



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA

# Retos y aprendizajes sobre el ser mujer en la comunidad

Mujeres de Valle las Rosas

Autoconocimiento a través de la imagen de las  
mujeres trabajadoras de las bananeras



Esta publicación se realizó en el marco del proyecto:

Autoconocimiento desde la imagen de las mujeres trabajadoras de las bananeras: caso del Valle Las Rosas, como parte de Iniciativas Estudiantiles de la Vicerrectoría de Acción Social de la Universidad de Costa Rica, en el año 2014.

## Créditos:

Mujeres de la Comunidad  
Valle Las Rosas:

Grace Cristina Morales Mora  
Hellen Estrella Varela Porras  
Selena María Sequeira Morales  
Lucía Verónica Espinoza Guido  
Yendri Melissa Espinoza Guido  
Traida María Arias Mora

Coordinación y edición:

Mariana Buzó Garay  
Maureen Rodríguez Cruz

Revisión Filológica:

Nicole Cisneros Vargas

Diseño y diagramación:

Raquel Mora Vega

Producción:

Iniciativas Estudiantiles de Acción Social  
Vicerrectoría de Acción Social  
Universidad de Costa Rica

Equipo de trabajo:

Carol Barrantes Jiménez  
Hawi Castañeda Wilca  
María José Corrales Mora  
Sandra Martínez Gómez  
Laura Rodríguez Walton

305.420.972.861

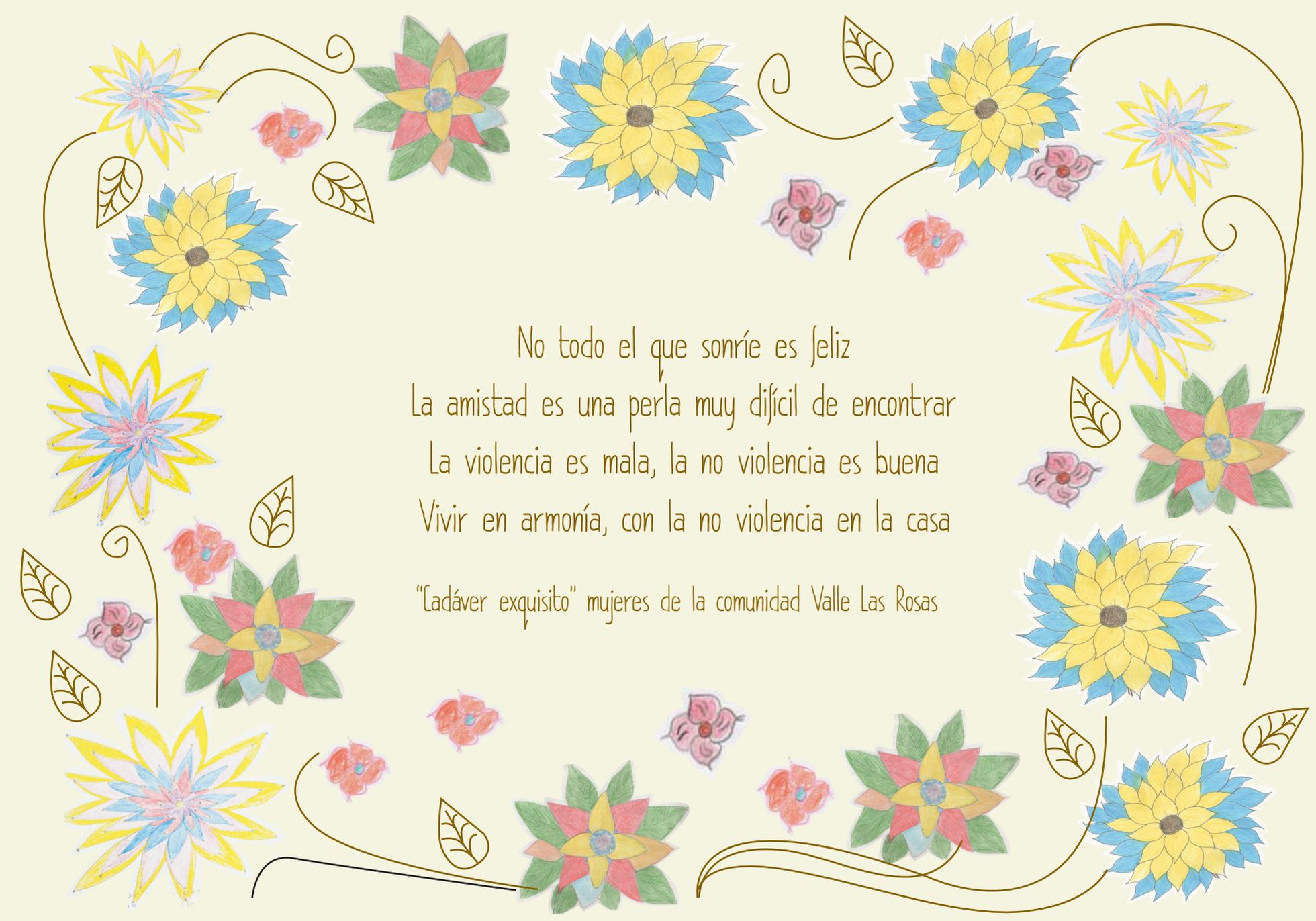
R438r Retos y aprendizajes sobre el ser mujer en la comunidad :  
mujeres de Valle las Rosas. — [San José, C.R.] : Iniciativas  
Estudiantiles, Vicerrectoría de Acción Social, Universidad de  
Costa Rica, 2014.  
27 p. : il. Col.

