



Guías y Scouts
de Costa Rica

INSTITUCIÓN BENÉFICA

DESAFIOS BAJO **TECHO**



FASCÍCULO

1



DATOS PERSONALES

Nombre: _____

Grupo: _____ Edad: _____

Etapas en la que te encuentras:

Compromiso Decisión

Nombre de la Comunidad: _____

MOTIVACIÓN

Hola....
hola a vos que estás
en la Comunidad!

Nos encanta que formes parte de la Asociación de Guías y Scouts de Costa Rica, y queremos que eso continúe así por mucho tiempo más.

Sabemos que estos días no han sido fáciles, y que las reuniones, como se han realizado siempre no han sido posibles. ¡Pero queremos motivarte! Porque eso no significa que no puedas seguir trabajando en tu PPA, a lo mejor la carta de Comunidad necesita ser revisada y lo acontecido este tiempo nos hace ver detalles que deben ser considerados y por supuesto que podemos seguir realizando actividades al mejor estilo Guía y Scout.

Hemos diseñado una serie de actividades. ¡Sí, como lo lees, actividades! Cargadas de retos para vos, tu familia y tu Comunidad, son acciones diseñadas especialmente para que desarrolles cosas en familia, con tu Comunidad de forma remota.

¿Y porque no? con todos tus amigos y amigas. Las puedes realizar desde la comodidad de la casa y al ritmo que desees.

Esperamos realmente que disfrutes realizando estos retos y vivan en grande de esta aventura que es el Movimiento de Guías y Scouts, pero también que mantengas la comunicación con los demás miembros de la comunidad y se reten en la medida de lo posible para llevarla más allá de su casa... sin salir de ella.

¡Servir!



DERECHOS DE AUTOR Y DE USO

Todos los contenidos de este documento (Incluyendo, pero no limitado a, texto, logotipos, contenido, fotografías) están sujetos a derechos de propiedad por las leyes de Derechos de Autor.

En ningún caso se entenderá que se concede licencia alguna o se efectúa renuncia, transmisión, cesión total o parcial de dichos derechos ni se confiere ningún derecho, y en especial, de alteración, explotación, reproducción, distribución o comunicación pública sobre dicho contenido sin la previa autorización expresa de la Asociación de Guías y Scouts de Costa Rica

Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de este documento sin la autorización previa por escrito. Sin embargo, usted podrá descargar el material a su computadora para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. El usuario no podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.

GUÍA DE USO

A continuación vas a encontrar 10 actividades, algunas que te encontrarás serán tipo reto para que participen entre los miembros de la Sección y/o para compartir con la familia, o personas con quienes compartes tu estancia durante este período de distanciamiento social y así ellos también podrán participar de todo aquello que has aprendido dentro del Movimiento.

Algunas Comunidades han continuado con sus reuniones a través de diferentes medios tecnológicos, desde WhatsApp, hasta salas para videoconferencias, es por eso que les invitamos a hacer estos retos mientras pasamos la cuarentena y así además de hacer lo que "normalmente" hacemos en las reuniones, podemos hacer cosas diferentes y de paso involucrar a la familia.

Es importante que tomes en cuenta lo siguiente:

- Te sugerimos realizar al menos una actividad semanal, el orden lo decidís vos.
- Cada actividad la puedes realizar a tu propio ritmo, puedes durar en cada actividad tanto tiempo como creas necesario.
- Algunas actividades cuentan con un espacio que se llama "llévalo más allá", el cual No es obligatorio que lo hagas, pero si tienes las herramientas te puede ayudar a desarrollar más el tema y darlo a conocer a los demás para poder interactuar con el mayor número posible de Guías Mayores y Rovers, el siguiente espacio que se ha creado para ti.

Este espacio es privado y solamente para los integrantes de Comunidad, por lo que no te cohibas y dale rienda suelta a la creatividad
<https://bit.ly/2x6Woab>

Antes de comenzar a describir los retos les dejo unas palabras de nuestro fundador:

"No te contentes con luchar contra los malos hábitos. Sé activo, haz el bien. Y cuando digo "haz el bien" entiendo con ello ser útil a los demás con pequeños servicios. No es difícil, y el mejor camino consiste en que te decidas a hacer, por lo menos, una buena acción cada día, y así pronto será un hábito en ti esta buena acción. Poco importa que esta obra sea modesta. Puede ser sencillamente, ayudar a una viejecita a atravesar la calle o hablar bien de alguien a quien se está criticando. Lo que importa es hacer algo..."

Baden Powell.

1 Un mundo mejor y más Humano

Materiales:

Un cuadernillo o libreta para tomar notas y un bolígrafo.

