicios de salud, agua potable, saneamiento y fuentes de energías.

Estos cuatro pilares conforman un ciclo que permiten el pleno desarrollo nutricional de los individuos, y a su vez, aseguran el desempeño para la continuidad del ciclo.

La inseguridad alimentaria es un problema actual, que afecta mayoritariamente a países en vías de desarrollo y particularmente a las zonas rurales y de escasos recursos económicos. Es por eso que hay muchas iniciativas de parte del gobierno, organismos sin ánimos de lucro, instituciones y entidades que buscan establecer estados de seguridad alimentaria en las poblaciones, reducir el hambre y mejorar la calidad de vida de las personas.

¡Hola Juana! ¿Has oído de una seguridad alimentaria que mencionan tanto por ahí?



Mirá Felipe, yo te puedo hablar un poco sobre el tema para que te quede clarito. La seguridad alimentaria es cuando nuestras familias tienen acceso físico y económico a los alimentos, es decir, que tenemos comida en todo momento y dinero para comprar los alimentos que no producimos o nos hacen falta en nuestros hogares.



Hay cuatro componentes importantes de la seguridad alimentaria



¿Y cuáles son?





### **1 Disponibilidad de los alimentos.**

Cuando hablamos de disponibilidad de alimentos, es cuando nosotros en nuestras casas tenemos alimentos en cualquier momento y que no carecemos de éste, ni por falta de dinero ni por falta de producción.

### **2 Acceso a los alimentos.**

El acceso a alimentos se refiere cuando, por ejemplo, en los patios de nuestra casa o parcela tenemos alimentos que podemos tomar y nos permiten una seguridad alimentaria. También es cuando tenemos dinero para poder comprar la comida o aquellas cosas que no podemos producir, pero que tenemos que consumir.

### **3 Consumo de los alimentos.**

El consumo es cuando nosotros comemos los alimentos que elegimos según nuestras costumbres, gustos o preferencias.

El consumo de alimentos está relacionado a la cultura, creencias y conocimiento. Muchas veces no aprovechamos los nutrientes de ciertos alimentos, porque no nos gustan o no estamos acostumbrados a comer. Por eso es importante conocerlos, porque en un momento de necesidad, nos pueden sacar de clavos.



#### 4 Utilización biológica de alimentos

La utilización biológica es sencillamente el aprovechamiento de los alimentos. Sabés, todos necesitamos de alimentos porque nuestro cuerpo los necesita para tener energías y así poder hacer todas las actividades que se realizan a diario como: Trabajar, estudiar, correr y muchas más.



Felipe, tenés que saber que la seguridad alimentaria es muy importante para las familias, para la comunidad y para toda la población. Tenemos que estar muy bien informados y hacer prácticas adecuadas que nos permitan mantener la seguridad alimentaria en nuestras casas, aún en épocas de escases.



¡Tenés razón Juana!, voy a hablar con mi familia para informarles también, para que podamos tomar medidas y mejorar nuestra seguridad alimentaria.



## Ficha técnica

<b>Práctica</b>	Conociendo y manteniendo la Seguridad Alimentaria
<b>Objetivo</b>	Promover el conocimiento sobre el tema de Seguridad Alimentaria y algunas medidas para mantener este estado dentro de las familias
<b>De que se trata</b>	Crear conciencia en las familias sobre el tema de la seguridad alimentaria, de promover un cambio de actitud en las personas para que sean conscientes de que a través de trabajo y colaboración se puede lograr la seguridad alimentaria.
<b>Resultados</b>	Las familias que conocen sobre seguridad alimentaria pueden reconocer las prácticas que ejecutan y aseguran sus alimentos dentro de sus casas. También toman precauciones para evitar los meses de mayor escasez alimentaria. Además, logran una mejor administración de sus recursos que les permita vivir en un estado seguro, sin importar la época del año.
<b>Cómo se hace</b>	<p>Las familias, productores y productoras, todos solicitan información a sus promotores o promotoras locales sobre la seguridad alimentaria.</p> <p>Ellos están plenamente capacitados para brindar información del tema, así como también sobre posibles soluciones para implementar y lograr un estado más adecuado en la alimentación.</p> <p>Cuando sea posible, participe en eventos que promuevan y den más conocimiento sobre la Seguridad Alimentaria.</p>

## Cómo se hace

No tenga miedo de experimentar nuevas prácticas en su hogar o parcela que le ayuden a mejorar su producción o variedad de alimentos para tener más y mejores opciones para alimentarse.

Sea abierto a nuevos sabores, olores y formas de cocinar. Hay muchas cosas en sus patios que se pueden comer y cocinar, pero muchas personas no lo hacen por falta de costumbre. Pruebe algunas nuevas recetas o productos que se promuevan a través de su cooperativa o a través de programas de alimentación.

Aproveche los beneficios de los programas de alimentación que ejecuta el gobierno. Que los niños y niñas puedan consumir los alimentos otorgados en las escuelas y que las madres lactantes puedan también hacer uso de los complementos otorgados por el gobierno.

Si hay otros organismos locales o internacionales que ejecuten proyectos sobre seguridad alimentaria, trate de participar para lograr el mayor número de beneficios.

Tenga registro constante del peso y la talla de toda la familia, especialmente de los niños y niñas para saber si se encuentran en el peso ideal o por el contrario, pueden sufrir de desnutrición o de sobrepeso.

Para ésto, pida ayuda en los centros de salud o promotores de salud más cercanos.

Referencias	Datos de localización	Observación
Diagnóstico de Seguridad Alimentaria de 18 cooperativas bases, afiliadas a PRODECOOP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Casa Estelí, Monumento centenario 25 vrs al sur.</li> <li>• PRODECOOP, De los Bancos ½ cuadra al oeste.</li> </ul>	Estudio llevado a cabo en 18 cooperativas afiliadas a PRODECOOP para identificar causas y realidades de la inseguridad alimentaria.
Sitio web FAO	<a href="http://www.fao.org">www.fao.org</a>	
Sitio web OPS	<a href="http://new.paho.org/hq/index.php?lang=es">http://new.paho.org/hq/index.php?lang=es</a>	

**Tema: 2**  
**Garantizando el pan de cada día**  
**Pensamiento campesino,**  
**actitud positiva y**  
**ciclo de la vida**



## **Garantizando el pan de cada día, Actitud positiva. Pensamiento campesino y calidad de vida.**

En nuestras comunidades muchas veces las personas y familias nos encontramos con situaciones difíciles como: Hambre, pobreza, crisis; pero aun en medio de estas situaciones existen familias que logran confrontarlas. ¿Qué tienen ellas de distinto? ¿Qué es lo que les ayuda a sentirse bien satisfechos con la vida y tener la energía para luchar en momentos donde se ven amenazados? Por ejemplo, cuando las lluvias hacen que se pierda la cosecha.

