

GUÍA ECOTERNURA

CULTIVANDO UN VÍNCULO AMOROSO Y RECÍPROCO CON LA AMIGA NATURALEZA



@conexionternura
www.conexionternura.com

INTRODUCCIÓN A LA GUÍA ECOTERNURA



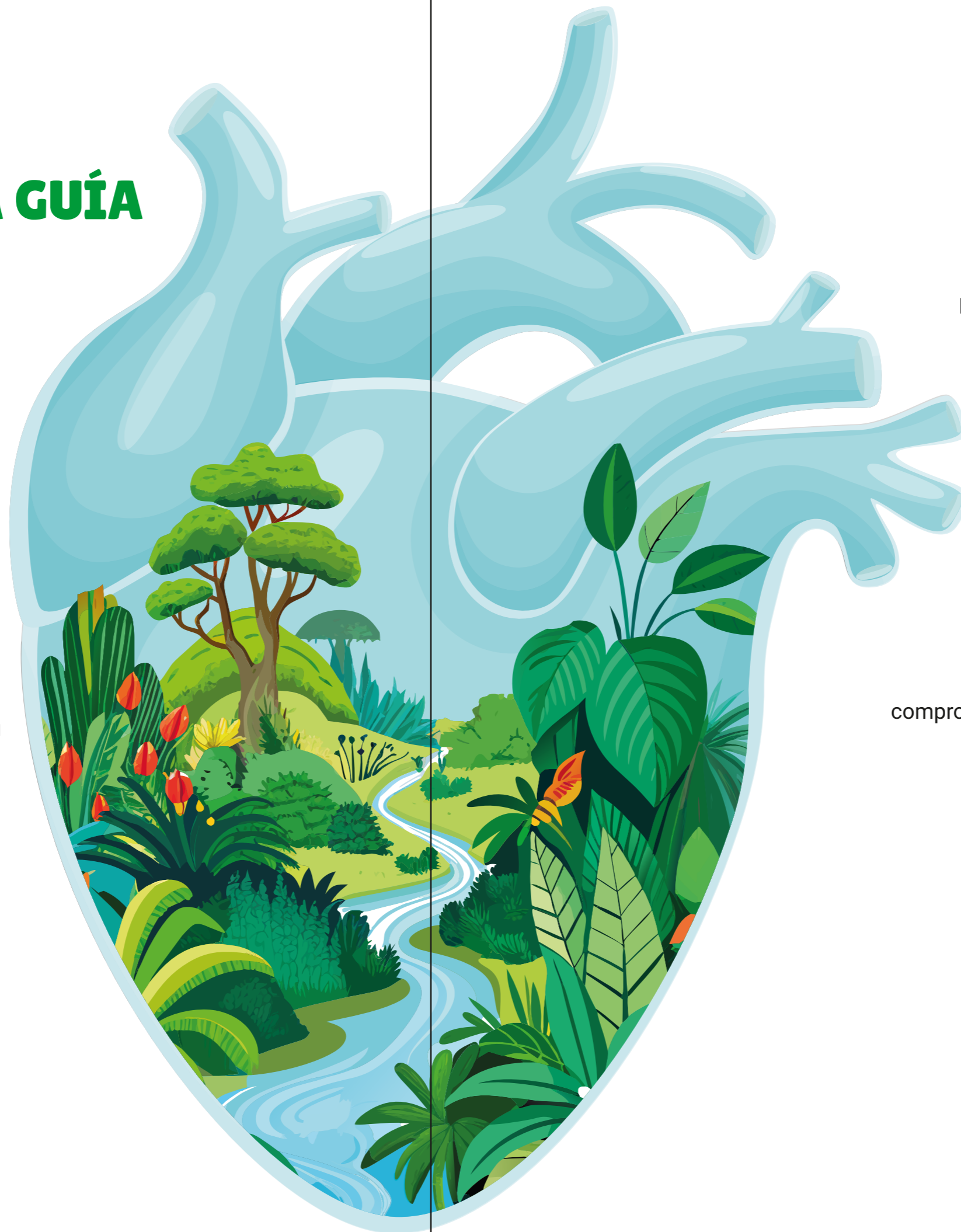
La Guía ECOTERNURA es una herramienta innovadora que busca fomentar un cambio profundo y duradero en la relación que niñas, niños y adolescentes desarrollan con la naturaleza. A través de actividades centradas en el amor, el cuidado y la reciprocidad, ECOTERNURA acompaña a las nuevas generaciones en el cultivo de un vínculo fraternal y afectivo con el entorno natural, haciendo una aportación a largo plazo a la sostenibilidad del planeta. ECOTERNURA invita a la niñez a ver la naturaleza más allá de un recurso a explotar, sino como un ser vivo que nos cuida y al que debemos devolverle el mismo cuidado.