¿Sabes qué son los ODS?

¿En alguno de los proyectos de la comunidad o a nivel individual han realizado aportes al respecto?

Son 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible y 169 metas de carácter integrado e indivisible, de alcance mundial y de aplicación universal, tomando en cuenta las diferentes realidades, capacidades y niveles de desarrollo de cada país y respetando sus políticas y prioridades nacionales.

¿Parece mucho no? Los Guías y Scouts hemos hecho un compromiso para dejar este mundo mejor de como lo encontramos. De aquí pueden surgir muchas ideas para trabajar desde la individualidad hasta llegar a la colectividad. A pesar que enlistamos los 17 ODS, vamos a describir los 5 primeros, déjate llevar y busca si alguno de ellos te inspira para trabajar en algún proyecto, pero si no, investiga entre los otros para encontrar con qué tema podrías comenzar a dejar una huella en este mundo.

Los 17 ODS son los siguientes:



| | | | |
|--|--|--|---|
| 1 FIN DE LA POBREZA  | Acabar con la pobreza en todas sus formas en todas partes. | 2 HAMBRE CERO  | Acabar con el hambre, lograr la seguridad alimentaria, mejorar la nutrición y promover la agricultura sostenible. |
| 3 SALUD Y BIENESTAR  | Asegurar vidas saludables y promover el bienestar de todos en todas las edades. | 4 EDUCACIÓN DE CALIDAD  | Garantizar la educación inclusiva, equitativa y de calidad para promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos. |
| 5 IGUALDAD DE GÉNERO  | Lograr la igualdad entre géneros y empoderar a todas las mujeres y niñas. | | |

Haz un análisis de qué tanto conoces tu comunidad y si esos si ODS no te llaman la atención, quizá las siguientes preguntas te ayuden a ubicar qué te inspira y dónde puedes dejar tu granito de arena. Al final de esta actividad, deberías haber observado críticamente a tu comunidad. Deberías ser capaz de identificar qué desearías poder cambiar en ella. Las siguientes preguntas le pueden orientar para que descubras hacia qué te inclinas más:

| | | |
|---|--|---|
| ¿Cómo puedes describir a las personas que viven en tu comunidad? | ¿Todos tienen un lugar digno para dormir? | ¿Puede todo el mundo acceder al transporte público? |
| ¿Todas las personas son tratadas por igual en tu comunidad? | ¿Puedes ver alguna basura en el suelo? | ¿Hay espacios verdes y parques? |
| ¿La gente parece feliz? | ¿Crees que todos tienen suficiente para comer? | ¿Todos los jóvenes van a la escuela? |
| ¿Hasta dónde tienen que caminar los jóvenes para llegar a la escuela? | ¿Los caminos son seguros? | ¿Se puede ver que algún contenedor para el reciclaje de residuos? |
| ¿Es fácil acceder al agua potable? | ¿Qué hace tu escuela con los restos de comida? | ¿Hay algún lugar donde se pueda realizar juegos al aire libre? |

Muchas de las acciones que realizamos en cierta forma nos llevan a la consecución de estas metas y ni cuenta nos hemos dado de ello, por eso, le invitamos a conocer más del tema y enfocar tus esfuerzos conscientemente de que cada acción te llevará a mejorar estos resultados, mira este video y decídetete a tomar el reto:

<https://youtu.be/9XdCD7W6GCE>

El siguiente enlace describe ampliamente este tema, se trata de la zona de descargas de la página web de nuestra Asociación y contiene todos los ODS con su respectiva descripción:

<http://siemprelistos.com/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>

Recomendaciones de la ONU

Además te dejamos estas recomendaciones tomadas de la página de la ONU y son algunos consejos de lo que debemos hacer sin que signifique gran esfuerzo pero con los que podemos iniciar para cambiar el mundo:

Nivel 1: Cosas que puede hacer desde el sofá

- Ahorre electricidad enchufando los electrodomésticos en una regleta y desconectándolos por completo cuando no los utilice, incluso su ordenador.
- Deje de utilizar los estados de cuenta bancarios en papel y pague sus facturas en línea o a través del teléfono móvil. Si no se utiliza papel, no es necesario destruir bosques.
- Comparta, no se limite a hacer clic en "me gusta". Si ve una publicación interesante en las redes sociales sobre los derechos de la mujer o el cambio climático, compártala para que las personas de su red también la vean.
- ¡Hable alto y claro! Pida a las autoridades locales y nacionales que participen en iniciativas que no dañen a las personas ni al planeta. Antes de la Conferencia sobre el Cambio Climático de París, puede firmar esta petición para pedir a los líderes que lleguen a un acuerdo para reducir las emisiones de carbono.
- No imprima. ¿Necesita recordar algo que ha visto en línea? Escríbalo en una libreta o, mejor aún, apúntalo en una nota digital y ahorre papel.
- Apague las luces. La televisión y la pantalla del ordenador ya emiten una luminosidad cómoda, así que apague las otras luces si no las necesita.
- Investigue un poco por la red y compre solo en empresas que sepa que aplican prácticas sostenibles y no dañan el medio ambiente
- Denuncie el acoso en línea. Si observa acoso en un tablón de mensajes o en un espacio de tertulias, señale a su autor o autora.
- Manténgase informado. Siga nuestras noticias locales y esté al día sobre los objetivos mundiales en línea o en las redes sociales a través de @GlobalGoalsUN.
- Cuéntenos lo que hace para lograr los objetivos mundiales utilizando la etiqueta #global goals en las redes sociales.
- ¡Compense sus emisiones de carbono! Ya puede calcular su huella de carbono y comprar crédito climático.

Nivel 2: Cosas que puede hacer en casa

- Seque las cosas al aire. Deje que el pelo y la ropa se sequen de forma natural en lugar de encender una máquina. Cuando lave la ropa, asegúrese de que la carga está completa.
- Tome duchas cortas. Las bañeras necesitan muchos más litros de agua que una ducha de entre 5 y 10 minutos.
- Coma menos carne y pescado. Se destinan más recursos para la obtención de carne que para el crecimiento de las plantas.
- Congele los productos frescos y las sobras si no va a poder comerlos antes de que se estropeen. También puede hacerlo con la comida para llevar o de reparto, si sabe que no le va a apetecer comerla al día siguiente. Así, ahorrará comida y dinero.
- Fertilizantes orgánicos: utilizar los restos de alimentos como abono puede reducir los efectos del cambio climático al mismo tiempo que se reciclan los nutrientes.
- El reciclado de papel, plástico, vidrio y aluminio impide que los vertederos sigan creciendo.
- Compre productos que estén mínimamente empaquetados.
- Evite precalentar el horno. A menos que necesite una determinada temperatura de cocción, empiece a calentar la comida justo al encender el horno.
- Aísle las ventanas y las puertas para aumentar la eficiencia energética
- Sustituya los electrodomésticos viejos por modelos que aporten un consumo energético más eficiente y cambie las bombillas de la casa.
- No enjuague la vajilla. Si utiliza lavavajillas, no enjuague los platos antes de meterlos en la máquina.
- Escoja una mejor alternativa de pañales. Envuelva a su bebé en pañales de tela o en pañales desechables y ecológicos de una marca nueva.



Nivel 3: Cosas que puede hacer fuera de casa

- Compre productos locales. Apoyar los negocios de la zona ayuda a la gente a conservar su empleo y contribuye a impedir que los camiones tengan que desplazarse grandes distancias.
- Planifique las compras: planifique las comidas, haga listas de la compra y evite las compras impulsivas. No sucumba ante los trucos de comercialización que le llevan a comprar más alimentos de los que necesita, sobre todo en lo que respecta a los productos perecederos. Aunque pueden ser más baratos por peso, al final pueden resultar más caros si tenemos que desechar gran parte de esa comida.
- Compre fruta de aspecto raro: muchas piezas de fruta y verdura se tiran por no tener el tamaño, forma o color «adecuados». Al comprar estas piezas de fruta que están en buen estado a pesar de tener un aspecto raro, ya sea en el mercado del productor o en cualquier otro lugar, estamos utilizando alimentos que de otro modo podrían acabar en la basura.
- Cuando vaya a un restaurante y pida marisco, pregunte siempre si sirven marisco sostenible. Que sus negocios favoritos sepan que el marisco obtenido de forma respetuosa con los océanos está en su lista de la compra.
- Desplácese en bicicleta, caminando o en transporte público. Evite utilizar el coche excepto cuando tenga un grupo grande de personas.
- Utilice una botella de agua y una taza de café reutilizables. De este modo, reducirá los desechos y quizá hasta pueda ahorrar dinero en la cafetería.
- Lleve su propia bolsa a la compra. Deje la bolsa de plástico y empiece a llevar sus propias bolsas reutilizables.
- Utilice menos servilletas. No necesita un puñado de servilletas para la comida que compra para llevar. Tome solo las que necesite.
- Compre productos de segunda mano. Las cosas nuevas no tienen por qué ser las mejores. Visite tiendas de segunda mano para ver qué puede volver a utilizar.
- Mantenga el coche en buen estado. Un coche a punto emitirá menos gases tóxicos.
- Done lo que no utiliza. Las organizaciones benéficas locales darán una nueva vida a su ropa, sus libros y sus muebles poco usados.
- Vacúnese y vacune a sus hijos. Proteger a su familia de enfermedades también ayuda a la salud pública.
- Haga uso de su derecho a elegir los líderes de su país y comunidad local.