“Autoconocimiento a través de la imagen de las mujeres  
trabajadoras de las bananeras”

ISBN 978-9968-619-50-9

1. MUJERES – LIMON (COSTA RICA). 2. MUJERES – RELATOS  
PERSONALES – LIMON (COSTA RICA). 3. ROLES (SOCIOLOGIA).  
4. AUTOPERPCEPCION.

CIP/2730  
CC/SIBDI, UCR



No todo el que sonríe es feliz  
La amistad es una perla muy difícil de encontrar  
La violencia es mala, la no violencia es buena  
Vivir en armonía, con la no violencia en la casa  
"Cadáver exquisito" mujeres de la comunidad Valle Las Rosas

# Introducción

Entre grandes fincas de banano se encuentra Valle Las Rosas, una comunidad de Valle La Estrella, en Limón. Es aquí donde viven Iraida, Helen, Grace, Selena, Lucía y Melissa. Ellas, mujeres luchadoras, valientes y hermosas, formaron parte del proyecto "Autorreconocimiento a través de la imagen de las mujeres trabajadoras de las bananeras". Cada mes, de marzo a octubre del 2014, asistieron con sus hijos e hijas a diferentes talleres. Fueron ellas quienes se atrevieron a conocer más, a aprender más, a salir un poco de la rutina para atreverse a hacer algo distinto. Fue entonces cuando empezaron a dibujar, a escribir, a tomar fotografías e, incluso, a soñar.

"¿Qué es ser mujer?", "¿cómo es mi comunidad?" fueron las primeras preguntas para empezar a cuestionar nuestra realidad. Poco a poco surgían más preguntas, y más preguntas, tales como "¿cuáles son mis derechos?", "¿merezo una vida sin violencia?". Fue así como se generaron las narraciones visuales, las historias personales y las bitácoras escritas.

Esta memoria visual presenta un compilado de fotografías de los talleres, así como fotografías que ellas mismas capturaron de su comunidad, de sus familias, de los niños y las niñas, de flores, del río, de su entorno; más que todo, de las experiencias valiosas que se vivieron en el proyecto, tanto para las mujeres del taller como para nosotras como facilitadoras. De igual forma, los textos que conforman esta memoria, son citas de las conversaciones que surgieron en los talleres, así como frases escritas en las bitácoras por cada una de las participantes.

Agradecemos infinitamente a las mujeres que construyeron conjuntamente el espacio, así como a quienes permitieron que se desarrollara el proyecto, al programa de Iniciativas Estudiantiles de Acción Social, de la Vicerrectoría de Acción Social de la Universidad de Costa Rica, por brindar la oportunidad de que estudiantes universitarios propongan proyectos, los gestionen y los ejecuten de manera que se pueda incidir en las comunidades y en la sociedad costarricense.





## 1. Taller:

# ¿Qué es ser mujer?

"La representación de nosotras mismas con una planta o animal fue de mucha ayuda para redescubrirnos de una forma muy dinámica.