La actitud positiva ayuda a ver que ya tenemos más de la mitad del camino andado, en vez de ver que apenas comenzamos a subir una gran cuesta y nos ayuda a redescubrir nuestras fortalezas como personas, como mujeres, hombres, jóvenes, niños y niñas; como comunidad en un solo universo.

Uno de los detalles que hemos visto es la actitud positiva con que enfrentan las distintas situaciones que la vida les presenta, esto significa que, estas personas y familias ven la dificultad, pero también ven la oportunidad, las posibles soluciones; pero cuentan con fortalezas, saben con los que cuentan y lo que les hace falta. Tratan de ver la vida con alegría, agradecimiento y fuerza.

Les contaremos las experiencias que han decidido compartir con todos ustedes dos familias que viven en lugares diferentes, pero tienen algo en común, cuentan con una actitud positiva, lo que les ayuda a obtener alimentación todo el tiempo.



Escuchemos la historia de doña Juana, de 74 años: nacida en Terrero Grande, Totogalpa; madre y Agroecóloga y de don Cipriano: 77 años nacido en la Muta, Totogalpa, productor, partero y promotor de salud. Juntos han procreado una familia de 12 hijos e hijas, 28 nietas y nietos y 2 bisnietos. Ambos descendientes de la comunidad indígena "Totogalpa".

Les contaremos como, en nuestra familia, siendo siempre positivos logramos obtener alimentación en todos los meses del año y sobre todo en los meses de escasez. Hay que rezar bastante, dar gracias por lo que Dios aparece. Si aparecen tortillas, pues hay que dar gracias por eso. Hay que pasar épocas buenas y malas.



Pero me imagino que no es suficiente rezar ¿no?







Pues... no; pero por allí se empieza. Otras cosas que ayudan son los distintos atoles: atol de millón, de maíz sancochado, de maíz dorado, de piñuelas; eso ayuda bastante porque te sustenta.

Las semillas, uno las guarda, pongamos, ya en Diciembre están saliendo los ayotes y desde entonces se comienza a guardar la semillas y ya en la época de Julio (meses de escasez) las sacás, las tostás, las molés y les agregás un poquito de pinol para que rindan y así les das de comer a tu familia.

Si hay un poquito de frijoles, entonces; a la sopa, se le echan los guineos, los tamalitos (pedacitos de masa), hojas, flores, las hierbas y eso no sólo te rinde, sino que es una cosa bien vitaminada.



No recuerdo que la gente haya sido tan enferma como ahora: éramos sanos, no se escuchaba de asma o de cáncer, creo que era porque lo que comíamos, tanto lo que producíamos, como lo del monte; era sano. Los garrobos sólo comen hojas y flores. Las frutas contienen bastantes vitaminas, así que los médicos, eran el campo. La carne de Zahíno es sana porque sólo come raíces. Uno camina bastante y se trata de ayudar los unos con los otros así que lo que tienes se comparte. El aire era más puro y uno no comía tanta comida con azúcar, lo más que utilizabas para endulzar era el dulce y como golosina para los niños sólo de vez

en cuando un confite, nada de comida en latas y bolsas. Hay comidas como el prisul o cinaque, que aunque tengas sarampión, no te hacen daño.

Ahora hay mucha pereza todo lo quieren fácil, nadie quiere moler el maíz en piedra. Hay que dejar la pereza y hay que sembrar sobre todo si tienes solares y mejor si hay agua, hay que sembrar: limones, naranjas, mangos, papaya, yuca, mostaza, culantro, chile...



Hay muchos tipos de pobreza. Las que más nos hacen daño son la pobreza de espíritu y la pobreza mental: Siempre supe que era la educación la mejor herencia que les dejaríamos a nuestros hijos e hijas, esta herencia nadie te la roba. Hubo momentos en mi vida en la que no tenía casa propia, 9 años y medio, pero sí, una escuela cerca en la que mis hijas iban a clases.

Hay que esforzarse, dejarse de lujos, yo como madre para que mis hijos e hijas estudiaran caminé descalza, zurcida, lavé ajeno para comprarle los lápices y cuadernos y sembré mi patio y crié mis animales, para darles de comer. Hay que pedirle a Dios que te de sabiduría y entendimiento, pues de nada te sirve que sólo los pongas a trabajar y dejarlos perder clases. Hay que darles la libertad y la confianza. Cuando las escuelas quedan largo, uno lo que le queda es alistarlos y deciles: Vayan con Dios y que no pierdan.



Por otro lado, cuando te surge impedimento, tenés que poner de tu parte, porque no todo es fácil. Me recuerdo cuando a Faustino le ofrecieron ir a estudiar a Cuba y se dio la dificultad que no tenía partida de nacimiento, pues a quien se lo habíamos encargado no lo había asentado, entonces aunque me hace daño andar en carro por el olor a gasolina y dando de mamar, así me fui de Jalapa a Totogalpa con hijo en brazos a buscar testigos y ya con la partida en mano, le dije: “hijo aquí esta usted no va a atrasarse en su viaje y así fue”.

Siempre digo y tengo fe que mi familia no se quede como yo, siempre soy optimista y quiero que toda mi familia se prepare (educación formal) y no sólo ellos, el país entero, el mundo porque todos somos hermanos. No digo que estoy en contra de ser productor, pero no es lo mismo ser un productor y campesino, que no se prepara, que el que ser productor y campesino preparado. Ese sabe cómo, cuándo y cuánto sembrar; analiza, se relaciona mejor y mira con más amplitud. Yo pienso, sueño y actúo para hacer mis sueños realidad, para tener una descendencia preparada.



También, a mis hijas mayores les tocó trabajar en temporadas para recoger para sus útiles o sus pasajes y después, algunas de ellas, les tocó trabajar de día y estudiar de noche; en virtud de terminar la universidad y les tocó hacerse camino en Managua cuando a nosotros, los que nos restaba; era confiar y encomendarlas para que todo les saliera bien.

En la vida, hay momentos difíciles y eso hay que aceptarlo y no es que una sea conformista sino que es un hecho y lo que te queda es ver hacia adelante y no para atrás, porque el que siembra pone el arado y mira hacia el frente.



Para mí, uno de esos momentos fue cuando estaba chiquito y a mi papa le tocaba sacar el ocote del campo; cortarlo, irlo a vender y con eso comprar algo de comida. El verlo regresar, después de tanto trabajo sólo con 2 docenas de elotes, eso sí creeme que son momentos difíciles en la vida de un pobre, pero eso sí, él nunca nos abandonó.



Pero también hay muchos momentos buenos, pero entre ellos, para mí, está la navidad que son momentos en los que tenés a la familia reunida, comiendo sana y felizmente sin alcohol.

Para mí han sido los recibimientos (graduaciones), pues con éstos se beneficia la persona que se recibe y todo alrededor. Desde el primero hasta el último de éstos, son momentos de alegría en mi corazón; es verdad que también están acompañados de momentos tensos, como cuando una de mis hijas iba a terminar sus estudios y de la tensión le salieron ampollas en el cuerpo y yo muy preocupado la llevé a pasar consulta y pedía a Dios, sabía que se esforzaba y confiaba en que todo iba a salir bien y así fue.



