

¡Este Día Internacional de la Niña, únanse a otras Guías y Guías Scouts a medida que potenciamos nuestra resiliencia para que todas podamos sentirnos

#PreparadasParaCambiarElMundo!



Día Internacional de la Niña 2023



**ASOCIACIÓN
MUNDIAL DE LAS
GUÍAS SCOUTS**

WAGGGS 2023 Asociación Mundial de Guías y Scouts Femeninas
Oficina Mundial
12c Lyndhurst Road
Londres, NW3 5PQ, Reino Unido
Teléfono: +44 (0)20 7794 1181
Sitio web: www.wagggs.org
Organización benéfica registrada N° 1159255

¿Qué es el Día Internacional de la Niña?

El Día Internacional de la Niña (IDG por sus siglas en inglés) es una celebración anual que se lleva a cabo el 11 de octubre para promover el empoderamiento de las niñas y destacar los desafíos que enfrentan las niñas en todo el mundo.

Es un día especial para mostrar cómo las niñas no tienen que esperar hasta que crezcan para generar cambios en el mundo:

¡Pueden hacer grandes cosas ahora! Cada año, las Guías y Guías Scouts celebran el IDG y lo utilizan como una oportunidad para aprender a ser defensoras y hacer del mundo un lugar mejor, manifestándose sobre los problemas que les preocupan y tomando acciones en sus comunidades.



¿Por qué es importante el IDG para la Asociación Mundial de las Guías Scouts (AMGS)?

La AMGS es el Movimiento voluntario más grande del mundo dedicado a las niñas y mujeres jóvenes, ¡así que el IDG tiene un significado especial para nuestra organización!

Todos los días, a través del Guidismo y Escultismo Femenino, las niñas y las mujeres jóvenes están aprendiendo a creer en su poder de ayudarse a sí mismas y a los demás. La resiliencia, construida a través del Guidismo y Escultismo Femenino, ayuda a las niñas a prosperar en un mundo cambiante, no como futuras líderes y defensoras, sino como líderes y defensoras de hoy.

¿Cuál es el tema de la AMGS para el IDG 2023?

Este año, la AMGS está utilizando las celebraciones del IDG para ayudar a las niñas a desarrollar la resiliencia necesaria para enfrentar las presiones y los desafíos de crecer en un mundo cambiante. Con resiliencia, podemos desarrollar la confianza para ser valientes, innovar y sentirnos realmente preparadas para liderar el cambio en nuestras comunidades. ¡Este IDG estamos creando un espacio valiente donde las niñas puedan sentirse [#PreparadasParaCambiarElMundo](https://www.instagram.com/PreparadasParaCambiarElMundo/)!

Desde los primeros días del Guidismo y Escultismo, Lord Baden Powell nos desafió a todos a "estar preparados", porque sabía que cuando desarrollamos nuestra fuerza física, emocional y comunitaria, podemos superar los obstáculos y construir juntos un mundo mejor.

¿Cuál es el tema de la AMGS para el IDG 2023?

Hay tres pasos para obtener el parche de IDG 2023 #PreparadasParaCambiarElMundo:

1

Paso uno:

Realizar dos desafíos divertidos y rápidos de este paquete, que las ayudarán a aprender sobre tres tipos de resiliencia: emocional (cabeza), física (manos) y comunitaria (hogar). Al realizar estos dos desafíos, explorarán una amplia variedad de actividades que su grupo podría realizar conjuntamente para potenciar su propia resiliencia.

2

Paso dos:

Como grupo, compartan sus opiniones sobre las diferentes actividades que podrían probar en las Guías/Guías Scouts para potenciar su resiliencia emocional, física o comunitaria y luego elijan al menos una actividad para potenciar la resiliencia que puedan hacer juntas en su grupo durante el próximo año.