Llévalo más allá...

Esto es solo parte de todo lo que puede hacer. Decídete sobre los objetivos que más le importan y sobre otras maneras de participar de forma más activa y si puedes "llévalo más allá", dejando una imagen o algún comentario sobre lo que estás haciendo para dejar el mundo mejor, en el espacio creado para ustedes: <https://bit.ly/2x6Woab>



2 Hago memoria y armo mi Memoria

¿No te parece este momento propicio para trabajar en "Tu Memoria"?

Materiales:

Un cuadernillo o libreta para tomar notas y un bolígrafo. El fascículo de Mi memoria y mis momentos especiales (solo si lo tienes)

Es hora de hacer un repaso por lo que hemos hecho y lo que no, en nuestro paso por la comunidad. Si apenas estás ingresando y aún no habías tenido tiempo para "armarla", vamos a hacerlo.

Recuerda que en la memoria no es un Manual, tampoco un libro de recetas, o consejos, porque cada Guía Mayor y cada Rover, tienen una vida única e irrepetible, ahí podrás registrar tus planes de acción, las mejores alegrías y los ratos más tristes y duros.

Si por el contrario, ya tienes tiempo en la comu, haz una revisión, para valorar tu crecimiento, recordar aquellos momentos vividos con tus hermanos Rovers y tus hermanas Guías Mayores.

Bueno... ¿Y cómo se usa La Memoria?

La Memoria se "arma", con las siguientes secciones, algunas están pre impresas, mientras que otras serán personalizadas por vos:

Introducción a la Memoria

- Ley, Oración, Promesa y Principios.
 - La Ruta de la Guía Mayor y el Rover, que es un esquema de la Progresión Personal en la Comunidad.
 - Las Áreas de Crecimiento
 - Herramientas de apoyo para preparar tus Planes Personales de Acción: Elaboro mi PPA (texto explicativo) y Herramienta para elaborar un Plan Personal de Acción (PPA)
 - Mis Planes Personales, cada vez que prepararás un PPA: lo incluí en la Memoria. Allí mismo anotás y conservás toda la documentación relacionada, con él. Con el tiempo tendrás a mano un mapa de tu crecimiento como persona y como miembro de la Comunidad.
 - Ceremonias: Documento en el que se detalla cómo prepararte para cada una de las ceremonias que puedes vivir como Guía Mayor o Rover dentro de tu Comunidad.
 - Mis Momentos especiales, ceremonias, campamentos en soledad...
- Esta partr de la Memoria, te permite mantener y coleccionar los aspectos más importantes de cada uno de tus momentos especiales en la Comunidad: algunas fotos, tus sentimientos y pensamientos, la lista de los asistentes y sus comentarios y buenos deseos para vos.

Rema tu propia canoa ¡ADELANTE!

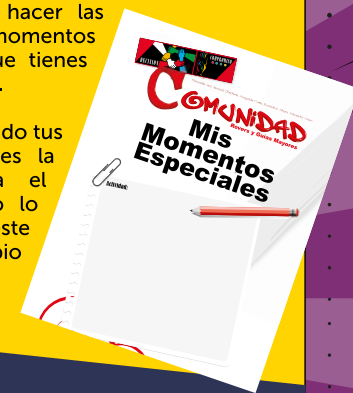


Donde quiera que estés, busca un rincón

Puede ser tu habitación, el patio, el jardín, súbete a un árbol, a una hamaca, donde te sientas más cómodo y dale una ojeada a tu memoria o comienza a escribirla.

Si eres de recién ingreso a la comunidad, aprovecha este tiempo para ir trabajando en ella, recuerda que puedes pedir apoyo a tus compañeros de la Sección y/o a tu Consejero y no te olvides de hacer las anotaciones sobre "tus momentos especiales", estamos seguros que tienes mucho qué hacer en este espacio.

Y no te olvides de ir coleccionando tus momentos especiales, si tienes la carpeta de comunidad usa el documento para esto, si no lo tienes ahora puedes usar este espacio, o diseñar tu propio material.



Llévalo más allá...

