



# CIBERMUJERES



**Ejercicios para  
fortalecer la confianza**

## El bingo de las defensoras

**INSTITUTE FOR  
WAR & PEACE REPORTING**



© 2019– Institute For War And Peace Reporting

<https://iwpr.net/>



Esta obra se encuentra licenciada bajo Creative Commons  
Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-SA 4.0).

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.es>

# Índice general

<b>1 El bingo de las defensoras</b>	<b>5</b>
Conducir la sesión . . . . .	6



# El bingo de las defensoras

- **Objetivos:** La facilitadora y las participantes se presentan a través de un juego interactivo para romper el hielo y conocerse un poco más allá de sus nombres.
- **Duración:** 12-15 minutos (dependiendo del tamaño del grupo)
- **Formato:** Ejercicio
- **Habilidades:** Básico
- **Conocimientos requeridos:**
  - Ninguno requerido
- **Sesiones y ejercicios relacionados:**
  - Dulce o truco<sup>1</sup>
- **Materiales requeridos:**
  - Hojas de bingo para cada participante (ya rellenas con sus nombres)
  - Tarjetas índice en blanco
  - Lapiceros/plumas/bolígrafos (suficientes para todas las participantes)
  - Opcional: Marcadores y etiquetas adherentes en blanco (para escribir nombres)

---

<sup>1</sup><https://cyber-women.com/es/ejercicios-para-fortalecer-la-confianza/dulce-o-truco/>

## Conducir la sesión

Acordarse de los nombres e identificar caras puede ser más difícil para algunas personas. Este ejercicio para “romper el hielo” ayudará a las participantes recordar estos detalles y también llegar a conocer a sus compañeras del taller.

1. Cada participante escribe su nombre en las tarjetas índice. Junta todas cuando hayan terminado.
2. Entrega una hoja de bingo a cada participante (sus nombres ya estarán escritos en sus hojas). Opcionalmente, podrás incluir tu nombre en la pizarra. Véase el ejemplo a continuación.

Ejemplo de una hoja de bingo ya preparada:

Alma	Kim	Sophie
Heidi	Cristina	Roua
Marcela	Tippy	Indira
Anaiz	Lulu	Maria

Explica el funcionamiento al grupo: lee en voz alta, uno por uno, las tarjetas índice que las participantes rellenaron con su nombre;

Conforme vayas leyendo los nombres, las participantes los rodearán si aparece en su hoja de bingo;

La primera participante en rodear una fila completa de nombres (en horizontal o vertical) gritará “¡Bingo!” y será proclamada la ganadora.

Esta persona lee en voz alta el primer nombre de la fila ganadora - la participante con dicho nombre se levanta, repite su nombre y comparte algo con el grupo (escoge de antemano qué se compartirá y coméntalo a la hora de presentar el juego; por ejemplo: qué te gusta hacer en tu tiempo libre, cuál es tu canción, película o comida favorita, etc.)

3. Se repite el proceso para todos los nombres de la fila. Conforme se leen

---

los nombres en voz alta, aparta la tarjeta índice correspondiente de la pila.

4. Una vez que la ganadora haya leído en voz alta todos los nombres, agradece su participación y, después, lee en voz alta los nombres de las tarjetas índice restantes para que todas las participantes tengan la oportunidad de presentarse.
5. Ahora te toca a ti. Repite tu nombre al grupo y comparte algo sobre ti. Cierra el ejercicio recordando al grupo que están todas empezando una aventura juntas y que (re)conocerse entre sí es vital para el camino compartido.

**Opcional:** al final del ejercicio, entrega a cada participante un sticker en blanco y un marcador para que anoten su nombre. No sólo sirve para que se acuerden de los nombres de las compañeras sino te ayuda a ti en el proceso de facilitación.