

To Whom it may Concern:

Included in this Document is the following that shows the Qualified Trainers of the Ya Basta Center have 10 documented hours of professional development in 2023, as well as proof that each trainer has the knowledge, and experience necessary to train non-supervisory workers:

- Calendar of Practices with Names of Attendees, including total number of hours each person has been trained in
 - a. Note: the Calendar of Practices includes Practicing the Training to be implemented in the field, as well as trainings in additional relevant topics, which are listed below
- Sign in sheets as back up for attendance of practices in 2023
- Training Presentation PPT (what will be presented at trainings for nonsupervisory workers)
- Trainings in Additional Relevant Topics
 - a. The Roll of Men in the Ya Basta Center / El Rol del Hombre en el Centro Ya Basta
 - b. How to Charmismatically do Public Speaking / Hablar en Publico con Carisma
 - c. Working in a Team / Trabajar en Equipo
 - d. Receiving Critiques / Como Enfrentar una Critica
 - e. Code of Conduct / Codigo de Conducta
 - f. Conflict Resolution Part I / Resolucion de Conflictos Parte I
 - g. Conflict Resolution Part II / Resolucion de Conflictos Parte II
 - h. Conflict Resolution Part III / Resolucion de Conflictos Parte III
 - i. How to Efficiently Prepare for a Presentation / Como prepararse eficazmente para una presentacion
- Sign in sheets for practices 2019-2023
- Not Included as a Document due to confidential nature - the Ya Basta Center took several reports related to sexual assault and directed the folks filing the reports to appropriate resources for further advocacy and help during the height of the pandemic from 2020-2021. This adds to the breadth of experience and knowledge the trainers have in the relevant topics.

Ya Basta Center															
2023 Trainings and Practices															
NAME	REGION	TOTAL HOURS Trained in 2023	2/23/23 Horas: 2 Temas: Resolucion de Conflictos 1	2/24/23/ Horas: 2 Tema: Como manejar la ansiedad	2/28/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/2/23 Hora: 2 Tema: Resolucion de conflictos 2	3/3/23 Horas:2 Tema: La Diabetes	3/6/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/7/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/8/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/10/23 Horas:2 Tema: Finanzas	3/13/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/14/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/15/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/16/23 Horas: 2 Tema: Resolucion de conflictos 3
MARTHA MEJIA	LA	40		Attended			Attended				Attended				
ENRIQUE NAVARRO	LA	158	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
AMPARO GONZALEZ	LA	54	Attended	Attended		Attended	Attended								
RICARDO CONTRERAS	LA	80						Attended	Attended				Attended		
LULU VARGAS	LA	142		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended
MARIA DOMINGUEZ	LA	118	Attended								Attended	Attended	Attended		
NATALIA RODRIGUEZ	LA	112	Attended	Attended							Attended	Attended		Attended	
MARIA NIETO	LA	64	Attended	Attended				Attended			Attended	Attended	Attended		
ANA ZAVALA	LA	12													
MARIA OROZCO	LA	18													
DELMY RIVAS	LA	14													
FLOR RODRIGUEZ	LA	10													
ROSA LOPEZ	San Diego	36													
JOHANNA BERNAL	San Diego	158	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
RAQUEL ZALDANA	San Diego	48						Attended	Attended		Attended	Attended			Attended
MARIBEL CABRERA	San Diego	10													
MIRIAM TORRES	San Diego	134	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
GERALIA RODRIGUEZ	Oakland	184	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
GUADALUPE RAMOS	Oakland	148						Attended			Attended	Attended	Attended	Attended	
BLANCA HERNANDEZ	Oakland	22													
CARMEN SANDOVAL	Oakland	22													
MARLEY CASTRO	Oakland	32													
RAFAEL GARCIA	Oakland	32													
IVON ORTIZ	Oakland	32													
MARIO ZARATE	Oakland	32													
MARIA GONZALEZ	Oakland	50	Attended	Attended			Attended								
EMMA ROSAS	Orange	56	Attended	Attended		Attended	Attended				Attended				
YANET SALMERON	Orange	26		Attended			Attended				Attended				
MARYLIN RUBIO	Orange	22		Attended							Attended				
MARISOL MAGANDA	San Diego	24		Attended			Attended				Attended				
MARCELINA CHAMU	Orange	14		Attended											
MARIA GUERRERO	Orange	10					Attended								
UBALDO ESTRADA	Orange	16													
SANTOS OLVERA	Orange	16													
PATY JIMENEZ	Orange	16													
PATRICIA CUEVAS	Orange	12													
ARACELI CRUZ	Orange	20													
ANABELLA AGUIRRE	LA	154				Attended	Attended	Attended		Attended		Attended	Attended	Attended	Attended
VERONICA LAGUNAS	LA	154			Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended

Ya Basta Center															
2023 Trainings and Practices															
NAME	REGION	TOTAL HOURS Trained in 2023	3/17/23 Horas:2 Tema: La comunicacion	3/18/23 # of Hours: 4 Topic: Practicing the Training Presentation and Q+A	3/20/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/22/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/27/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/28/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/29/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	3/30/23 Horas:2 Tema:Como preparase eficazmente para una presentacion.	3/31/23 Horas: 2 Tema: Violencia domestica	4/3/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	4/4/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	4/5/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	4/7/23 Horas: 2 Tema: Impacto de las toxinas
MARTHA MEJIA	LA	40	Attended								Attended	Attended	Attended		Attended
ENRIQUE NAVARRO	LA	158	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
AMPARO GONZALEZ	LA	54	Attended								Attended				Attended
RICARDO CONTRERAS	LA	80	Attended				Attended	Attended			Attended	Attended	Attended		Attended
LULU VARGAS	LA	142	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
MARIA DOMINGUEZ	LA	118			Attended		Attended	Attended	Attended			Attended	Attended	Attended	Attended
NATALIA RODRIGUEZ	LA	112	Attended		Attended		Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
MARIA NIETO	LA	64	Attended							Attended	Attended				Attended
ANA ZAVALA	LA	12													
MARIA OROZCO	LA	18													
DELMY RIVAS	LA	14													
FLOR RODRIGUEZ	LA	10													
ROSA LOPEZ	San Diego	36	Attended							Attended	Attended				Attended
JOHANNA BERNAL	San Diego	158			Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	
RAQUEL ZALDANA	San Diego	48	Attended									Attended	Attended		
MARIBEL CABRERA	San Diego	10													
MIRIAM TORRES	San Diego	134	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended
GERALIA RODRIGUEZ	Oakland	184	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
GUADALUPE RAMOS	Oakland	148	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
BLANCA HERNANDEZ	Oakland	22		Attended											
CARMEN SANDOVAL	Oakland	22													
MARLEY CASTRO	Oakland	32		Attended											
RAFAEL GARCIA	Oakland	32		Attended											
IVON ORTIZ	Oakland	32													
MARIO ZARATE	Oakland	32		Attended			Attended								
MARIA GONZALEZ	Oakland	50		Attended											
EMMA ROSAS	Orange	56	Attended								Attended				Attended
YANET SALMERON	Orange	26	Attended								Attended				Attended
MARYLIN RUBIO	Orange	22	Attended								Attended				Attended
MARISOL MAGANDA	San Diego	24	Attended								Attended				Attended
MARCELINA CHAMU	Orange	14													
MARIA GUERRERO	Orange	10													
UBALDO ESTRADA	Orange	16													
SANTOS OLVERA	Orange	16													
PATY JIMENEZ	Orange	16													
PATRICIA CUEVAS	Orange	12													
ARACELI CRUZ	Orange	20													
ANABELLA AGUIRRE	LA	154	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	
VERONICA LAGUNAS	LA	154	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended		Attended

Ya Basta Center															
2023 Trainings and Practices															
NAME	REGION	TOTAL HOURS Trained in 2023	4/10/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	4/11/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	4/12/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	4/13/23 Horas:2 Tema:El rol del hombre en el centro ya basta!	4/14/23 # of Hours: 4 Topic: Practicing the Training Presentation and Q+A	4/15/23 # of Hours: 4 Topic: Practicing the Training Presentation and Q+A	4/17/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	4/18/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	4/19/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	4/20/23 Horas:2 Tema: Hablar en publico con carisma	4/22/23 # of Hours: 4 Topic: Practicing the Training Presentation and Q+A	4/25/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	4/26/23 Horas:8 Tema: DENIM DAY y Convivio con Instructores
MARTHA MEJIA	LA	40	Attended						Attended						Attended
ENRIQUE NAVARRO	LA	158			Attended	Attended			Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended
AMPARO GONZALEZ	LA	54	Attended	Attended					Attended						Attended
RICARDO CONTRERAS	LA	80	Attended						Attended	Attended				Attended	Attended
LULU VARGAS	LA	142	Attended	Attended	Attended				Attended	Attended		Attended		Attended	Attended
MARIA DOMINGUEZ	LA	118	Attended	Attended					Attended	Attended		Attended		Attended	Attended
NATALIA RODRIGUEZ	LA	112	Attended		Attended	Attended			Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended
MARIA NIETO	LA	64				Attended								Attended	Attended
ANA ZAVALA	LA	12													Attended
MARIA OROZCO	LA	18													Attended
DELMY RIVAS	LA	14					Attended								
FLOR RODRIGUEZ	LA	10													
ROSA LOPEZ	San Diego	36			Attended									Attended	Attended
JOHANNA BERNAL	San Diego	158	Attended	Attended	Attended	Attended			Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended
RAQUEL ZALDANA	San Diego	48	Attended		Attended										Attended
MARIBEL CABRERA	San Diego	10													Attended
MIRIAM TORRES	San Diego	134	Attended	Attended	Attended	Attended			Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended
GERALIA RODRIGUEZ	Oakland	184	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
GUADALUPE RAMOS	Oakland	148				Attended		Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended
BLANCA HERNANDEZ	Oakland	22											Attended		
CARMEN SANDOVAL	Oakland	22						Attended							Attended
MARLEY CASTRO	Oakland	32						Attended					Attended		Attended
RAFAEL GARCIA	Oakland	32						Attended					Attended		Attended
IVON ORTIZ	Oakland	32													
MARIO ZARATE	Oakland	32						Attended					Attended		Attended
MARIA GONZALEZ	Oakland	50						Attended					Attended		Attended
EMMA ROSAS	Orange	56			Attended		Attended							Attended	Attended
YANET SALMERON	Orange	26	Attended				Attended								
MARYLIN RUBIO	Orange	22					Attended								
MARISOL MAGANDA	San Diego	24													Attended
MARCELINA CHAMU	Orange	14					Attended								
MARIA GUERRERO	Orange	10					Attended								
UBALDO ESTRADA	Orange	16					Attended								Attended
SANTOS OLVERA	Orange	16					Attended								Attended
PATY JIMENEZ	Orange	16					Attended								Attended
PATRICIA CUEVAS	Orange	12					Attended								
ARACELI CRUZ	Orange	20					Attended								Attended
ANABELLA AGUIRRE	LA	154	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
VERONICA LAGUNAS	LA	154		Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended

Ya Basta Center															
2023 Trainings and Practices															
NAME	REGION	TOTAL HOURS Trained in 2023	5/1/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	5/4/23 Horas: 2 Tema: Trabajo en equipo	5/8/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	5/9/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	5/10/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	5/13/23 # of Hours: 4 Topic: Practicing the Training Presentation and Q+A	5/16/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	5/18/23 Horas:2 Tema:Como enfrentar una critica	5/23/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	5/24/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	5/30/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	5/31/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	6/3/23 # of Hours: 4 Topic: Practicing the Training Presentation AND q+a
MARTHA MEJIA	LA	40			Attended										
ENRIQUE NAVARRO	LA	158	Attended	Attended	Attended		Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	
AMPARO GONZALEZ	LA	54													
RICARDO CONTRERAS	LA	80	Attended		Attended				Attended		Attended				
LULU VARGAS	LA	142	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	
MARIA DOMINGUEZ	LA	118	Attended	Attended	Attended	Attended			Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	
NATALIA RODRIGUEZ	LA	112	Attended			Attended			Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	
MARIA NIETO	LA	64	Attended				Attended		Attended						
ANA ZAVALA	LA	12												Attended	
MARIA OROZCO	LA	18													
DELMY RIVAS	LA	14													
FLOR RODRIGUEZ	LA	10													
ROSA LOPEZ	San Diego	36													
JOHANNA BERNAL	San Diego	158	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		
RAQUEL ZALDANA	San Diego	48													
MARIBEL CABRERA	San Diego	10													
MIRIAM TORRES	San Diego	134	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	
GERALIA RODRIGUEZ	Oakland	184	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended
GUADALUPE RAMOS	Oakland	148	Attended	Attended	Attended			Attended	Attended		Attended	Attended		Attended	Attended
BLANCA HERNANDEZ	Oakland	22	Attended												
CARMEN SANDOVAL	Oakland	22						Attended							
MARLEY CASTRO	Oakland	32													Attended
RAFAEL GARCIA	Oakland	32													Attended
IVON ORTIZ	Oakland	32													
MARIO ZARATE	Oakland	32						Attended							
MARIA GONZALEZ	Oakland	50						Attended							Attended
EMMA ROSAS	Orange	56										Attended			
YANET SALMERON	Orange	26													
MARYLIN RUBIO	Orange	22													
MARISOL MAGANDA	San Diego	24													
MARCELINA CHAMU	Orange	14													
MARIA GUERRERO	Orange	10													
UBALDO ESTRADA	Orange	16													
SANTOS OLVERA	Orange	16													
PATY JIMENEZ	Orange	16													
PATRICIA CUEVAS	Orange	12													
ARACELI CRUZ	Orange	20													
ANABELLA AGUIRRE	LA	154		Attended	Attended		Attended	Attended		Attended		Attended		Attended	Attended
VERONICA LAGUNAS	LA	154		Attended	Attended	Attended					Attended	Attended	Attended	Attended	

Ya Basta Center															
2023 Trainings and Practices															
NAME	REGION	TOTAL HOURS Trained in 2023	6/5/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	6/6/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	6/7/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	6/8/23 Horas:2 Tema:Codigo de Conducta del Centro Ya Basta!	6/12/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	6/13/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	6/17/23 # of Hours: 4 Topic: Practicing the Training Presentation and Q+A	6/20/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	6/21/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	6/23/23 # of Hours: 4 Topic: Practicing the Training Presentation and Q+A	6/24/23 # of Hours: 4 Topic: Practicing the Training Presentation and Q+A	6/26/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	6/27/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation
MARTHA MEJIA	LA	40													
ENRIQUE NAVARRO	LA	158	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended				Attended			Attended	Attended
AMPARO GONZALEZ	LA	54								Attended	Attended			Attended	Attended
RICARDO CONTRERAS	LA	80	Attended											Attended	
LULU VARGAS	LA	142	Attended		Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended			Attended	
MARIA DOMINGUEZ	LA	118	Attended			Attended	Attended			Attended	Attended				
NATALIA RODRIGUEZ	LA	112	Attended			Attended	Attended			Attended	Attended			Attended	
MARIA NIETO	LA	64						Attended							
ANA ZAVALA	LA	12			Attended										
MARIA OROZCO	LA	18													
DELMY RIVAS	LA	14													
FLOR RODRIGUEZ	LA	10													
ROSA LOPEZ	San Diego	36													
JOHANNA BERNAL	San Diego	158	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended			Attended	Attended
RAQUEL ZALDANA	San Diego	48						Attended	Attended		Attended			Attended	Attended
MARIBEL CABRERA	San Diego	10													
MIRIAM TORRES	San Diego	134	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended				Attended
GERALIA RODRIGUEZ	Oakland	184	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	
GUADALUPE RAMOS	Oakland	148	Attended	Attended		Attended	Attended		Attended	Attended	Attended		Attended	Attended	Attended
BLANCA HERNANDEZ	Oakland	22							Attended					Attended	
CARMEN SANDOVAL	Oakland	22												Attended	
MARLEY CASTRO	Oakland	32							Attended					Attended	
RAFAEL GARCIA	Oakland	32							Attended					Attended	
IVON ORTIZ	Oakland	32									Attended		Attended	Attended	Attended
MARIO ZARATE	Oakland	32							Attended				Attended		
MARIA GONZALEZ	Oakland	50							Attended						
EMMA ROSAS	Orange	56	Attended			Attended									
YANET SALMERON	Orange	26													
MARYLIN RUBIO	Orange	22													
MARISOL MAGANDA	San Diego	24													
MARCELINA CHAMU	Orange	14										Attended			
MARIA GUERRERO	Orange	10													
UBALDO ESTRADA	Orange	16										Attended			
SANTOS OLVERA	Orange	16										Attended			
PATY JIMENEZ	Orange	16										Attended			
PATRICIA CUEVAS	Orange	12										Attended			
ARACELI CRUZ	Orange	20										Attended			
ANABELLA AGUIRRE	LA	154	Attended	Attended	Attended	Attended				Attended	Attended	Attended		Attended	Attended
VERONICA LAGUNAS	LA	154	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended	Attended				Attended	Attended

Ya Basta Center				
2023 Trainings and Practices				
NAME	REGION	TOTAL HOURS Trained in 2023	6/28/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation	6/29/23 # of Hours: 2 Topic: Practicing the Training Presentation
MARTHA MEJIA	LA	40		
ENRIQUE NAVARRO	LA	158	Attended	Attended
AMPARO GONZALEZ	LA	54	Attended	Attended
RICARDO CONTRERAS	LA	80	Attended	
LULU VARGAS	LA	142	Attended	
MARIA DOMINGUEZ	LA	118	Attended	
NATALIA RODRIGUEZ	LA	112	Attended	
MARIA NIETO	LA	64		
ANA ZAVALA	LA	12		
MARIA OROZCO	LA	18		
DELMY RIVAS	LA	14		
FLOR RODRIGUEZ	LA	10		
ROSA LOPEZ	San Diego	36		
JOHANNA BERNAL	San Diego	158	Attended	Attended
RAQUEL ZALDANA	San Diego	48	Attended	Attended
MARIBEL CABRERA	San Diego	10		
MIRIAM TORRES	San Diego	134	Attended	Attended
GERALIA RODRIGUEZ	Oakland	184	Attended	Attended
GUADALUPE RAMOS	Oakland	148	Attended	Attended
BLANCA HERNANDEZ	Oakland	22		
CARMEN SANDOVAL	Oakland	22		
MARLEY CASTRO	Oakland	32		
RAFAEL GARCIA	Oakland	32		
IVON ORTIZ	Oakland	32		
MARIO ZARATE	Oakland	32		
MARIA GONZALEZ	Oakland	50		
EMMA ROSAS	Orange	56		
YANET SALMERON	Orange	26		
MARYLIN RUBIO	Orange	22		
MARISOL MAGANDA	San Diego	24		
MARCELINA CHAMU	Orange	14		
MARIA GUERRERO	Orange	10		
UBALDO ESTRADA	Orange	16		
SANTOS OLVERA	Orange	16		
PATY JIMENEZ	Orange	16		
PATRICIA CUEVAS	Orange	12		
ARACELI CRUZ	Orange	20		
ANABELLA AGUIRRE	LA	154	Attended	Attended
VERONICA LAGUNAS	LA	154	Attended	Attended



YA BASTA CENTER!

FECHA: 1/9/23

OFICINA: 2004

NOMBRE

1. Veronica Lagunas

2. Martha Mejia

3. Maria Nieto

4. Maria Orozco

5. Anabella Aguirre

6. Maria Gonzalez

7. Guadalupe Ramos

8. Rosa Lopez

9. JOHANNA BERNAL

10. Flor Rodriguez

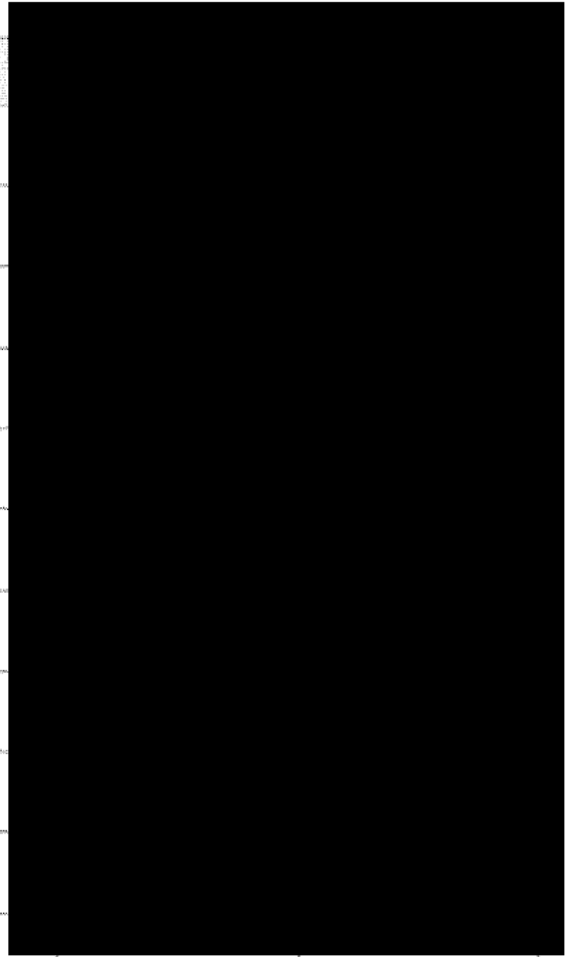
11.

12.

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 1/10/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. Gerardo Rodriguez
2. Guadalupe Ramos
3. Maria Domínguez
4. Enrique Navarro
5. Rosa Lopez
6. JOHANNA BERNAL
7. Marley Castro
8. Anabella Aguilar
9. Yvonne Ortiz
10. Verónica Lagunas
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.



12.		
13.		
14.		
15.		



YA BASTA CENTER!

FECHA: 1/11/23

OFICINA: Zoom / presencial. LA

NOMBRE

1. Cecilia Rodriguez
2. Maria Gonzalez
3. Maria Dominguez
4. Lulu Vargas
5. Natalia Rodriguez
6. Enrique Navarr
7. JOHANNA BERNAL
8. Emma Rosas
9. Maria Orozco
10. Veronica legunas
11. Delmi. Rivas



12.		
13.		
14.		
15.		



YA BASTA CENTER!

FECHA: 1/12/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. Amparo Gonzalez
2. Geraldina Rodriguez
3. Maria Domínguez
4. Enrique Navarro
5. Emma Rosas
6. Rosa Lopez
7. JOHANNA BERNAL
8. Anabella Aguirre
9. Maria Gonzalez
10. Natalia Rodriguez
11. Maria Nieto
12. CARMEN SANDONAL
13. Marley Castro
14. Yvonne Ortiz
15. Veronica Lagunas



YA BASTA CENTER!

FECHA: 1/17/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. Ivonne Ortiz
2. Maria Domínguez
3. Anabella Aguirre
4. Lulu Vargas
5. Enrique Navarro
6. JOHANNA BERNAL
- 7.
8. Veronica Lagunas
9. Flor Rodríguez
- 10.
- 11.
12. Delmi Rivas
- 13.
- 14.
- 15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 1/18/23

OFICINA: Zoom / Procesa 1A.

NOMBRE

1. Ivonne Ortiz
2. Anabella Aguirre
3. Amparo Gonzalez
4. Maria Domínguez
5. Lulu Vargas
6. Natalia Rodriguez
7. Enrique Navarro
8. JOHANNA BERNAL
9. Veronica Lagunas
10. Ivonne

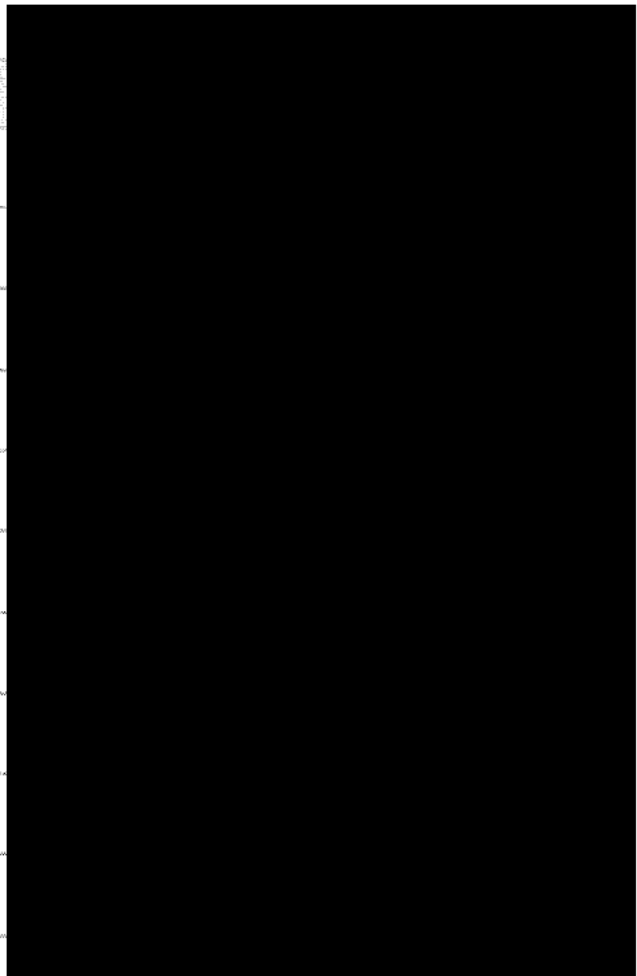
11.

12.

13.

14.

15.





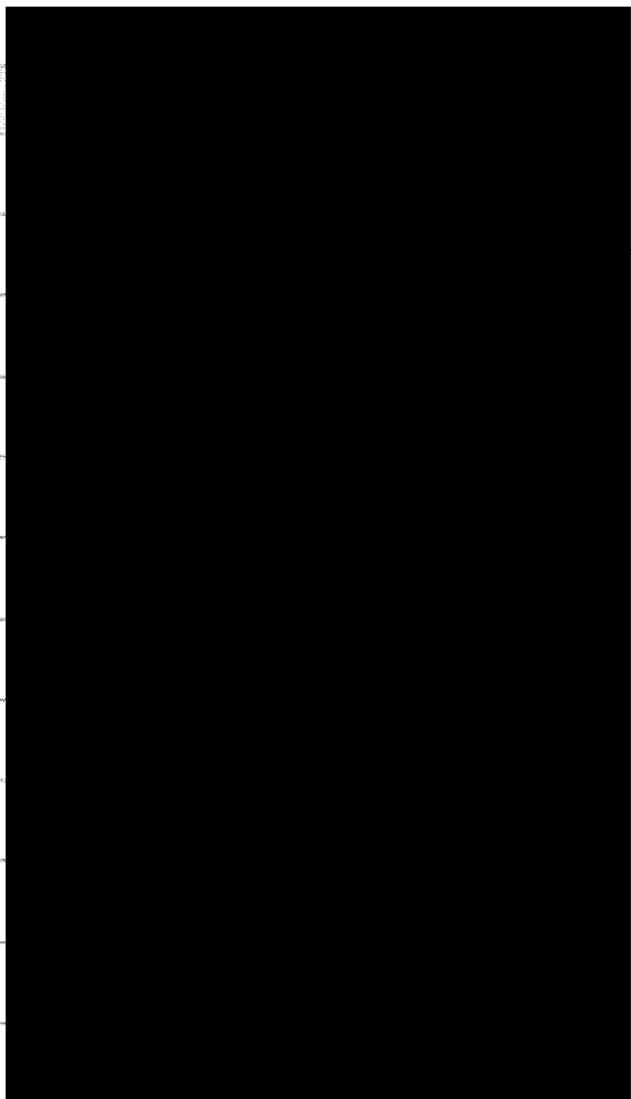
YA BASTA CENTER!

FECHA: 1/19/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. *Geralia Rodriguez*
2. *Maria Domínguez*
3. *Anabella Aguirre*
4. *Maria Gonzalez*
5. *Lulu Vargas*
6. *Enrique Navarr*
7. *Emma Rosas*
8. *MIRIAM TORRES*
9. *JOHANNA BERNAL*
10. *Donne Ortiz*
11. *Mario Nieto*



13.		
14.		
15.		



YA BASTA CENTER!

FECHA: 1/23/23

OFICINA: Zoom / presencial LA.