ECOTERNURA no es una respuesta reactiva al calentamiento global o a las crisis ambientales. En lugar de ello, promueve una nueva manera de ser y existir en el mundo, donde la naturaleza es tratada con respeto, gratitud y amor. La guía inspira a niñas, niños y adolescentes a ver el mundo natural como un ser vivo al que debemos devolverle el cuidado que nos ofrece. Busca cambiar la percepción de la naturaleza, de un objeto de uso económico a una compañera de vida con la que debemos convivir en armonía.

Además, ECOTERNURA acompaña a las niñas, niños y adolescentes en el descubrimiento de su rol como sujetos sociales y políticos. No solo los invita a aprender sobre las problemáticas que afectan la supervivencia de la naturaleza, sino que también los inspira a involucrarse activamente en su defensa. La guía les ayuda a descubrir y profundizar en su conocimiento de las luchas por los derechos de la naturaleza y a desarrollar la sabiduría del cuidado y la protección desde su propia experiencia. **Con ECOTERNURA, las niñas y los niños no solo conectan emocionalmente con la naturaleza, sino que también se convierten en defensores activos de un futuro más justo y sostenible.**

PROPÓSITO DE LA GUÍA ECOTERNURA

El propósito de esta guía es **acompañar a niñas, niños y adolescentes** a cultivar un **vínculo amoroso y recíproco** con la amiga **NATURALEZA**. A través de cinco momentos especiales: **Cuidar, Amar, Jugar, Conectar y Defender**, buscamos fortalecer la relación espiritual y afectiva con la naturaleza. Queremos que niñas, niños y adolescentes no solo comprendan la importancia de cuidar el medio ambiente, sino que se sientan profundamente conectados con la amiga naturaleza, aprendan a protegerla con amor y valoren su inmensa generosidad.



ECOTERNURA busca no solo crear una **conciencia ecológica** en las nuevas generaciones, sino también ayudarles a **descubrirse como sujetos sociales y políticos**. Los invita a involucrarse activamente en la **protección de los derechos de la naturaleza**, a desarrollar su **sabiduría de cuidado y defensa** a través de la experiencia, y a convertirse en agentes de cambio comprometidos con la **sostenibilidad** y la **justicia climática**.

Cuidar

Objetivo

Que niñas, niños y adolescentes cultiven un vínculo de amoroso con la naturaleza a través de pequeños actos cotidianos de cuidado. Estas acciones les permitirán desarrollar una sensibilidad afectiva hacia los seres vivos y su entorno, reconociendo que la ternura en el cuidado diario fortalece su conexión con la naturaleza.

SIGNOS DE TRANSFORMACIÓN PARA CUIDAR



VÍNCULO EMOCIONAL:

Los niños y niñas expresan cariño y afecto por la naturaleza, mostrando una conexión emocional con las plantas, los animales y el entorno que cuidan.



ACTOS DE CUIDADO AMOROSO:

Participan con entusiasmo en actividades como sembrar flores para abejas, adoptar una planta o alimentar a los pajaritos, reconociendo que esos pequeños actos son una forma de proteger y querer a la naturaleza.



SENSIBILIDAD HACIA LOS SERES VIVOS:

Muestran una actitud más consciente y respetuosa hacia los seres vivos que los rodean, hablando con las plantas, observando a los animales con curiosidad y cuidado, y alimentando a las criaturas del entorno con dedicación.



CAMBIO EN HÁBITOS COTIDIANOS:

Adoptan prácticas cotidianas más sostenibles, como consumir frutas y verduras locales, reducir el consumo de juguetes y cultivar un huerto, sintiendo que sus elecciones diarias tienen un impacto positivo en la naturaleza y que cuidar de la Tierra es parte de su vida.

Amar

Objetivo

Que las niñas, niños y adolescentes desarrollen una relación profunda de amor y respeto con la naturaleza, donde la ternura y la sensibilidad guíen sus acciones. El objetivo es que aprendan a expresar sus sentimientos hacia los seres vivos y los elementos naturales, reconociendo que la naturaleza, al igual que las personas, merece ser amada y cuidada con afecto.