Agradecer cada día es mi obligación, hoy en día no pido, sólo agradezco, por el sol que nos ilumina, por el aire, por el arroz y los frijoles.



Yo doy gracias y hago mis oraciones al acostarme y al levantarme, es una buena costumbre, doy gracias al Padre porque yo sólo me levanto y pido por toda mi familia y por todo el mundo entero. En mis momentos de agradecimiento, en segundos, estoy en todos los lugares donde está mi familia. Por que no nos falta la comida, por los amigos, porque ellos te ayudan a salir adelante cuando estas en dificultades.



La otra familia es la de Doña Rita Elida Castellón, con 54 años de edad, originaria de la comunidad El Colorado del municipio de Pueblo Nuevo, socia de la cooperativa Miguel Ángel Ortez, cooperativa base de PRO-DECOOP, madre de 6 hijos y viuda.



Yo no sabía trabajar nada en el campo, sólo en el hogar, pero por la necesidad tuve que aprender a trabajar, me daba pena trabajar porque antes a las mujeres no nos enseñaban a trabajar y nos habían enseñado que para la mujer era vergonzoso trabajar, sólo el hombre, pero la misma necesidad como les digo, me hizo aprender y quitarme la pena y luego llegué a comprender que el trabajo no humilla a nadie. El trabajo es un don que uno puede tener y que el mismo derecho que tiene el hombre de trabajar para mantener el hogar lo tenemos nosotras las mujeres, orgullosamente aprendí y desde la edad de los nueve años le enseñé a mis hijas a trabajar también, les puedo decir que orgullosamente no nos avergonzamos de lo que somos: Mujeres solas, pero trabajamos, sabemos trabajar la tierra.





Desde que me levanto es un solo movimiento porque realizo los quehaceres de la casa, nos dividimos el trabajo con las muchachas; a medio día vengo saliendo al trabajo, hasta en la noche le queda tiempo a uno de descansar.

En los últimos años que la cosecha ha sido menos, hay un momento que la alimentación se nos escasea, recurrimos a las otras cosas que tenemos, la malanga, el guineo, hasta que sale la siguiente cosecha, hay que buscar alternativas, hacer guisos de cualquier cosita, por ejemplo cosechamos los pipianes en huertos familiares, esos se dan en invierno y verano, así que hacemos los guisos de pipian, si hay leche,

entonces lo hacemos con leche, el pipian lo hacemos bien picadito, le revoltemos masa con leche y ¡ya! o si no, las hojas de hortalizas, las de rábano. La mostaza la hacemos bien picadita y le revoltemos lo mismo, luego solo lo freímos y le echamos olores: Chiltoma, cebolla y si hayamos un huevito también se lo echamos.

Las hojas verdes llevan bastante hierro, la cebolla es una gran propiedad la que tiene curativa, es bastante buena para la vista, la chiltoma para las várices, hay algunos en mi familia que no les gusta comer la chiltoma por el olor que hecha como que fuera chile, pero yo les digo: coman, porque ésto les ayuda sobre todo, a las hembras para protegerse de las várices y la cebolla es buena para el corazón también.

Coman bastante, porque ésto les está previniendo muchas enfermedades, antiguamente mi madre lo utilizaba bastante y ya ellos tenían esos conocimientos, que los antepasados les habían comunicado, entonces ellos lo transmitían de generación en generación. Ahora yo se las trasmito a mis hijas para que ellas se las trasmitan a sus hijos.

Tenemos un grupo organizado en donde yo y otras dos muchachas somos madres facilitadoras y estamos recibiendo capacitaciones, entonces las reunimos y les explicamos, hay veces les llevamos los productos que nosotros cosechamos y les decimos: Aquí está “vamos a preparar esto”, a algunas no les gustan, pero una vez preparado se lo comen; no les gusta producir, pero la insistencia de nosotras es hasta que todas produzcan, por el momento estamos trabajando sólo con las mujeres, se pretende involucrar a los hombres, ésto por medio de un programa de CATIE.

Llega un momento que uno lucha bastante, todo el tiempo hemos buscado alternativas para la alimentación, hay momentos en que no tenemos nada para comer, entonces buscamos una masita, le revolvemos cebolla y le revolvemos ajo, todas esas clases de olores y freímos esa masa y hacemos una torta y ya se come, la cuestión es no comerse la tortilla vacía.

Me siento feliz, porque por lo menos tengo el cariño de mis hijos, el cariño del resto de los miembros de mi familia y la simpatía de algunos de mi comunidad y al tener eso uno aunque no tenga riales es feliz, sobre todo, no tengo otro tipo de problema; hay armonía en mi hogar.

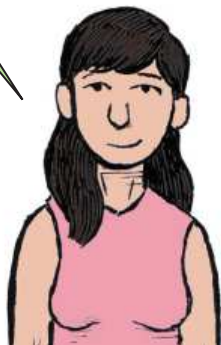






¿Qué recomendación le da a los demás productores?

Traten de tomar el ejemplo de todos los demás compañeros que están experimentando, los que tienen grandes tierras y están vacías que traten de darle a cada tierra un poquito de cada cosa, para que en tiempo de escasez, ellos tengan de qué recurrir, siembren de todo un poquito aunque no sea en grandes cantidades, traten de aprovechar cada tramo de tierra y no aguantar calamidades más adelante; en cada casa debería de haber aunque fuera una plantita medicinal, intentemos recuperar todas aquellas plantas que ya hemos perdido, que teníamos bastantes y que ahora raramente se ven, en verdad hemos perdido la cultura, las costumbres y hay que recuperarlas de nuevo



¿Y vos cómo estás? ¿qué haces para prevenir que tu familia aguante hambre y por qué agradecés?



¡Ustedes no pueden pensar que son pobres, que no tienen qué comer! En sus patios tienen varios tipos de frutas y hortalizas que las dejan perder, cuando pueden venderlas o procesarlas para su consumo.

“Todo está en nuestra mente”

Así que sé positivo y lograrás cambiar tu vida y la de tu familia.