NOMBRE

1. Cecilia Rodriguez
2. Guadalupe Ramos
3. Maria Domínguez
4. Lulu Vargas
5. Enrique Navarro
6. JOHANNA BERNAL
7. Anabella Aguirre
8. Ivonne Ortiz
9. Maria Orozco
10. Veronica Lagunas

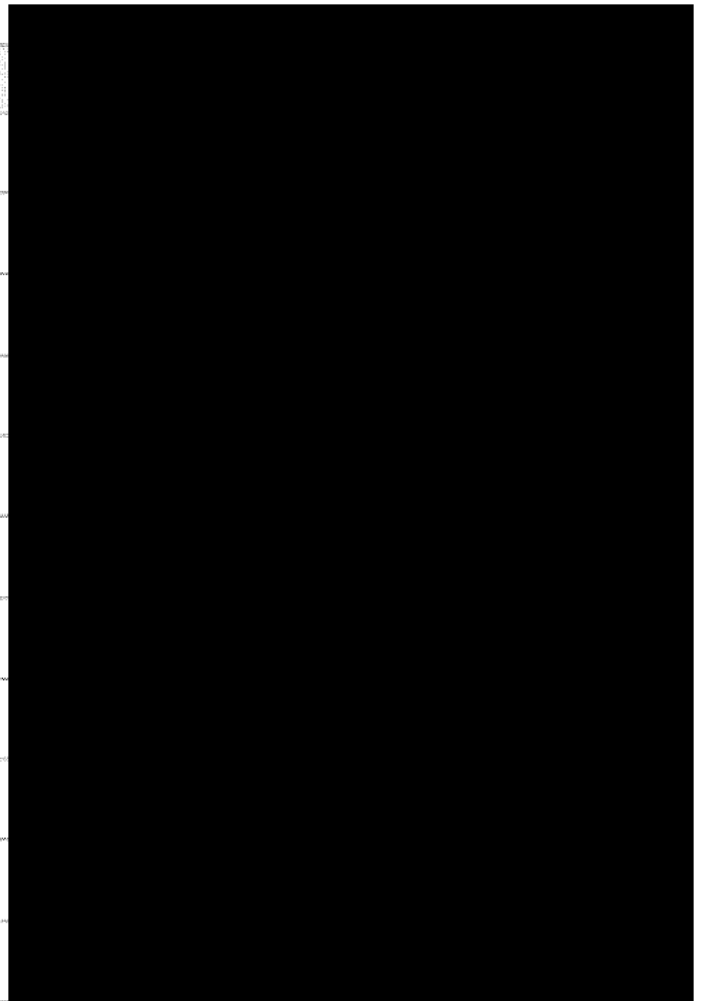
11.

12.

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 1/24/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. Cerialia Rodriguez
2. Anabella Aguirre
3. Guadalupe Ramos
4. Maria Domínguez
5. Enrique Navarro
6. JOHANNA BERNAL
7. Yvonne Olay
8. Verónica Legañas
9. Ricardo Contreras

10.

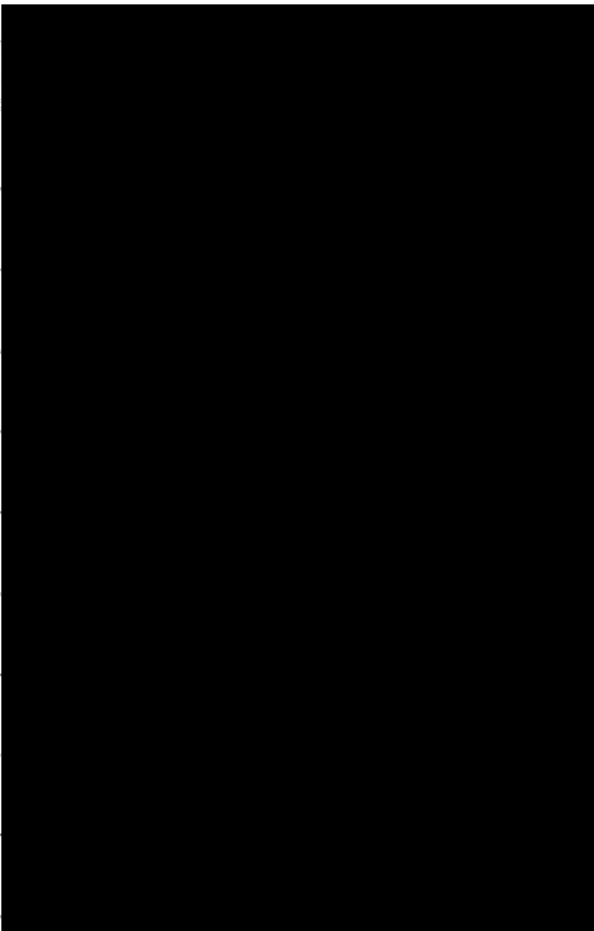
11.

12.

13.

14.

15.





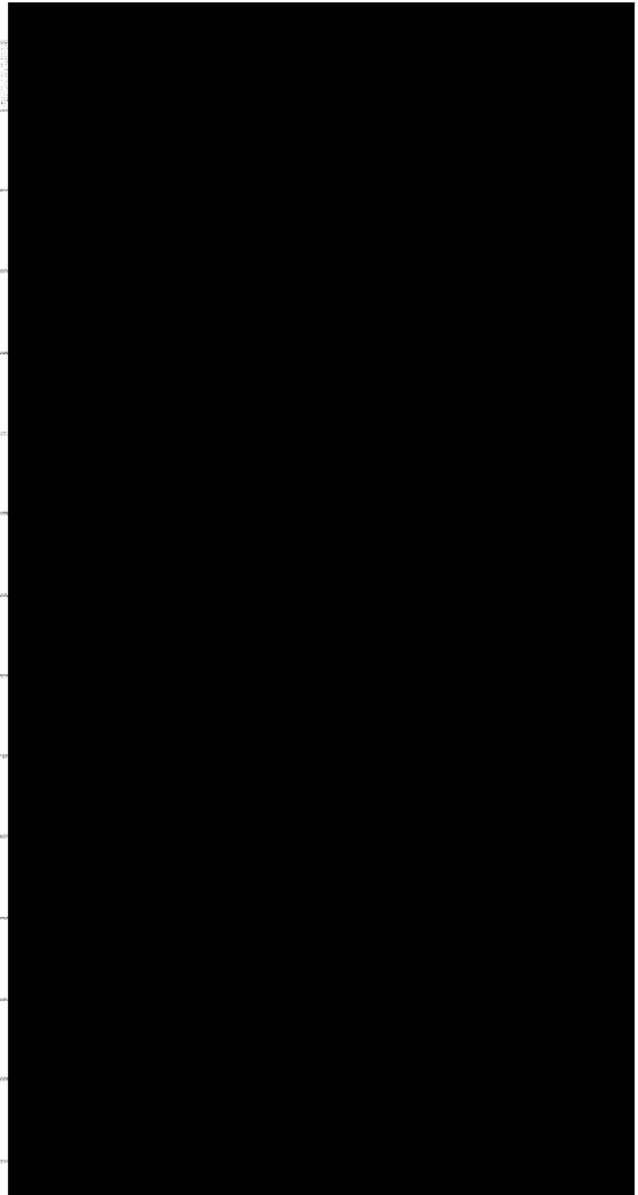
YA BASTA CENTER!

FECHA: 1/30/23

OFICINA: Buenos Aires LA
200m.

NOMBRE

1. Geralia Rodriguez
2. Maria Domínguez
3. Lulu Vargas
4. Natalia Rodriguez
5. Anabelica Aguirre
6. Guadalupe Ramos
7. Enrique Navarro
8. JOHANNA BERNAL
9. Emma Rosas
10. Ivonne Ortiz
11. Ricardo Contreras
12. Nayana Lagomas
- 13.
- 14.
- 15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/1/23

OFICINA: Zoom / presencia LA.

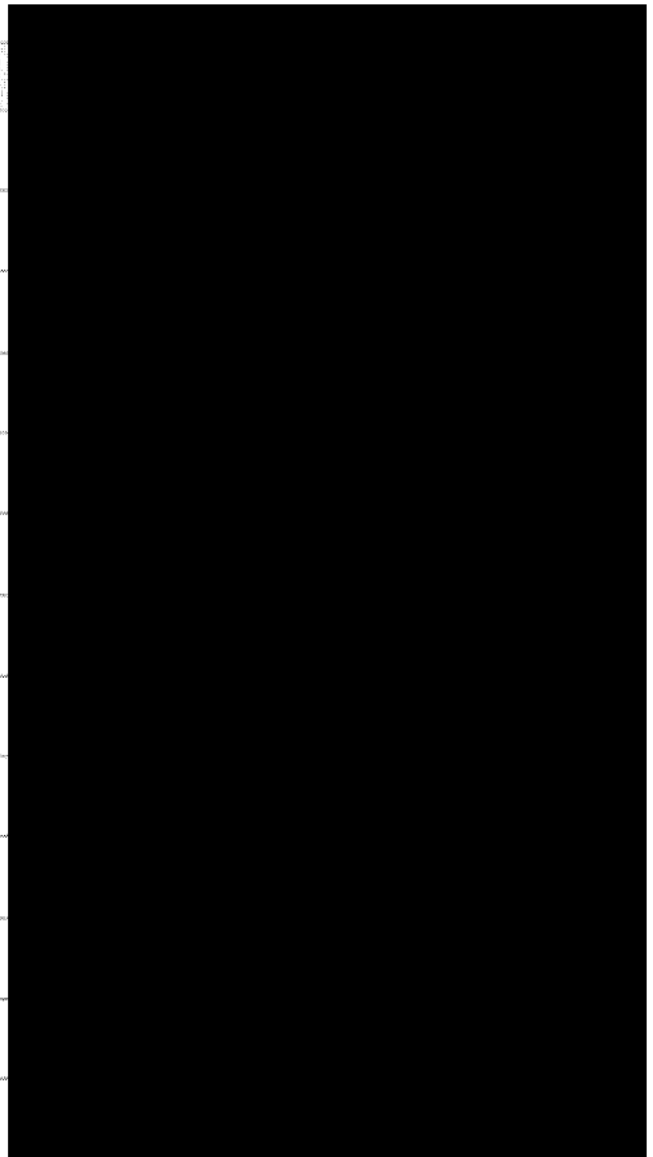
NOMBRE

1. Ricardo Contreras
2. Geraldia Rodriguez
3. Anabella Aguirre
4. Maria Dominguez
5. Lulu Vargas
6. Natalia Rodriguez
7. Enrique Navarr
8. Emma Rosas
9. Miriam TORRES
10. Rosa Lopez
11. Maria Nieto
12. Verónica Logomas

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/2/23

OFICINA: zoom.

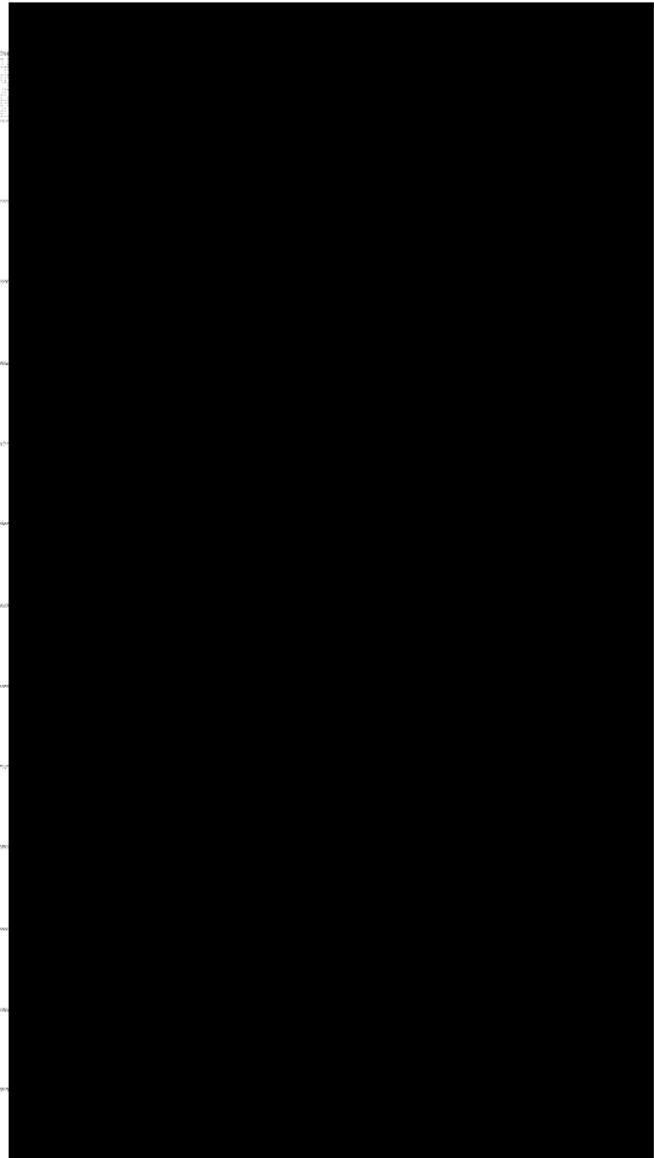
NOMBRE

1. Gerda Rodríguez
2. Miriam Torres
3. Amparo González
4. Ivonne Ortiz
5. Ricardo Contreras
6. Natalia Rodríguez
7. María Domínguez
8. Enrique Navar
9. Anabella Acevora
10. Emma Rosas
11. Rosa Lopez
12. JOHANNA BERNAL

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/6/23

OFICINA: Provincial LA.
Zoom

NOMBRE

1. Gerda Rodriguez
2. Ricardo Contreras
3. Guadalupe Ramos
4. Lulu Vargas
5. Natalie Rodriguez
6. Martha Mejia
7. Merica Dominguez
8. Enrique Navarro
9. JOHANNA BERNAL
10. Anabella Aguirre
11. Veronica Lagunas
12. Amparo Gonzalez
- 13.
- 14.
- 15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/7/23

OFICINA: Zoom.

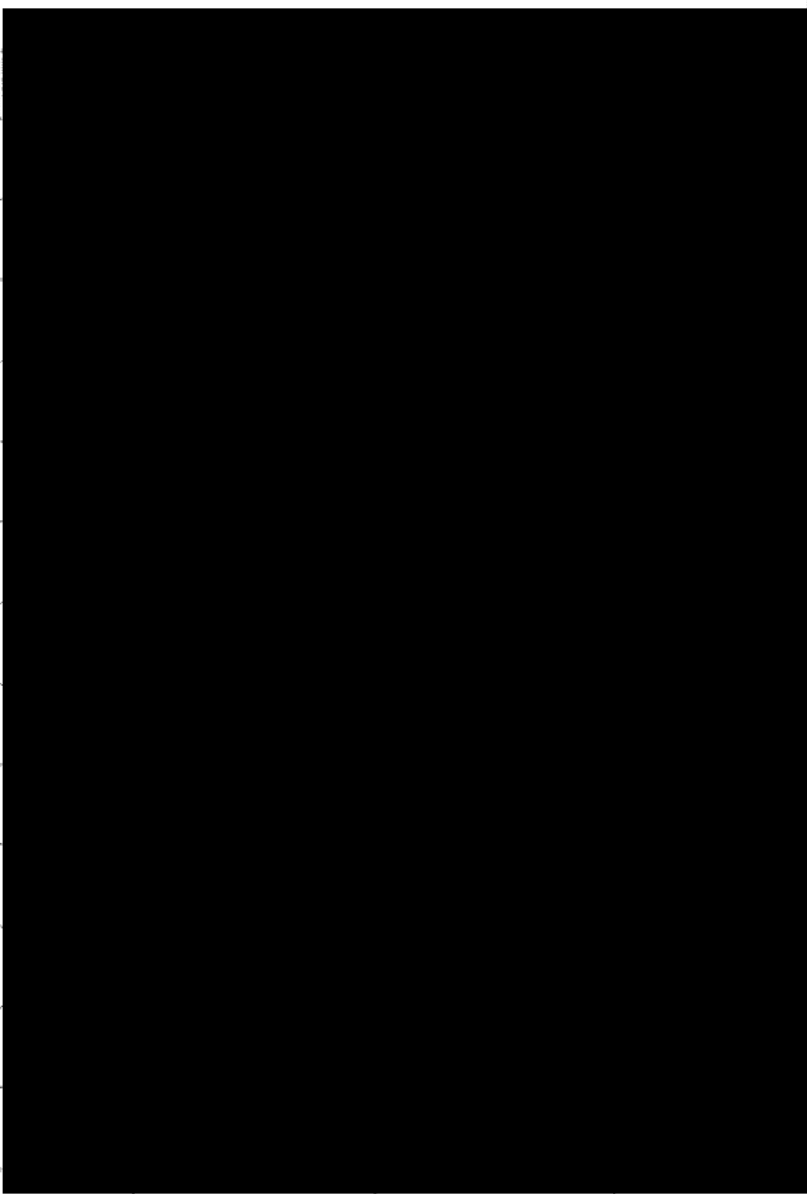
NOMBRE

1. Ricardo Contreras
2. Natalia Rodriguez
3. Enrique Navarro
4. Delmi Rivas
5. Flor Rodriguez
6. Maria Socorro Guerrero
7. Veronica Lagunas
8. Marcelina Chamu
9. Anabella Aguirre
10. Guadalupe Ramos
11. Maria Domínguez
12. Maria Orozco

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/8/23

OFICINA: Procedal LA.
200m

NOMBRE

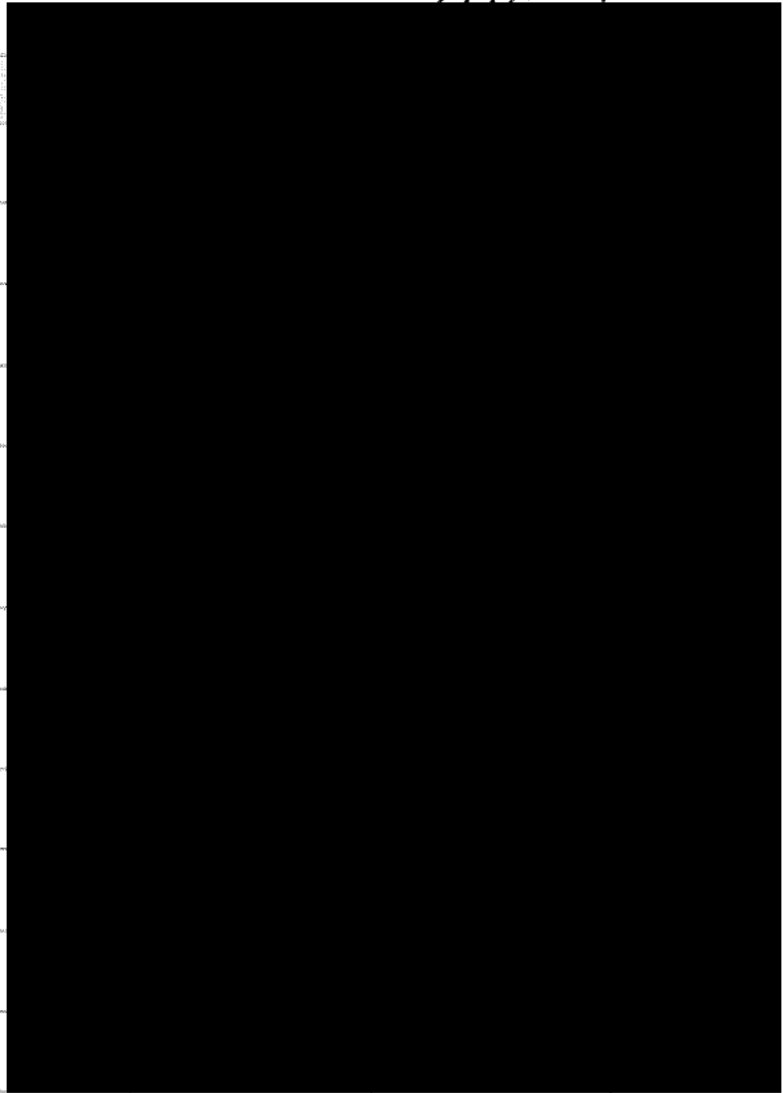
1. Enrique Navarro
2. Marcelina Chamu
3. Ricardo Contreras
4. Guadalupe Ramos
5. Maria Domínguez
6. Lu Lu Vargas
7. Veronica Lagmas
8. JOHANNA BERNAL
9. Patricia Cuevas
- 10.
11. Anabella Aguirre

12.

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/9/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

- 1.
2. Maria Domínguez
3. Lulu Vargas
4. Enrique Navarro
5. JOHANNA BERNAL
6. Flor Rodríguez
7. Ricardo Contreras
8. Guadalupe Ramos
9. Verónica Iguera
- 10.
11. Maria Orozco
12. Delmi Rivas
- 13.
14. Anabella Aguirre
- 15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/10/23

OFICINA: Zoom.

NOMBRE

1. Cecilia Rodriguez
2. Martha Mejia
3. Lulu Vargas
4. Enrique Navarr
5. Anabella Aguirre
6. Emma Rosas
7. Miriam Torres
8. Rosa Lopez
9. Aracely Cruz
10. Guadalupe Ramos
11. Amparo Gonzalez
12. Veronica Lagunas
13. Maria Nieto
14. Veronica Lagunas
15. Ricardo Contreras



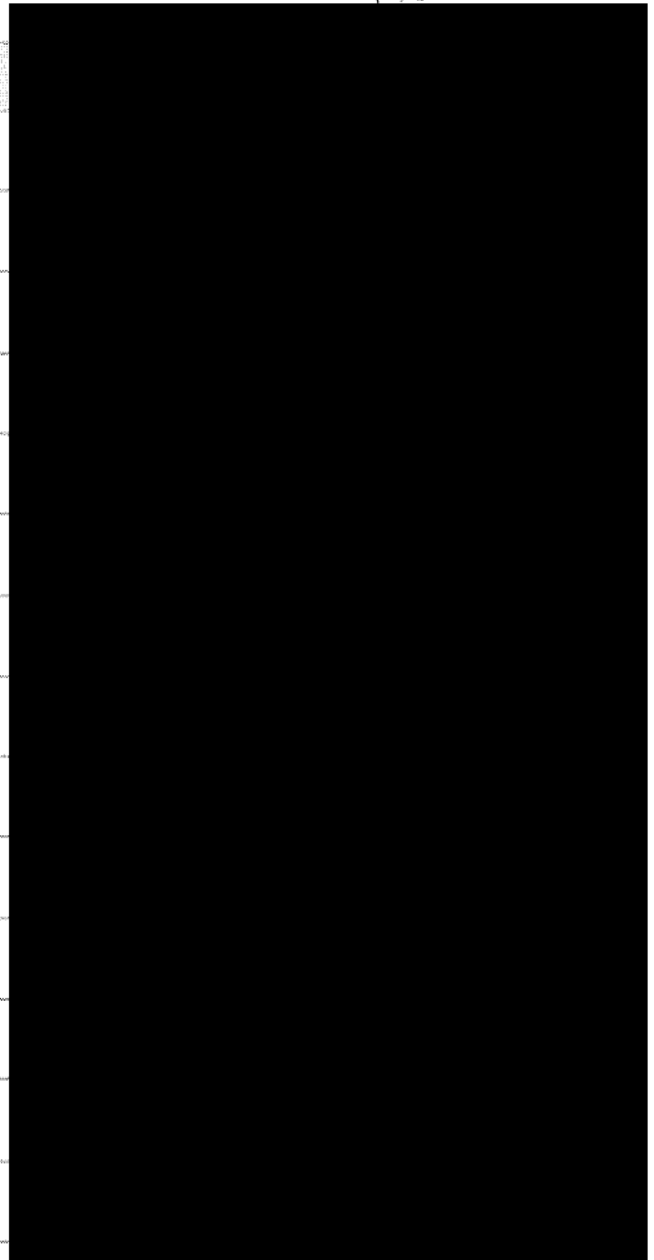
YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/13/23

OFICINA: Zoom
Presencial UA.

NOMBRE

1. Maria Domínguez
2. Natalia Rodríguez
3. Lulu Vargas
4. Enrique Navarro
5. Raquel Saldarña
6. Anabella Pérez
7. Guadalupe Ramos
8. MIRIAM TORRES
9. JOHANNA BERNAL
10. Ricardo Contreras
11. Ivonne Ortiz
12. Verónica Lagunas
- 13.
- 14.
- 15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/15/23

OFICINA: Presencial LA
Zoom.

NOMBRE

1. Geratita Rodriguez
2. Veronica Lagomas
3. Natalia Rodriguez
4. Anabella Aguirre
5. Enrique Navarro
6. JOHANNA BERNAL
7. Maria Nieto
8. Ricardo Contreras
9. Guadalupe Ramos
- 10.
11. Maria Gonzalez
12. Amparo Gonzalez
- 13.
- 14.
- 15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/16/23

OFICINA: Zona

NOMBRE

1. MIRIAM TORRES

2. Amparo Gonzalez

3. Guadalupe Ramos

4. Maria Dominguez

5. Lulu Vargas

6. Enrique Navarro

7. JOHANNA BERNAL

8. Anabella Aguirre

9. Maria Nieto

10. Ivonne Ortiz

11. Verónica Lagunas

12. Ricardo Contreras

13.

14.

15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/17/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. Amparo Gonzalez
2. Martha Mejia
3. Gerialia Rodriguez
4. Lulu Vargas
5. Anabella Aguirre
6. Maria Gonzalez
7. Natalia Rodriguez
8. Enrique Navarr
9. Emma Rosas
10. MIRIAM TORRES
11. Raquel Saldana
12. Rosa Lopez
13. JOHANNA BERNAL
14. Mario Nieto
15. Ricardo Contreras



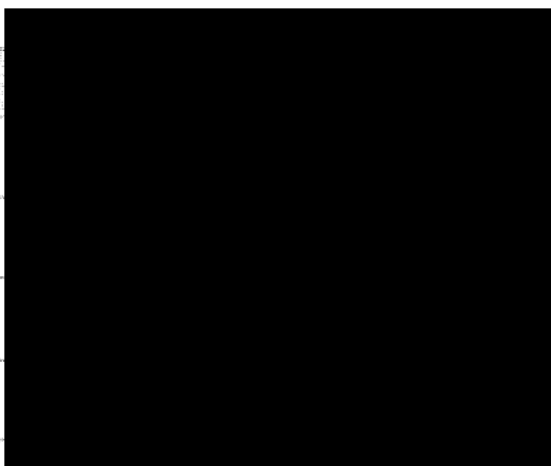
YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/17/23

OFICINA: Zoom.

NOMBRE

1. ARACELI CRUZ
2. Veronica lagomas
3. I-Vonne orey



4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		



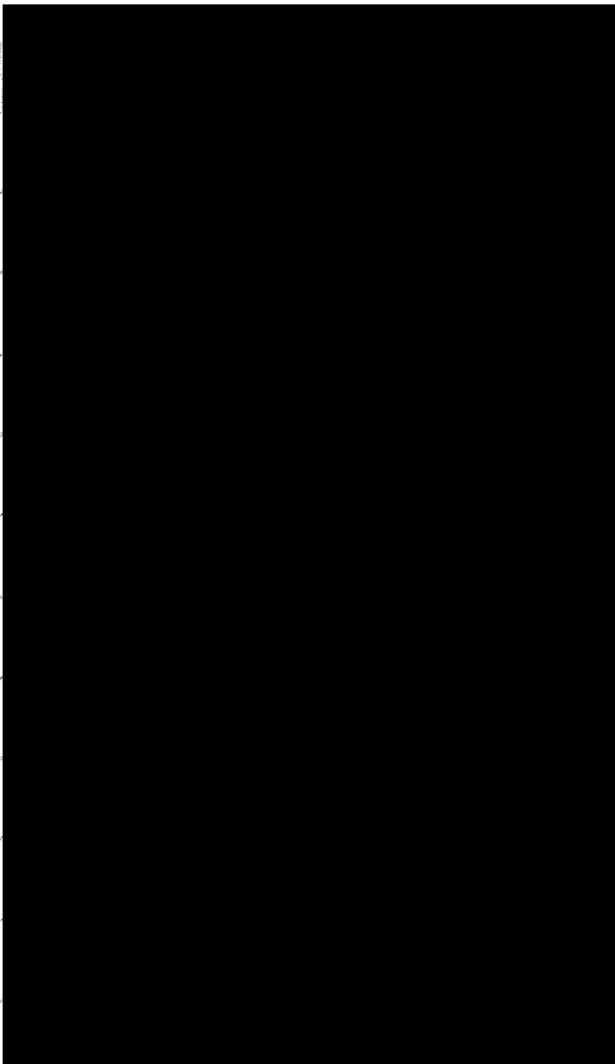
YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/21/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. Cecilia Rodriguez
2. Maria Dominguez
3. Lulu Vargas
4. Natalie Rodriguez
5. Enrique Noarm
6. MIRIAM TORRES
7. Maria Nieto
8. Flor Rodriguez
9. Veronica Lagunas
10. Rosa Lopez
11. Maria Socorro Guerrero



- 12.
- 13.
- 14.
- 15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/22/23

OFICINA: Presonal LA

NOMBRE

1. MIRIAM TORRES

2. Anabella Aguirre

3. Maria Dominguez

4. Lulu Vargas

5. Enrique Navarro

6. JOHANNA BERNAL

7. Maria Nieto

8.