"Asimismo, al dibujar a nuestras compañeras logramos obtener un mejor acercamiento. El trabajo en grupo nos permitió reconocer los roles y estereotipos que estábamos reproduciendo en nuestras vidas cotidianas".



Yo me identifico como un punto porque no tengo quietud todo el día así que me acuesto



3



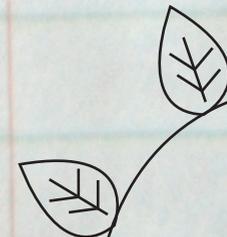


## 2. Taller:

Yo en mi casa y en mi comunidad,  
dibujando de forma colectiva

"Nos preguntamos sobre los problemas y los lugares que hay en mi comunidad, los lugares de mi comunidad que visito: centros de salud, mercado, escuela, iglesia.

"¿Cómo me desenvuelvo en mi hogar?, ¿cómo dibujo mi casa y mi comunidad?, ¿en qué lugares me siento más cómoda?"

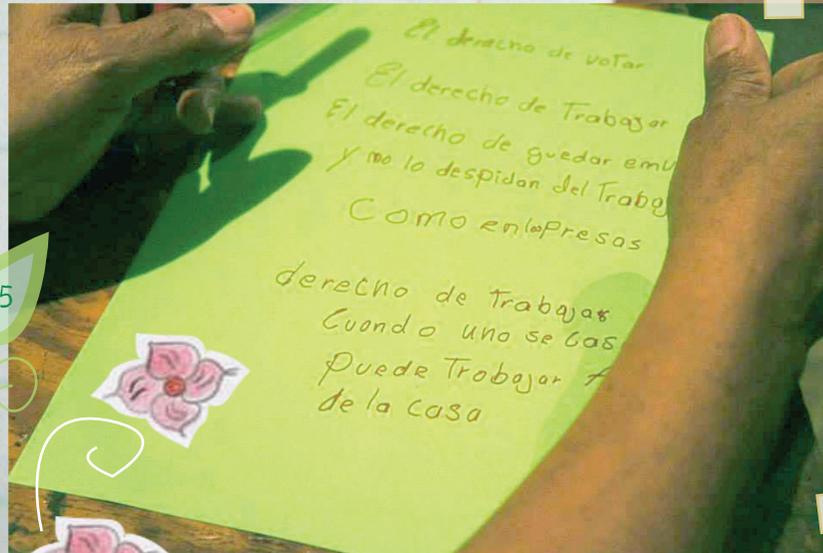


### 3. Taller:

## Apropiándome de mis derechos

"En este taller, conseguí reconocer cuáles son mis derechos como ser humano y, sobre todo, como mujer".

"Me gustó mucho compartir con las compañeras y las jóvenes del proyecto, y darme cuenta que valemos mucho como mujeres y como seres humanos, que tenemos deberes pero también derechos".



4. Taller:

## Redescubriendo mi comunidad a través de la imagen

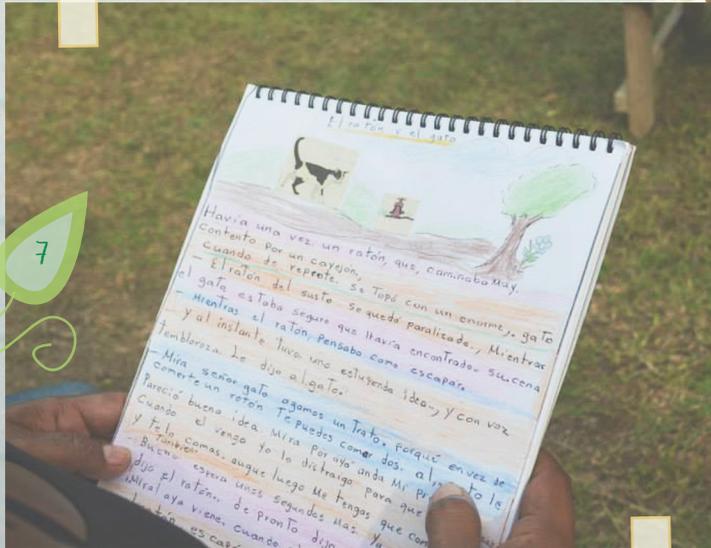
En este taller se introdujo el uso de la cámara, después se salió en grupo para ver la comunidad a través del lente.