SIGNOS DE TRANSFORMACIÓN



EXPRESIÓN DE AFECTO:

Los niños y niñas demuestran amor hacia los seres vivos que los rodean, ya sea animales, plantas o elementos naturales como las piedras o el agua, mostrándoles respeto y cuidado.



SENSIBILIDAD AUMENTADA:

Se observa una mayor **sensibilidad** en el trato de las niñas y niños hacia la naturaleza, buscando experiencias que los conecten emocionalmente con el entorno natural, como hablar con las plantas o acariciar una piedra al sol.



CULTIVAR SERENIDAD Y GRATITUD:

Las niñas y niños reconocen el cuidado físico y emocional que la naturaleza les oferta diariamente.

Jugar

Objetivo

Invitar a niñas, niños y adolescentes a divertirse en y con la naturaleza, desarrollando una relación lúdica y de amistad con el entorno natural, fortaleciendo su capacidad para descubrir la naturaleza como una amiga, y de aprender y crecer mientras juegan.

SIGNOS DE TRANSFORMACIÓN



DISFRUTE DE LA NATURALEZA:

Los niños y niñas experimentan momentos de alegría y disfrute al interactuar con la naturaleza, viendo el entorno natural como un espacio para divertirse, explorar y aprender a través del juego.



CREATIVIDAD E IMAGINACIÓN:

Al jugar con los elementos naturales, los niños y niñas desarrollan su creatividad e imaginación, inventando historias, juegos y actividades que los conectan de manera lúdica con el mundo natural.



CONEXIÓN AFECTIVA CON LA NATURALEZA:

A través del juego, los niños y niñas construyen una relación emocional con la naturaleza, sintiendo que los elementos naturales como el agua, el sol y los animales son compañeros de juego que merecen respeto y cuidado.



RECONOCIMIENTO DE LA NATURALEZA COMO AMIGA:

Los niños y niñas empiezan a ver la naturaleza como una amiga con quien pueden jugar y conectarse de manera afectiva, fortaleciendo su vínculo con el entorno natural y respetando su valor.

Conectar

Objetivo

Acompañar a niñas, niños y adolescentes a **desarrollar una espiritualidad** conectada con la naturaleza, experimentando paz, inspiración y serenidad a través de momentos de reflexión, gratitud y conexión espiritual con la Madre Tierra.

SIGNOS DE TRANSFORMACIÓN



CONEXIÓN ESPIRITUAL CON LA NATURALEZA:

Los niños y niñas desarrollan una conexión espiritual con la naturaleza, reconociéndola como parte de algo más grande que ellos mismos y sintiendo una profunda relación con los elementos naturales como el sol, las estrellas y el agua.



CULTIVO DE LA PAZ INTERIOR:

A través de la conexión con la naturaleza, los niños y niñas experimentan momentos de serenidad y calma, aprendiendo a cultivar la paz interior mientras disfrutan de la tranquilidad que les brindan los paisajes naturales y los elementos que los rodean.



CONTENCIÓN EMOCIONAL EN LA NATURALEZA:

Los niños y niñas encuentran en la naturaleza un recurso emocional, usándola como un espacio para reflexionar, encontrar consuelo y sentir seguridad, especialmente durante momentos de estrés o emociones intensas.



RECONOCIMIENTO DE LA NATURALEZA COMO FUENTE DE INSPIRACIÓN:

Los niños y niñas reconocen a la naturaleza como una fuente de inspiración que los llena de vitalidad, despertando en ellos el deseo de proteger y agradecer por lo que la Tierra les brinda.

Defender

Objetivo

Fortalecer en niñas, niños y adolescentes el compromiso de **defender y proteger** la naturaleza, alzando sus voces y tomando acción para enfrentar las amenazas ambientales, con un sentido de responsabilidad y justicia climática.

SIGNOS DE TRANSFORMACIÓN



COMPROMISO CON LA DEFENSA DE LOS DERECHOS DE LA NATURALEZA:

Los niños y niñas desarrollan un fuerte compromiso por proteger la naturaleza, reconociendo que la Tierra tiene derechos que deben ser defendidos. Muestran disposición a luchar por esos derechos y a cuidar activamente a la naturaleza.