9. Verónica lasmas

10.

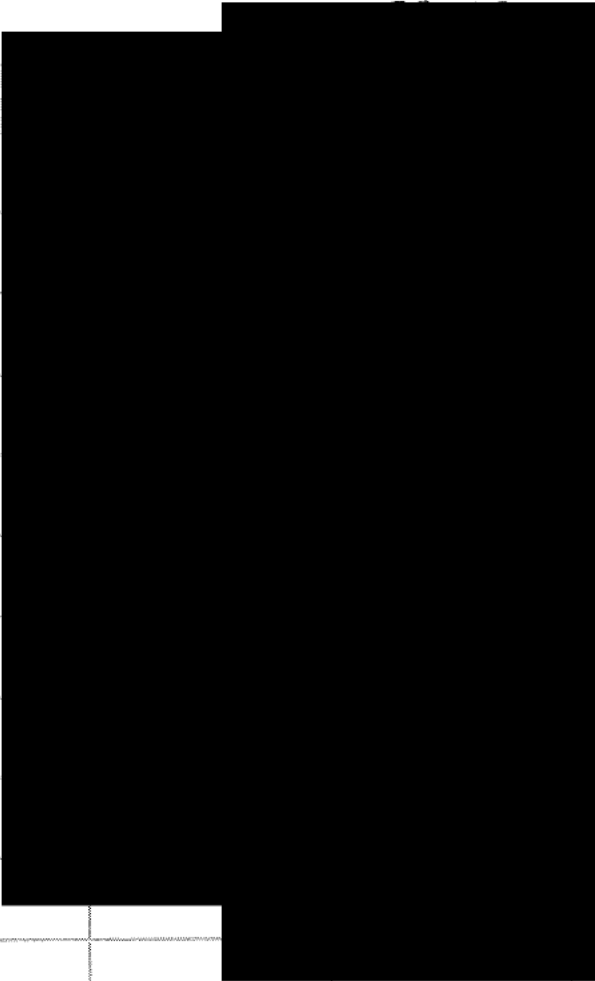
11.

12.

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/23/23

OFICINA: zoom

NOMBRE

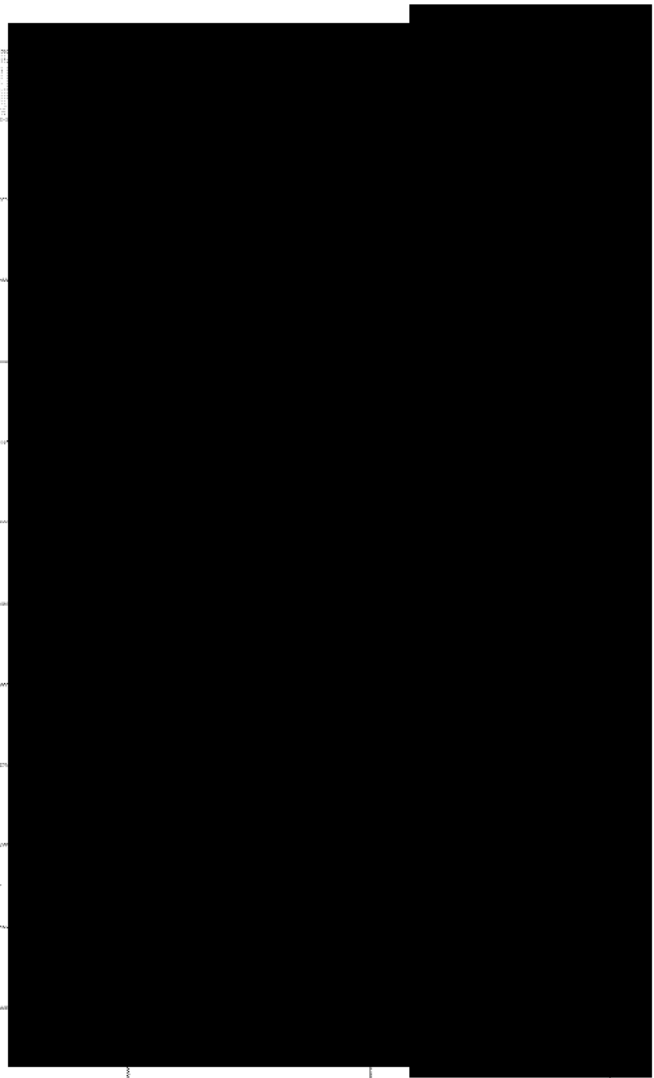
1. Gracilia Rodriguez
2. Amparo Gonzalez
3. Maria Gonzalez
4. Guadalupe Ramos
5. Maria Dominguez
6. Natalia Rodriguez
7. Enrique Navarr
8. Emma Rosas
9. MIRIAM TORRES
10. JOHANNA BERNAL
11. Maria Nieto

12.

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 2/24/23

OFICINA: zoom

NOMBRE

1. Miriam Torres
2. JOHANNA BERNAL
3. Maria Nieto
4. Patricia Cuevas
5. Marcellina Chamu
- 6.
7. Martha Mejia
8. Maria Gonzalez
9. Lulu Vargas
10. Natalia Rodriguez
11. Enrique Navarro
12. Emma Rosas
- 13.
- 14.
15. Amparo Gonzalez



YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/2/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. Genalia Rodriguez
2. Natalia Rodriguez
3. Lulu Vargas
4. Anabella Aguirre
5. Maria Domínguez
6. Amparo Gonzalez
7. Enrique Navar
8. Emma Rosas
9. MIRIAM TORRES
10. Raquel Saldana
11. JOHANNA BERNAL
12. Mario Nieto
13. Verónica Iagunas
- 14.
- 15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/3/23

OFICINA: zoom

NOMBRE

1. MIRIAM TORRES
2. María Domínguez
3. JOHANNA BERNAL
4. Anabella Aguirre
5. Amparo Gonzalez
6. Maria Gonzalez
7. Lulu Vargas
8. Matelia Rodriguez
9. Enrique Navarr
10. Emma Rosas
11. Flor Rodriguez
12. Martha Alejia
13. Maria Socorro Guenaro
14. Mario Nieto
15. Veronica Lagunas



YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/6/23

OFICINA: 260M
Presencial LA.

NOMBRE

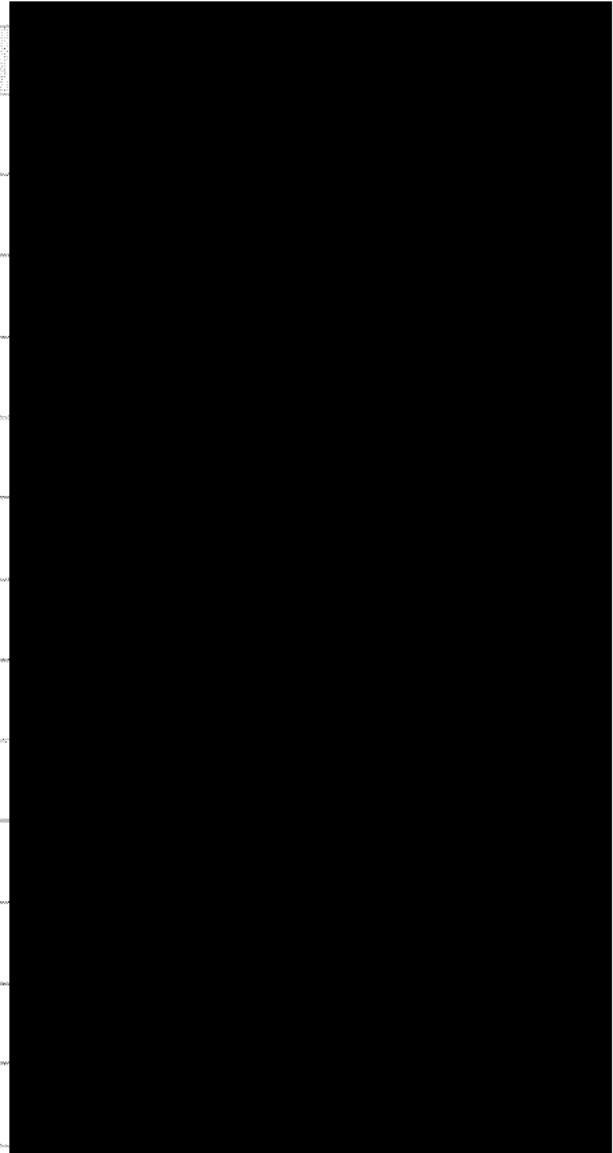
1. Geraldina Rodriguez
2. Anabella Aguirre
3. Guadalupe Ramos
4. Lulu Vargas
5. Enrique Navarra
6. Ricardo Contreras
7. Raquel Saldana
8. MIRIAM TORRES
9. JOHANNA BERNAL
10. Veronica Legamas
11. Maria Nieto

12.

13.

14.

15.





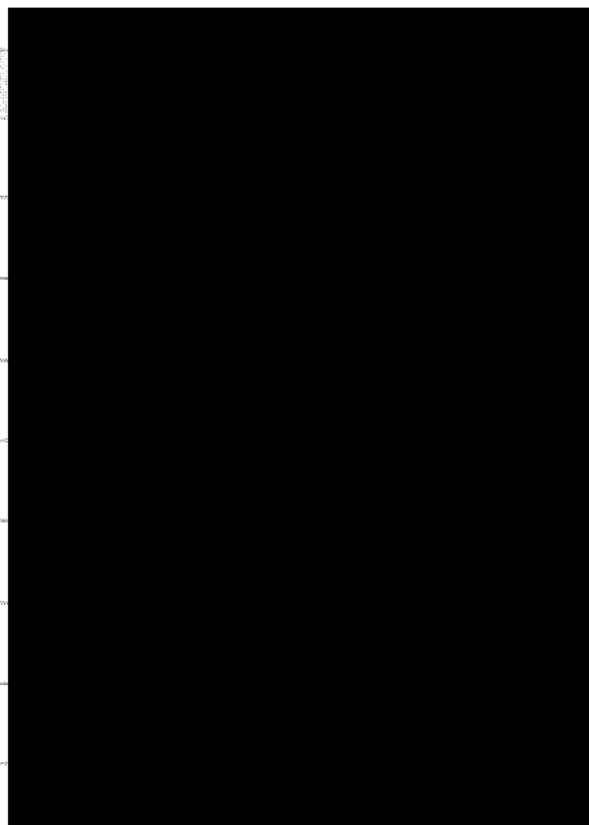
YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/7/23

OFICINA: 200m

NOMBRE

1. *Cynthia Rodriguez*
2. *Lulu Vargas*
3. *Enrique Navarro*
4. *Raquel Saldana*
5. *AFRIAM TORRES*
6. *JOHANNA BERNAL*
7. *Veronica logos*
8. *Ricardo Contreras*



9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		



YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/10/23

OFICINA: Zoom

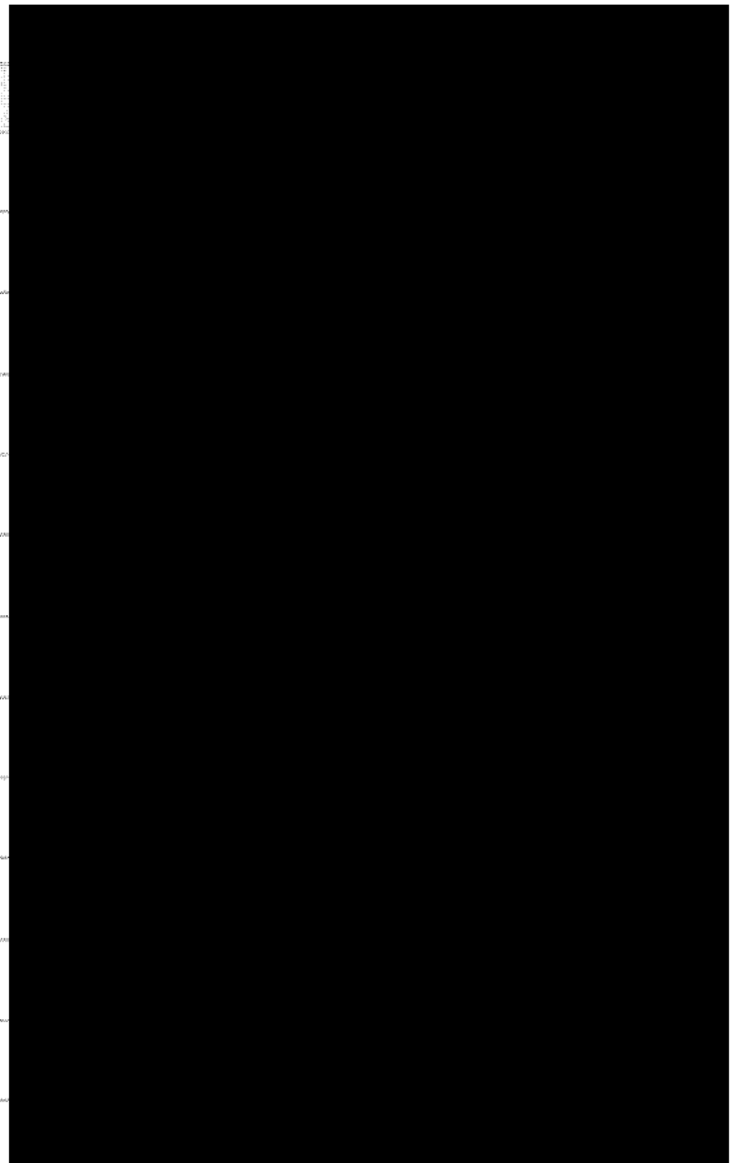
NOMBRE

1. Gertrudis Rodriguez
2. Maria Dominguez
3. Lulu Vargas
4. Enrique Navarro
5. Emma Rosas
6. MIRIAM TORRES
7. JOHANNA BERNAL
8. Martha Mejia
9. Amparo Gonzalez
10. Natalia Rodriguez
11. Raquel Saldana
12. Maria Nieto

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/13/23

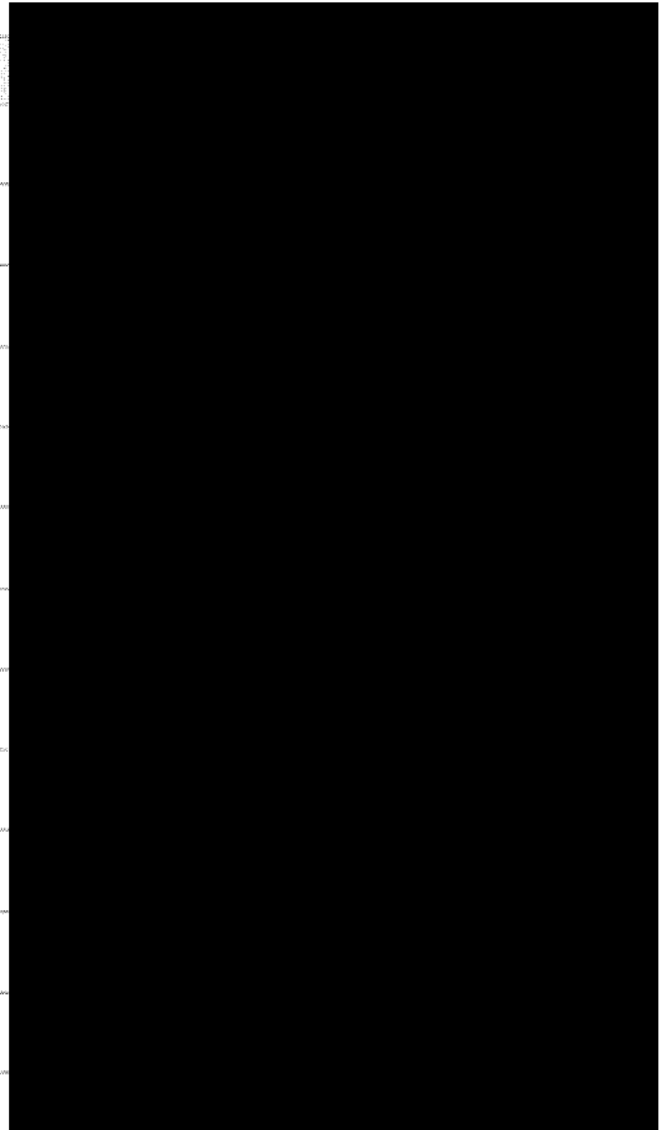
OFICINA: Presencial LA.
Zoom.

NOMBRE

1. Gerda Rodriguez
2. Anabella Aguirre
3. Guadalupe Ramos
4. Maria Dominguez
5. Lulu Vargas
6. Natalia Rodriguez
7. Enrique Navarro
8. Raquel Saldana
9. MIRIAM TORRES
10. JOHANNA BERNAL
- 11.
12. Veronica lagunas
- 13.

14.

15.





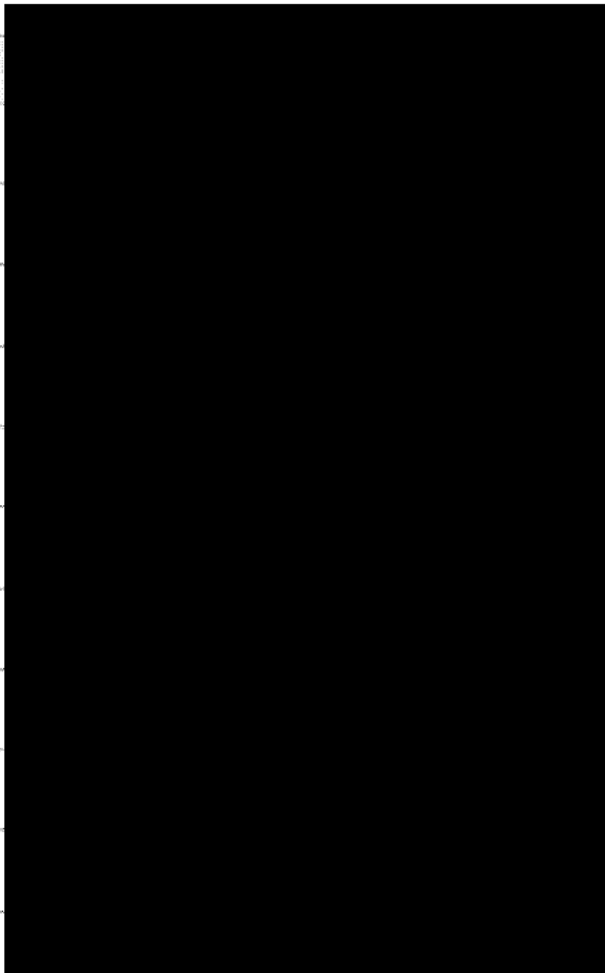
YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/14/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. Anabella Aguirre
2. Gerailia Rodriguez
3. Guadalupe Ramos
4. Maria Domínguez
5. Enrique Navarr
6. MIRIAM TORRES
7. JOHANNA BERNAL
8. MARA REFO
9. Ricardo centers
10. Verónica leguas



11.

12.

13.

14.

15.



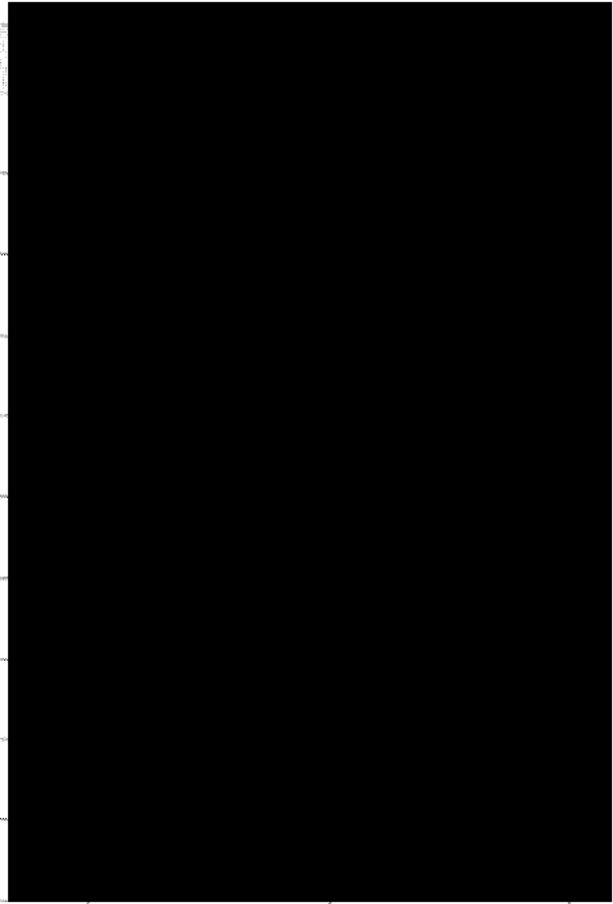
YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/15/23

OFICINA: zoom
Presencial LA.

NOMBRE

1. Geralia Rodriguez
2. Lulu Vargas
3. Enrique Navarr
4. Anabella Aguirre
5. Guadalupe Ramos
6. Natalia Rodriguez
7. MIRIAM TORRES
8. JOHANNA BERNAL
9. Veronica Lagunas



10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		



YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/17/23

OFICINA: 200 M.

NOMBRE

1. Gerialia Rodriguez
2. Lulu Vargas
3. Martha Alegria
4. Natalia Rodriguez
5. Lulu Vargas
6. Ricardo Contreras
7. Amparo Gonzalez
8. Enrique Navarro
9. Emma Rosas
10. Anabella Aguirre
11. Miriam Torres
12. Raquel Saldana
13. Rosa Lopez
14. Maria Nieto
15. Guadalupe Ramos
Veronica Lagunas.



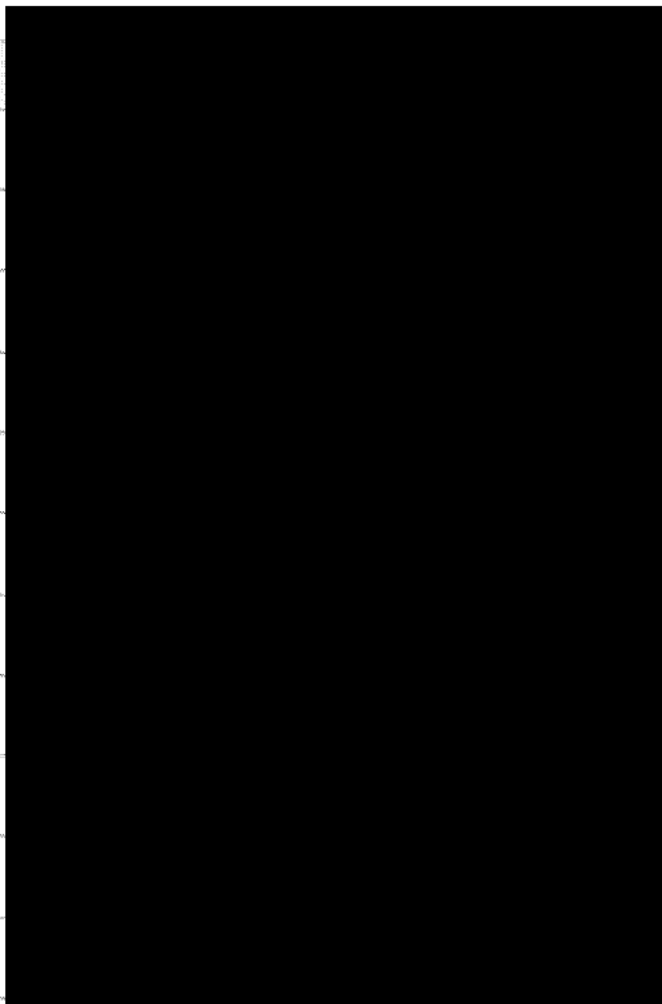
YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/20/23

OFICINA: 200M.

NOMBRE

1. GERALIA RODRIGUEZ
2. ENRIQUE NAVARRO
3. ANABELLA AGUIRRE
4. GUADALUPE RAMOS
5. MARIA DOMINGUEZ
6. NATALIA RODRIGUEZ
7. LULU VARGAS
8. MIRIAM TORRES
9. JOHANNA BERNAL
10. VERONICA LAZAROS



11.		
12.		
13.		
14.		
15.		



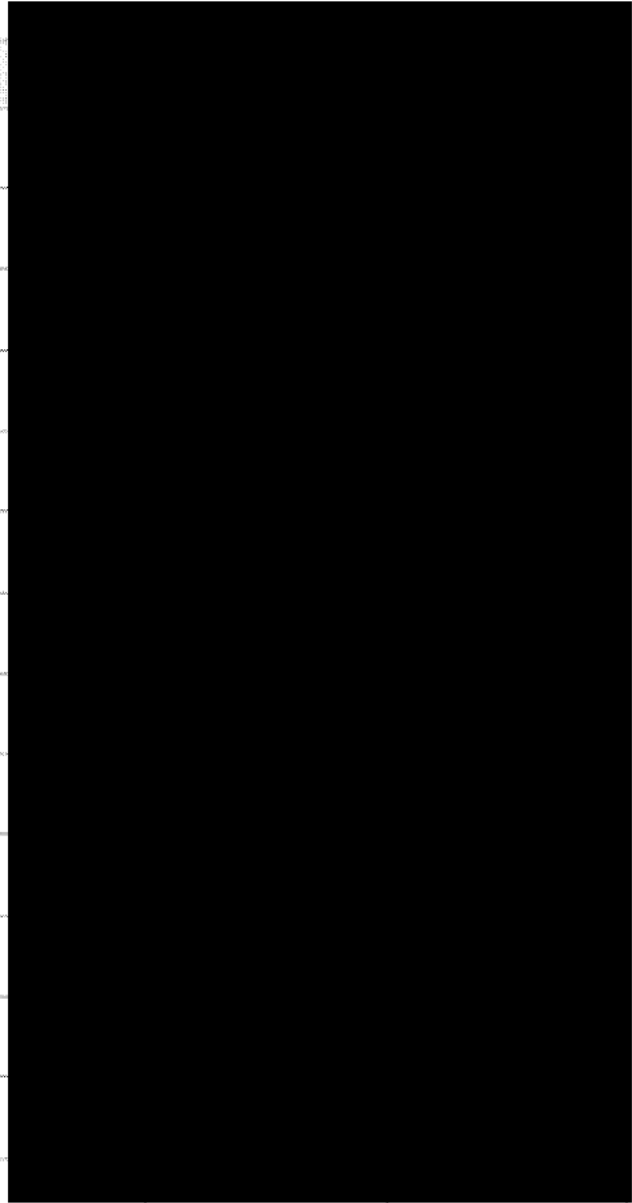
YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/27/23

OFICINA: 200M.

NOMBRE

1. Gerália Rodríguez
2. Anabella Aguirre
3. Lulu Vargas
4. Ricardo Centenas
5. Guadalupe Ramos
6. María Domínguez
7. Lulu Vargas
8. Natalie Rodríguez
9. Enrique Navarro
10. MIRIAM TORRES
11. Verónica Lagunas
12. JOHANNA BERNAL
- 13.
- 14.
- 15.