5. Taller:

# “La narrativa como forma de expresarme”

Aprendimos, a partir de la narrativa, diversas formas de expresarme y de poder transmitir a otras personas lo que yo pienso.





6. Taller:

## Mi historia de vida a través de la fotografía

"Aprendimos que la imagen también puede transmitir diversos contenidos que pueden afectarme como mujer, pero a la vez aprendimos que con la imagen podemos expresarnos".

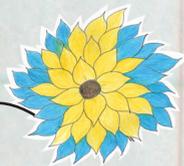


7. Taller:

## Vida sin violencia

“En este taller, aprendimos a identificar los diferentes tipos de violencia y qué hacer para que no haya violencia en nuestras vidas”.

9





8. Taller:

Mi voz a través de la cámara:  
nosotras también podemos informar



“Ejercitamos nuestra capacidad de comunicar, tanto entre nosotras como a los demás. También nos dijimos aspectos positivos que vemos en las demás mujeres que están a nuestro alrededor.”

# Doña Iraida



## Mis hijos:

Tuve cuatro hijos que el Señor me regaló: la primera fue mujer, se llama Hellen Estrella, el segundo fue varón y se llama Manuel Alfredo, la tercera fue mujer y se llama Rita Yerania y el cuarto fue varón y se llama Jairo Yoseh.

Fueron cuatro hijos que el Señor me regaló en pareja y los tengo a todos vivos, por la gracia de Dios. Ellos significan mucho en mi vida, primeramente el Señor en mi vida y después ellos.

Árbol

de manzanas

la naturaleza  
es bonita porque  
es algo que el ser  
hizo por eso me  
gusta mucho  
Cristo me ama  
ami, y a ti?  
tambien

Mi nombre es Iraida María orías mora  
cuaderno de taller los dan las muchachas  
aprendemos de todo un poco, y lo  
agradable entre todas, lo sentimos



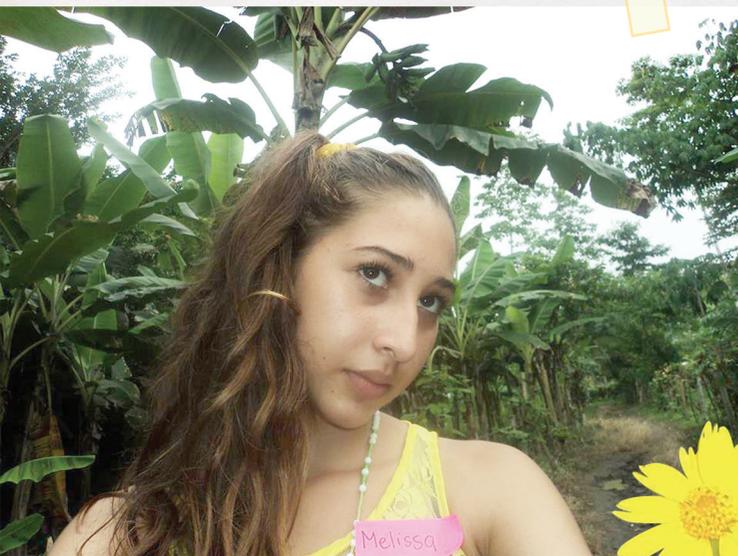
Daily  
mi  
Mietita  
Adorada

mi preciosa  
tiene 5 meses.  
es un regalo  
de Dios en  
cuaderno

Flor  
hecha por Iraida

mi nombre es Iraida María orías mora  
las muchachas UNICEF

# Melissa



Melissa

13

Había una vez una princesa que salió de paseo, pero ella casi no conocía las calles de los pueblos, mas salió sin importar eso. Le dijo a su vasallo que le agradecía mucho su compañía pero que ella quería ir sola y que ella iba a estar bien donde la duquesa.

La princesa inició su viaje. Iba pensando en poder encontrar a su príncipe soñado, mas ella ya conocía a un amigo, pero nunca lo había visto personal, pero esta vez sí lo iba a conocer porque él vivía cerca de donde la duquesa.



La princesa después de unas horas de viajar al fin llegó a la casa de la duquesa, y la duquesa muy feliz la recibió con los brazos abiertos y le dijo: "Os estaba esperando. Pasad adelante y sentaos, por favor. Ya os traigo el vino más fino que tengo para celebrar tu estadía en nuestra humilde casa".