## Ficha técnica

<b>Práctica</b>	Garantizando el pan de cada día, actitud positiva, pensamiento campesino y calidad de vida.
<b>Localización</b>	Cambio de actitud para mejorar la alimentación y asegurar la alimentación en el hogar
<b>Objetivo</b>	Habla de las experiencias de vida de dos familias que viven en dos lugares diferentes, pero tienen algo en común y es el positivismo, son personas positivas que no dejan que los problemas afecten sus vidas, si no que buscan alternativas que los ayuden a mejorar cada día más
<b>De qué se trata</b>	Habla de las experiencias de vida de dos familias que viven en dos lugares diferentes, pero tienen algo en común y es el positivismo; son personas positivas que no dejan que los problemas afecten sus vidas, si no que buscan alternativas que los ayuden a mejorar cada día más
<b>Resultados</b>	Cambiando de actitud, cambia el estilo de vida que se tiene, mejorando la producción tanto en calidad como en cantidad, aumentar los niveles de nutrición, garantizar la alimentación de la familia.
<b>Cómo se hace</b>	Para tener una actitud positiva toma en cuenta lo siguiente: <ol style="list-style-type: none"><li>1- Cultiva el optimismo: Aprende a ver el lado positivo de las cosas y creer en vos misma, en tus capacidades y fortalezas.</li><li>2- Desarrolla estrategias para afrontar el evento (serenidad, aguante, resiliencia), ver oportunidades en todo lugar. Poner la mente en las soluciones y una posibilidad en cada imposibilidad, además, podés elegir ser persistente y no desanimarse. Hay que recordar que tenemos el poder de elegir hasta qué punto un evento nos afecta:</li></ol>

## Cómo se hace

- 3- Ser agradecida(o) con las pequeñas cosas que te pasan día a día y saborear las alegrías de la vida.
- 4- Presta atención a los demás: Practica la amabilidad, el afecto, el perdón, cuidar las relaciones con los demás (invertir tiempo), estar dispuestos a ver lo mejor en ellos y ellas, y ser generosos (dar).
- 5- Evitar la comparación con otros u otras, centrarte en vivir el presente.
- 6- Poner en práctica la creatividad e innovación con entusiasmo.
- 7- Ser responsable por tu propia vida, tus actos y sus consecuencias.
- 8- Duerme plácidamente.

### **Buscar una solución a tus problemas**

Cada vez que una situación difícil se te presente, debes concentrarte rápidamente en una solución, no en el problema.

Concentrarte en encontrar la solución al problema y dividirla en tareas que puedas ir manejando, planea las actividades que deberás llevar a cabo para resolver la situación.

Por ejemplo, si las cosechas no son suficientes para cubrir las necesidades de tu hogar, tienes que ver que la diversificación de alimentos en tu patio o parcelas puede brindarte alimentos y suplir las necesidades que tengas.

## Cómo se hace

### Piensa en el futuro

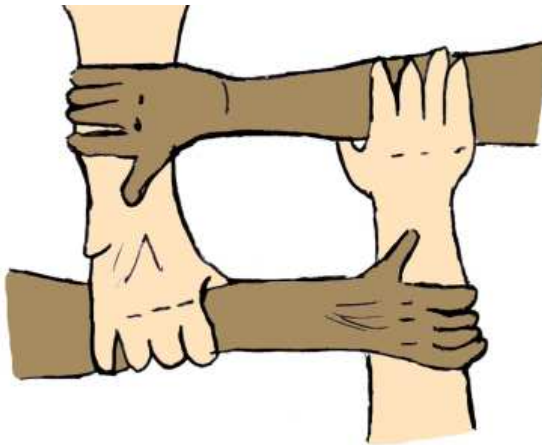
Enfocarte en el futuro y no en el pasado. No te lamentes de lo que pasó, no puedes cambiar el pasado.

Si perdiste tu cosecha porque tus semillas no eran resistentes a la sequía o a la lluvia no te lamentes por no tener alimentos piensa que puedes usar semillas criollas y asegurar la cosecha.

Todo está en nuestra mente, no debemos pensar que no podemos lograr hacer las cosas que soñamos o conseguir lo que queremos, no podemos pensar que en nuestras comunidades somos pobres, ser negativos nos cierra las puertas a buscar alternativas, si piensas que eres pobres y no puedes salir de ahí, no verás que tienes tantos recursos que puedes aprovechar y los estás dejando de lado.

Referencias	Datos de localización	Observación
Doña Juana y Don Cipriano	Comunidad indígena: Totogalpa	
Rita Elída Olivas	Comunidad: El colorado – Pueblo Nuevo, socia de la cooperativa Miguel Ángel Ortez	

## **Tema 3: El cooperativismo**



## ¿Qué es Cooperativismo?

El Cooperativismo es una doctrina socio-económica que promueve la organización de las personas para satisfacer, de manera conjunta, sus necesidades. El Cooperativismo está presente en todos los países del mundo. Le da la oportunidad a los seres humanos de escasos recursos, tener una empresa de su propiedad junto a otras personas. Uno de los propósitos de este sistema es eliminar la explotación de las personas por los individuos o empresas dedicados a obtener ganancias.



La participación del ser humano común, asumiendo un rol protagonista en los procesos socio-económico en la sociedad en que vive, es la principal fortaleza de la doctrina cooperativista.

El cooperativismo se rige por valores y principios basados en el desarrollo integral del ser humano.

## ¿Qué es una cooperativa?



Una cooperativa es una asociación autónoma de personas agrupadas voluntariamente para satisfacer sus necesidades económicas, sociales y culturales comunes, por medio de una empresa que se posee en conjunto y se controla democráticamente. Las cooperativas se crean por necesidades económicas y sociales, operan sin fines de lucro.

Su gobierno se establece sobre bases democráticas, cada socio puede llegar a ser un director. No se especula con las acciones de los socios, las economías se les devuelven a los socios a base del patrocinio de cada uno. En

efecto, la identidad del sistema cooperativo se fundamenta en los principios y valores. El cooperativismo es la puesta en práctica de los valores de igualdad, justicia, ayuda mutua, esfuerzo propio, honestidad, responsabilidad social, democracia, constructividad, sacrificio y solidaridad. Lo más importante en la organización cooperativa es el ser humano.

Las personas forman una cooperativa no sólo con propósitos económicos, sino sociales y espirituales. En la cooperativa, el aspecto humano se hace presente en el espíritu de servicio, de servir a los demás. Esta motivación es principalísima en el Cooperativismo.

La cooperación como sistema económico y social está basado en ideas que van desde la ayuda mutua hasta la prioridad del ser humano sobre el dinero, desde la participación equitativa en las ganancias hasta lograr una sociedad igualitaria. La cooperativa es democrática.

Se mide no tan sólo por la participación de los socios en las decisiones de la empresa, sino por su derecho al voto en las asambleas sin importar el dinero que tenga invertido en la cooperativa. Se organiza entre personas con intereses comunes para servirse mutuamente. No se otorgan favores especiales o privilegios a funcionarios y directivos, la autoridad suprema está en el socio.

Dentro del contexto de la seguridad alimentaria en la realidad que se está tratando en este documento, se debe de tener muy en cuenta el cooperativismo práctico como medio de evasión a esta problemática.

El Cooperativismo brinda el clima adecuado para superar problemas de inseguridad alimentaria a un grupo de personas unidas en cooperativas, puesto que el trabajo conjunto, la búsqueda del bien común y los recursos con que se dispone en las cooperativas, permiten hacer frente a las necesidades desde el conjunto hasta las familias, que son las más vulnerables a problemas de inseguridad alimentaria, en esta región.