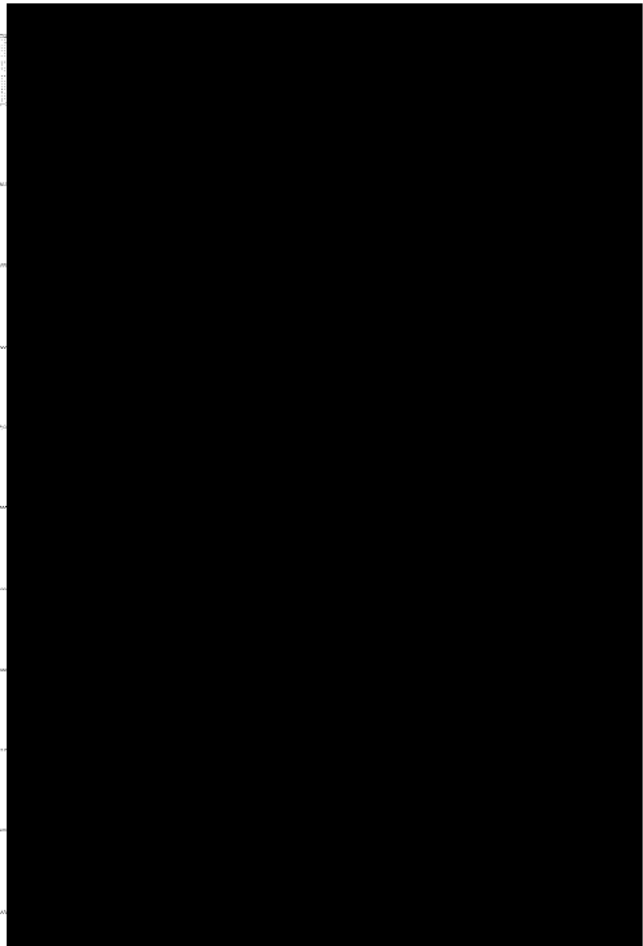
YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/28/23

OFICINA: zoom.

NOMBRE

1. Geraldia Rodriguez
2. Guadalupe Ramos
3. Maria Domínguez
4. Lulu Vargas
5. Natalia Rodriguez
6. Enrique Navarro
7. MIRIAM TORRES
8. JOHANNA BERNAL
9. Veronica Lozano
10. Ricardo Contreras



11.

12.

13.

14.

15.



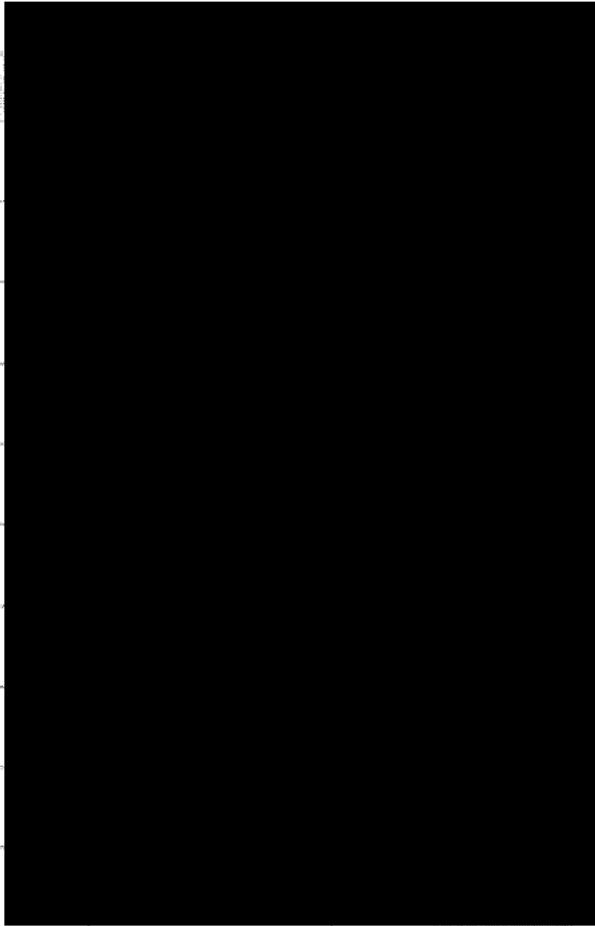
YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/29/23

OFICINA: _____

NOMBRE

1. *Geraltia Rodriguez*
2. *Maera Dominguez*
3. *Natalia Rodriguez*
4. *Enrique Navarro*
5. *Miriam TORRES*
6. *JOHANNA BERNAL*
7. *Anabella Aguirre*
8. *Guadalupe Ramos*
9. *Veronica Lagunas*
- 10.



- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/30/23

OFICINA: 2004

NOMBRE

1. Gerardia Rodriguez
2. Guadalupe Ramos
3. Lulu Vargas
4. Enrique Navarro
5. MIRIAM TORRES
6. JOHANNA BERNAL
7. Maria Nieto
8. Anabella Aguirre
9. Rosa Lopez
10. Veronica Lagunas

11.

12.

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 3/31/23

OFICINA: ZOOM

NOMBRE

1. Genalia Rodriguez
2. Guadalupe Ramos
3. Lulu Vargas
4. Natalio Rodriguez
5. Enrique Navarro
6. MIRIAM TORRES
7. Emma Rosas
8. Maria Nieto
9. Delmi Rojas
10. Martha Mejia
11. Maria Orozco
12. Amparo Gonzalez
13. Rosa Lopez
14. Veronica Lagunas
15. Ricardo Contreras



YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/3/23

OFICINA: 200M.

NOMBRE

1. Cecilia Rodriguez
2. María Domínguez
3. Lulu Vargas
4. Martha Alejo
5. Guadalupe Ramos
6. Natalia Rodriguez
7. Enrique Navarro
8. Anabella Aguirre
9. RAQUEL Saldana
10. MIRIAM TORRES
11. JOHANNA BERNAL
12. Veronica lagunas
13. Ricardo Contreras
- 14.
- 15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/4/23

OFICINA: 200H.

NOMBRE

1. Cerialia Rodriguez
2. Lulu Vargas
3. Natalia Rodriguez
4. Maria Dominguez
5. Enrique Navarro
6. Anabella Aguirre
7. Guadalupe Ramos
8. RAQUEL Saldana
9. JOHANNA BERNAL
10. Veronica lagunas

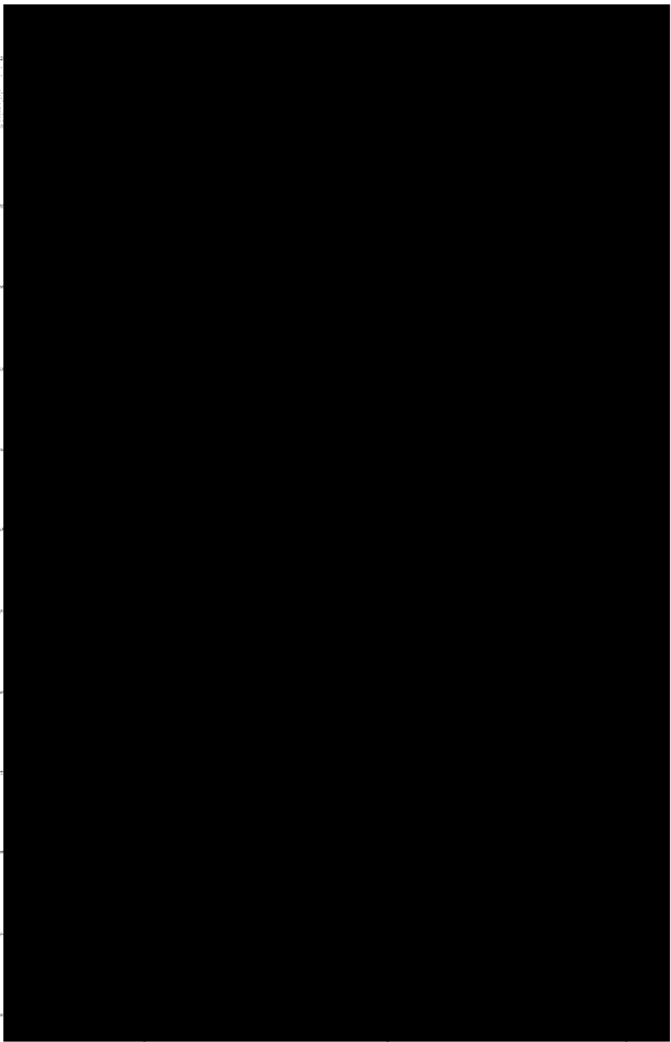
11.

12.

13.

14.

15.





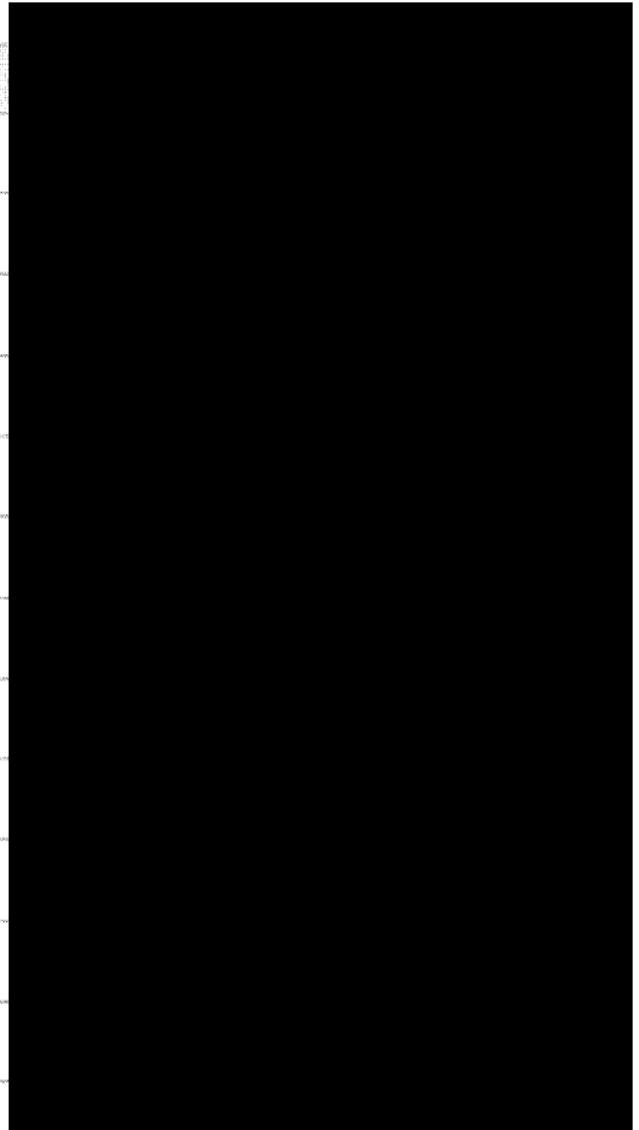
YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/5/23

OFICINA: ZOOM.
Presencial LA.

NOMBRE

1. Cecilia Rodriguez
2. Maria Dominguez
3. Lulu Vargas
4. Natalia Rodriguez
5. Enrique Navarro
6. MIRIAM TORRES
7. JOHANNA BERNAL
- 8.
- 9.
10. Anabella Aguirre
11. Guadalupe Ramos
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/7/23

OFICINA: _____

NOMBRE

1. Cecilia Rodriguez
2. Maria Dominguez
3. ~~Enrique Navarr~~
4. ARIAN TORRES
5. Lulu Vargas
6. Martha de la Cruz
7. Ricardo Contreras
8. Natalia Rodriguez
9. Veronica Lagunas
10. Emma Rosas
11. Rosa Lopez
12. Guadalupe Ramos
13. Maria Nieto
14. Amparo Gonzalez
- 15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/10/23

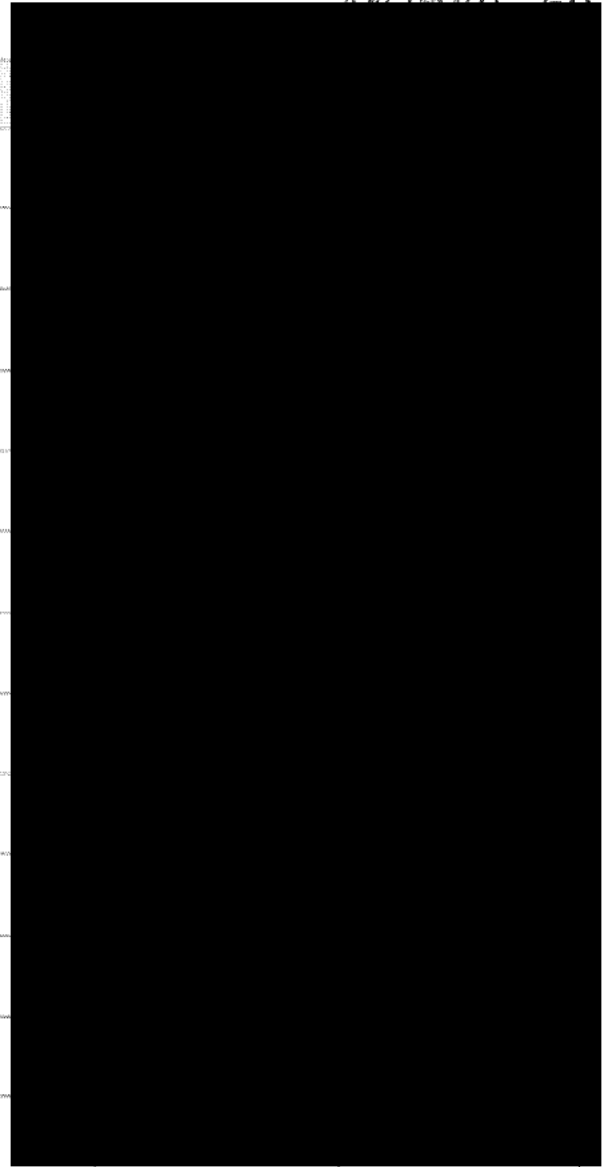
OFICINA: 200M
Presonal / A

NOMBRE

1. Geratia Rodriguez
2. Lulu Vargas
3. Hertha Olejo
4. Marie Domínguez
5. Natalia Rodriguez
6. Anabella Aguirre
7. Enrique Navarro
8. Raquel Sardaña
9. Ricardo Contreras
10. MIRIAM TORRES
11. JOHANNA BERNAL
12. Amparo Gonzalez
- 13.

14.

15.





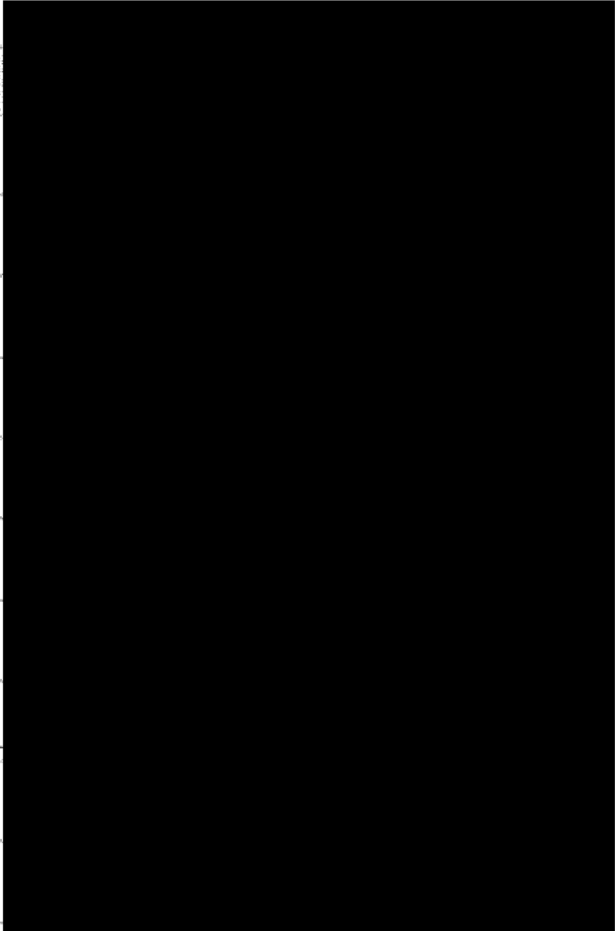
YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/11/23

OFICINA: ZOOM.

NOMBRE

1. GERALIA RODRIGUEZ
2. MARIA DOMINGUEZ
3. LULU VARGAS
4. MIRIAM TORRES
5. JOHANNA BERNAL
6. VERARCA LAGUNAS
7. AMPARO GONZALEZ
8. ~~VERONICA LAGUNAS~~
9. ANABELLA AGUIRRE



10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		



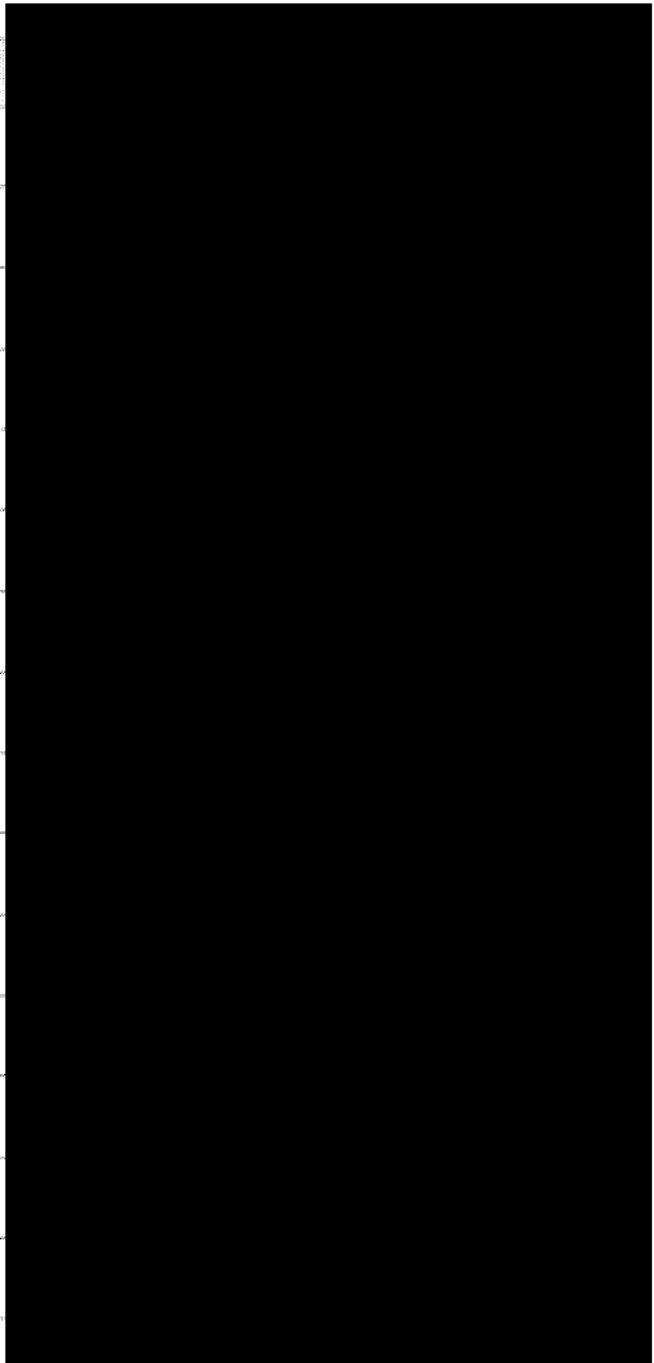
YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/12/23

OFICINA: zoom.

NOMBRE

1. Cerialia Rodriguez
2. Lulu Vargas
3. Natalia Rodriguez
4. Enrique Navarr
5. Emma Rosas
6. AFRIAM TORRES
7. Raquel Saldana
8. Rosa Lopez
9. JOHANNA BERNAL
- 10.
11. Veronica leguas
- 12.
- 13.
14. Anabella Aguirre
- 15.





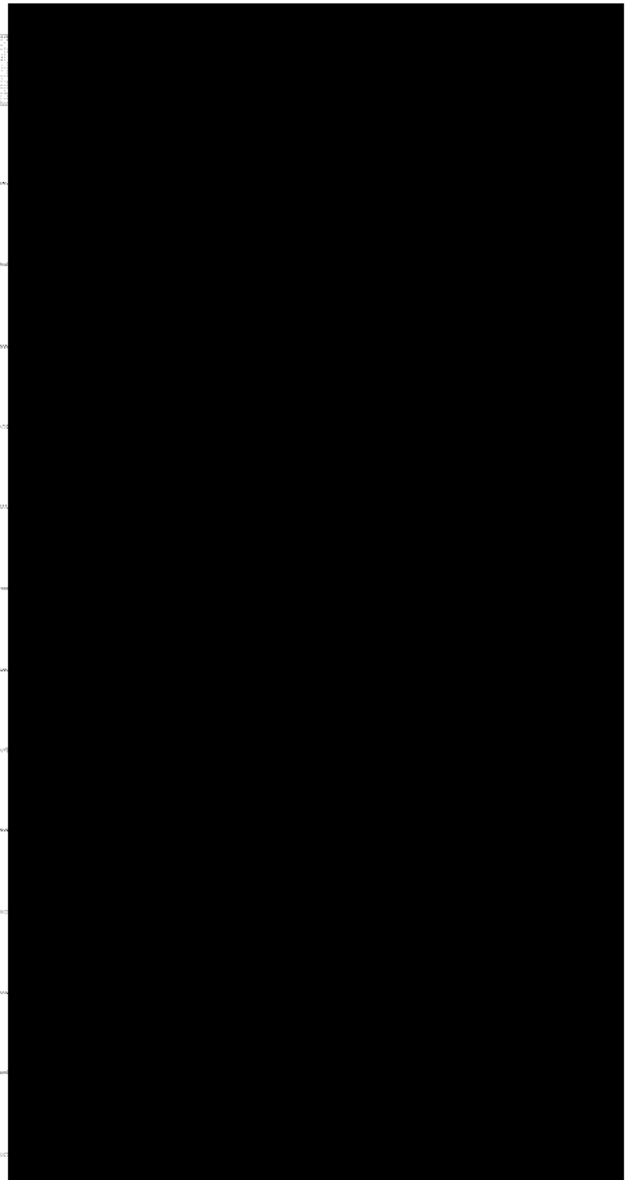
YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/13/23

OFICINA: ZOOM.

NOMBRE

1. Gerialia Rodriguez
2. Guadalupe Ramos
3. Natalia Rodriguez
4. Enrique Navarro
5. MIRIAM TORRES
6. JOHANNA BERNAL
7. Maria Nieto
- 8.
- 9.
10. Verónica Leguina
- 11.
12. Anabella Aguirre
- 13.
- 14.
- 15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/17/23

OFICINA: ZOOM.

NOMBRE

1. Martha Mejía
2. GERALIA RODRIGUEZ
3. María Domínguez
4. Amparo Gonzalez
5. Natalia Rodriguez
6. Anabella Aguirre
7. Lulu Vargas
8. Enrique Navarra
9. MIRIAM TORRES
10. Ricardo Centeno
11. JOHANNA BERNAL
12. Verónica leguano

13.

14.

15.





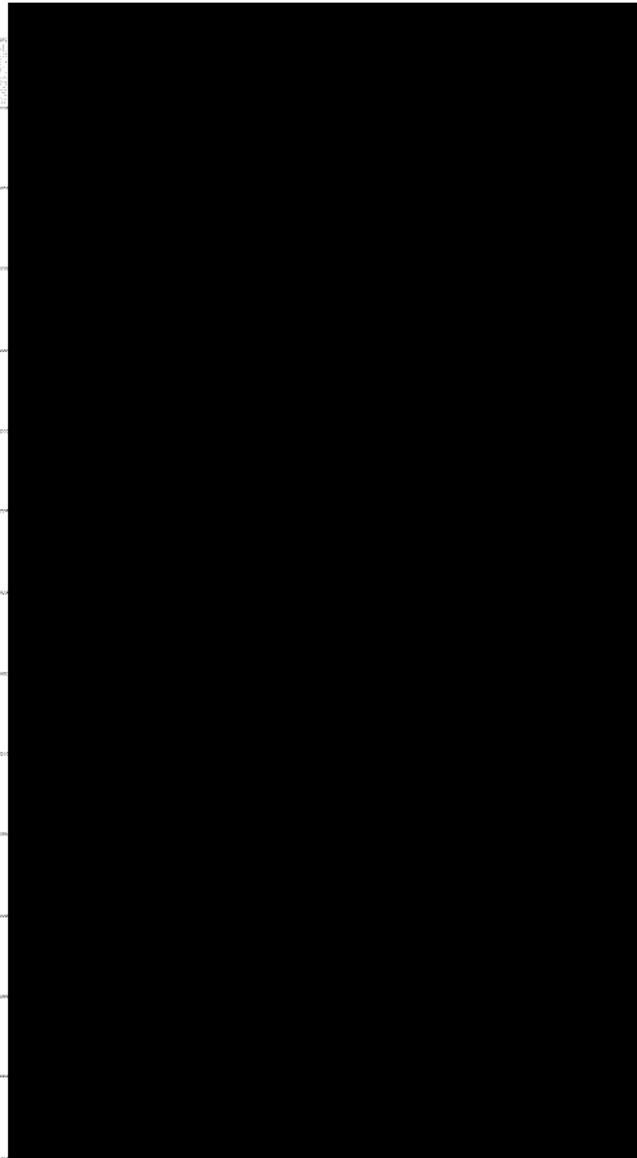
YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/18/23

OFICINA: _____

NOMBRE

1. Geraltia Rodriguez
2. Guadalupe Ramos
3. Maria Dominguez
4. Natalia Rodriguez
5. Lulu Vargas
6. Enrique Navarro
7. Veronica Lagomas
8. MIRIAM TORRES
9. Anabella Aguirre
10. JOHANNA BERNAL
11. Ricardo Contreras
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.





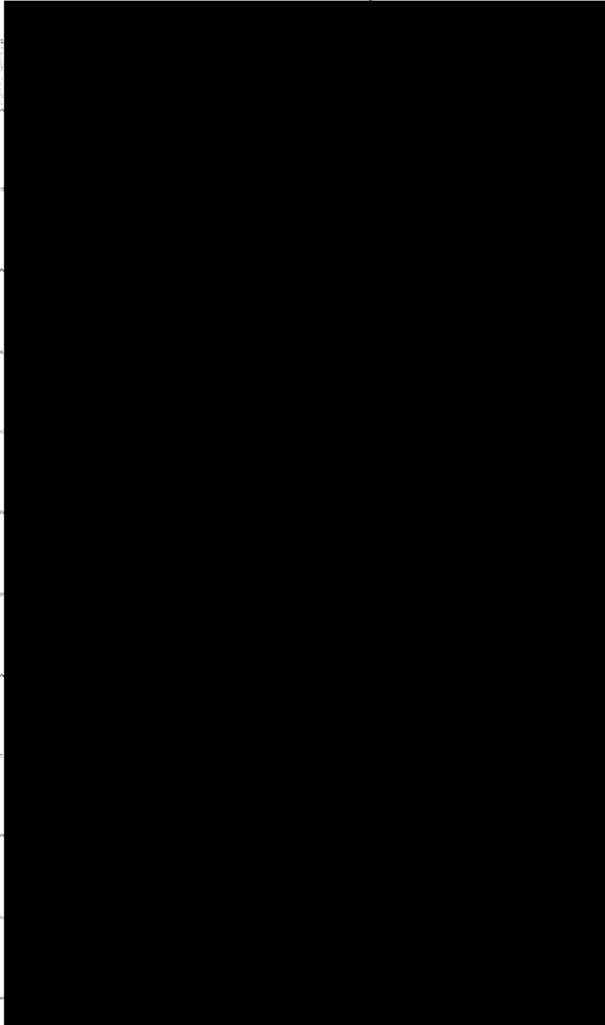
YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/19/23

OFICINA: zoom.
presencial LA.

NOMBRE

1. Geralia Rodriguez
2. Natalia Rodriguez
3. Veronica Lagunas
4. Enrique Navarro
5. MIRIAM TORRES
6. JOHANNA BERNAL
- 7.
- 8.
- 9.
10. Anabella Aguirre
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.