COMPRESIÓN DE LAS PROBLEMÁTICAS AMBIENTALES:

Los niños y niñas se esfuerzan por comprender las problemáticas que enfrenta la naturaleza, como el calentamiento global o la contaminación, buscando aprender más sobre estas cuestiones para poder aportar soluciones que beneficien tanto a la naturaleza como a las personas.



BÚSQUEDA DE SOLUCIONES SOCIALES Y POLÍTICAS:

Los niños y niñas muestran un deseo genuino de aportar soluciones a los problemas que enfrenta la naturaleza, promoviendo acciones y propuestas sociales y políticas que puedan proteger el planeta y garantizar un futuro sostenible para todos.



RECONOCIMIENTO COMO SUJETOS SOCIALES Y POLÍTICOS:

Los niños y niñas se reconocen como sujetos sociales y políticos, entendiendo que tienen un rol importante en la sociedad y el poder de influir en decisiones que impactan el medio ambiente.



PARTICIPACIÓN COMO SUJETOS POLÍTICOS:

Los niños y niñas comienzan a desempeñarse como sujetos políticos, alzando su voz, creando manifiestos, pancartas o participando en debates y actividades que buscan proteger la naturaleza, demostrando que pueden tomar acción para generar un cambio.

INSTRUCCIONES PARA LOS ADULTOS ACOMPAÑANTES

1 FOMENTAR EL DIÁLOGO AMOROSO

Los adultos acompañantes deben crear un espacio seguro y de confianza donde las niñas y los niños puedan hablar sobre lo que sienten y aprenden durante las actividades. Busca hacer preguntas abiertas y escucha con atención para que las niñas y niños puedan reflexionar sobre su vínculo con la naturaleza.

2 ACOMPAÑAR CON EL EJEMPLO

Los adultos ser un referente del cuidado amoroso de la naturaleza. Al participar activamente en las actividades de ECOTERNURA (cuidando plantas, agradeciendo al agua, jugando con la naturaleza), demuestran la importancia de estas acciones para cuidar y proteger el planeta.

3 FACILITAR LAS ACTIVIDADES SIN IMPONER

Es importante que las niñas y los niños realicen las actividades a su propio ritmo y según sus intereses. Permíteles elegir cómo participar, ya sea mediante el juego, la escritura, el dibujo o la conversación. Acompáñalos en el proceso, pero permite que ellos lideren sus experiencias.

4 PROMOVER LA REFLEXIÓN CON PREGUNTAS DE «SENTIPENSAR»

En cada actividad, utiliza las preguntas de SENTIPENSAR para guiar a los niños y niñas a reflexionar sobre lo que han sentido y aprendido. Esto les ayudará a conectar sus emociones con sus acciones y a comprender mejor su papel como defensores y amigos de la naturaleza.

5 REFORZAR EL COMPROMISO A LARGO PLAZO

Anima a las niñas y niños a que continúen aplicando lo que han aprendido en su vida diaria. Pregúntales cómo pueden seguir cuidando, amando, jugando, conectando y defendiendo la naturaleza cada día. Recuérdales que sus acciones, por pequeñas que sean, tienen un gran impacto en el mundo.

RECUERDA SIEMPRE:

El viaje de ECOTERNURA es más que una serie de actividades; es una manera de vivir en armonía con la naturaleza. Como acompañante, tienes la oportunidad de guiar a niñas, niños y adolescentes para que desarrollen una relación profunda y amorosa con la Tierra. Juntos, podemos inspirar a la próxima generación de guardianes, amigos y defensores de nuestro planeta, ayudando a construir un futuro más justo y sostenible para todos.

Antes de empezar la aventura te invitamos a participar en una encuesta súper divertida para descubrir cómo te conectas con la naturaleza. No te preocupes, no es un examen, ¡es más como un juego! A través de las preguntas, verás lo que ya haces para cuidar a la Tierra y también encontrarás nuevas ideas para seguir aprendiendo y ayudando a la naturaleza. Todos somos importantes para proteger nuestro mundo, y a veces no nos damos cuenta de lo mucho que ya sabemos.

Al final, sabrás más sobre tus fortalezas y también descubrirás cosas que puedes mejorar o aprender. ¡Es una aventura para conocerte mejor y seguir siendo un gran Guardián o Guardiana de la Naturaleza! ¿Listo para empezar?