La princesa pidió a la duquesa que por favor le prestara una hoja y una pluma para enviarle un telegrama a un amigo que ella tenía cerca de aquí. La duquesa salió, la princesa escribió el telegrama donde indicaba al príncipe que ella estaba donde la duquesa, que cuando él gustara podía llegar a verla. Mandó el telegrama con un vasallo de la duquesa. El vasallo muy amablemente se retiró a entregarlo.

Ya en la noche, el príncipe se pareció donde la duquesa para ver a la princesa. La princesa muy feliz salió a platicar con él ya que era la primera vez que lo conocía en persona y que podía hablar con él ya sin ningún contratiempo. La princesa y el príncipe platicaron hasta muy altas horas de la noche, pero el príncipe tenía que irse y se despidió de la princesa, aunque él no quería, pero lo hizo. Al siguiente día, igual llegó donde la princesa y así pasaron los días. La princesa, un día antes de marcharse para su castillo, se puso muy triste porque ella no quería marcharse, mas no le quedaba nada que hacer, tenía que irse de regreso a su castillo.

El día siguiente, el príncipe le mandó una carta a la princesa donde le decía que él la quería mucho y que aunque él no sabía si la volvería a ver, que él la llevaba en su corazón y en su mente y que ella no tenía por qué estar triste, que aunque no estuvieran juntos con solo que ella cerrara los ojos y pensara en él ahí lo iba a sentir más cerca, porque él siempre iba a estar para ella aunque no estén cerca. Ninguna distancia los iba a poder separar porque él la quería con todo el corazón.

Aunque casi no hablaban, ellos mantenían la esperanza de volverse a ver.