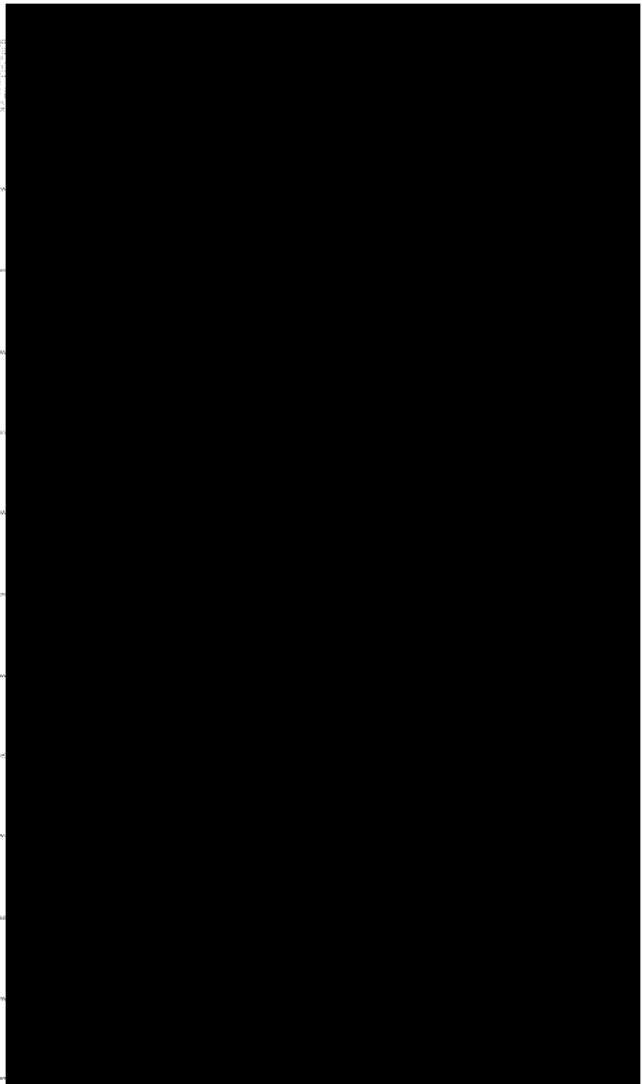
YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/20/23

OFICINA: ZOOM.

NOMBRE

1. GERALIA RODRIGUEZ
2. MARIA DOMÍNGUEZ
3. LULU VARGAS
4. VERONICA TAGMAS
5. NETELIZ RODRIGUEZ
6. ENRIQUE NAVARRO
7. MIRIAM TORRES
8. JOHANNA BERNAL
9. GUADALUPE RAMOS
- 10.
11. ANABELLA AGUIRRE
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.



13.

14.

15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 4/25/23

OFICINA: ZOOM

NOMBRE

1. Ricardo Centeno
2. Gerialia Rodriguez
3. Marcia Domínguez
4. Natelia Rodriguez
5. Lulu Vargas.
6. Enrique Navarro
7. Emma Rosas
8. Miriam Torres
9. Anabella Aguirre
10. Rosa Lopez
11. JOHANNA BERNAL
12. Guadalupe Ramos
13. Maria Nieto
14. Veronica legamas
- 15.



YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/1/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

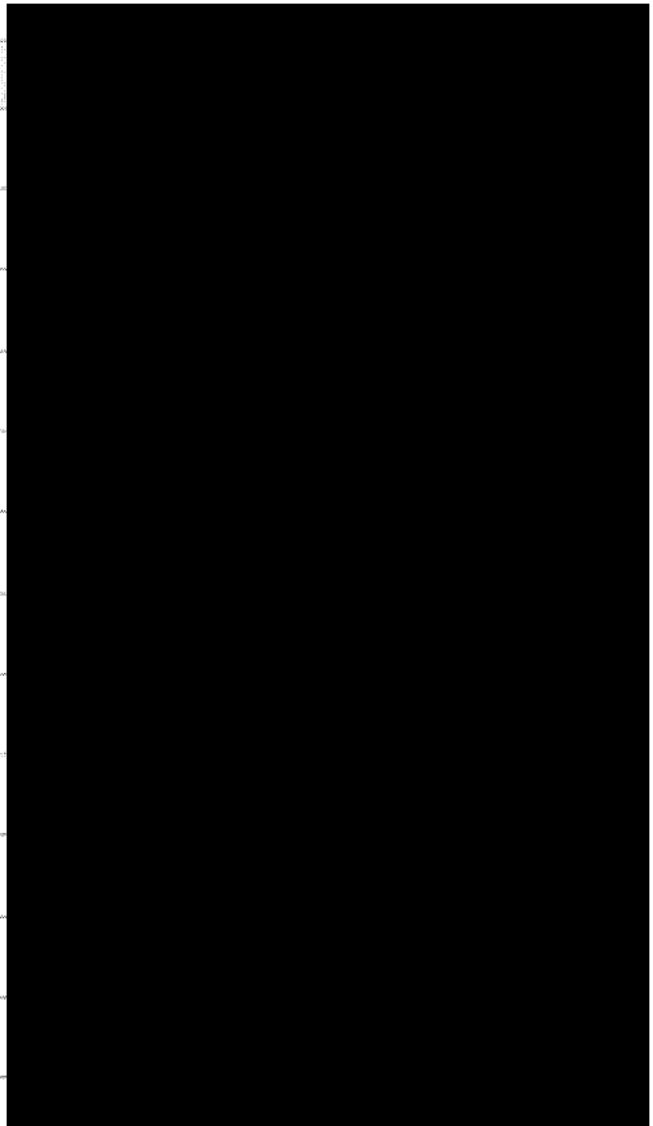
1. *Cecilia Rodriguez*
2. *Blanca Hernandez*
3. *Guadalupe Ramos*
4. *Maria Dominguez*
5. *Lulu Vargas*
6. *Natalia Rodriguez*
7. *Ricardo Contreras*
8. *Enrique Navarro*
9. *MIRIAM TORRES*
10. *JOHANNA BERNAL*
11. *Maria Nieto*

12.

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/4/23

OFICINA: ZOOM.

NOMBRE

1. GERALIA RODRIGUEZ
2. GUADALUPE RAMOS
3. LULU VARGAS
4. MARIA DOMINGUEZ
5. NATALIA RODRIGUEZ
6. ENRIQUE NAVARRO
7. VERONICA LAGANAS
8. MIRIAM TORRES
9. JOHANNA BERNAL
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
15. ANABELLA AGUIRRE



YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/8/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. Cecilia Rodriguez
2. Lulu Vargas
3. Enrique Navarra
4. Ricardo Contreras
5. Guadalupe Ramos
6. Maria Domínguez
7. MIRIAM TORRES
8. JOHANNA BERNAL
9. Martha Ilegia

10.

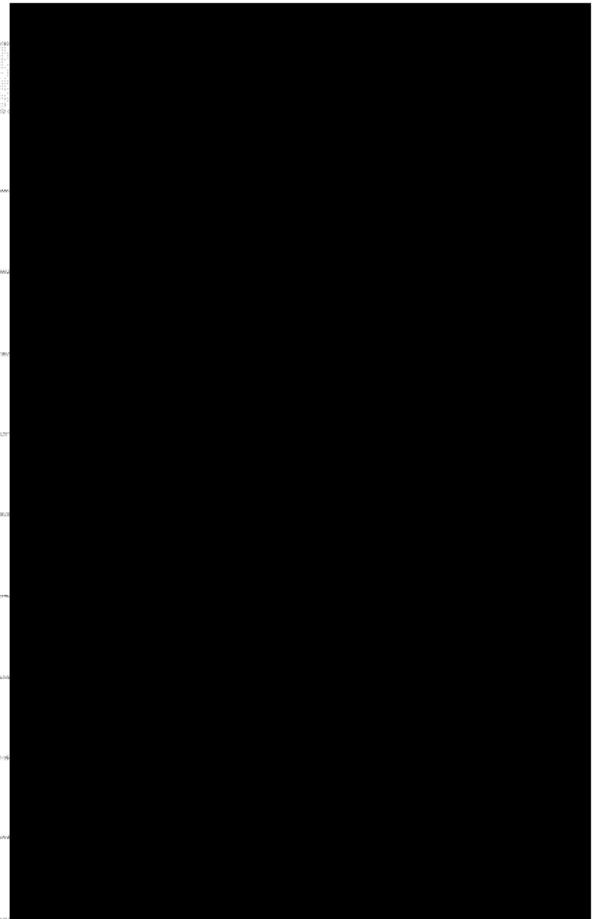
11.

12.

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/9/23

OFICINA: ZOOM.

NOMBRE

1. *Cecilia Rodriguez*
2. *Maria Domínguez*
3. *Lulu Vargas*
4. *Nelie Rodriguez*
5. *MIRIAM TORRES*
6. *JOHANNA BERNAL*
7. *Veronica Lagomas*

8.

9.

10.

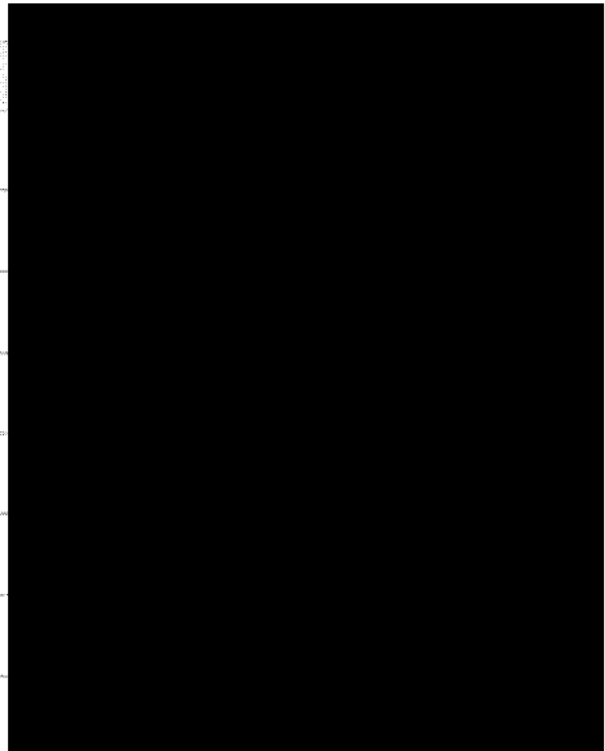
11.

12.

13.

14.

15.





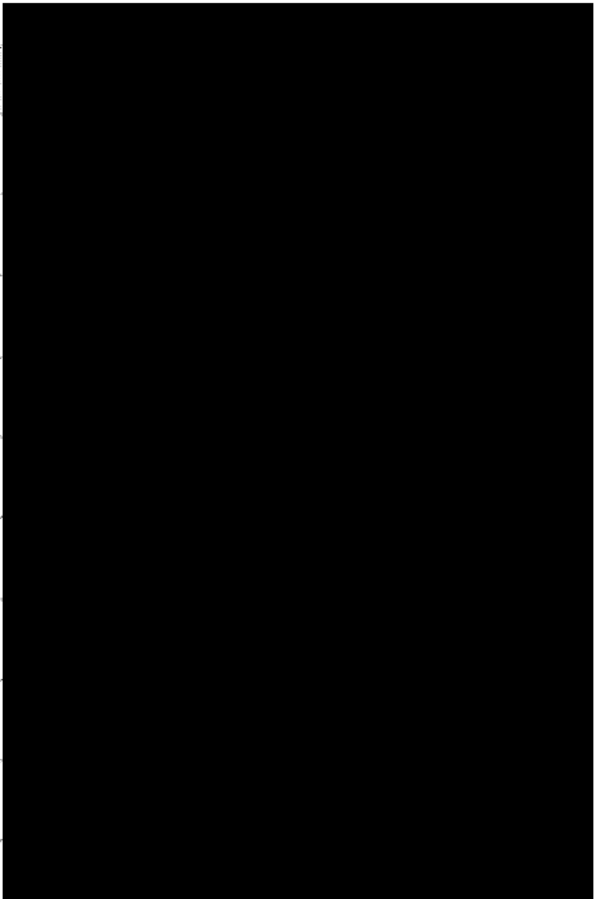
YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/10/23

OFICINA: 200M

NOMBRE

1. Geraldia Rodriguez
2. Guadalupe Ramos
3. Lulu Vargas
4. Enrique Navar
5. MIRIAM TORRES
6. JOHANNA BERNAL
7. Maria Nieto
8. Anabella Aguirre
9. Verónica Lagunas



10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		



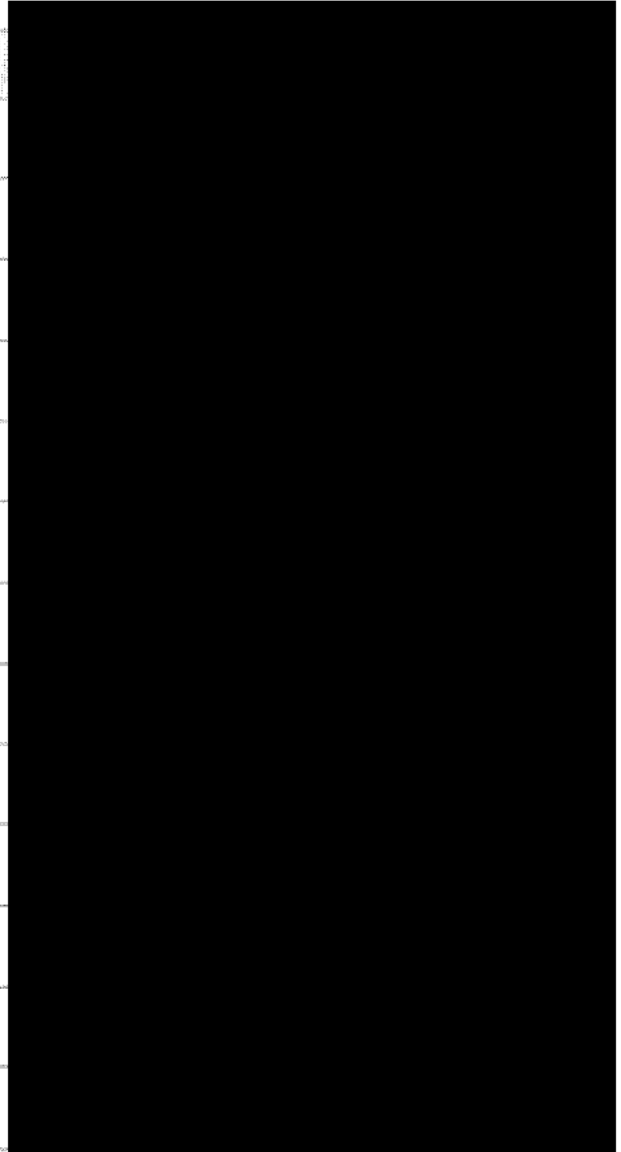
YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/16/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. GERALIA RODRIGUEZ
2. GUADALUPE RAMOS
3. LULU VARGAS
4. ENRIQUE NAVARRO
5. MIRIAM TORRES
6. JOHANNA BERNAL
7. MARIA NIETO
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
12. ANABELLA AGUIRRE
- 13.
- 14.
- 15.





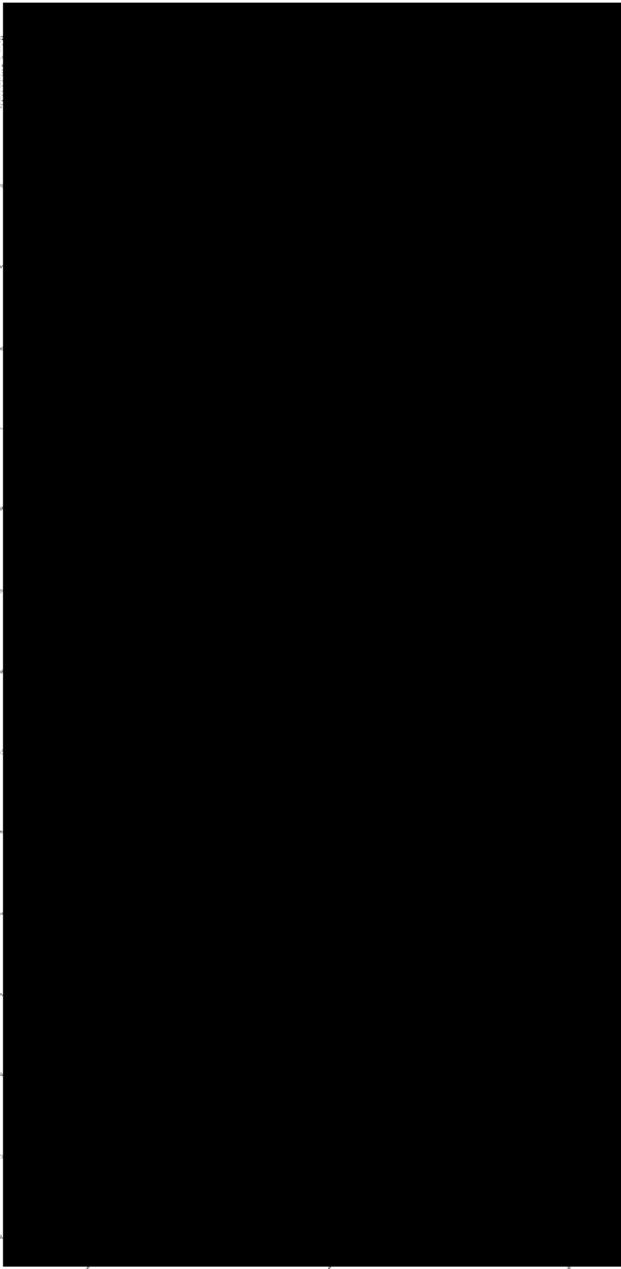
YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/18/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. GERALIA RODRIGUEZ
2. LULU VARGAS
3. ENRIQUE NAVARRO
4. MIRIAM TORRES
5. JOHANNA BERNAL
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
13. ANABELLA AGUIRRE
- 14.
- 15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/23/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. Geraldina Rodriguez
2. Ricardo Contreras
3. Guadalupe Ramos
4. Marcia Domínguez
5. LuLu Vargas
6. Natalia Rodriguez
7. Veronica Lagunas
8. Enrique Navarro
9. MIRIAM TORRES
10. JOHANNA BERNAL

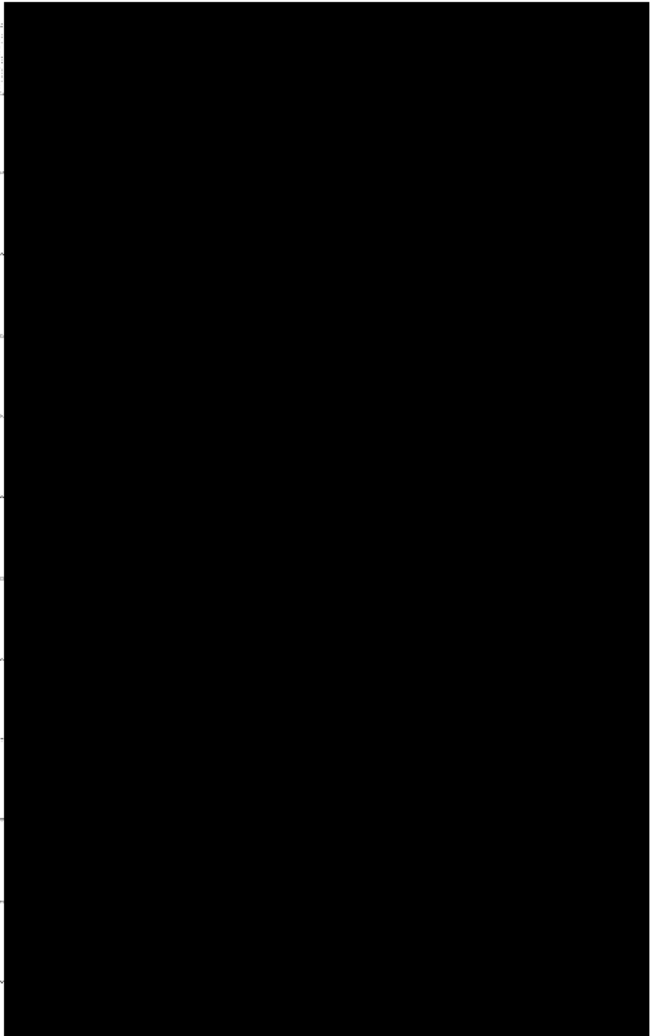
11.

12.

13.

14.

15.





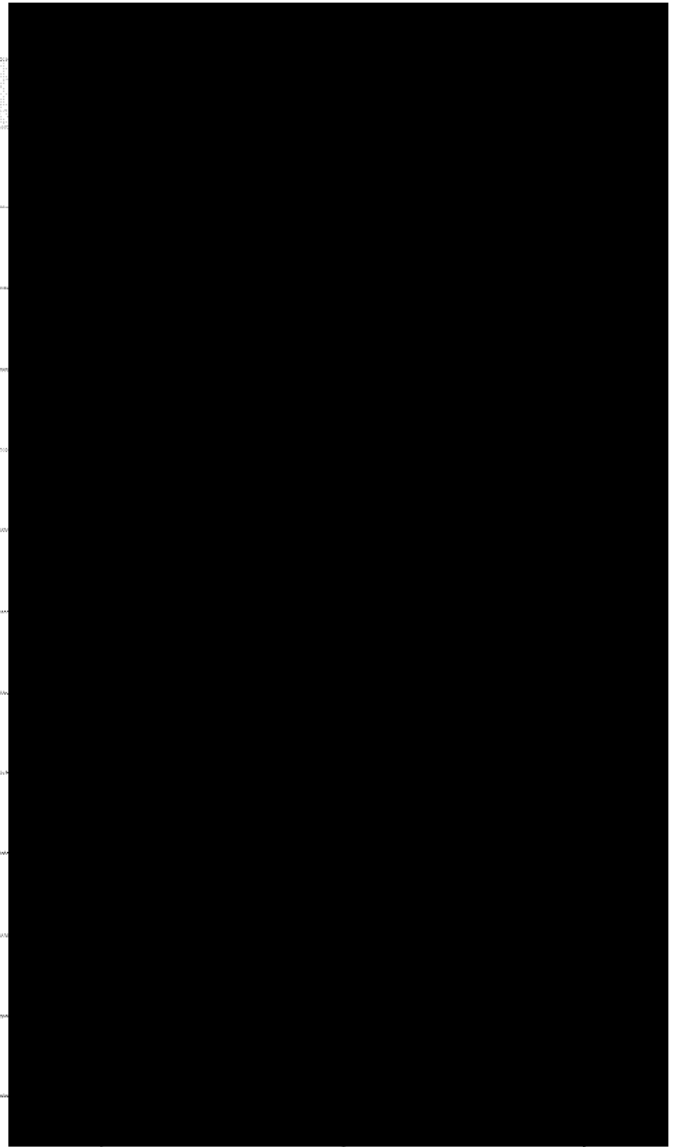
YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/24/23

OFICINA: zoom

NOMBRE

1. Geraldina Rodríguez
2. Guadalupe Ramos
3. María Domínguez
4. Natalia Rodríguez
5. Lulu Vargas
6. Enrique Navarro
7. JOHANNA BERNAL
8. Anabella Aguirre
- 9.
10. Verónica Aguirre
- 11.
12. Emma Rosas
- 13.
- 14.
- 15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/30/23

OFICINA: Zoom
Presencial LA

NOMBRE

1. Geralia Rodriguez
2. Marcia Dominguez
3. Netalia Rodriguez
4. Lulu Vargas
5. Enrique Navarro
6. MIRIAM TORRES
7. JOHANNA BERNAL
8. FELIPA TORRES
9. Veronica Lagunas

10.

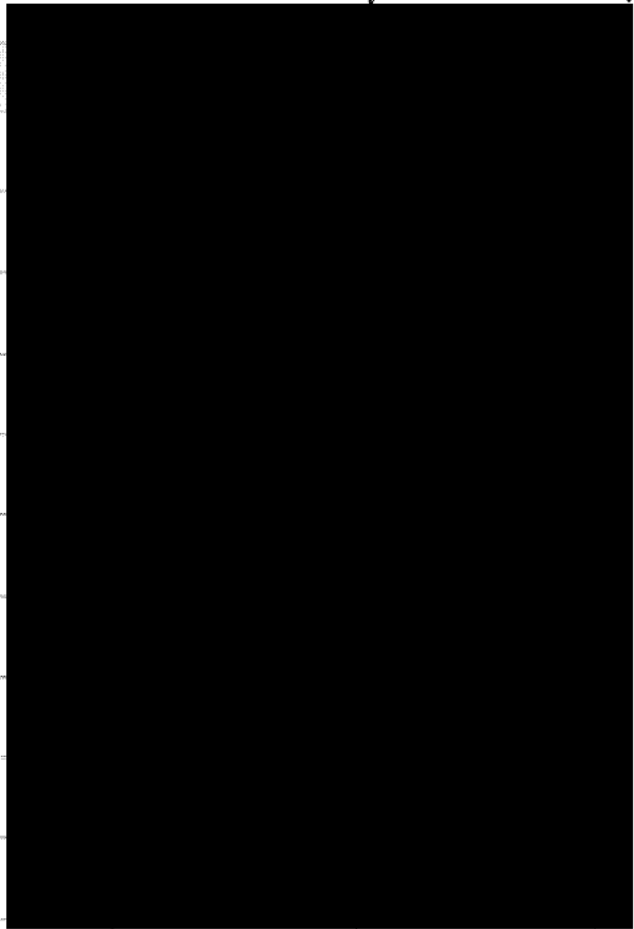
11.

12.

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 5/31/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

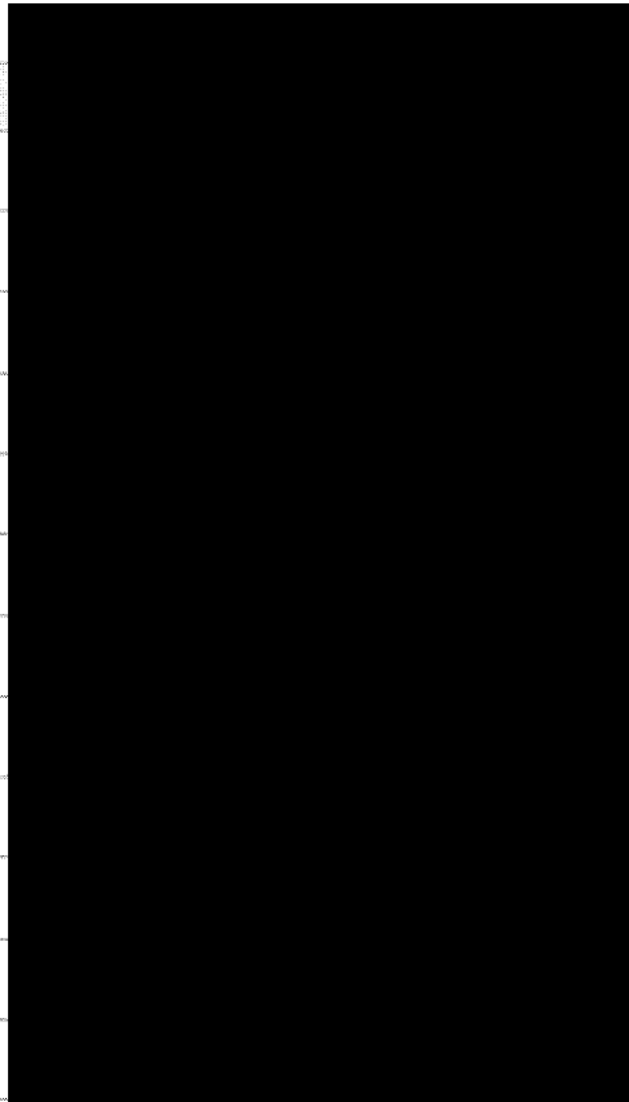
1. Gerialia Rodriguez
2. Ricardo Contreras
3. Guadalupe Ramos
4. Maria Domínguez
5. Lulu Vargas
6. Anabella Aguirre
7. Veronica Lagunas
8. Nabiliz Padarzo
9. Enrique Navarro
10. MIRIAM TORRES
11. ana zavalita

12.

13.

14.

15.





YA BASTA CENTER!

FECHA: 6/5/23

OFICINA: zoom
Presencial LA.