Instrucciones para Cuidadores y Educadores: Implementación de la Encuesta de Conexión con la Naturaleza

PASO 1

PRESENTAR LA ENCUESTA

Explique a las niñas y niños que la encuesta es un juego divertido para descubrir cómo se conectan con la naturaleza. Asegúreles que no es un examen ni una competencia, sino una oportunidad para que ellos mismos reflexionen sobre sus hábitos, sentimientos y conocimientos sobre su relación con la naturaleza.

PASO 2

ACLARAR DUDAS

Invítelos a completar la encuesta por su cuenta para que sus respuestas reflejen sus propios pensamientos. Sin embargo, ofrézcales tu apoyo si no entienden alguna palabra o pregunta. Recuerde que es importante que respondan de manera auténtica, sin influencia directa.

PASO 3

REVISAR LOS RESULTADOS

Una vez que todos hayan terminado, ayúdalos a sumar las estrellas que obtuvieron. A continuación, guíalos para interpretar sus resultados según las categorías descritas (9-10 estrellas, 6-8 estrellas, 0-5 estrellas). Asegúrate de explicar que no importa cuántas estrellas hayan conseguido, cada uno tiene fortalezas, y siempre hay nuevas formas de mejorar su relación con la naturaleza.

PASO 4

CONVERSAR SOBRE LOS RESULTADOS

Invítalos a reflexionar sobre lo que descubrieron. Puedes hacer preguntas como:

¿Qué aprendiste sobre tu relación con la naturaleza?

¿Cómo te sentiste al hacer la encuesta?

¿Qué podemos hacer juntos para cuidar mejor de la naturaleza?

PASO 5

INVÍTALOS A SER PARTE DEL PROYECTO DE ECOTERNURA

Una vez que hayan compartido sus pensamientos, propongan la idea de ser parte del proyecto de ECOTERNURA, donde descubrirán cómo cuidar, amar, jugar, conectar y defender la naturaleza.

RECUERDA: el objetivo de esta actividad es motivar a las niñas y niños a sentirse orgullosos de lo que ya hacen, y entusiasmarlos para seguir aprendiendo y cuidando la naturaleza de manera creativa y consciente.

ENCUESTA: ¡DESCUBRE TU CONEXIÓN CON LA NATURALEZA!

¡Hola! Te invitamos a una aventura para explorar cómo te conectas con la naturaleza. No hay respuestas incorrectas, lo importante es lo que sientas y descubras. Al final, podrás conocer tu propio camino como Guardián o Guardiana de la naturaleza. ¡Vamos allá!

1. ¿Tienes zonas verdes o naturaleza cerca de dónde vives?

(Como un jardín, arboles, bosques, río, mar, etc. donde puedas ir a visitarlo)

SÍ NO

2. ¿Tienes la práctica de cuidar de la naturaleza todos los días?

(Por ejemplo: regar plantas, cuidar animalitos o mascotas, o recoger basura)

SÍ NO

3. ¿Sientes amor y cariño por la naturaleza?

(Por ejemplo: abrazas los árboles, te entristeces cuando destruyen los bosques o contaminan los ríos)

SÍ NO

4. ¿Alguna vez sientes que la naturaleza te escucha?

(Por ejemplo, cuando hablas al viento, abrazas un árbol, o escuchas el río)

SÍ NO

5. ¿La naturaleza te hace sentir mejor cuando estás triste o preocupado(a)?

(Por ejemplo, caminar en el parque, escuchar pájaros, o sentarte bajo el sol)

SÍ NO

6. ¿Conoces alguna historia o saber de los pueblos originarios/ indígenas sobre cómo cuidar la naturaleza?

(Por ejemplo, prácticas de cuidado ancestral de la Madre Tierra, o rituales para agradecer a la naturaleza)

SÍ NO

7. ¿Te gusta jugar en la naturaleza?

(Como correr, trepar árboles, construir cosas con hojas y ramas, o buscar insectos)

SÍ NO

8. ¿Cultivas un huerto o un jardín?

(Por ejemplo, cultivas un jardín o un huerto de vegetales orgánicos en tu escuela o comunidad.)

SÍ NO

8. ¿Cultivas un huerto o un jardín?

(Por ejemplo, cultivas un jardín o un huerto de vegetales orgánicos en tu escuela o comunidad.)

SÍ NO

9. ¿Participas de actividades de defensa de la naturaleza?