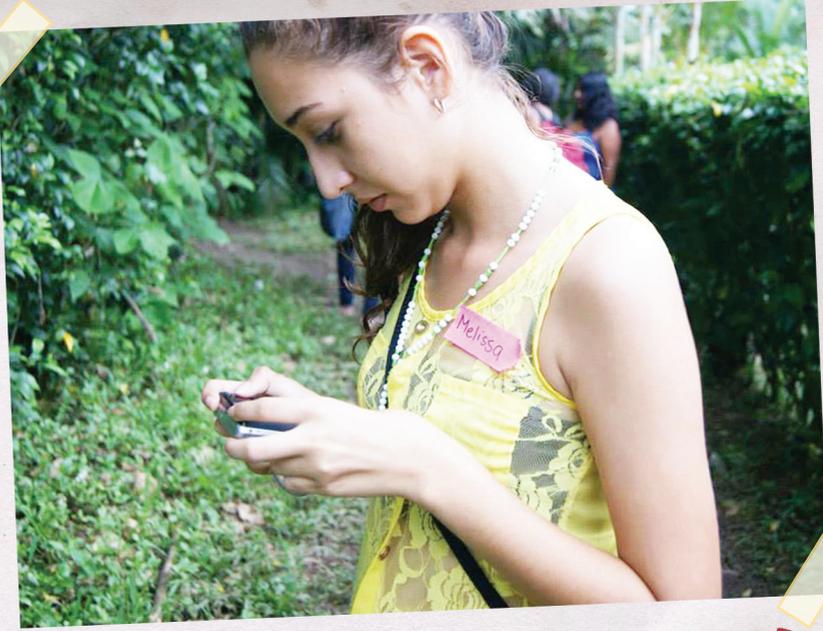


# La Señora Lios y el Señor Olvidoso

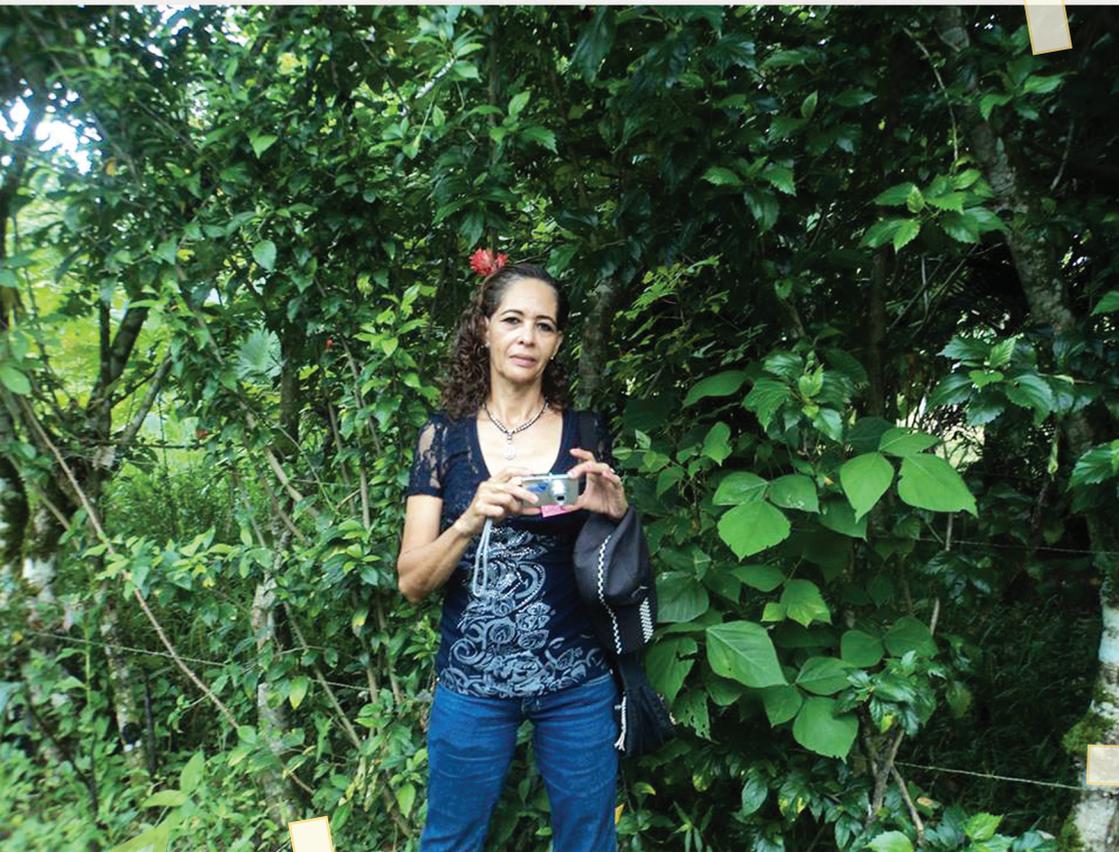
Es un matrimonio perfecto,  
perfecto y no tiene nada más  
que un gran defecto.

La Señora Lios manos, pies  
y dedos siempre esta metida  
en algún Enredo

Al Señor Olvido  
cabeza, cabeza  
se le olvida  
todo de  
pura pereza



# Lucía



"Escogí esta foto porque:

Me recuerda cuando era pequeña, vivía entre los bosques, los árboles. A pesar de todo era feliz, subirse a los árboles, cortar frutas. ¡Que tiempos aquellos! No volverán, pero los llevo en el corazón".

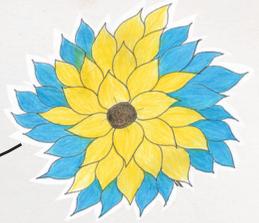




Selena



17



## Mi historia cuando vivíamos en Penshurth

Cuando vivíamos en Penshurth, yo disfrutaba todas las tardes viendo a mis primos, tíos y hermanos jugando bola, y no solo yo disfrutaba, también mis abuelos. Ellos se sentaban abajo de unos árboles, ellos tenían ahí una tabla para sentarse y una hamaca. Todos nosotros nos sentábamos a observar el partido.

Cuando mi mamá se desocupaba llegaba también y todos muy contentos haciendo barra. Cuando finalizaba el partido ya casi era de noche y nos metíamos ya para la casa pero muy felices. Sabíamos que habíamos compartido todos juntos y eso nos llenaba de alegría a todos. Pasó un año y nos avisaron que ya nos podíamos ir para la casa que nos dieron aquí en el Valle de las Rosas.