NOMBRE

1. Geraldine Rodriguez
2. María Domínguez
3. Lulu Vargas
4. Anabella Aguirre
5. Guadalupe Ramos
6. Natalia Rodriguez
7. Enrique Navarró
8. MIRIAM TORRES
9. Verónica Lagunas
10. Emma Rosas
11. JOHANNA BERNAL
- 12.
- 13.
- 14.
15. Ricardo Contreras



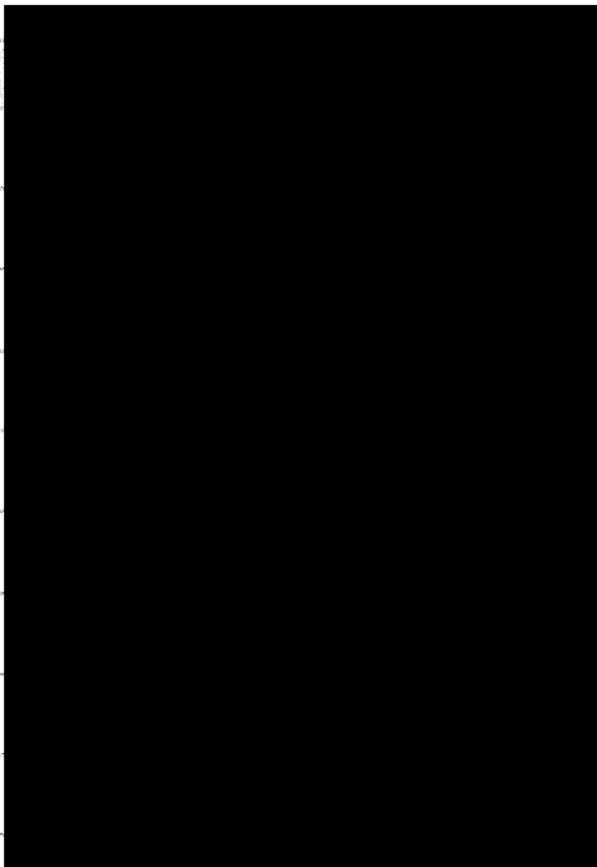
YA BASTA CENTER!

FECHA: 6/6/23

OFICINA: ZOOM

NOMBRE

1. *Cecilia Rodriguez*
2. *MIRIAM TORRES*
3. *Anabella Aguirre*
4. *Guadalupe Ramos*
5. *Enrique Navarr*
6. *JOHANNA BERNAL*
- 7.
8. *Noronica Lagunas*
- 9.



10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		



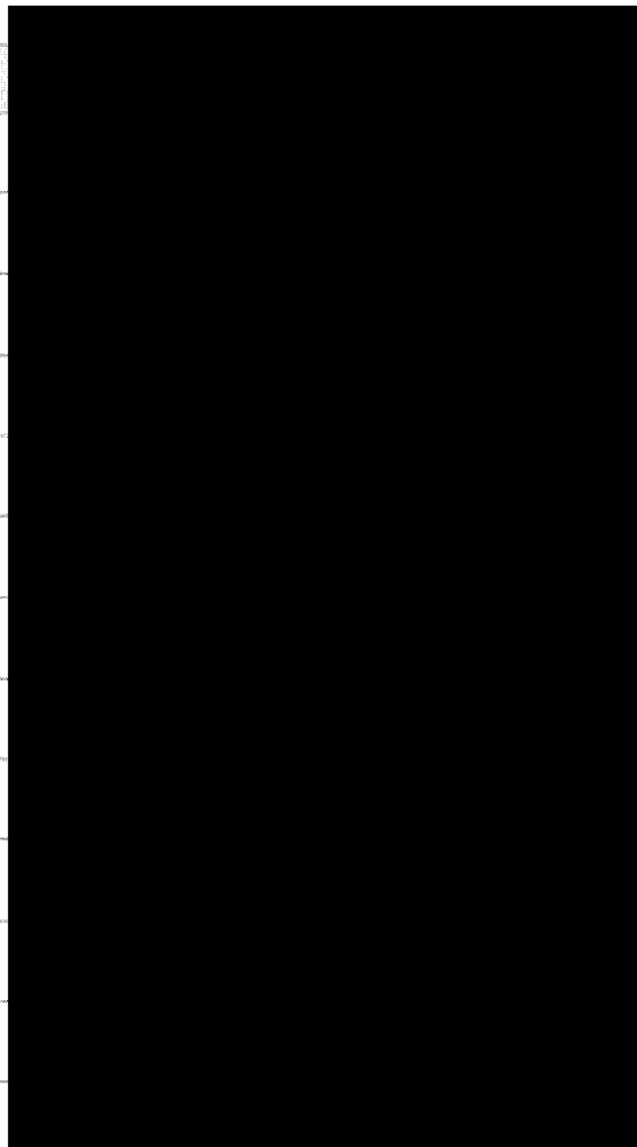
YA BASTA CENTER!

FECHA: 6/8/23

OFICINA: _____

NOMBRE

1. GERALIA RODRIGUEZ
2. GUADALUPE RAMOS
3. MARIA DOMÍNGUEZ
4. ANABELLA AGUIRRE
5. ZULU VARGAS
6. NATALIA RODRIGUEZ
7. ENRIQUE NAVARR
8. EMMA ROSAS
9. MIRIAM TORRES
10. JOHANNA BERNAL
- 11.
12. VERONICA LEGUAS
- 13.
- 14.
- 15.





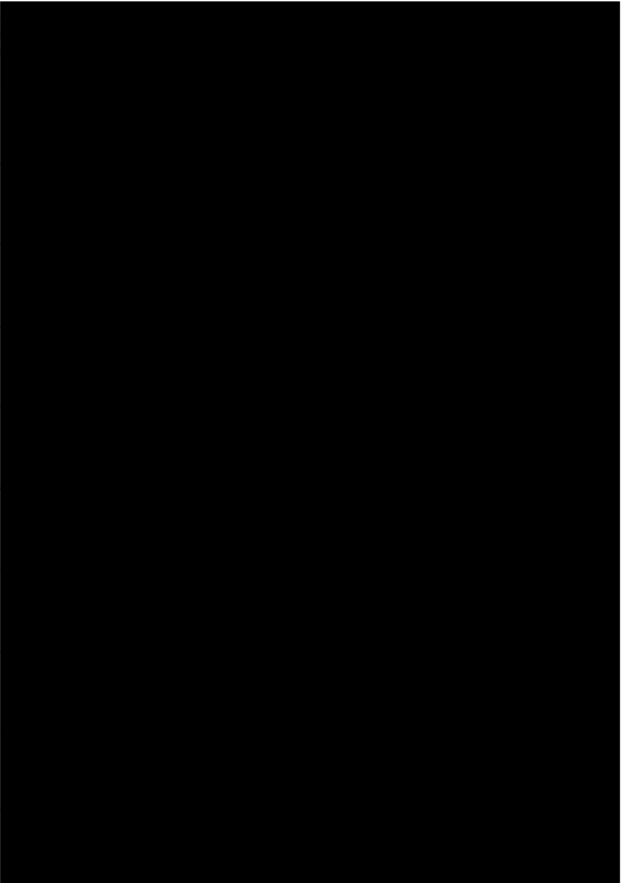
YA BASTA CENTER!

FECHA: 6/12/23

OFICINA: Zoom
Presencial. LA.

NOMBRE

1. Gerarda Rodriguez
2. Guadalupe Ramos
3. Maria Domínguez
4. Natalia Rodriguez
5. Veronica Lagunas
6. Enrique Pizarro
7. Raquel Saldana
8. MIRIAM TORRES
9. JOHANNA BERNAL
- 10.



- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.



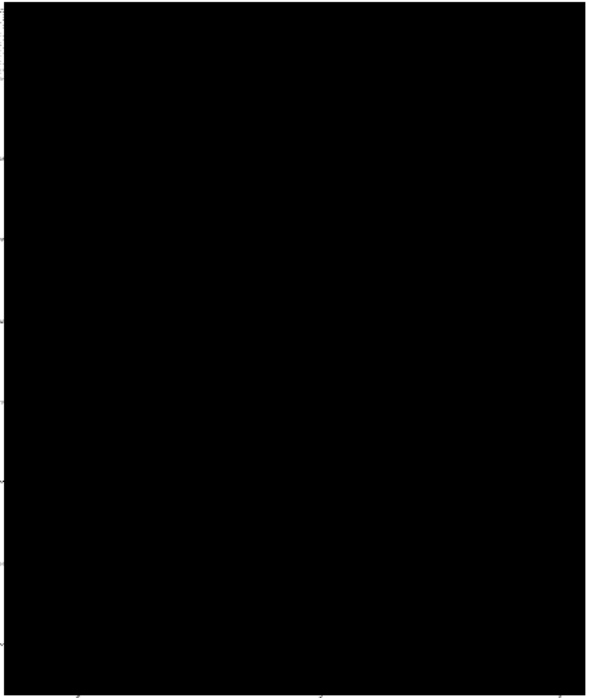
YA BASTA CENTER!

FECHA: 01/13/23

OFICINA: Zoom

NOMBRE

1. GERALIA RODRIGUEZ
2. LULU VARGAS
3. RAQUEL SOLDANA
4. MIRIAM TORRES
5. JOHANNA BERNAL
6. MARIA NIETO
7. VERONICA LAGNAS



8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		



Lugares de Trabajo Seguros y Respetuosos

2023





Introducción



Objetivos de Aprendizaje

1. Comprensión del acoso sexual y de la conducta abusiva
2. Respuestas al acoso sexual y a la conducta abusiva
3. Derechos de los trabajadores y responsabilidades de los empleadores

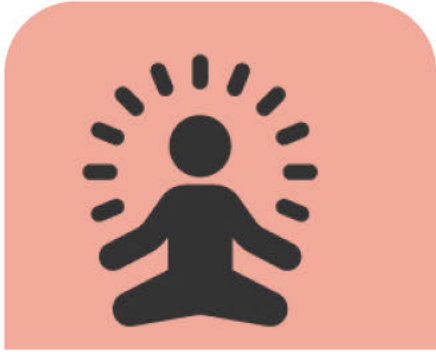
Acuerdos Grupales

- Ante todo respeto
- Levantar la mano si tiene una pregunta
- Esta bien si de repente tenemos diferentes opiniones o ideas
- No usar su teléfono durante el entrenamiento

Conducta Inaceptable

- Falta de respeto
- Interrupción en la clase

Ideas de Cuidado Personal



**Cuidado
De Aprendizaje**

Dibujar

Colorear



**Cuidado
Físico**

Respirar

Tomar Agua



Salir

Salir un minuto

REGRESAR



**Cuidado
Emocional**

Participar en la
autocompasión

Platicar



**Completar
Entrenamiento**

Aprender y
completar el
entrenamiento



Centro ¡Ya Basta!

Logros del Centro ¡Ya Basta!

- Apoyo a los trabajadores sobrevivientes
- Capacitar a líderes en pares para crear una industria de limpieza más segura.
- Leyes de Protección Para Janitor's



AB 1978

Ley de Protección de los Trabajadores de Servicios de Propiedad

Firmado en California en el 2016.

AB 547

Trabajadores de limpieza: capacitación en prevención de acoso y violencia sexual

Firmado en California en el 2019..

Tema 2

Comprensión del acoso sexual
y de la conducta abusiva



Historias de Janitors



Discusión Acerca del Video

¿Que piensan al ver el video?

¿Que escucharon acerca del impacto del acoso y violencia sexual en el trabajo?

Definición Legal de Acoso Sexual

El acoso sexual, es un tipo de discriminación sexual en el lugar de trabajo, es conducta indeseada, es decir, palabras o acciones, relacionadas con el sexo que no son bienvenidas.

Acoso Sexual



Acoso Sexual – Parte 1

El comportamiento es **sexual o se relaciona con el sexo.**

Acoso Sexual – Parte 2

El comportamiento no es bienvenido o deseado por la víctima.

Acoso Sexual – Parte 3

La conducta pertenece a UNA de estas dos categorías:

1. Intentar usar una **recompensa o castigo** para obtener un favor sexual o,
2. crear un **ambiente laboral hostil.**

Categoría 1:

Tratar de usar una recompensa o un castigo para obtener un favor sexual (acoso “quid pro quo”).

Categoría 2:

Crear un ambiente de trabajo hostil basado en sexo u otra característica protegida también puede ser acoso.

En resumen, la definición legal de acoso sexual incluye lo siguiente:

- **Primero**, el comportamiento **es sexual o relacionado al sexo** o a otra **característica protegida**
- **Segundo**, el comportamiento **no es bienvenido o deseado por la víctima.**
- **Tercero**, el acosador trata de usar una **recompensa o castigo** para obtener un favor sexual, o el comportamiento crea un **ambiente laboral hostil.**

Videos de Historias Reales

La Historia de Carmen



Discusión Acerca de la Historia de Carmen

¿La historia de Carmen es un ejemplo de acoso sexual?

¿Quién puede explicar por qué?

La Historia de Carlos



Discusión Acerca de la Historia de Carlos

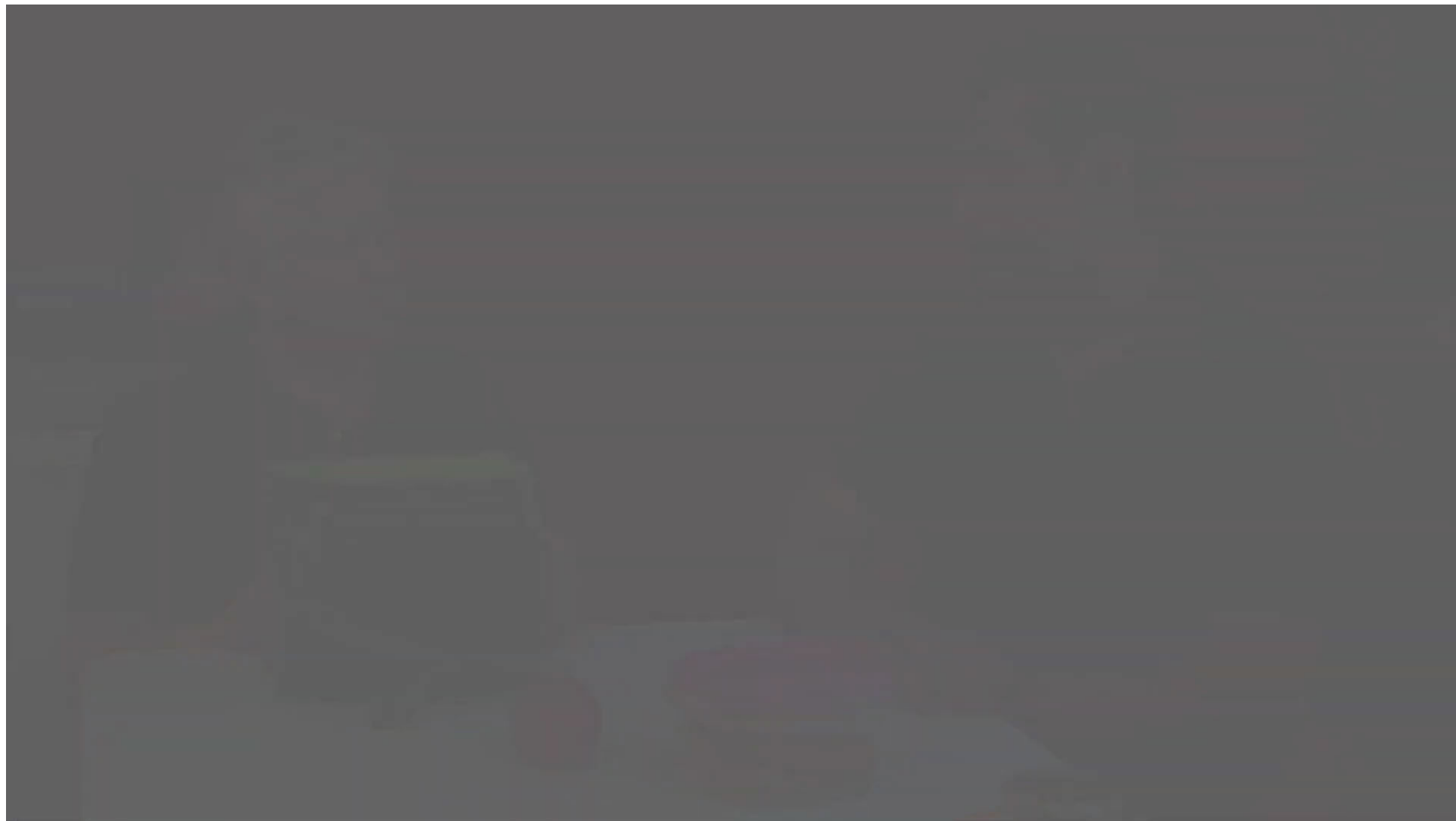
¿Es un ejemplo de acoso sexual?...

¿Quién puede explicar por qué?...

¿Alguien no está de acuerdo?...

¿Por qué?

La Historia de Maria



Discusión Acerca de la Historia de Maria

¿A que conclusiones llegaron?

¿Los demás están de acuerdo?

¿ Y por qué?

LA CONDUCTA ES ABUSIVA SI:

- Es **maliciosa**;
- Es **hostil u ofensiva** a una persona razonable, y/o
- No se relaciona con la expectativa comercial del empleador.

Tema 3

Respuestas al acoso sexual y a la conducta abusiva



Respuestas al Acoso Sexual/Conducta Abusiva hacia Carmen

¿Qué puede hacer Carmen en esta situación?

¿Hay otras personas que podrían ayudarle?

Estrategias para La Historia de Carmen



Respuestas al Acoso Sexual/Conducta Abusiva hacia Carlos

¿Que pueden hacer Carlos y sus compañeros para responder?

Estrategias para La Historia de Carlos



Respuestas al Acoso Sexual/Conducta Abusiva hacia María

¿Qué podía hacer María y otras personas para responder al acoso sexual?

Estrategias para La Historia de María



Tema 4

Derechos de los trabajadores y
responsabilidades de los empleadores



Responsabilidad de los Empleadores

- Una de las responsabilidades es: Prevenir y parar el acoso sexual.
- La ley requiere que tomen medidas específicas.

Preguntas y Respuestas 1-2

1. ¿Si su supervisor la acosó, ¿ a dónde iría para presentar un reclamo con su empleador?
2. ¿Cuando un empleador recibe un reclamo, qué debe hacer?

Preguntas y Respuestas 3-4

3. ¿La persona que recibe el reclamo va a mantener el reclamo completamente confidencial (privado)?
4. ¿Un supervisor que fue acusado de acosar a alguien debe investigar el reclamo?
 - a. ¿Alguien bajo el mando del supervisor acusado de acoso debe investigar?

Preguntas y Respuestas 5-6

5. ¿Cuándo debería investigar el empleador?
¿Debe esperar un año?
6. ¿ Si en la investigación se descubre conducta inapropiada o acoso, qué debe hacer el empleador?

Preguntas y Respuestas 7-8

7. ¿El empleador le dice a la persona que hizo el reclamo cuál fue el castigo para el acosador?
8. ¿Si usted piensa que el empleador no va a lidiar con el acoso apropiadamente, qué puede hacer? ¿Tiene que presentar una queja con el empleador?

Preguntas y Respuestas 9

9. ¿Cómo podría resolverse su reclamo?
 - a. Su Empleador puede resolver su reclamo para evitar una demanda.
 - b. El caso puede llegar a una corte.

Preguntas y Respuestas 10

10. ¿Cuál es la preocupación común de un trabajador que está considerando presentar un reclamo, o para la persona que quiera ayudarlo a alguien a presentar un reclamo?
- Muy seguido, los trabajadores se preocupan de sufrir represalias por parte del empleador.

Tema 5

Conclusión y Recursos



Mensajes de Sobrevivientes



¡YA BASTA!

ENOUGH IS ENOUGH!

#14J2016

#RAISEAMERICA



Ya Basta Center | Phone Number

Practica Ya Basta 10/11/2020

MARIA GONZALEZ

IVON ORTIZ

BLANCA HERNANDEZ

FELIPA TORRES

GERALIA RODRIGUEZ

MARCELA CUEVAS

MARIA ANGELICA JIMENEZ

CARMEN SANDOVAL

MARIO ZARATE

GUADALUPE RAMOS

RAFAEL GARCIA

GUSTAVO ACEITUNO

ALEJANDRA GARCIA



SEIU USWW MEMBER SIGN-IN

Originating Office (circle one): SJ LA Sac SD SF Other

Nombre de Evento: **Ya Basta! Promotora / Compadre**

Event Date: 09 / 17 / 2020

Event Point Person: **V. Giron, A. Aguirre,**

Sign-In Sheet ___ of ___

PRINT NAME Primer Nombre	LAST NAME Apellido																		
1. Natalia	Rodriguez																		
2. Maria	Dominguez																		
3.																			
4. Salda																			
5. Maria	Dominguez																		
6.																			
7. Natalia	Rodriguez																		
8.																			
9.																			
10.																			
11.																			
12.																			
13.																			
14.																			
15.																			



SEIU

SIGN-IN SHEET

OFFICE:
 LA OC SD
 OAK SJ SAC
 Other:

EVENT DATE: 10 / 24 / 2016

YA BASTA Taller

SHEET #: _____ of _____

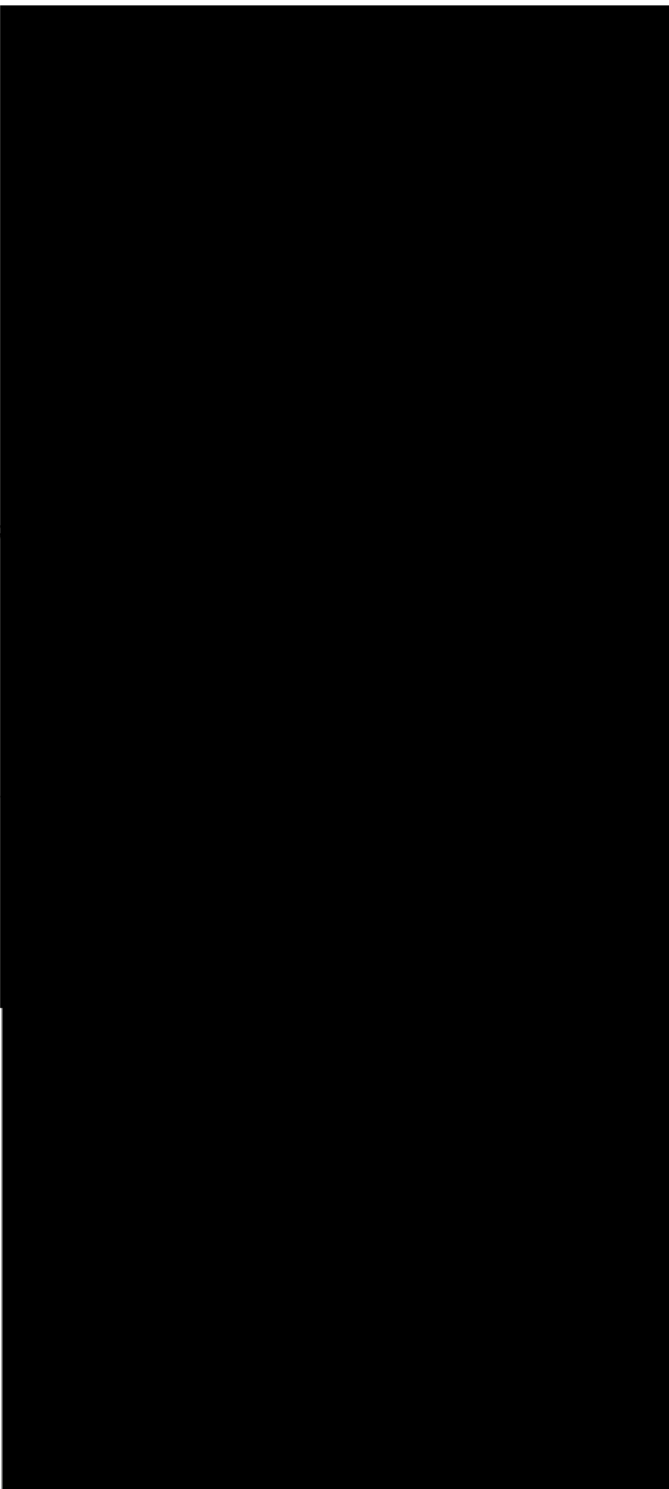
EVENT NAME: _____
 POINT PERSON: _____

NAME		WORKSITE	ORGANIZER	WHO INVITED YOU?
Nombre	Apellido	Lugar de Trabajo	Organizador	¿Quién te invitó?
Netelia	Rodriguez	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
María	Domínguez	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
Amparo	González	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
Enrique	Nawam	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
Lulu	Vargas	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
Netelia	Rodriguez	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
María	Domínguez	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]
Lulu	Vargas	[REDACTED]	[REDACTED]	[REDACTED]

SEIU-UNITES SERVICE WORKERS WEST **SIGN IN SHEET**

Date: 1-5-2022

Type of Event: Practicas Ya Basta.



PRINT NAME NOMBRE
Guadalupe Rosas
Maria Gonzales
Geraldia Rodriguez
RAFAEL GARCIA
Blanca Hernandez
Mario Zata Montes
Anabella NGUITE.

lista de asistencia para Orientacion

Nombre de Evento: Ya Basta! Promotora / Compadre

Event Date: 10-15-2022

Event Point Person: V. Giron, A. Aguirre, _____ of _____



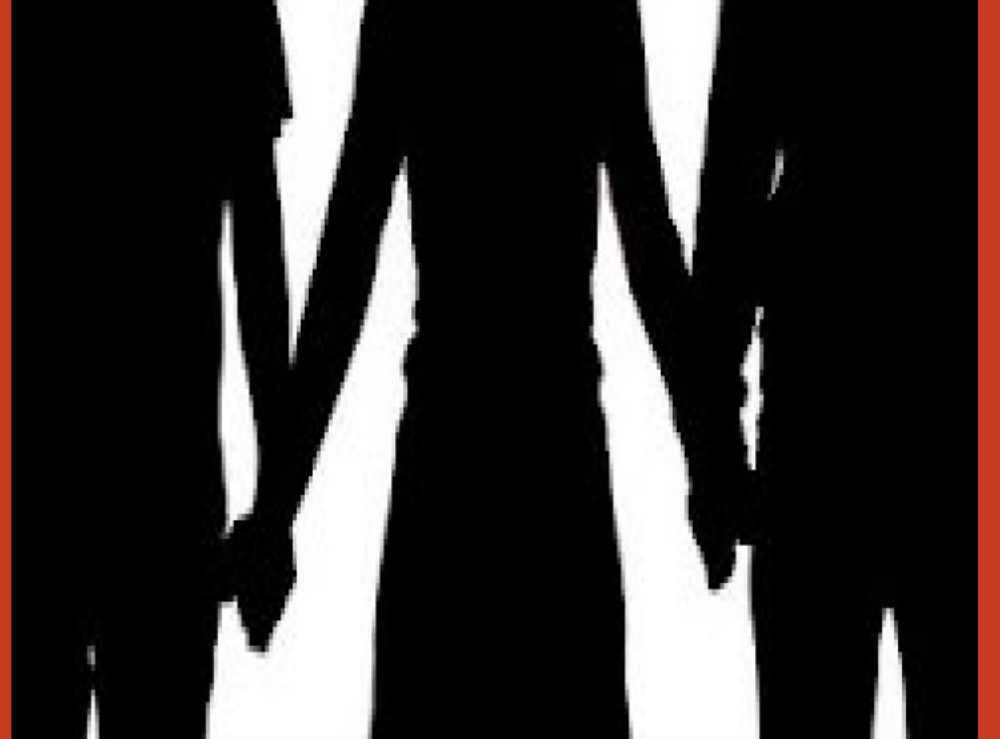
PRIMER NAME Primer Nombre	LAST NAME Apellido
1. Blanca Hernandez	Hernandez
2. Maria Gonzalez	Gonzalez
3. Mario Zarate	Zarate
4. Anabela Aguirre	Aguirre
5. Guadalupe	Ramos
6. Geravia	Rodriguez
7. Carmen	Sandoval
8. Rafael	Garcia
9.	
10.	
11.	
12.	
13.	

Tema 1: **EL ROL DEL HOMBRE EN EL CENTRO YA BASTA!**

Centro Ya Basta!



Hombres, Mujeres y la Sociedad.



Cual es el papel de los hombres, según la sociedad?

“Siendo el que brinda seguridad y protección a su hogar, quien impulsa a esta hacia el futuro y orienta al éxito a todos (en conjunto) y a cada miembro de su familia”

Actualmente es valido este concepto?

YA BASTA CENTER!

1/3/20XX

EJEMPLO DE TEXTO DE PIE DE PÁGINA



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

Mujeres

“La mujer fue diseñada⁴ para dar vida, para amamantar, para criar, para nutrir, es amorosa dulce y bondadosa, el corazón de su marido y sus hijos esta en ella”



EJEMPLO DE TEXTO DE PIE DE PÁGINA

[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA](#)



[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)



[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY](#)



[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY](#)

Compadres del Centro Ya Basta!

Cual queremos que sea su rol?

Características de un compadre?

Metas de un Compadre?



**RESPONSABILIDAD SIGNIFICA
CERO QUEJAS
CERO EXCUSAS
CERO CULPAS.**

MARCO AYUSO.