3

Paso tres:

¡Manifiéstense y compartan sus planes de las actividades de resiliencia con los demás! Podrían optar por compartir sus planes con otras Guías/Guías Scouts locales; con otras personas en su comunidad (como sus familiares y amigos); o incluso con el resto de la AMGS a través de nuestro Tablero de Mensajes de Resiliencia del IDG 2023 (en la última página de este paquete) o en las redes sociales

Desafiémonos a nosotras mismas este IDG para potenciar nuestra resiliencia y para que todas podamos sentirnos
#PreparadasParaCambiarElMundo.

Consejo: Ya pueden pedir su parche del desafío del IDG 2023 en la tienda de la AMGS. ¡Pídanlo rápido para que su grupo no se quede sin él!



¿Qué es la resiliencia?

La resiliencia es nuestra capacidad de afrontar la adversidad, recuperarnos y crecer a través de experiencias de vida difíciles o desafiantes. Ser resiliente requiere un conjunto de habilidades en las que pueden trabajar y crecer con el tiempo. La resiliencia requiere tiempo, fuerza y ayuda de las personas que las rodean.

Este año, para las actividades del IDG decidimos enfocarnos en la resiliencia, dada su importancia para convertirte en propugnadora. Aprender sobre los problemas del mundo y alzar tu voz por lo que crees puede ser difícil. Influenciar a tomadores de decisiones es una tarea ambiciosa y los cambios no suceden en un día, lo cual puede ser frustrante. Pero la resiliencia puede ayudarte a sentirte preparada para el desafiante, interesante y gratificante camino de hacer propugnación.

Hay diferentes tipos de resiliencia que exploraremos para el IDG 2023:



LA RESILIENCIA FÍSICA es la capacidad de nuestro cuerpo de afrontar desafíos físicos, recuperarse de enfermedades y lesiones y mantener la fuerza.

Física (Manos)

- Actividades de aventura al aire libre
- Habilidades de supervivencia al aire libre
- Actividades físicas
- Superación de las limitaciones físicas

La RESILIENCIA EMOCIONAL es nuestra capacidad de navegar y manejar nuestras emociones en situaciones difíciles, estresantes o inesperadas.

Emocional (Cabeza)

- Autoestima y confianza en la imagen (acepten su singularidad)
- Autocuidado (diálogo interno positivo, mimos, meditación, respiración, yoga, arteterapia, etc.)
- Superar las barreras de género (desafiar los estereotipos de género, modelos femeninos a seguir, inspirar a otras niñas, etc.)
- Desafiar el estigma (edad/discapacidad/salud mental/cultura/género, etc.)

LA RESILIENCIA COMUNITARIA es nuestra capacidad de superar juntos los desafíos personales o colectivos, apoyándonos mutuamente y construyendo vínculos en los momentos difíciles.

Comunitaria (Hogar)

- Redes de apoyo comunitarias
- Preparación/ayuda en casos de desastres (incluyendo la protección del medio ambiente)
- Propugnación
- Seguridad de la comunidad (incluyendo las comunidades en línea)

Hoy vamos a explorar algo llamado la resiliencia. Cuando somos resilientes, estamos bien preparadas para afrontar cualquier desafío que se nos presente y somos lo suficientemente fuertes como para recuperarnos de cualquier contratiempo.



Desafío de calentamiento para grupos de todas las edades

Primero, decidan en grupo si utilizarán una pelota real o una pelota imaginaria para este juego.

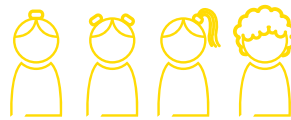
Todas las jugadoras deben pararse en círculo. Cada jugadora tendrá un turno para rebotar y lanzar la "pelota" y decir algo que hace para estar preparada. Por ejemplo: una jugadora puede decir "Preparo mi mochila para la escuela", "Sé primeros auxilios" o "Anoto mis citas en mi calendario".

La primera jugadora dirá lo que hace para estar preparada y luego rebotará la pelota una vez delante de ella y lanzará la pelota a la siguiente jugadora, la cual hará lo mismo. El juego termina cuando todas las jugadoras hayan compartido con el grupo una cosa que hacen para estar preparadas.