Pasaron muchos meses y mi abuela enfermó y murió. Todas las alegrías se fueron. Ya no volvimos a pasarla en familia. Porque todo se hizo tan distinto ya no es lo mismo llegar a Penshurth. Primeramente porque mi abuela se fue y, segundo, porque mi abuelo ya no es el mismo: aquel señor lleno de alegría y de fuerzas se apagó, y ahora él también está enfermo y temo que le pase lo mismo que a mi abuelita

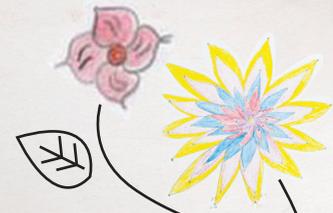
En mi Historia cuando viviamos en penske

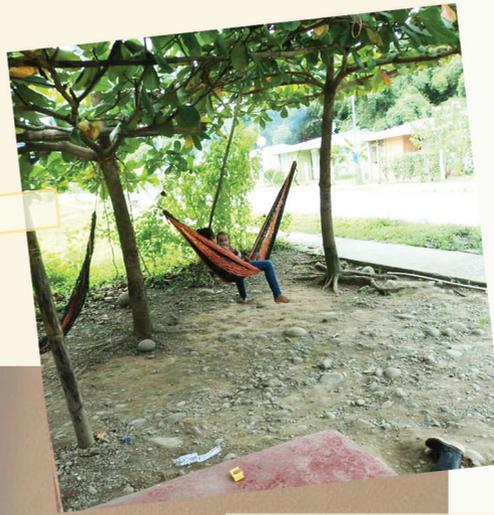


SELENA E.M.

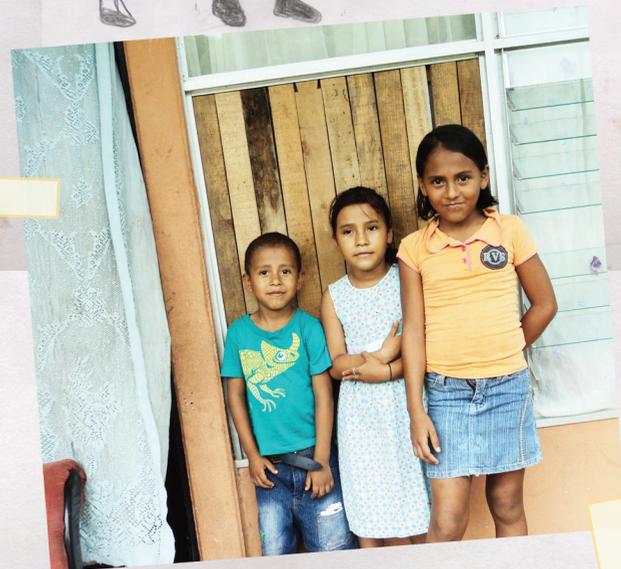


Hellen





Grace





Cuando uno es niña o niño Todo lo miro  
 de una Manera Tan distinta Para uno tod  
 Es diversión.  
 - recuerdo que cuando yo era niña  
 cuando Mi mamá nos decía que iba  
 mos, a pasear donde Mi abuela, nos ale  
 grabamos tanta. Bueno nos importaba  
 que el camino fuera largo no íbamos  
 jugando hasta que por fin yegabamos  
 Mi abuela se ponía muy feliz.  
 a la hora de almuerzo, nos dava sopa  
 y porque ella sabía que nos encantaba la  
 sopa. despues que almorzabamos. Mis  
 hermanas se iban a jugar con Mis prima  
 y Mis hermanos. como mis primos



Y yo Me iba al jardín de flores  
 que tenía Mi abuela. a atrapar Maripos  
 las atrapaba y luego las dejaba ir. las  
 Pobrecitas, se iban con las alitas todas  
 lastimadas, Me encantaba sentir el aroma  
 de las flores. Para mí todo eso era diversión.  
 Pero esa diversión se me acababa. Cuando  
 aparecía un pavo. que era muy enojoso  
 y le pegaba a una unas carreras para pica  
 tearlo. Yo apenas lo miraba Me salía  
 corriendo para adentro de la casa  
 - Bueno hasta que por fin yegaba la noche.  
 Mi abuela se sentaba a contarnos historias,  
 y nosotros todos arrinconados al par de mi  
 mamá. Pero la que más Miedo Me da era  
 la de un Pajaro que le decían el juracé



Cuando íbamos a dormir  
 todos estábamos con Miedo. yo Me Metía  
 en Medio de todos. y deseaba que amaneciera  
 rapido. Pero para mí todo eso fue muy bonito.  
 a veces quería volver a ese tiempo. Pero ya nunca  
 se podrá. Porque yo ya no soy una niña. el  
 Jardín se secó, y Mi abuela. y Mi mamá  
 bolaron como dos maripositas, con rumbo al  
 cielo. para nunca mas volver.