El cooperativismo es una forma de vida que permite a las comunidades participar para lograr el bien común. La participación se da por el trabajo diario y continuo, con colaboración y solidaridad. Es necesario que como verdaderas cooperativas u organizaciones, deben buscar el bienestar de sus socios, sin ninguna discriminación. El concepto del cooperativismo debe estar presente en la práctica y no filosóficamente.



Cuando existe un problema dentro de nuestra comunidad y nuestra cooperativa, y este problema nos afecta a todos, no debemos de dejar a un lado los valores del cooperativismo. Estos valores son:

### Ayuda Mutua:

Pertener a una cooperativa significa que yo estoy dispuesto a ayudar a mis compañeros en todo lo que pueda. Que debo de colaborar sin tener intereses de ningún tipo. Por eso, cuando ponemos en prácticas algunas cosas que nos ayudan a tener alimentos siempre, debemos de comentarlo con los demás socios. Si hay una práctica que te da más resultados que otras, hay que contarlo y ayudar a los demás miembros de la cooperativa a aplicar la práctica de manera que también a ellos les de resultados.



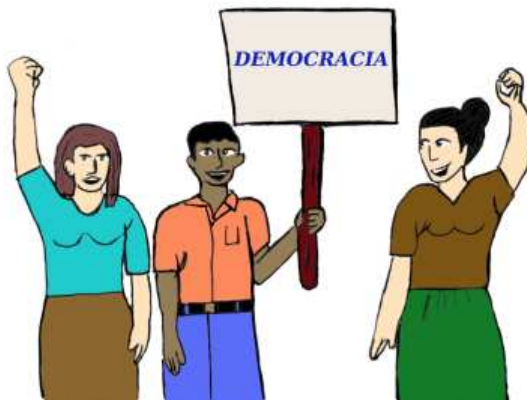
## Responsabilidad:

Este valor me permitirá ser constante en mis acciones. Al pertenecer a nuestras cooperativas, tomamos una responsabilidad con nuestra familia, con nosotros mismos y con los demás socios. El problema de las vacas flacas exige responsabilidad para salir de él. Las iniciativas que se promuevan desde la central por parte de promotores y técnicos deben de ser recibidas seriamente, y todas las personas deben de participar para que sean beneficiados por los resultados positivos que se darán a mediano plazo.



## Democracia:

La democracia dentro del cooperativismo y para el problema de las vacas flacas, radica en que las decisiones tienen efectos positivos, cuando es un consenso que las plantea y las lleva a cabo. Los miembros de las juntas de cooperativas deben de tener en cuenta las opiniones de los miembros de las cooperativas para que estas opiniones tengan valor a la hora de tomar decisiones.



## Igualdad:

El principio de igualdad es muy importante y da resultados al ser puesto en práctica. Hay experiencias en otras zonas, de personas que son miembros de cooperativa y que sienten igualdad tanto entre ellos, como entre los técnicos y directores de las centrales de cooperativas.

A veces me siento ignorado por algunas personas de nuestras organizaciones; como que hay privilegios que ellos tienen y uno no. Al fin y al cabo, el que siembra y produce el café soy yo. ¡Que malestar!



Amigo, el problema es que muchas veces desde arriba se nos habla del cooperativismo y la igualdad, pero ellos a veces no lo practican. La verdadera igualdad viene desde las administraciones hasta los pequeños y pequeñas productoras.



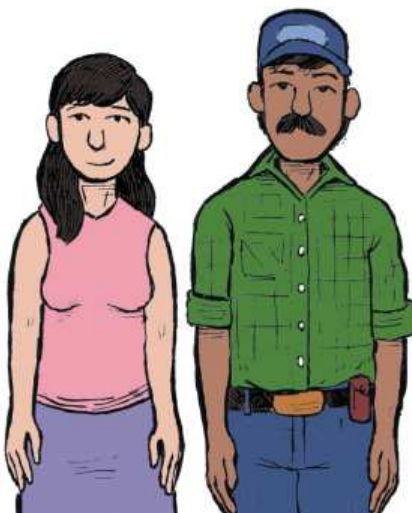
Igualdad significa que: tanto productores y productoras, técnicos y técnicas, personal administrativo y directivo, todos poseen los mismos derechos en una cooperativa. Todos deben de trabajar para el bien común según sus competencias. Deben de fomentar el ambiente de igualdad en todas sus acciones.

El hambre conoce la igualdad. Cuando llega a nuestra comunidad, no distingue a nadie. De igual manera, nosotros le debemos de hacer frente.

## Equidad:

La equidad es parecida a la igualdad. En este aspecto también nos debemos considerar con las mismas oportunidades, tanto para hombres, como para mujeres. Si en la cooperativa, por este proyecto, hay beneficios; esos deben de ser aprovechado por todos y todas.

La meta del proyecto es que todos los asociados y asociadas de PRODECOOP puedan tener asegurada su alimentación y nutrición durante todo el año a partir de las iniciativas que se pongan en marcha y del trabajo constante de los beneficiarios, todos por igual.



## Solidaridad

El ser solidario implica que debemos de pensar en los demás como en nuestra familia. Hay comunidades y cooperativas que están más afectadas que otras. Hay lugares donde hay menos recursos para hacer frente a los meses de escasez; pero una forma de resistir las dificultades es siendo solidarios. Entre todos y poniendo nuestro esfuerzo para el trabajo conjunto, podemos establecer un clima de seguridad alimentaria que beneficie a todas y todos los cooperados.

Adolescente: Estos principios están interesantes y son importantes para el desarrollo de nuestras cooperativas. Pero mi pregunta es ¿Cómo se pueden aplicar para salir de la inseguridad alimentaria?

Los principios del cooperativismo nos guían a un estilo de vida que mejora poco a poco, pero que asegura a todos los miembros el desarrollo y la estabilidad. Hay muchos ejemplos en otros lugares, que aplican los valores del cooperativismo en todas sus labores y esto a su vez les ha permitido no tener meses de vacas flacas.

A continuación, podemos ver algunas prácticas relacionadas a los valores de cooperativismo y que aseguran, a su vez, éxito en la implementación de acciones en contra de la inseguridad alimentaria.

## **1. El trabajo conjunto es siempre mejor que el trabajo solitario:**

La experiencia de otros productores de la región nos ha enseñado que para salir de dificultades, es muy importante colaborar entre los miembros de las cooperativas y los miembros de las comunidades. Hay que darse la mano y cooperar sin buscar beneficios inmediatos.

Los planes de acción para la seguridad alimentaria necesitan de personas que se comprometan a hacer de sus parcelas áreas de invención y desarrollo. Es decir, que tengan ganas de probar cosas nuevas y compartir sus experiencias con sus compañeros.

Un grupo que trabaja con unidad, armonía y sin ánimos de ganancias deshonestas, es un grupo que camina hacia el progreso. También debemos apoyarnos entre diferentes cooperativas. Hay acciones puntuales que serán ejecutadas en ciertas cooperativas, pero no por eso nosotros vamos a sentir envidia. Por el contrario; a partir de la experiencia en esa cooperativa, nosotros podemos implementar la iniciativa por nuestra propia cuenta.