Fue difícil armar tu memoria, vamos entonces a hacer algo divertido y diferente que puedas compartir con tu comunidad y tratando de involucrar a las personas con quienes compartes el techo, si has tenido días de ocio, es momento de poner la mente a trabajar.

Si lo haces con la comunidad a través de una videollamada o conferencia, ustedes deciden quién comienza y cómo serán los turnos de cada uno, si lo hacen en su casa, estas son las reglas: Se colocan en un círculo guardando la distancia necesaria para cumplir con las medidas de seguridad sanitaria, deciden quién será el primer participante, lo pueden hacer escogiendo un número de forma voluntaria, eso lo deciden ustedes. La persona que esté a la derecha del que comienza a jugar dirá una letra y ese jugador debe decir 20 palabras que empiecen con esa letra.

Deben poner tiempo límite y si la persona en juego hace trampa y se inventa palabras inexistentes, empieza otra vez con una nueva letra.

3 Es Decisión o Compromiso

EN RESUMEN

Lo que no debes olvidar:

Materiales:

Un cuaderno o libreta para tomar notas y un bolígrafo.

Dependiendo de la etapa en la que estés aprovecha este tiempo para avanzar.

Si esta cuarentena llegó justo a tu inicio en la Sección de Comunidad, vete preparando para conocerla, estás en la etapa de **Decisión** este es el tiempo para conocer el Grupo y darse a conocer, para integrarse en la Comunidad, para conocer la oración de la Comunidad, la Ley y Promesa, (que hemos adjuntado a este paquete) también se conoce la Carta de la comunidad, donde encontrarás las reglas básicas de convivencia, pídele a tus compañeros de Comunidad que te permitan conocerla.



1. Tener claridad de lo que representa tu compromiso.
2. Haber meditado y comprender la Ley, la Promesa, los Principios, la Oración y la Carta de la Comunidad.
3. Haber memorizado la Oración, la Ley, la Promesa y los Principios.
4. Coordinar con tus Padrinos y/o Madrinas la selección del lugar, fecha y hora de tu ceremonia.
5. Prepárate para exponer ante, tu Comunidad, tu deseo de participar y ser parte activa de ella, comprometiéndote, con ellos y contigo, a obedecer la Carta y respetarla.
6. Prepárate para exponer ante tus compañeros y compañeras el rumbo que pensás tomar y te comprometés a seguir en tu vida.
7. Prepárate para revalidar tu Promesa o hacerla por primera vez.

Cuando sientas que todo está preparado coordina la celebración de la ceremonia...Entre las decisiones que debes tomar está si esperas o si te gustaría probar con una ceremonia virtual, que también se puede hacer. Ahora de acuerdo con los lineamientos se puede hacer una ceremonia presencial guardando el protocolo establecido.

Si estás en la etapa de compromiso, es porque ya aceptaste trabajar en la comunidad, ajustarte a las normas, vivir la Ley y la Promesa y esforzarte por cumplir con tu proyecto de vida a través del PPA.

Hay que tener la carta de la Comunidad y debe ser revisada y la vida nos está enseñando en este momento a ver las cosas de diferente manera. Dale una ojeada y en cuanto puedas, da tu punto de vista a los demás miembros, pero sobre todo, haz una revisión de lo que estás haciendo de acuerdo con el propósito que tienes y el compromiso que asumiste con tu comunidad, revisa y valora si algo necesita una variación.

En esta etapa es cuando decides si vas continuar o no, por eso el nombre que lleva y también portarás la insignia correspondiente, que te entregaron o te deben entregar en la ceremonia de bienvenida junto la pañoleta y el número de grupo, y la insignia institucional. Cuanto te decidas debes prepararte para tu ceremonia de compromiso.



Llévalo más allá...

En el espacio <https://bit.ly/2x6Woab> te invitamos a subir algunas actividades que sean retos para los compañeros que los están siguiendo, pueden ser crucigramas, sopas de letras, retos en kahoot, de pronto algo de tik tok, por tu espacio... utilízalo en la medida de tus posibilidades.



4 Campamento en soledad y tranquilidad

Materiales:

Una tienda de campaña o material para un refugio externo o interno (sábanas, cobijas), una lámpara, las lecturas que vas a hacer esa noche, libreta y lapicero para las notas que debas tomar. Horquilla (solo si tienes acceso a una)

Hay diferentes momentos en lo que se debe realizar el campamento en soledad, pero principalmente uno antes de realizar la ceremonia de confirmación.

Si ya has podido vivir esa bonita experiencia, date la oportunidad de plantear nuevamente otro, sabes que muchas veces uno solo no es suficiente.

Y si no los has planeado, hazlo, este es el momento, prepara todo lo necesario.