# Clausura

"Mi experiencia fue muy bonita, aprendí muchas cosas importantes y me gustó mucho este taller. Me sentí muy feliz y fue muy divertido".

"Fui y me gustó todo, me gustó sacar fotos, hablar con ustedes. Todo el proceso estuvo bonito".

"Espacio para reencontrarme como mujer. Mi espacio Espacio donde me valoro y me replanteo Experiencia enriquecedora".



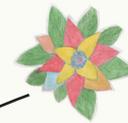


“Los talleres me parecieron un espacio muy valioso en donde pude repensarme como mujer, identificar mis derechos como mujer y apropiarme de ellos. También me pareció un espacio donde pude expresar lo que sentía y pensaba. Pero sobre todo, el hecho de compartir con mujeres tan valientes y querreras en la vida fue lo que más me gustó del espacio. Aprendí mucho con ustedes”.

“Para mí, el proceso me permitió conocerme a través de las demás mujeres, tanto con mis compañeras de proyecto como de las señoras de Valle las Rosas. Aprendí lo valiosas que somos todas las mujeres y como las mujeres a través de la historia han sufrido muchas injusticias. El proyecto me permitió repensar ciertas cuestiones en torno al género en diferentes contextos. Estoy agradecida por conocer mujeres tan luchadoras”.

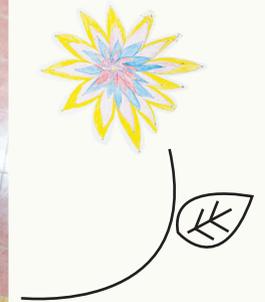
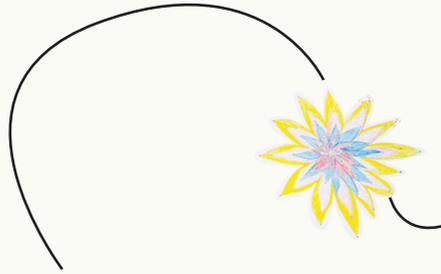


# Las niñas y los niños



“Jugando y creando aprendimos sobre el trabajo en equipo y la importancia de compartir como miembros de una misma comunidad.”





# Aprendizajes

27

"No hay nada mejor que poder trabajar con mujeres que me recuerdan a mis tías, abuela y madre, mujeres que al igual que una misma han vivido diversas situaciones en las que ha deseado tener voz y decisión". Carol

"Para mí, el trabajo con las mujeres del Valle de las Rosas ha significado un proceso de crecimiento y aprendizaje en conjunto, pues ha sido una etapa en la que hemos construido, deconstruido y repensado juntas, a partir de nuestras vivencias". Sandra

"Trabajar con mujeres es repensarse una misma, es construir en colectivo y, más que todo, es estrechar lazos íntimos, sentimentales, afectivos. La fotografía permite vislumbrar las pequeñas narraciones cotidianas, desde lo subjetivo, desde nosotras mismas, desde ellas. Narrar la comunidad, narrarse, y contar historias a través de la imagen es una forma de empoderarse, de afrontar la realidad y hacerla propia". Hawi

"El haber trabajado con mujeres hizo que me repensara a mí misma en mi condición de mujer y la sociedad en la que vivimos, la cual nos oprime día con día. De estas mujeres aprendí en gran manera, hicieron que una saliera de esa burbuja llamada academia, marcaron mi vida. Aprendí que hay miles de formas de aprendizajes y que la Educación Popular es una potente herramienta que permite dar ese giro metodológico, que se adapta a las condiciones de cada comunidad y donde la educación es para todos y todas, sin exclusión". María José

"El observar, interactuar y conocer a mujeres de una comunidad totalmente lejana a mi contexto fue una vivencia que mucho tiene que aportar a mi crecimiento como persona y como mujer. Empaparse de sus historias, ser recibidas como de la familia en sus hogares, disfrutar con sus hijas e hijos y respirar el aire del Valle las Rosas serán elementos permanentemente latentes en nuestra memoria". Laura