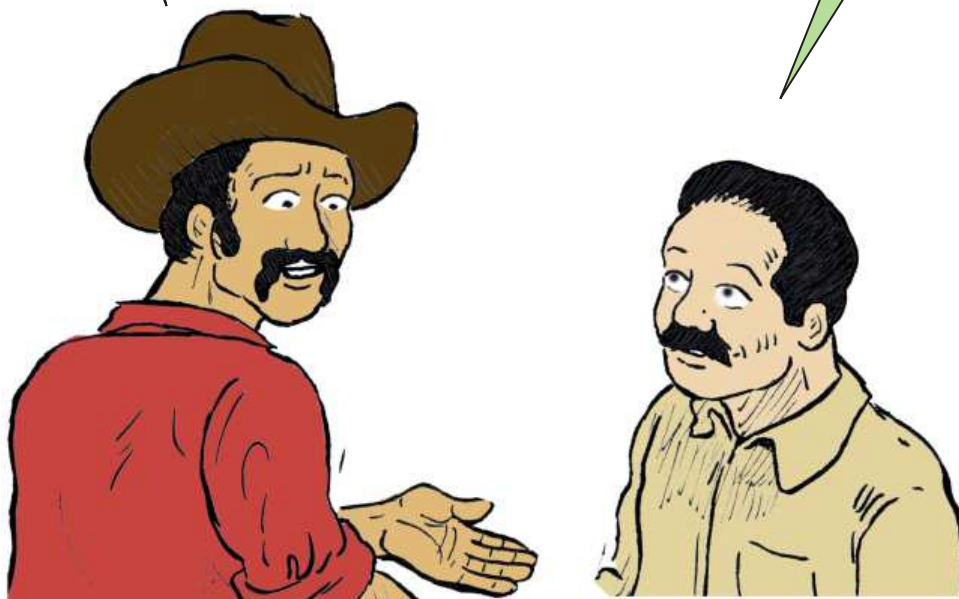
Apoyarse constantemente del promotor o promotora durante el proceso es vital. Estas personas están dispuestas a ayudar, a acompañar las acciones, a trabajar de la mano de los productores y productoras.

Están capacitados para que puedan responder cualquier duda y sean ellos los motores impulsores de cambio de sus comunidades.

Las entidades ejecutoras como PRODECOOP y ASDENIC también están en la disposición de trabajar a su lado. Los recursos humanos, técnicos y de conocimiento estarán a disposición de cualquier persona que esté ejecutando iniciativas de estas prácticas.

Don Mario! ¿Cómo hace para mantener su parcela tan productiva?

Mira Pedro, es sencillo. Yo visité a mis amigos de la cooperativa y compartimos algunas experiencias de lo que habíamos aprendido en los talleres que nos dan los técnicos. Entonces, nos propusimos poner en práctica las diferentes enseñanzas que cada uno había recibido. De esa manera, todos estamos ganando en conocimiento y en producción; ¡esto es cooperativismo!



## 2. Las entidades están para velar el desarrollo de las cooperativas.

La cooperativa tiene un papel muy importante para el desarrollo de sus asociados. Pero de igual manera, las organizaciones de segundo nivel, involucradas, tienen aún mayores responsabilidades para con todos.

En el espacio de la igualdad, las organizaciones deben de proveer de conocimientos, recursos y acciones necesarias para que los productores y productoras puedan llevar a cabo sus iniciativas de seguridad alimentaria. La actitud en el trato con las personas, la responsabilidad y el respeto, deben de estar siempre presentes.

El hecho de tener poder para ejecutar decisiones no da superioridad sobre los cooperados y cooperativas. El cooperativismo se practica desde los altos rangos centrales, organizaciones, financiadores; hasta los beneficiarios últimos de los proyectos.



Qué bueno ver al personal técnico apoyándonos en todo. Con esto de las prácticas de seguridad alimentaria, si toca enlodarse para aprender, lo hacen con nosotros; si toca aguantar hambre y sed para ir a ver experiencias, participan también con nosotros. Así, me siento muy identificado con mi organización

### 3. El Cooperativismo familiar

Debes de saber, que el cooperativismo no se practica solamente desde tu casa hacia afuera. También se practica dentro de tu casa. Debes de reconocer tu hogar como una pequeña cooperativa donde todos trabajan con solidaridad para el bien común.

Tu pareja, tus hijos, todos los que habitan en un hogar, deben de procurar trabajar con los valores del cooperativismo.

Si tienen tareas asignadas, hay que cumplirlas con responsabilidad, las decisiones que se tomen, que afecten a la familia, hay que tomarlas con democracia, escuchando a todos.

El hombre y la mujer, en el hogar, tienen los mismos privilegios; nadie está sobre nadie, sólo padres sobre sus hijos, aun así, deben de enseñarles a que expresen su opinión.

El apoyo familiar solidario es muy importante, especialmente en momentos de crisis. Cuando hay problemas no hay que echar la culpa a nadie, sino más bien buscar una solución entre todos. Esto es el cooperativismo familiar.

#### **Hay principios en el cooperativismo que apoyan los valores:**

Los valores son importantes para ser incluidos en el carácter de las personas, pero dentro del cooperativismo, hay principios para las cooperativas y para los miembros de ellas.

Es importante también conocer esos principios y llevarlos a la práctica:





**1- Educación y Entrenamiento:** La cooperativa debe de velar porque sus miembros estén instruidos y educados en nuevas técnicas, que favorezcan la productividad y fomenten oportunidades para reducir los meses de escasez.

Esta formación se hace también a través de los promotores y promotoras; los técnicos de campo y el personal especializado que trabaja de cerca para dotar a los socios de los conocimientos necesarios para implementar prácticas en seguridad alimentaria.

**2- Cooperación entre cooperativas:** Como dijimos antes, en el cooperativismo no existe la competencia para ver quién es el mejor. El ideal es que las cooperativas colaboren entre sí, que busquen iniciativas conjuntas para afrontar los problemas alimentarios de sus comunidades. De esta manera, usando esfuerzos compartidos se tendrá más fuerza para implementar las acciones.

**3- Compromiso por la comunidad:** Las entidades ejecutoras del proyecto no están dejando de fuera a la comunidad. Si bien es cierto, los beneficiarios inmediatos de los planes de acción serán los socios y socias; indirectamente, pero de manera importante, la comunidad aprovechará un impacto positivo por la implementación del proyecto. De igual manera, las cooperativas deben de “compartir” con la comunidad, los beneficios adquiridos por el proyecto.

La práctica de estos principios permitirá crear un ambiente favorable para que un plan de acción tenga éxito dentro de una comunidad y una cooperativa. Pero recordemos siempre: Todos y todas deben de estar involucrados de lleno en estas propuestas.