Además no olvides que la **horquilla** es un importante elemento en la Comunidad, que vas a necesitar más adelante, cuando hagas tu ceremonia de confirmación, todos estos elementos se pueden ir adelantando, para cuando llegue la hora.

La vida se está encargando de darnos ahora el tiempo que muchas veces no hemos tenido.



la horquilla es un importante elemento en la Comunidad

Llévalo más allá...

Todos tenemos algo para contar de nuestro campamento en soledad ¿tuviste miedo, te asustaron, viste o escuchaste ruidos extraños?

Sube un meme o un video en el que se manifieste lo vivido de esa experiencia.

Muchos han hablado de cosas paranormales... sobre todo los que han realizado su campamento en Iztarú.

¡Esperamos tus historias!



5 Cocina de campamento en casa

Materiales:

Dependerá de lo que decidas cocinar.

Dicen algunos por ahí que la mejor comida que han disfrutado ha sido la comida de campamento, sin embargo, no siempre hemos tenido la dicha de cocinar para nuestros compañeros, porque siempre hay uno o dos que destacan por esa cualidad culinaria.

Puedes darnos ahora el gusto de preparar un platillo sencillo que compartas con tu familia o las personas que convives, ¿qué se te antoja? Cuándo has cocinado para otros?

¡Lúcete es tu momento!



Dicen algunos por ahí que la mejor comida ha sido la comida de campamento

Llévalo más allá...

Si tienes los medios comparte en el grupo de Facebook, lo que preparaste

Pero ¿qué tal si lo hacemos de una manera divertida?

Si tienes los medios comparte en el grupo de Facebook, lo que preparaste

Este es un reto de capacidad expresiva y gestualidad.

Explica cómo se elabora tu receta, pero sin hablar, solo con mímica y gestos. Previamente, busca algunos ingredientes en la cocina para esta receta. Deja que todos tus amigos y compañeros la pasen bien viéndote actuar.

Puedes hacerle variantes, hacer mímicas de diferentes recetas y que los demás adivinen qué van a preparar, por ejemplo.

¡Qué rico un pan de cazador!



6 Mascarillas de protección

Materiales: Una botella plástica transparente, preferiblemente de 3 litros, tijeras, grapadora con sus respectivas grapas, 30 centímetros de elástico.

¿Las Guías Mayores y los Rovers podemos hacer manualidades?

Claro sobre todo cuando eso que hagamos puede tener una utilidad y qué mejor que unas mascarillas de protección ahora que han subido de precio escandalosamente y en muchos casos es inalcanzable o ni siquiera se consiguen.

Hagamos una o varias y de esta manera reciclamos, reutilizamos y podemos ayudar a algunas personas vecinas que podrían estar necesitando.



Si tienes los medios para observar el video, <https://youtu.be/x6iWfFffaFk>, si no puedes verlo, vamos a colocar el paso a paso, esta podría ser una linda actividad que nos ayude a pasar el tiempo productivamente y de paso, alguien en casa podría llegar a utilizar para salir sin correr riesgos, con un producto barato y seguro.

Llévalo más allá...

Puedes subir un video en el que hayas grabado todo el proceso y donde podamos verte al final, luciendo el nuevo accesorio que se vuelve parte de nuestra vestimenta, también puedes hacer otra manualidad que en este momento pueda ser de utilidad para todos. Vos tenés muchas ideas que puedes compartirnos.



7 Descubriendo mis potencialidades



No siempre nos reunimos para hacer servicio, planificar actividades, conversar de los planes a futuro, también hay momentos de esparcimiento.

Seguramente ya has jugado de todo con las personas que tienes alrededor, pero aún podemos jugar más y así nos movemos y ponemos a funcionar cada músculo de nuestro cuerpo.

Este es un reto en el que queremos ponerlos a interactuar, se trata de interpretar una canción, únicamente con movimientos de su cuerpo, debes poner a participar a las personas con las que vives.

Ojalá que la canción sea conocida, popular y muy rítmica, haciendo sonidos musicales y rítmicos con su cuerpo. Para ello, puede golpear su pecho, piernas, hacer sonidos con su boca (pero no tararear), con sus manos, o dar golpes al piso con los pies. Pero no puede cantar con su voz, sólo producir sonidos con el cuerpo.

Ojalá que la canción sea conocida,

Te aseguro que se divertirán, tratando de adivinar qué significan esos movimientos.

Llévalo más allá...

Quieres poner a participar a las Comunidades, grábate y súbelo al espacio correspondiente de Facebook, y ponga a los demás a adivinar de qué canción se trata y si pueden hacerlo a través de una videollamada o conferencia en tiempo real, será muuuuchoooo más divertido.