Tema 2: **HABLAR EN PUBLICO CON CARISMA.**

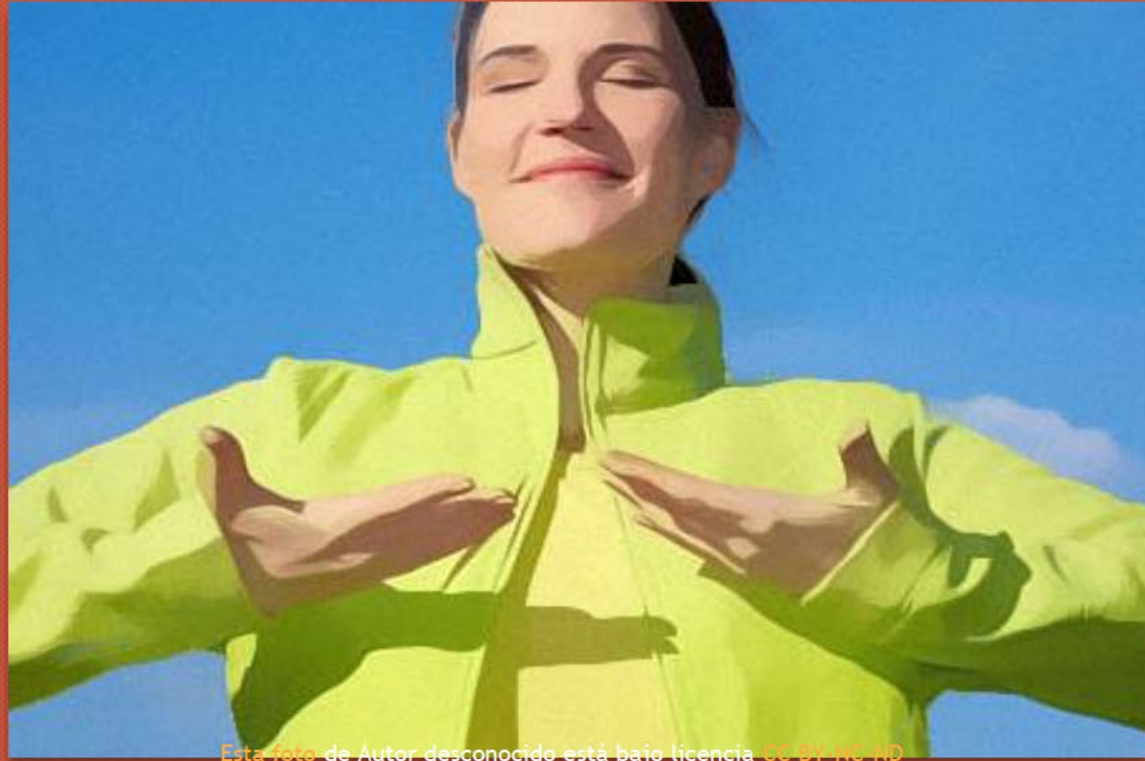
Centro Ya Basta!



RESPIRACION CONSCIENTE

9

Los beneficios que obtenemos con este ejercicio es proyectar mejor tu voz tener mayor claridad mental hablar con mayor fluidez sin que falte el aire y desarrolla un mayor dominio emocional



[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

VOCALIZACION

10

Vocalizar es convertir en sonidos el flujo de aire que sale de tus pulmones. Necesitas primero tener una posición cómoda.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY](#)

MEJORAR DICCIÓN O

Practicar diferentes trabalenguas mejora la dicción y agilidad para pronunciar mejor las palabras, hacerlo continuamente nos acostumbra a tener más seguridad.



[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA](#)

VISUALIZACION POSITIVA

12

VISUALIZA:
Cierra tus ojos y
visualiza tu mensaje.
Haz video ve cómo lo
haces escucha el tono
de voz.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

IMPROVISACION

13

- ❑ **No podemos memorizar perfectamente un tema pero sí debemos saber de qué estamos hablando**
- ❑ **Cuando improvisamos es porque olvidamos momentáneamente el tema principal, cuando suceda esto no te desvíes del tema y retoma lo más pronto que puedas la idea esencial.**



Esta foto

desconoc

tá bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)

COMUNICA CON CARISMA

Del latín *charisma* y con origen en un vocablo griego que significa “agradar”, el término *carisma* se refiere a la capacidad de ciertas personas para atraer y cautivar a los demás. Cualidad o don natural que tiene una persona para atraer a los demás por su presencia, su palabra o su personalidad.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA](#)

HABILIDAD PARA HABLAR EN PÚBLICO

15

CONTROLA LOS NERVIOS

- El miedo o pánico escénico no se elimina se controla. No es fácil estar frente a un público, debemos aprender a controlar los nervios recuerda “ La respiración consciente”. El estar un poco nervioso antes de un discurso es natural ya que puede ayudar a concentrarse y tener energía para transmitir el mensaje y motivar al público.

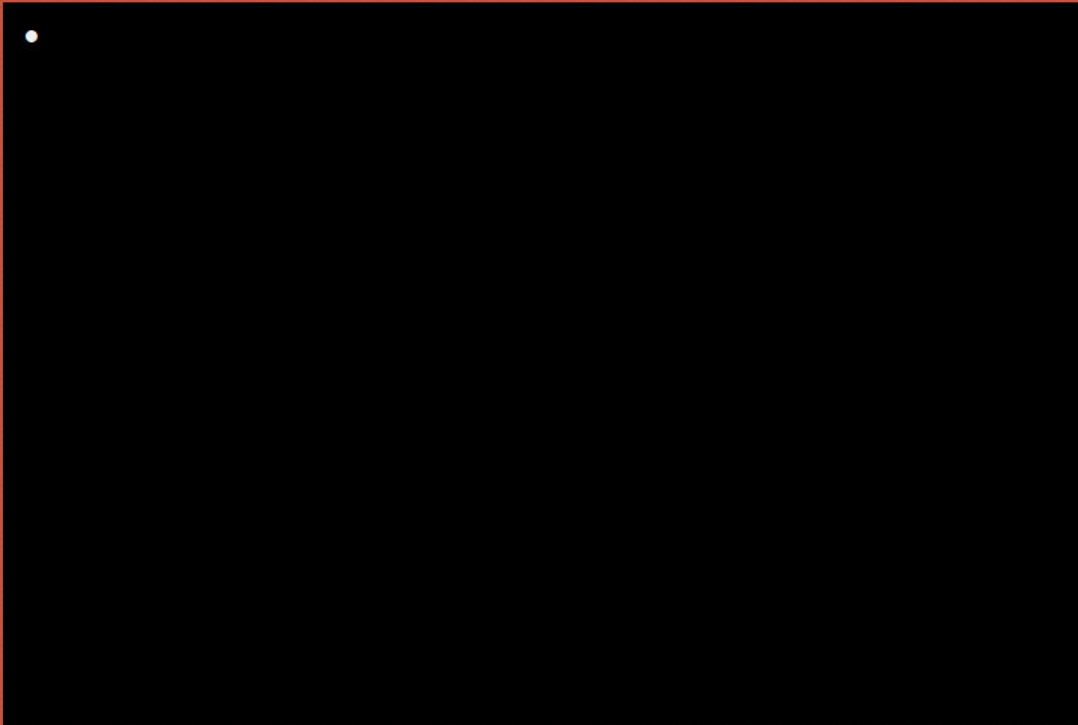
LENGUAJE CORPORAL.

- El 80% de nuestra comunicación es corporal esto significa que con tu cuerpo estás enviando muchos mensajes y debes de fortalecerlos con las palabras. Esta habilidad es una de las que más prácticas requiere pero podemos dominarla. Cuando lo logres tu cuerpo y manos se moverán con naturalidad así te podrás relajar y disfrutar tu presentación.

HABILIDAD PARA HABLAR EN PÚBLICO (continuación...)

16

INTERACTÚA.



CERCANÍA.

- El ser auténtico te hace acercarte emocionalmente al público, transmite calidez, una verdadera personalidad puede tocar los corazones. Piensa que estás hablando con un amigo relájate muestra entusiasmo busca la conversación, se vulnerable pero no menoscaben tu capacidad del tema para que no sufra tú credibilidad.

HABILIDAD PARA HABLAR EN PÚBLICO (continuación...)

17

ORGANIZA TUS IDEAS

- Si tus ideas están bien claras y organizadas en tu mente vas a poder expresarlas fácilmente a todos.

DOMINA TU VOZ.

- La voz es una parte muy importante para que la gente te ponga atención. Habla con un tono y volumen medio y puedes subir y bajar durante la presentación para terminar con fuerza y volumen. Pero sin gritar.

SEGURIDAD.

- Para tener seguridad debes hablar desde la convicción temas que ya conoces, llega a tiempo, debes creer en los temas, prepararte bien, trata de hablar despacio haz pausas siempre debes de estar frente al público nunca debes de darles la espalda, tu postura siempre erguida siente que te apetece estar ahí.

Tema 3: **TRABAJO EN EQUIPO**

Centro Ya Basta!



Los mejores equipos de trabajo son los que se estructuran correctamente, saben comunicarse e interaccionan entre sí

Cuanto más cohesionado esté el grupo, más productivos serán sus integrantes.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-SA-NC](#)

La importancia del trabajo en equipo

21

El trabajo en equipo es muy importante para que la organización triunfe y llegue a la consecución de los objetivos de negocio. **¿Por qué?** Porque cada miembro de ese equipo **desempeñará un rol concreto** –en función de sus fortalezas– que, **junto a los del resto, mejorará los resultados generales.**



Ventajas del trabajo en equipo

22

- Las ventajas del trabajo en equipo se obtienen cuando se ponen en común ideas nuevas y diferentes que aportan mejores soluciones. Cuando, además, los miembros se sienten realizados y parte importante de ese equipo, todo fluye.

Crecimiento
personal y
colectivo

Fomenta la
creatividad

Aumenta la
motivación

Crece la
sinergia

Mejora la
comunicación

QUALIDADES DEL TRABAJO EN EQUIPO.

24

Objetivos comunes y definidos

- Si los componentes del equipo **conocen los objetivos a la perfección y el plazo para lograrlos**, será más sencillo que trabajen en común de una manera óptima.

Resolver problemas

25

- Es muy importante **evaluar la situación, detectar los errores** y poner en común las ideas de todos los integrantes del grupo, para corregirlos cuanto antes y de la manera más eficaz.

Buena comunicación y motivación

- Involucrar a todas las personas en el proyecto, contar con sus ideas e informar con la máxima transparencia a todos los miembros del grupo, es imprescindible. Si hay una buena comunicación y las personas se sienten valoradas, aumentará la motivación y su compromiso con la organización.

Trabajo en equipo participativo

26

- Las decisiones deben tomarse en **consenso** con todos los miembros del equipo. Discutir las diferentes ideas e integrar a las personas traerá mejores resultados que si las medidas se toman de manera unilateral por los responsables del equipo o por el líder.

Trabajo en equipo organizado

- Aunque es el responsable del equipo el que suele realizar la planificación final, es importante que ésta, refleje las ideas de los empleados y que estén de acuerdo con ella antes de imponer nada.

Compromiso

- Solo cuando los miembros del equipo se comprometen con el proyecto, pueden alcanzar el éxito. Las personas se comprometen **cuando confían en lo que hacen y creen en ello.**

Confianza en el equipo 27

- La confianza en los demás es necesaria e imprescindible en el trabajo en equipo. Esta confianza **se gana con lo que se dice** pero, sobre todo, **con lo que se hace**, es decir, con las actitudes.

- **Las 8 características de un buen equipo de trabajo**

28

- **Cooperación.**
- **Visualización de las metas comunes.**
- **Proactividad.**
- **Comunicación abierta.**
- **Reconocimiento mutuo.**
- **Seguridad psicológica.**
- **Liderazgo estimulante.**
- **Creatividad.**



GRACIAS!!!

29

30

Tema: 4

COMO ENFRENTAR UNA CRITICA

Centro Ya Basta!





32

Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC](#)

¿Cómo enfrentar una crítica negativa?

Winston Churchill dijo en una ocasión que “las críticas no serán agradables, pero son necesarias”. Es cierto pero también es cierto que a muchos de nosotros nos cuesta aceptar las críticas, sobre todo si son negativas.

YA BASTA CENTER!

2/8/2023

1. Averigua si la crítica es constructiva o destructiva

33

La crítica constructiva señala fallos pero incluye consejos o sugerencias sobre cómo pueden ser corregidos, mientras que la crítica destructiva pretende atacar directamente o derribar a la persona, y por supuesto, no incluye consejos prácticos



2. No respondas inmediatamente

34

Nuestro primer instinto cuando nos enfrentamos a la crítica es ponernos a la defensiva, Es importante entonces dar un paso atrás en la situación y pensar en cómo se va a procesar. Espera hasta encontrarte más tranquilo y tenerlo más claro antes de decir nada.



3. Evita el pensamiento polarizado

35

Muchas personas extremadamente sensibles poseen un tipo de pensamiento dual, en el que las cosas son blancas o negras, sin medias tintas. Se ven como personas de gran éxito en un momento dado, y al poco como unos completos inútiles, en función de su más reciente logro o fracaso.



4. Haz preguntas

36

Una manera de determinar si estás interpretando correctamente la retroalimentación, es parafrasear el mensaje que has escuchado y comunicarlo de nuevo a la otra persona, preguntando: «¿Estoy entendiendo esto correctamente?»



5. Busca qué hay de verdad en lo que te están diciendo

37

Intenta escuchar con la mente abierta, lo cual no significa que tenga que debes creerla de inmediato, pero tal vez puedas encontrar algo que te haga reflexionar. Para bien o para mal, otras personas en nuestras vidas a menudo actúan como espejos que nos reflejan las cosas que no podemos ver por nosotros mismos.



6. Separa los sentimientos de los hechos

38

Cuando escuchas las críticas, a menudo se desencadenan profundos sentimientos de vergüenza, frustración, ira, insuficiencia, desesperanza, etc., Pregúntate si tus sentimientos se basan en la realidad actual, en experiencias pasadas, o en los temores que tengas sobre el futuro.



7. Haz algo bueno por ti mismo

39

Tras recibir una crítica no es raro que nuestro ego se sienta como si le hubieran golpeado. Si eres amable contigo mismo cuando las cosas se complican, te darás cuenta que es más fácil lograr un mayor equilibrio y tranquilidad interior.



7 consejos para hacer frente a las críticas

40



- 1. Averigua si la crítica es constructiva o destructiva
- 2. No respondas inmediatamente
- 3. Evita el pensamiento polarizado
- 4. Haz preguntas
- 5. Busca qué hay de verdad en lo que te están diciendo
- 6. Separa los sentimientos de los hechos
- 7. Haz algo bueno por ti mismo

Tema 5: **CODIGO DE CONDUCTA**

Centro Ya Basta!



Misión:

¡YA BASTA! Se dedica a transformar la cultura, a través de la educación y capacitación con el enfoque de prevenir y eliminar el acoso y asalto sexual en la industria de la limpieza



Nuestra Historia:

44

¡YA BASTA! fue creada en el 2015 después de que el documental “Violación en el Turno de la Noche” (Rape on the Night Shift) expuso múltiples casos de acoso y asalto sexual en la industria de limpieza en California. Fue ahí cuando muchas mujeres decidieron hablar sobre sus propias experiencias y tomaron la decisión de hacer una huelga de hambre enfrente del Capitolio de California. Ahora después de cinco años de muchos esfuerzos, lágrimas, combates y propuestas de leyes tenemos un centro que respalda a los trabajadores y sobrevivientes de acoso y asalto sexual.



Programa:

45

¡Ya Basta! Opera programas educativos para empleados de la limpieza, programas de intervención de crisis para sobrevivientes de acoso y asalto sexual, y se enfoca en mejorar la calidad de vida para todas las personas viviendo en una sociedad manejada por el patriarcado. ¡Ya Basta! Está convencido que todos los empleados en la industria de limpieza tienen el derecho de trabajar en un ambiente seguro y sin temor de ser víctimas de acoso y/o asalto sexual.



Servicios:

46

¡Ya Basta! proporciona acceso a los siguientes servicios:

- Acceso a Consejería
- Acceso a Círculos de Apoyo
- Entrenamientos de Acoso Sexual y Asalto Sexual
- Apoyo y Recursos



Código de Conducta
¡Ya Basta! se compromete a crear un lugar seguro donde todos se sientan bienvenidos, respetados y valorados. Sabemos que las personas tienen diferentes límites de aprendizaje, diferentes niveles de comodidad, y distintos sentidos del humor, por lo tanto es importante siempre tener esto presente.

Tomando en cuenta que hay muchos sobrevivientes de acoso y abuso sexual en nuestro ambiente de trabajo y en nuestros entrenamientos, preste atención a sus palabras y acciones para garantizar un entorno seguro a todos los participantes. Se les pide a los voluntarios/maestros que eviten comportamientos que amenacen la seguridad real o percibida de los demás.



Los Comportamientos Inaceptables Pueden ⁴⁸ Incluir los Siguietes:

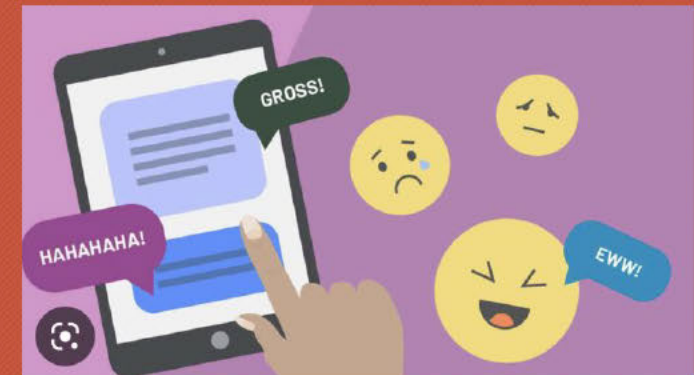
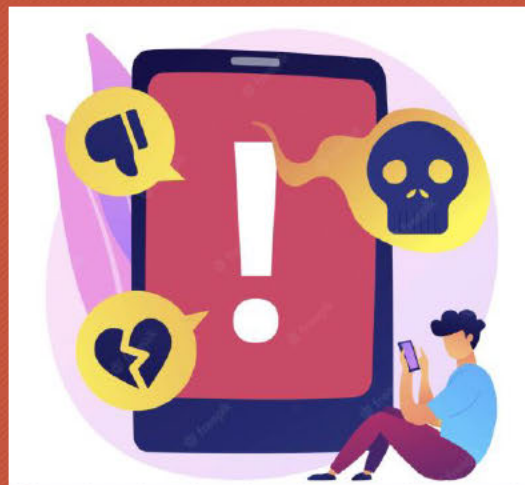
Lenguaje o gestos
groseros u obscenos,
incluidos insultos o
bromas

Declaraciones,
imágenes o dibujos
denigrantes/ofensivos

Imágenes sexuales
compartidos por escrito o
electrónicamente durante
su participación en el
programa



YA BASTA CENTER!



...continuacion...

Mirada lasciva o mirada fija no deseada



Violar el espacio personal impidiendo o bloqueando el movimiento de otra persona o interfiriendo con la persona físicamente.



Intimidación deliberada, acoso o persecución



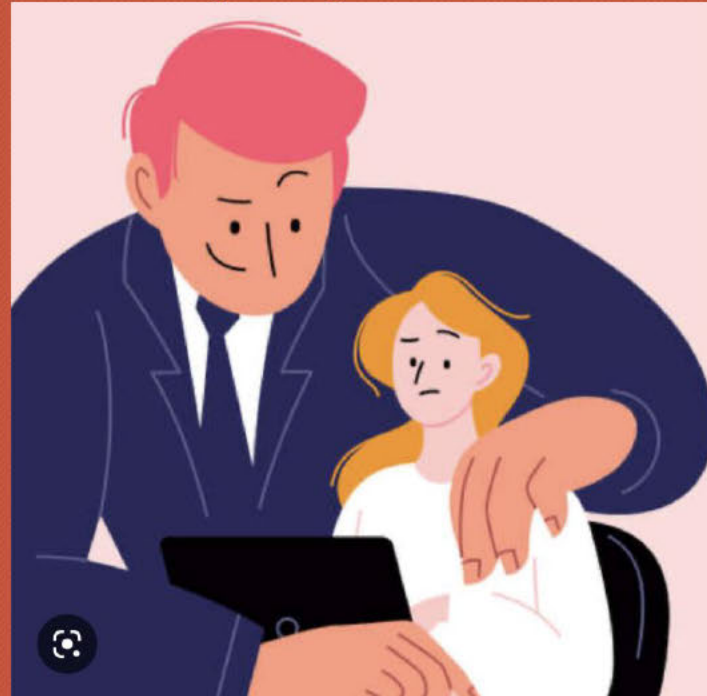
...continuación...

50

Acosar usando fotografías o grabando



Toque no deseado o inapropiado



Atención sexual no deseada



...continuacion.

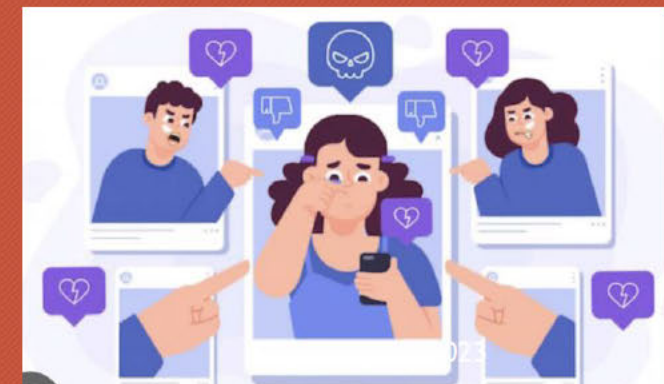
Agresión física y/o sexual



Abogar o alentar, cualquiera de los comportamientos anteriores



Acciones perjudiciales o comentarios relacionados con características protegidas, en persona o en otros tipos de redes sociales



Si Presencia o Experimenta un Comportamiento Inaceptable:

52

- Recuerde a los compañeros de estas pautas y asuma la responsabilidad de interrumpir situaciones potencialmente problemáticas, preguntando a las personas si están bien o si necesitan ayuda. Esto generalmente es más fácil (y más seguro) si no actúa solo, “Pregúnteles si están bien o necesitan ayuda”
- Si se ve sometido a un comportamiento inaceptable, o si observa que alguien más está siendo sometido a un comportamiento inaceptable o tiene otras inquietudes notifique al equipo del Centro ¡Ya Basta! lo antes posible. El informe será confidencial.

RECUERDE:



**!NO! SIGNIFICA
"NO"**



**!PARAR!
SIGNIFICA
"PARAR"**



**!IRSE! SIGNIFICA
"IRSE"**



**SILENCIO NO
SIGNIFICA
"CONSENTIMIENTO"**

Consecuencias de la Violación del Código de Conducta: El Centro ¡Ya Basta! se rige bajo este código de conducta

54

- **Si un voluntario/maestro se comporta de manera inaceptable, el equipo de ¡Ya Basta! conserva el derecho de tomar las medidas necesarias para seguir la misión del programa.**

- **Su participación en ¡Ya Basta! es distinta y separada de sus derechos como miembro del sindicato SEIU-USWW**

Requisitos y Compromiso de Entrenamiento:

55

- Tener mínimo 2 años de experiencia como Janitor
- Asistir y completar el entrenamiento de 47 Horas (No se puede faltar a ninguna sesión)
- Asistir a clases de práctica con un mínimo de 40 Horas
- Asistir a clases puntualmente

...Continuacion...

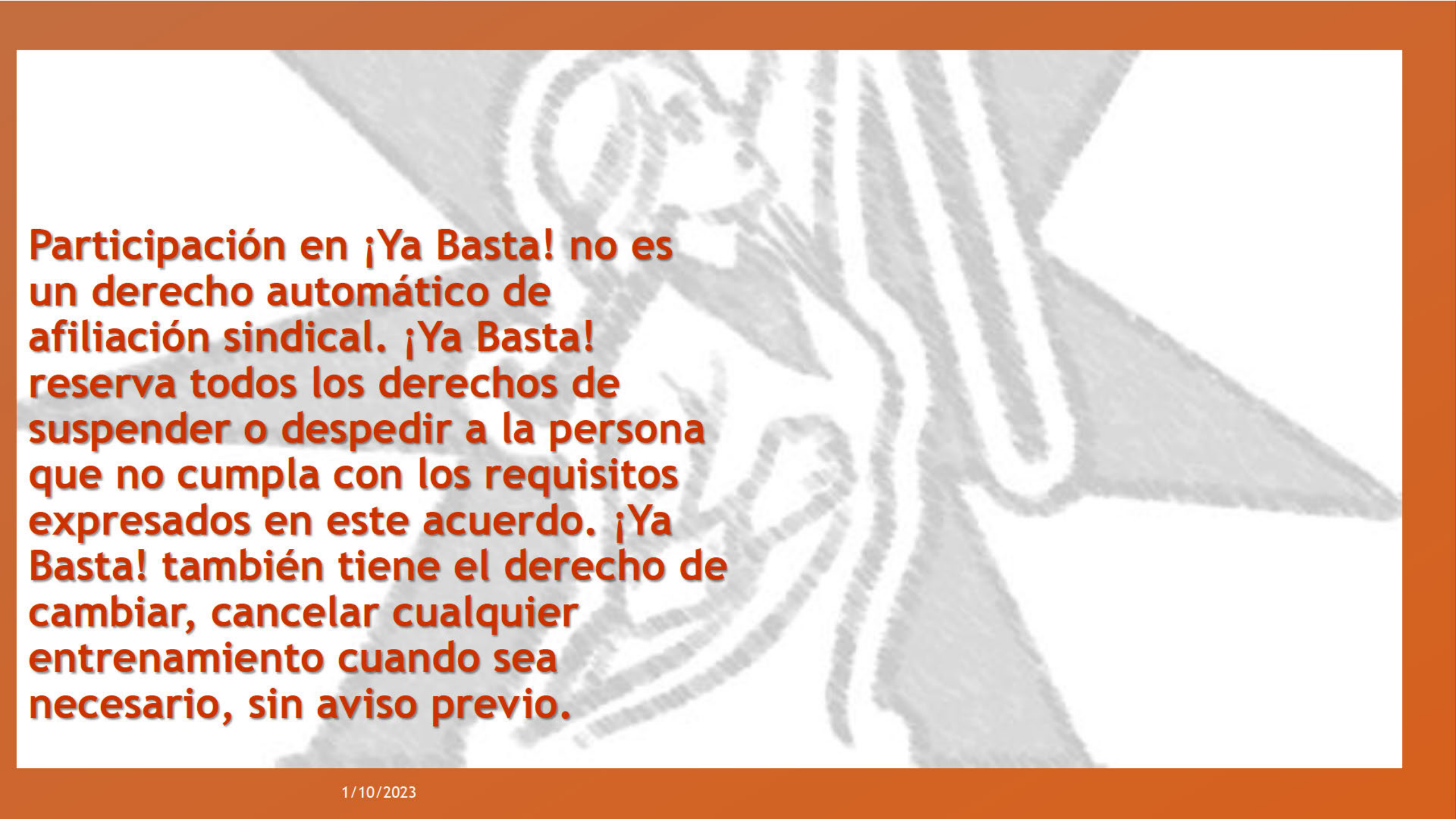
56

- Comunicarse con el equipo de Ya Basta! si tiene que faltar a una clase de entrenamiento o sesión de práctica
- Seguir el código de conducta
- Seguir la filosofía y valores de Ya Basta!
- Participar activa y positivamente durante el entrenamiento

...Continuacion.

57

- Respetar a los instructores y compañeros del entrenamiento
- Respetar y valorar las opiniones de los demás sin juzgar
- Hacer críticas constructivas
- Escuchar activamente

A faded, grayscale background image showing a close-up of a person's face and hands. The person appears to be looking down or at something they are holding, with their hands visible near their face. The image is semi-transparent, allowing the text to be clearly read over it.

Participación en ¡Ya Basta! no es un derecho automático de afiliación sindical. ¡Ya Basta! reserva todos los derechos de suspender o despedir a la persona que no cumpla con los requisitos expresados en este acuerdo. ¡Ya Basta! también tiene el derecho de cambiar, cancelar cualquier entrenamiento cuando sea necesario, sin aviso previo.

60

YA BASTA CENTER!

1/11/2023

Tema:6

RESOLUCION DE CONFLICTOS

I Parte.