Cuando somos resilientes, podemos aceptar los desafíos, lo cual es muy importante para nosotras para que podamos manifestarnos y propugnar por nosotras mismas y por los problemas que nos preocupan. Nuestra resiliencia nos ayuda a mantenernos fuertes y hacer todo lo posible para ayudar a construir un mundo mejor para nosotras y para nuestra comunidad.

En nuestro próximo juego, exploraremos diferentes actividades que pueden ayudarnos a desarrollar tres tipos de resiliencia: emocional (cabeza), física (manos) y comunitaria (hogar).



Desafío para las más Jóvenes: Esquinas

Este es un juego de acción en carrera. El juego funciona mejor en un área donde se puedan marcar fácilmente cuatro esquinas/ubicaciones y un punto central. A cada ubicación se le asigna un tema basado en la resiliencia.



Primero, las jugadoras decidirán dos acciones que puedan realizar: una cuando la líder del juego diga "Soy fuerte" y otra cuando la líder del juego diga "Estén preparadas".

Luego, la líder del juego dirá en voz alta diferentes actividades del mapa mental que pueden ayudarnos a desarrollar la resiliencia. Las jugadoras tendrán que decidir si creen que esa actividad pertenece a la categoría de 'cabeza' (resiliencia emocional), 'manos' (resiliencia física) o 'hogar' (resiliencia comunitaria) y correr al lugar designado para esa categoría.

La líder del juego también puede decir las dos frases: si dice "Soy fuerte", las jugadoras corren hacia el lugar central y realizan su acción mientras gritan "Soy fuerte"; si dice "Prepárense", las jugadoras corren a ese lugar y realizan su acción mientras gritan "Prepárense".

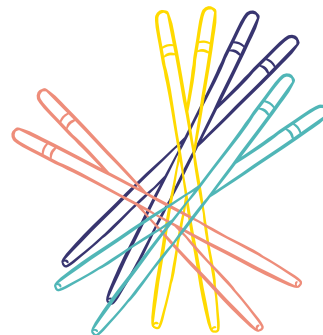
Al final del juego, todas las jugadoras comparten las actividades divertidas que les gustaría probar bajo los tres encabezados de resiliencia. Las jugadoras pueden usar algunas de las actividades mencionadas durante el juego y pueden agregar sus propias ideas de actividades. Escriban todas las sugerencias de actividades para que estén listas cuando su grupo planifique su actividad de resiliencia del IDG.



Desafío de Los del Medio: Recoger palos

Necesitarán una colección de palos, cada uno marcado con uno de los tres colores diferentes de su elección. Cada color representará una de las tres categorías de resiliencia: (Emocional/Cabeza, Física/Manos, Comunitaria/Hogar).

Los palos se dejan caer al suelo en una pila. Se reta a las niñas, de una en una, a quitar un palo de la pila sin mover los otros palos (o moviéndolos lo menos posible). Cuando cada niña recoja su palo mirará el color y luego dirá una actividad que le gustaría hacer para desarrollar su resiliencia en el área que corresponda a su color (por ejemplo, para la categoría física le gustaría desarrollar sus habilidades en senderismo; para la emocional le gustaría desarrollar sus habilidades en meditación).



Al final de este juego, su grupo habrá creado una lluvia de ideas que pueden usar cuando estén planificando la actividad de resiliencia del IDG de su grupo.



Desafío de Los Mayores: Lluvia de ideas continua

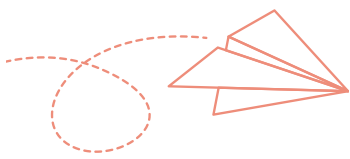
Divídanse en tres grupos. Esta actividad se realiza en tres rondas.



Primera ronda: Cada grupo tiene una hoja de papel con uno de los encabezados (Emocional/Cabeza, Física/Manos, Comunitaria/Hogar escrito en ella). En la primera ronda, su grupo escribirá en la hoja de papel cosas que creen que causan estrés o problemas, según el encabezado que tengan (Emocional, Física, Comunitaria). Por ejemplo, un estrés emocional podría ser el estigma de salud mental; un estrés físico puede ser una alimentación poco saludable; un estrés comunitario podría ser la seguridad en la noche.