Vamos, queremos ver esos artistas que forman parte de esta nuestra Sección Mayor.



8

Enseñanzas de una Guía Mayor

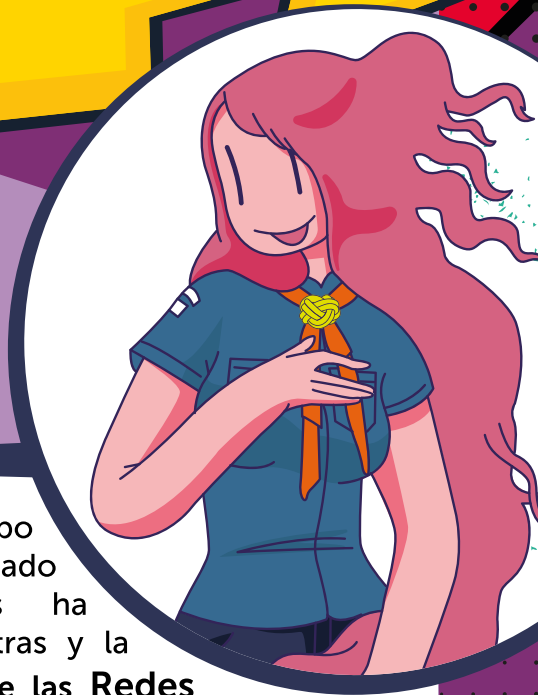
Materiales:

Esta es la única actividad en la que sí requerimos de un dispositivo a través del cual puedas participar de una videoconferencia.

Este ha sido un tiempo que nos ha enseñado muchas cosas, nos ha obligado a cambiar otras y la seguridad en el uso de las **Redes Sociales** es fundamental.

Ya hemos visto noticias y videos que circulan en las redes sociales sobre cómo la delincuencia se aprovecha de todo y esta situación que es difícil para todos, algunas personas sin escrúpulos la están aprovechando.

Una compañera de Comunidad estará brindando una charla sobre **Ciberseguridad** y se abrirá el espacio para aprender sobre este interesante tema.



9 Mi PPA

Materiales:

Un cuaderno o libreta para tomar notas y un bolígrafo. El fascículo de Mi PPA y Elaboro mi PPA (solo si lo tienes)

¿Mi PPA está claro? ¿Lo he seguido trabajando? ¿Lo tengo pausado?

Que no se diga nada de vos, es momento de revisarlo o prepararlo.

Busca ese espacio en el que te sientas a gusto, en el que hiciste lo de tu Memoria y tus Momentos Especiales o si tienes oportunidad busca otro, igualmente especial para vos, cierra tus ojos y piensa cuáles son tus:

- Sueños (¿qué llevarás a cabo?)
- Retos (¿qué se debe superar?)
- Fortalezas
- Los 5 logros más importantes de tu último PPA
- Otros logros importantes que no habías planeado
- Qué te queda pendiente?
- Revisa tus áreas de crecimiento e identifica los aspectos que deseas mejorar. Te las recuerdo: corporalidad, creatividad, afectividad, espiritualidad, carácter y sociabilidad
- S elecciona y ordena
- Actividades de servicio (¿de qué manera puedes servir en momentos como este?)
- Actividades al aire libre que realizarás (¿cómo puedo involucrar a otras personas sin ponerlas en riesgo?)

Ah pero que no se te olvide revisar:

- Objetivos logrados
- Objetivos NO logrados
- Qué dificultades he tenido
- Cuáles han sido las actividades especiales y qué observaciones tengo al respecto
- Cuáles serán los objetivos para la próxima etapa.

Llévalo más allá...

Cuántos de ustedes cuando trabajan en su PPA, piensan en ocupar puestos de los diferentes Órganos que tiene la Asociación, si claro, ustedes son los más grandes y muchos aspiran esos cargos, es parte de ese liderazgo que has desarrollado, así que podrías ir practicando tu discurso para demostrarle a la audiencia que debes ser vos a quien elijan.

Diga un discurso político, lanzando una campaña suya, hable por lo menos durante dos minutos por qué es usted tan buen candidato o candidata. En sus propuestas, hará un listado de proyectos bien ridículos e imposibles, con ideas creativas y novedosas. Los otros le pueden hacer preguntas también muy ridículas y que causen mucha risa.



Diviértanse en grande, disfruten que este tiempo es de ustedes

Quién quita y ese discurso te lleve a la Presidencia en un futuro.

¡Piensa en grande y serás grande!