Centro Ya Basta!



El propósito de resolución de conflicto es para:

62

- » Aprender a responder mejor ante un conflicto;
- » Promover mejores relaciones;
- » Aprender más de uno mismo y de otras personas.

RESPUESTAS AL CONFLICTO

63

SUAVES	RIGIDAS	BASADAS EN PRINCIPIOS
Callarse/Retirarse	Amenazante	Escuchar
Ignorarlo	Agresivo	Entender
Negarlo	A golpes	Respetar
Ceder	Con gritos	Resolver

CONSECUENCIAS DEL CONFLICTO

64

SUAVES	RIGIDAS	BASADAS EN PRINCIPIOS
Los dos pierden	Los dos pierden	Los dos ganan
Uno pierde - Uno gana	Uno Gana - Uno Pierde	

Separar el problema de las personas:

65

- las cosas sustantivas se apartan de las relaciones, se trata con el problema, no con las personas;

Enfoque en los intereses no las posturas:

66

- Se debe entender la diferencia entre las posturas y los intereses. Una postura puede ser algo que alguien quiere, un interés puede ser la motivación subyacente que mueve a una persona a que adopte cierta postura;

Crear opciones que aporten ganancias mutuas:

67

- Una lluvia de ideas puede servir para crear una gama de opciones que sirvan los intereses de ambas personas. La regla más relevante de la lluvia de ideas es de posponer la crítica y la evaluación hasta que se complete el proceso y todas las ideas hayan sido generadas;

Usar criterio objetivo:

68

- Esto refleja un estándar justo en lugar del arbitrario parecer de cualquiera de las dos partes.

Esto significa que ninguna de las dos personas tiene que ceder sino que pueden llegar a una solución justa que haya sido determinada por los involucrados basándose en un proceso equitativo.

La implementación efectiva del proceso de resolución de conflictos requiere que las personas tengan la habilidades y actitudes necesarias para resolver problemas o disputas.

La resolución de conflictos ocurre cuando las personas pasan de ser adversarios en una confrontación personal a ser socios que trabajan uno con otro para llegar a un acuerdo justo que sea ventajoso para ambos.

Tema: 7
RESOLUCION DE CONFLICTOS
II Parte.

Centro Ya Basta!



Cual es el conflicto mas comun?

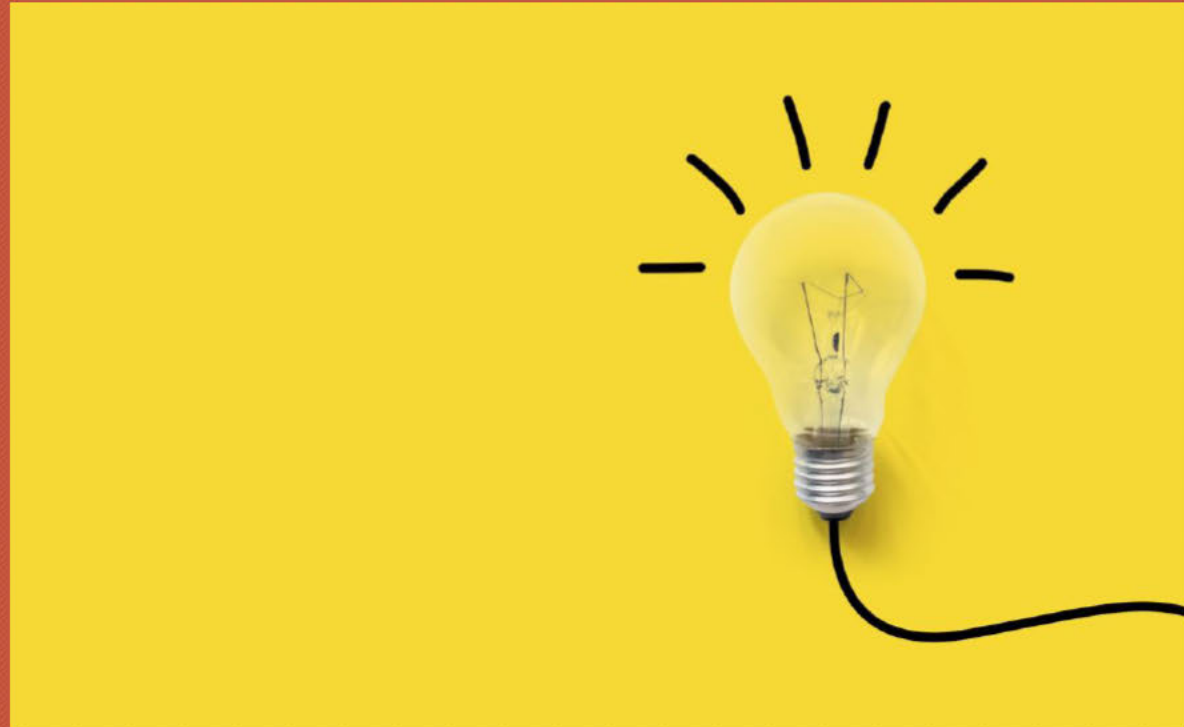
72

Los malos entendidos uno de los tipos de conflicto más comunes. Se presentan cuando hay una falla en la comunicación. Los involucrados no cuentan con toda la información acerca de algo, o tienen una información tergiversada, o la interpretan de manera errónea. Esto da lugar a prevenciones, molestias o rencores.

Las seis habilidades fundamentales son:

73

Habilidades de:
Orientación
Percepción
Emocionales
Comunicación
Pensamiento Creativo
Pensamiento Crítico



Las habilidades de orientación

74



Las habilidades de percepción

75

Mostrar empatía con la persona para determinar como esa persona percibe algo.

Hacer una autoevaluación para reconocer nuestros propios temores

Suspender juicios y no culpar a otros para poder tener un intercambio de opinión

Las habilidades emocionales

76

Aprender como se comunican las emociones de manera efectiva

Expresar emociones de modo no agresivo ni explosivo

Ejercitar manejar para no reaccionar a las explosiones emocionales de otras personas

Las habilidades de comunicación

77



Escuchar para entender utilizando comportamientos que muestran que se está poniendo atención.



Hablar claro para ser entendido



Parafrasear enunciados con mucha carga emocional con terminos mas neutrales y menos emocionales.

Las habilidades de pensamiento creativo

78

Contemplar el problema desde diferentes perspectivas



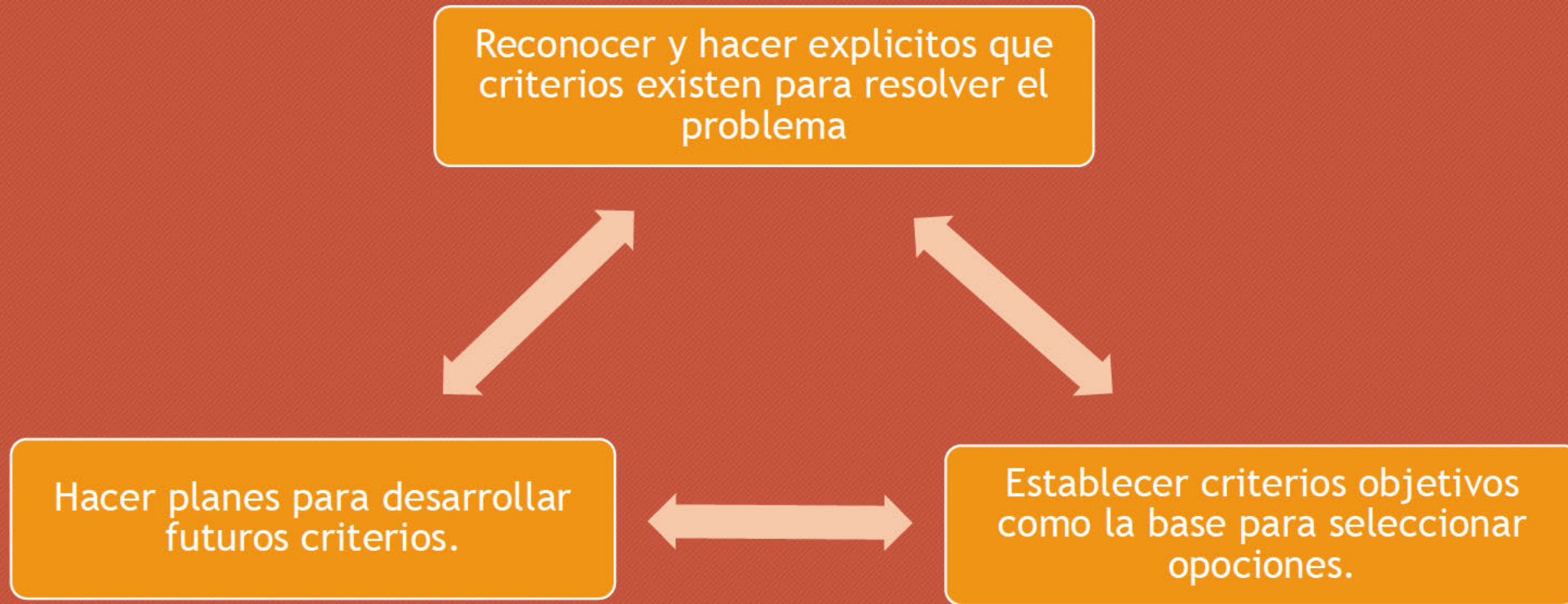
Abordar el problema como una búsqueda mutua de posibilidades para resolverlo.



Hacer una Lluvia de ideas para, crear, elaborar, y hacer resaltar una variedad de opciones.

Habilidades del pensamiento crítico:

79



Que pasa si no se resuelven los conflictos?

80

Si afrontamos el conflicto de manera destructiva sus posibles consecuencias serán: Consumiremos energía que podríamos utilizarla para otras cosas. Romperemos la cohesión del equipo de trabajo. Afloraremos hostilidades interpersonales.

Tema: 8
RESOLUCION DE CONFLICTOS
III Parte.

Centro Ya Basta!





¿Qué es un conflicto?

83

- El conflicto es parte de nuestra vida de personas individuales, como parte de un grupo, como miembros de una sociedad.
- Es parte del proceso a menos que siempre estemos de acuerdo en todo, lo cual es poco probable.
- Somos diferentes no sólo físicamente; cada persona tiene su propia historia, intereses, valores, necesidades y opiniones, su propia manera de pensar, de sentir.
- Las diferencias son algo natural. la manera como manejemos, el conflicto se convierta en una oportunidad o en una amenaza.

El Problema.

84

Es el conjunto de situaciones negativas, de distinta naturaleza, generados por las decisiones y comportamientos de las personas. Para un mejor manejo del conflicto, el problema no debe personalizarse.



Las Personas.

85

Los individuos u organizaciones que están involucrados. Estos pueden ser causantes o afectados, según el grado de intervención que tengan. Siempre hay dos o más actores dentro de un conflicto.

En el desarrollo de un conflicto debemos separar a las personas de los problemas; es decir, no buscar culpables.

No se trata de ganar o perder sino de resolver el problema.



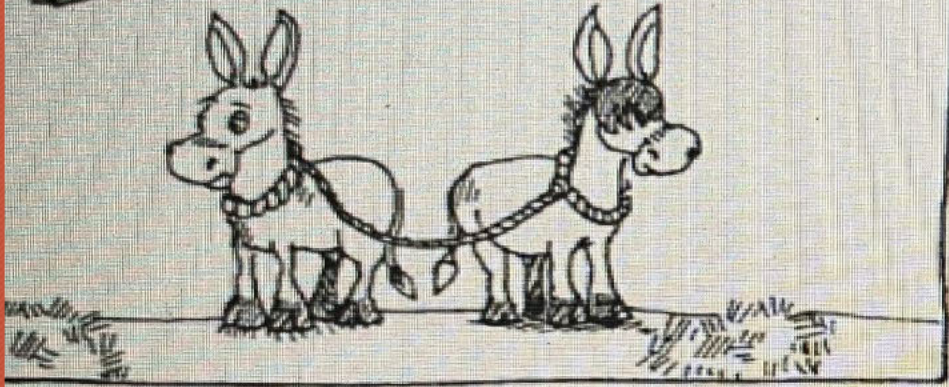
El Proceso

86

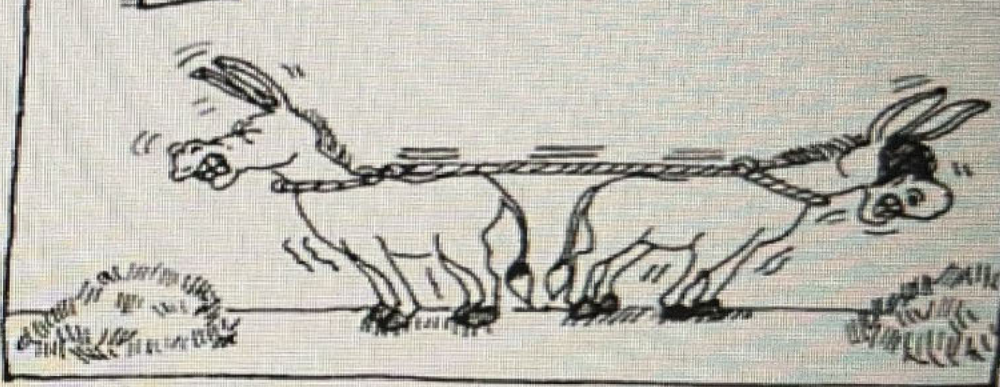
Se refiere a la tendencia que el conflicto ha tenido; cuando el proceso se facilita, se mejora la comunicación y el diálogo, se consideran las necesidades e intereses de las personas.



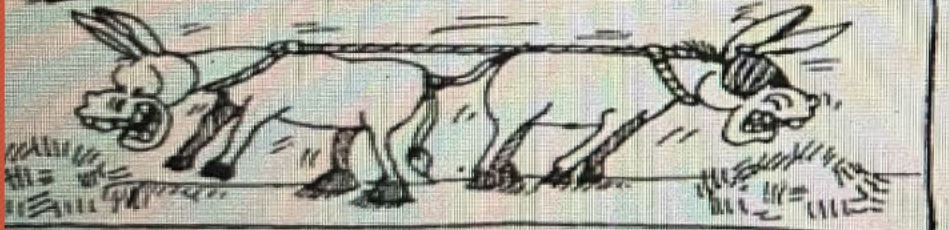
1 La meta: Comer



2 El estilo: competir



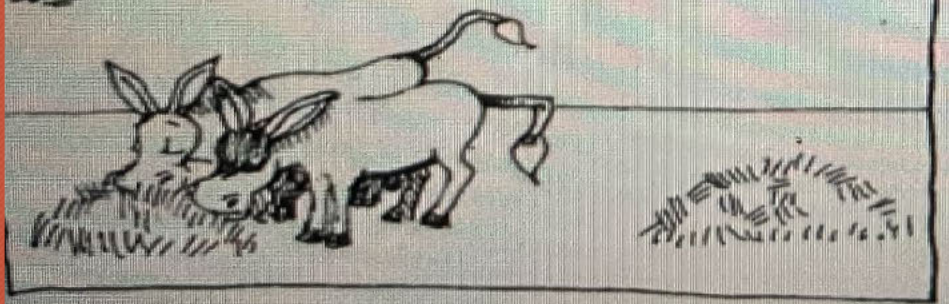
3 Encerrados en sus posiciones



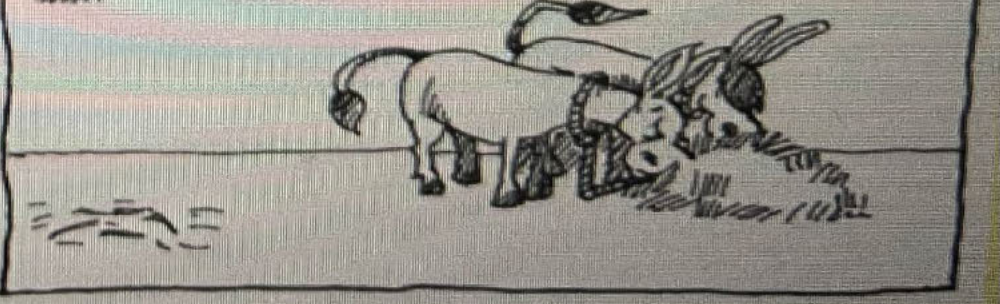
4 Negociación



5 colaboración y Cooperación



6 Resultados: Comer bien



1. Voluntad de hablar



La comunicación es necesaria para superar diferencias, por lo que resulta esencial que las partes estén dispuestas a hablar.

3. Reglas claras



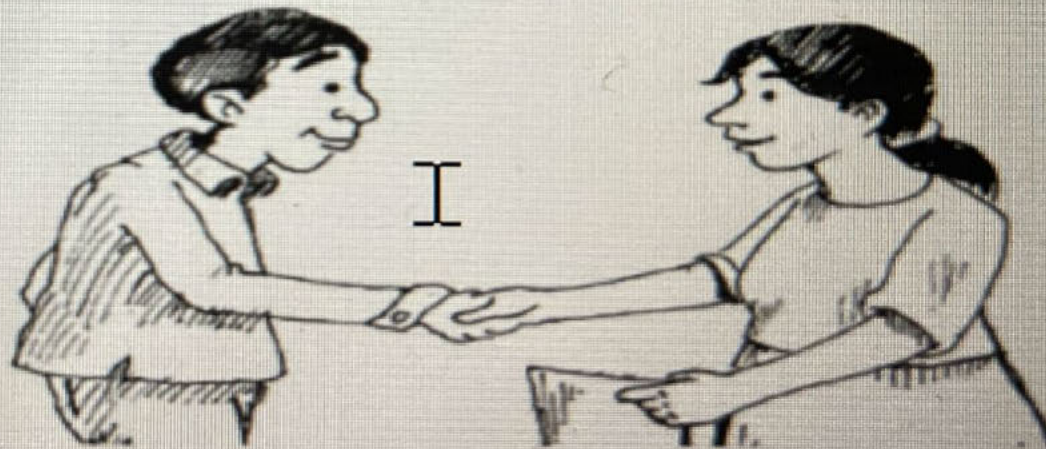
Se requiere que las partes acudan con sincero interés para establecer un acuerdo; oír activamente los puntos de vista de los demás; tener en mente todas las opciones para solucionar el problema; identificar coincidencias; tener disposición para continuar dialogando si las soluciones no se encuentran rápidamente.

2. Preparar condiciones



Es importante que el diálogo pueda realizarse en un lugar adecuado y que exista un ambiente propicio y se cuente con el tiempo necesario.

4. Encontrar un acuerdo



Es el momento decisivo en el cual las partes deben hacer todos los esfuerzos necesarios para llegar a un acuerdo satisfactorio para todos.

1

Preparar condiciones

El mediador hace que las partes se sientan relajadas y tranquilas explicando las reglas del juego, la naturaleza de su intervención, la cual no es elegir la solución que él o ella considera más adecuada, sino ayudar a las partes para que lleguen por sí mismas.



2

Escuchar las posiciones

Cada parte explica su visión del problema sin permitir interrupciones ni dar lugar a aclaraciones, bajo la condición de que se mantendrá la confidencialidad.



3

Encontrar puntos en común

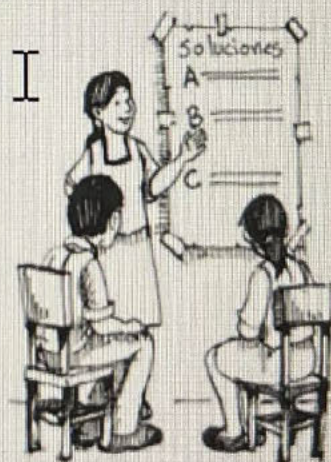
El mediador hace un resumen de cada una de las posiciones e identifica los puntos en que están de acuerdo ambas partes, tratando de asegurar que los aspectos coincidentes sean comprendidos completamente.



4

Identificar posibles soluciones

Es el momento en el que las partes deben pensar en posibles soluciones para los problemas, basadas en los aspectos comunes con los que se han encontrado. El mediador cumple la función de listar las alternativas encontradas sin descartar ninguna.



5

Revisar y discutir las soluciones

Sobre la base de las expresiones de las partes, el mediador busca las reacciones que provocan cada una de ellas, encontrando aquella respecto a la cual existe mayor aceptación y resulta posible construir consenso.



6

Alcanzar acuerdos

El mediador ayuda a las partes para llegar a un acuerdo basado en el consenso y que pueda quedar por escrito. El acuerdo debe incluir lo que sucederá si alguna de las partes rompe lo establecido.



Tema: 9

Como prepararse eficazmente para una presentacion.

Centro Ya Basta!



La preparación es clave para lograr una presentación

92



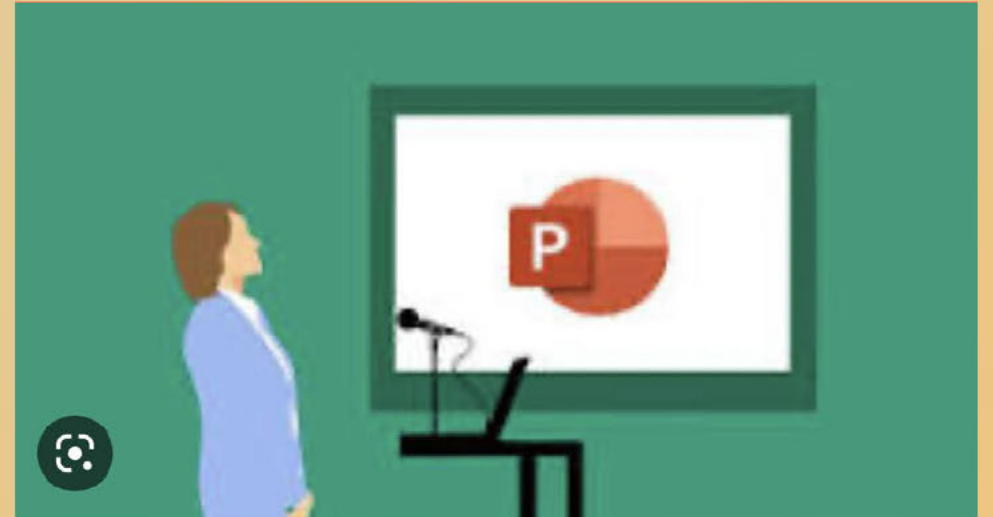
1/3/20XX

ANTES

De la presentacion...

93

1. Conozca el propósito y estudie el contenido de su presentación.



2. Reclutamiento; Asegúrese de invitar y enviar la información con tiempo a los posibles participantes.



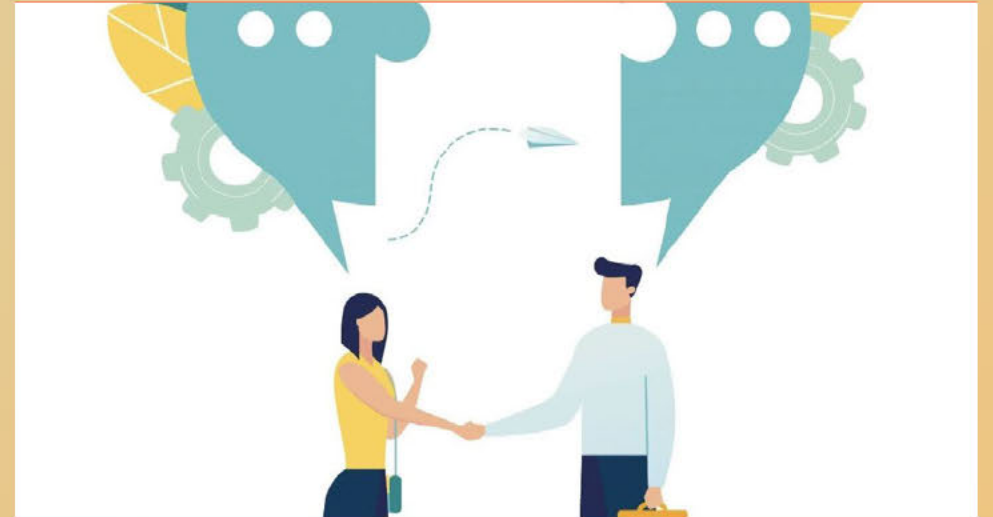
3. Conozca su audiencia.



4. Conozca el espacio donde se llevará a cabo su presentación.



5. Manténgase en contacto con la persona encargada del lugar.



6. Prepare y revise los materiales audiovisuales que estará utilizando.





DURANTE

La Presentacion...

- Revise que tenga el equipo y materiales necesarios (papel afiche, tripie, proyector, marcadores etc.)
- Arregle las sillas en un semicírculo para crear un ambiente agradable e inclusivo.



- Trate de calmarse los nervios antes de dar la presentación, practicar una técnica de relajación antes de la clase puede ayudarle.
- Esté preparado(a) para saludar a las personas cuando lleguen.



- Inicie a tiempo. Si es necesario retardar, pida la autorización de los presentes.
- Siga la AGENDA planeada y sea flexible a las necesidades del grupo.



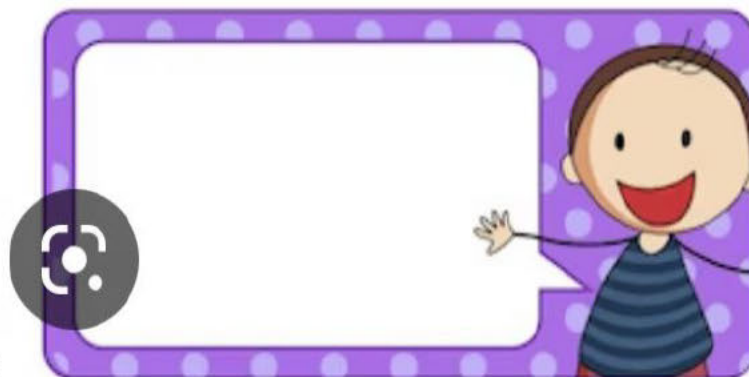
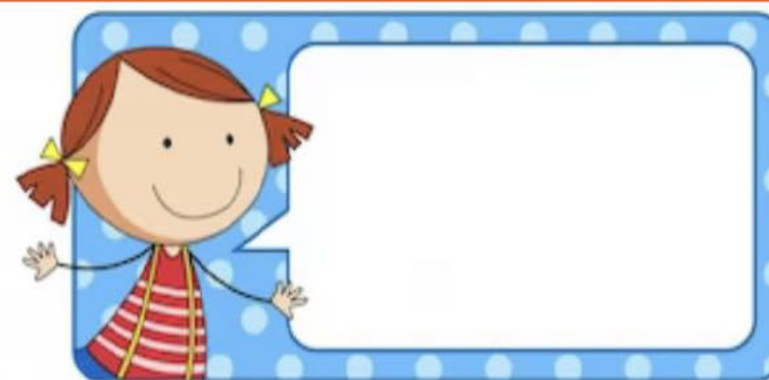
- Si así lo desean los facilitadores pueden ofrecer bebidas o fruta en los recesos.



- Sonreír y hacer unas bromas apropiadas es una buena forma de crear un ambiente agradable.



Llame por su nombre a las personas (no olvide usar las etiquetas para el nombre)



DESPUES De La Presentacion...

104



CÓMO PREPARARSE PARA CONTESTAR PREGUNTAS

106

¿QUÉ HAGO CUANDO ME PREGUNTAN ALGO QUE NO PUEDO RESPONDER?

» Si no sabe las respuestas, no invente una respuesta, no tema decir “no sé” ofrezca conseguir las respuestas para la siguiente sesión (y hágalo);

107

» Puede recurrir a su co-facilitador o al grupo, si el momento es apropiado, pida ideas o sugerencias;

» Si la pregunta es muy técnica entonces informe al grupo que usted averiguará la respuesta para la siguiente reunión.

» Si no encontrara las respuestas, pida ayuda. No se espera que los instructores lo sepan todo. Esto no es realista para nadie.

¿CÓMO ESTIMULAR LA PARTICIPACIÓN?

108

Las siguientes sugerencias pueden ayudar:

- » **No presione a nadie a participar.**
- » **Provea instrucciones claras para cada actividad y confirme que los participantes las han comprendido;**
- » **Haga hincapié en los beneficios de cada actividad, animando a todos a participar;**
- » **Mencione que vamos a practicar las actividades juntos.**

» Repita varias veces a lo largo de la sesión, que cada cada uno puede participar hasta el nivel que pueda y se sienta a gusto;

» Observar solamente puede incomodar a otros, anime a todos a participar