(Por ejemplo, participar de marchas o protestas pacíficas en tu escuela o comunidad, participar organización o club de niñas y niños y adolescentes que defienden los derechos de la naturaleza.)

SÍ NO

10. ¿El problema del calentamiento global es algo importante para ti?

(Por ejemplo, te gusta leer, investigar y aprender cosas nuevas sobre cómo prevenir el calentamiento global.)

SÍ NO

¡TU RESULTADO!

Suma 1 estrella ★ por cada "Sí" que marcaste luego lee lo que significa abajo:

9-10 estrellas: ★★★★★★★★★★

¡Eres un Gran Guardián de la Naturaleza! La Tierra y todos sus seres vivos son tus grandes amigos. Ya has aprendido mucho sobre cómo cuidar la naturaleza, pero siempre hay más que explorar. ¡Sigue escuchando, protegiendo y amando la naturaleza! El proyecto ECOTERNURA tiene nuevas aventuras para ti, ¿te atreves?

6-8 estrellas: ★★★★★★★★

¡Vas por el buen camino! Estás muy conectado(a) con la naturaleza y ya haces muchas cosas para cuidarla. Con más aventuras y aprendizajes en ECOTERNURA, puedes convertirte en un Gran Guardián. ¡Sigue explorando la naturaleza y descubrirás aún más formas de protegerla!

0-5 estrellas: ★★★★★

¡Es solo el comienzo! La naturaleza tiene mucho para enseñarte y tú tienes mucho por descubrir. ECOTERNURA te ayudará a conectar con la naturaleza de una forma divertida y amorosa. ¡Prepárate para vivir nuevas aventuras y aprender cómo ser un Guardián de la Tierra!

ECOTERNURA

TEMA

CUIDAR LA NATURALEZA



¡Hola, GUARDIANES DE LA NATURALEZA!

Esta guía es una emocionante invitación para vivir la “ECOTERNURA”. ¡Una idea creativa que nos anima a todas y todos a cultivar una relación de cuidado amoroso y fraterno con la NATURALEZA!

¿Por qué es importante ser un GUARDIÁN DE LA NATURALEZA?

Ser un GUARDIÁN DE LA NATURALEZA significa ser alguien que ama, cuida y protege la NATURALEZA con mucho cariño y dedicación. ¡Tú puedes ser este guardián!

Nuestro planeta está sufriendo por la destrucción de bosques y la contaminación de nuestras fuentes de agua. Esto afecta a todas las niñas y niños, quienes enfrentan importantes consecuencias debido al maltrato y la violencia contra la NATURALEZA. Uno de los problemas más serios que enfrentamos es el calentamiento global, que cambia el clima y la vida en nuestro hermoso planeta.

El calentamiento global sucede principalmente por acciones humanas, como el uso excesivo de combustibles fósiles, la tala de árboles y la contaminación. Si no cambiamos la manera en que nos relacionamos con la NATURALEZA, estos problemas seguirán creciendo. ¡Pero aquí es donde entra la ECOTERNURA! Al adoptar esta hermosa idea, buscamos transformar nuestras vidas promoviendo acciones que cuiden con amor a la NATURALEZA y fomenten un planeta más sostenible.

A través de las actividades de esta guía, queremos que tú, como niña o niño, cultives un lazo de amor y respeto por la NATURALEZA. Cada acción que realices ayudará a frenar el calentamiento global y a proteger nuestra amiga LA NATURALEZA.

¡JUNTOS PODEMOS CUIDAR
LA NATURALEZA!

ACCIONES PARA CUIDAR DE LA NATURALEZA

ORIENTACIONES: lee con mucha curiosidad y atención las seis ideas creativas de ECOTERNURA para el cuidado de la naturaleza. Después, elige una o dos que más te gusten y ponlas en práctica.



1 SEMBRAR FLORES PARA ABEJAS

¿Por qué?: Las abejas son esenciales para la polinización de muchas plantas. Al sembrar flores que atraen a estos polinizadores, ayudamos a que la biodiversidad crezca y a mantener un ecosistema saludable.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Pide ayuda a un adulto para elegir un lugar en el jardín o en una maceta.

Paso 2: Consigue semillas de flores que atraigan a las abejas (como mejoranas, girasoles, borraja, dalias abiertas o lavanda).

