



TEXTO Y FOTO:  
CENTRO DE  
PROMOCIÓN Y  
CULTURA (CPC)





**T**e invitamos a escuchar el pócast *Tejiendo Resistencias*, del Centro de Promoción y Cultura (CPC), un espacio de profunda reflexión sobre el autocuidado como herramienta esencial de sanación y resistencia. A través de la voz de la lideresa social María Cristina Cruz Maecha, quien ha vivido el conflicto armado de forma indirecta y ha acompañado y fortalecido a mujeres que lo han sufrido de ma-

nera directa e indirecta, este pócast aborda cómo el contexto sociopolítico ha marcado profundamente la vida y los cuerpos de las mujeres. Desde esas experiencias, emergen prácticas de autocuidado que reconstruyen memorias, fortalecen procesos organizativos y contribuyen a la construcción de paz en los territorios. *Tejiendo Resistencias* es un testimonio sonoro de lucha cultural contra la violencia, y una invitación a sanar colectivamente desde la dignidad, la solidaridad y la esperanza. **FM**