Recuerda, el objetivo final del cooperativismo es el desarrollo de la PERSONA, con el valor de la cooperación, de la igualdad, de la justicia, del respeto y del trabajo conjunto.



## Ficha técnica

<b>Práctica</b>	El cooperativismo en la Seguridad Alimentaria
<b>Objetivo</b>	Promover la práctica de los principios del cooperativismo en las acciones de resolución de la inseguridad alimentaria.
<b>De qué se trata</b>	Se trata de reconocer el cooperativismo como una ideología que, al ser puesta en práctica dentro del contexto de la seguridad alimentaria, puede mejorar el rendimiento y resultados de las buenas prácticas descritas en esta guía. La idea es promover entre los socios y socias la vivencia del cooperativismo como alternativa válida para colaborar en conjunto en contra de la inseguridad alimentaria.
<b>Resultados</b>	Si las familias asociadas a las diferentes cooperativas, usan sus principios organizacionales de manera inherente, las prácticas propuestas tendrán mejores resultados y mayor impacto. El cooperativismo en sí, es un estilo de vida que irrevocablemente conduce a un estado de seguridad alimentaria, si y sólo si todos sus miembros practican los principios, valores e ideales que forman el cooperativismo.
<b>Cómo se hace</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1- Mantenga siempre fresco en su mente los principios del cooperativismo.</li><li>2- Trabaje de manera práctica por lo menos un principio. Empiece una semana implementando uno de ellos. Por ejemplo, “ayuda mutua”; colabore con los demás socios o vecinos de su comunidad buscando siempre ayudar a alguien durante esa primera semana. Continúe así con cada uno de los principios hasta que se conviertan en un hábito.</li></ol>

## Ficha técnica

### Cómo se hace

3- Relacione los principios del cooperativismo con las tareas a ejecutar alrededor de las buenas prácticas en seguridad alimentaria.

4- No tenga temor de consultar cuando no sepa algo. Pregunte y hable tanto con los demás socios, como con los promotores, promotoras, técnicos y técnicas que estén brindando apoyo sobre la seguridad alimentaria.

5- Inculque estos principios a todos los miembros del hogar, principalmente a los más pequeños, para que cuando sean adultos, relacionen el desarrollo al trabajo conjunto y esforzado. Ellos lograrán tener un mejor futuro, si viven los valores desde ahora.

Referencias	Datos de localización	Observación
Monografía sobre el Cooperativismo	<a href="http://www.monografias.com">www.monografias.com</a>	Documento monográfico en torno al cooperativismo y sus orígenes.
La Liga de Cooperativas de Puerto Rico	<a href="http://www.liga.coop">www.liga.coop</a>	Sitio de información sobre la organización cooperativa en Puerto Rico
Instituto Nicaragüense del Fomento Cooperativo.	<a href="http://www.infocoop.gob.ni">www.infocoop.gob.ni</a>	Sitio del ente autorizado para el fomento y regulación de las cooperativas en Nicaragua

## **Tema 4: Enfoque de género y generaciones**



## Enfoque de género y generaciones

“Un desarrollo agrícola y rural justo, efectivo y sostenible, no puede ser perseguido sin un reconocimiento explícito de la enorme contribución de las mujeres rurales a la producción agrícola y alimentaria y de su papel crucial a la hora de determinar y garantizar la seguridad alimentaria y el bienestar de la familia”. FAO Plan de Acción para las Mujeres en el Desarrollo

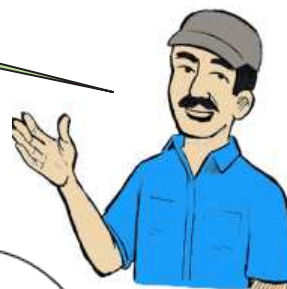
Las mujeres producen más del 50 por ciento de los alimentos cultivados en todos el mundo, según estimaciones de la FAO (FAO, 1995a). Consolidar y reconocer el aporte de las mujeres en los procesos de seguridad alimentaria es una estrategia que busca que hombres y mujeres se beneficien por igual de las políticas y programas e impedir que se perpetúe la desigualdad entre ellos. Si analizamos las estadísticas, los que producen alimentos son la mayoría de los pobres del mundo ( OIT, 1990). Y el 70% de los pobres del mundo son mujeres.

Las mujeres rurales constituyen el pilar de la agricultura a pequeña escala, del trabajo agrícola y de la cotidiana subsistencia de la familia. Los esfuerzos para aliviar la pobreza rural y mejorar la seguridad alimentaria, no tendrán el esperado éxito si no toman en consideración las cuestiones relativas a las mujeres como productoras y proveedoras de alimentos.

Estas cuestiones, incluyen la contribución de las mujeres al suministro de alimentos e ingresos al hogar, el acceso a los recursos productivos y el impacto de las reformas de las políticas sobre los papeles económicos y sociales de las mujeres, así como la seguridad alimentaria del hogar.

Sin embargo, la responsabilidad directa de la provisión de alimentos recae en gran medida en las mujeres, al igual que la responsabilidad de mejorar la seguridad alimentaria y los niveles de nutrición del hogar es asociado al acceso de la mujer al ingreso y su papel en la toma de decisiones en materia de gasto familiar.

Veamos un momento lo que nos cuenta una productora socia de PRODECOOP



En las sociedades rurales tradicionales, la producción agrícola comercial es principalmente una tarea masculina. Los hombres preparan la tierra, riegan los cultivos, cosechan y transportan los productos al mercado; poseen animales, como el vacuno, y comercian con ellos.

Nosotras, las mujeres del medio rural, nos encargamos principalmente de las tareas del hogar: criar a los hijos, cultivar alimentos y cocinarlos, nos encargamos de las aves de corral de la familia y recoger leña y agua.

Las mujeres y niñas también desempeñamos una función destacada, no remunerada en gran parte de las ocasiones, en la generación de ingresos de la familia, mediante nuestro trabajo en la plantación, siembra, cosecha y trilla de los cultivos, así como su procesado para la venta.


Las mujeres también generamos pequeños ingresos por nuestra cuenta, a través de la venta de hortalizas que cultivamos en los huertos familiares o de productos forestales. Estos ingresos se destinan principalmente a cubrir las necesidades alimentarias de la familia y a la educación de los hijos.



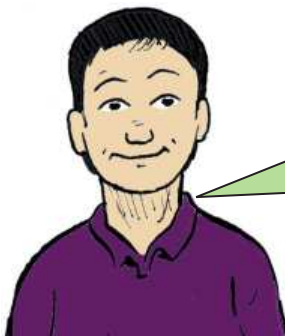
En muchas ocasiones, en las familias, quien se encarga de la administración del presupuesto (dinero) destinado a la alimentación son las mujeres, las cuales dedican sus ingresos en la compra de alimentos para garantizar una dieta variada. Por lo tanto, la mujer desempeña una función importante en la seguridad y soberanía alimentaria. Tomemos en cuenta que:

Las mujeres se encargan que cada miembro de la familia reciba una porción adecuada de alimento disponible en el hogar, deciden qué alimentos comprar y la forma de prepararlos. Las mujeres invierten tiempo ya que los alimentos consumidos requieren un tiempo considerable para la preparación de los ingredientes.