10 Reflexión

Hemos llegado a la última actividad, pero no quiere decir que sea la menos importante, recuerda que al inicio te indicamos que podías hacerlas a tu ritmo y en el orden que vos prefieras, esta es una reflexión que te dejamos aquí, puedes meditar con ella varios días, para ir viendo como caen las piezas y cómo otras se van pegando, también poniendo en práctica nuestros principios, es nuestro deber ponernos en las manos de Dios, para que nos ayude a seguir moldeándonos cada día.

Yo: Hola Dios.

Dios: Hola.

Yo: Me estoy desmoronando. ¿Me puedes volver a armar?

Dios: Preferiría no hacerlo.

Yo: ¿Por qué?

Dios: Porque no eres un rompecabezas.

Yo: ¿Qué pasa con todas las piezas de mi vida que se caen al suelo?

Dios: Déjalos allí por un tiempo. Se cayeron por una razón. Déjalas estar allí un rato y luego decide si necesitas recuperar alguna de esas piezas.

Yo: ¡No lo entiendes! ¡Me estoy rompiendo!

Dios: No, tú no entiendes. Estás trascendiendo, evolucionando. Lo que sientes son dolores de crecimiento. Estás desprendiéndote de las cosas y las personas en tu vida que te están reteniendo. No se están cayendo las piezas. Las piezas se están poniendo en su lugar. Relájate. Respira profundamente y deja que esas cosas que ya no necesitas se caigan. Deja de aferrarte a las piezas que ya no son para ti. Deja que se caigan. Déjalas ir.

Yo: Una vez que empiece a hacer eso, ¿qué me quedará?

Dios: Sólo las mejores piezas tuyas.

Yo: Tengo miedo de cambiar.

Dios: Te sigo diciendo: ¡NO ESTÁS CAMBIANDO! ¡ESTÁS CONVIRTIÉNDOTE!

Yo: ¿Convirtiéndome, en quién?

Dios: ¡Convirtiéndote en quien yo creé para que fueras! Una persona de luz, amor, caridad, esperanza, coraje, alegría, misericordia, gracia y compasión. Te hice para mucho más que esas piezas superficiales con las que has decidido adornarte y a las que te aferras con tanta codicia y miedo. Deja que esas cosas se te caigan. ¡Te amo! ¡No cambies! ¡Convírtete! ¡No cambies! ¡Convírtete! Convírtete en quien quiero que seas, en quien creé. Voy a seguir diciéndote esto hasta que lo recuerdes.

Yo: Ahí va otra pieza.

Dios: Sí. Deja que sea así.

Yo: Entonces ... ¿no estoy roto?

Dios: No, pero estás rompiendo la oscuridad, como el amanecer. Es un nuevo día.

Llévalo más allá...

Existe un lenguaje muy particular entre Dios y el ser humano: la espiritualidad. La espiritualidad es la necesidad consciente de Dios, entendido como un Ser Supremo en el cual depositamos nuestra confianza y fe.

La vida espiritual es tan importante como la vida social y al igual que ella, promueve un vínculo muy importante, en este caso con nuestro Dios.

La espiritualidad implica una vivencia personal. Es la forma en que encontramos paz interior, esperanza y nuestra existencia adquiere un significado que trasciende a la vida corporal. Por ese motivo es que este llévalo más allá lo dejamos abierto para que seas vos quien decidas qué puedes hacer para llevarlo, más allá.



Y bien, querida Guía Mayor, querido Rover

Has culminado estos retos, sencillo ¿no?

En Guías y Scouts todo es sencillo, solo necesitas deseos de ser mejor cada día y pensar en dejar este mundo en mejores condiciones de como lo hemos encontrado.

Vos tenés la capacidad de organizar muchas cosas más, solo dejate llevar por tu instinto y pide ayuda o consejo cuando lo consideres necesario, tienes toda una Comunidad dispuesta a ayudarte, pero lo más importante es que recuerdes que todo lo que hacemos en el Movimiento nos lleva a dar un paso más para estar más cerca de vos, por eso ya estamos preparando el siguiente fascículo con mejores retos y si quieres hacer sugerencias te estaremos leyendo en:

<https://bit.ly/2x6Woab>

Espéralo y arma tu colección

¡Servir!





DESAFIOS BAJO TECHO

Dirección

Avenida 10, Calles 13 y 15 San José, Costa Rica

| Teléfono | Fax | Apartado Postal |
|-----------------|-----------------|-----------------|
| (506) 2223-2770 | (506) 2222-9898 | 2223-1000 S.J. |

Correo Electrónico

desarrollo@siemprelistos.org

siemprelistos.com