Segunda ronda: Cada grupo recibe la hoja de otro grupo. Ahora su grupo escribirá en la hoja ideas de herramientas que creen que se pueden usar para superar los problemas anotados por el último grupo.

Tercera ronda: Cada grupo recibe la última hoja. Deben escribir algo positivo que piensen que puede surgir del uso de las herramientas (escritas por el último segundo grupo) para abordar los problemas identificados (por el primer grupo).



Esta actividad también se puede completar usando aviones de papel en lugar de hojas de lluvia de ideas. La opción de aviones de papel sería mejor para grupos más pequeños. En esta versión de la actividad, cada niña registrará sus respuestas en un avión de papel y se lo llevará volando a otra niña.

¡Felicitaciones!

Ya han explorado la resiliencia y han realizado una lluvia de ideas sobre muchas actividades diferentes que podrían realizar para volverse aún más resilientes. Para ganar su parche del Día Internacional de la Niña 2023, su grupo deberá completar un desafío final.

Como grupo, deben elegir al menos una actividad que fomente la resiliencia para realizar como grupo durante el próximo año.

Para idear una gran actividad de resiliencia, tendrán

que prometerse mutuamente de crear un espacio seguro y valiente en el que todas se sientan cómodas para intercambiar ideas y planificar juntas cómo llevar a cabo la actividad.



¡Buena suerte y feliz planificación!

CONÉCTEN CON OTRAS NIÑAS PARA CELEBRAR EL #IDG2023



Su grupo puede dejar un mensaje de resiliencia a sus hermanas Guías y Guías Scouts o compartir los planes para su actividad de resiliencia #PreparadasParaCambiarElMundo a través de nuestro tablero de mensajes del #IDG2023:

https://padlet.com/WAGGGS_WORLD/international-day-of-the-girl-2023-ylt1hpiuke29fgt3

También pueden compartir mensajes de resiliencia y fotos de sus actividades del IDG en las redes sociales usando los hashtags:

#IDG2023 #PreparadasParaCambiarElMundo #EquipoGirl







Antes de publicar cualquier imagen de jóvenes en las redes sociales, asegúrense de tener el permiso correspondiente.



RECURSOS ÚTILES

La AMGS tiene una gran variedad de recursos con actividades divertidas y significativas que podrían inspirar a las niñas de su grupo a planificar su actividad de resiliencia

#PreparadasParaCambiarElMundo:

-  **Salud mental, imagen corporal y autoestima: Libre de Ser Yo ([ENLACE](#)) y Acción sobre la confianza en la Imagen ([ENLACE](#))**
-  **Buena nutrición: Nutrición impulsada por las niñas ([ENLACE](#))**
-  **Seguridad personal: Alto a la Violencia ([ENLACE](#)) Surf inteligente ([ENLACE](#))**
-  **Género y derechos de las mujeres: paquete del Día Internacional de la Mujer ([ENLACE](#))**
-  **Cambio climático y preparación: Propugnación liderada por niñas sobre el cambio climático ([ENLACE](#))**
-  **Los paquetes de actividades del Día Mundial del Pensamiento también son una gran fuente sobre muchos temas variados: 2007-2018 ([ENLACE](#)) 2019-2023 ([ENLACE](#))**

Parches del Desafío YUNGA:

YUNGA tiene una gran variedad de parches y paquetes de actividades que se centran en muchos temas diferentes que se enmarcan en el tema de la resiliencia comunitaria:



Biodiversidad, Seguridad alimentaria y Cambio climático, Cambio climático, Erradicar el Hambre, Bosques, Nutrición, El Océano, Suelos y Agua.

CREDITOS

Este paquete de actividades fue escrito por Lucia Scandalo y Erin Wicking

Este paquete de actividades fue diseñado por: Alejandra Lonjedo

Este paquete de actividades fue traducido por: Daniela Palou