El acceso a programas de educación para las mujeres ayuda a mejorar la seguridad alimentaria. Las compras de los alimentos son realizadas por las esposas y en algunas ocasiones son apoyadas por los demás miembros de la familia.



En el hogar: Las mujeres son las primeras en levantarse y las últimas en acostarse, se levantan entre las 4 y las 5 am.



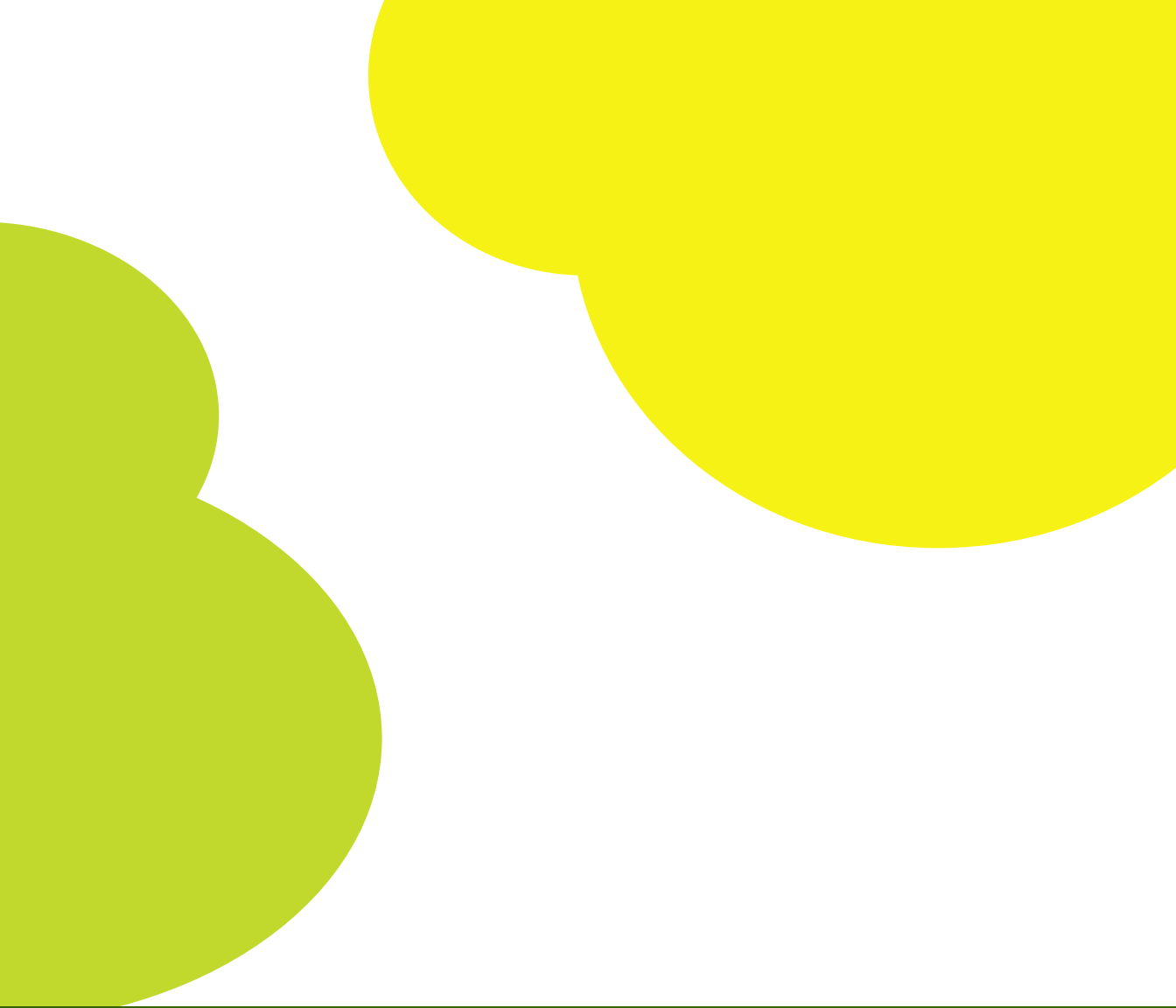
Sin embargo, para mejorar la alimentación en las familias agricultoras, tanto las mujeres como los hombres, tienen que tener acceso a los servicios agrícolas. Las mujeres tienen que participar en el desarrollo rural, igual con los hombres y compartir plenamente las mejoradas condiciones de vida en las áreas rurales. El papel de la mujer es indispensable para el logro de los programas de desarrollo rural. Por lo tanto, es necesario:

- Promover el papel de las mujeres como productoras y proveedoras de alimentos y por consiguiente, destacar la importancia de la seguridad alimentaria del hogar.
- Los gobiernos deberían seguir facilitando y desarrollando las contribuciones de las mujeres al crecimiento agrícola y la disminución de la pobreza rural.
- Realizar capacitaciones activas por medios de campaña masivas que estimule una mayor participación de las mujeres en las tomas de decisiones de la mujer dentro de la casa, como a nivel de cooperativa.
- Desarrollar manuales y capacitaciones dirigidas a las madres sobre el proceso de la introducción de los primeros alimentos en la dieta de sus hijos después del periodo de lactancia materna exclusiva.



**Nota:** Se puede apreciar la marcada tendencia que existe entre hombres y mujeres. Por cuestiones culturales, se entiende que el hombre es el jefe en el hogar por defecto; pero se ve una clara nivelación de presencia de las mujeres que dirigen su hogar. En la cooperativa “Luis Alberto Vázquez” donde hay una armonía igualitaria en el control del hogar, donde hombres y mujeres dirigen sus familias por igual; la presencia de iniciativas y programas de equidad de género llevadas a cabo por las cooperativas son las responsables de que la mujer tenga mayor presencia en la toma de decisiones y en el control familiar.

Referencias	Datos de localización	Observación
CII-ASDENIC	Del monumento el centenario 25 vras al sur, Edificio Casa Estelí, Estelí – Nicaragua Tel: 2713-3573	
PRODECOOP, Zayda Treminio	De la esquina de los bancos ½ cuadra la oeste. Tel:2713-3268	
Plan de Acción sobre Genero y Desarrollo de la FAO ( La clave para el desarrollo sostenible y la seguridad alimentaria)	Managua- Nicaragua, Km 8 1/2 carretera a Masaya, primera entrada a los Altos de Santo Domingo, contiguo a BAGSA	
Informe del PNUD 2009 (Programa de las Naciones Unidas para el desarrollo)	Apartado 3260 / Managua, Nicaragua Tel. (505) 2266-1701 / Fax (505) 2266-6909 registry.ni@undp.org	



CII-ASDENIC



PRODECOOP