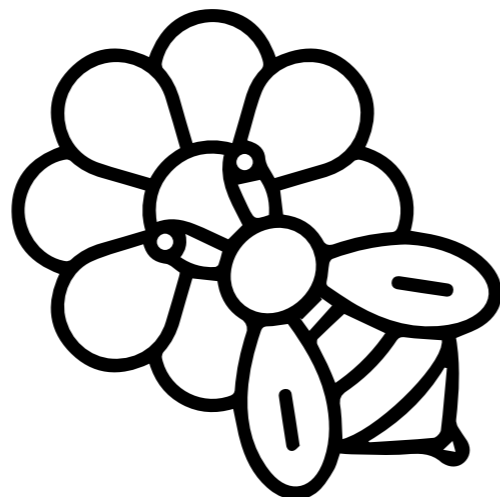
Paso 3: Planta las semillas en la tierra y riégalas bien.

Paso 4: Observa con mucha atención cómo crecen las flores y si llegan abejas o mariposas.

SENTIPENSAR:

¿Qué aprendiste sobre las abejas y su importancia al plantar flores?

¿Cómo te sentiste al verlas venir?



2 ALIMENTARSE CON FRUTAS Y VERDURAS LOCALES

¿Por qué?: Alimentarse con productos locales ayuda a reducir la contaminación causada por el transporte y apoya a los agricultores de tu comunidad. Además, consumir alimentos de temporada significa que son más frescos y nutritivos.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Investiga cuáles son las frutas y verduras de temporada en tu comunidad.

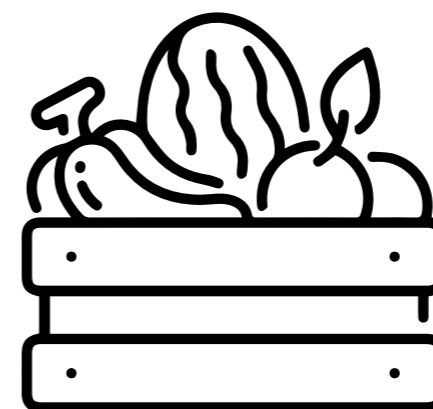
Paso 2: Haga un calendario anual de frutas y verduras de temporada. Anote en cada mes las frutas y verduras de temporada.

Paso 3: Pregunte sobre las frutas y verduras de temporada que más les gusta a tus amigos y familiares.

Paso 4: Comparte tus frutas y verduras de temporada con amigos, invitándolos a disfrutar de alimentos frescos.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al compartir las frutas y verduras de temporada con los familiares y amigos? ¿Qué aprendiste sobre la importancia de alimentarse con frutas y verduras de temporada?



3 COMPRAR MENOS JUGUETES Y SER MÁS CREATIVOS

¿Por qué?: Reducir la compra de juguetes ayuda a disminuir la cantidad de desechos y a cuidar los recursos del planeta. Además, usar nuestra imaginación para jugar fomenta la creatividad y la invención.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Antes de comprar un juguete, pregunta a tus padres si hay alguna forma de jugar sin comprar algo nuevo.

Paso 2: Usa materiales reciclados (como cajas, botellas o papel) para crear tus propios juegos.

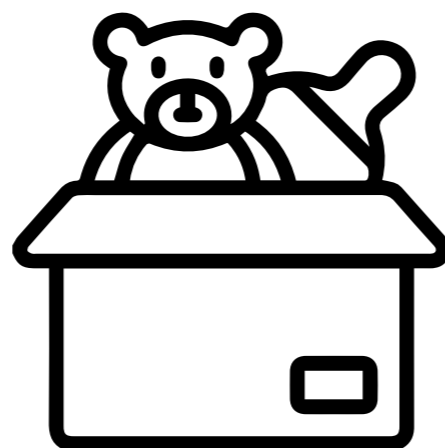
Paso 3: Organiza un intercambio de juguetes con amigos para cambiar aquellos que ya no uses.

Paso 4: Diviértete creando nuevos juegos y comparte tus ideas con tus amigos para que también se animen a ser creativos.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al crear tus propios juegos?

¿Qué juguetes has intercambiado y cuál fue tu experiencia?



4 ALIMENTAR A LOS PAJARITOS

¿Por qué?: Alimentar a los pájaros es una forma de ayudarles a sobrevivir, especialmente en temporadas difíciles. Además, observar a los pájaros nos conecta con la vida silvestre y nos enseña sobre el ecosistema.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Consigue materiales reciclados como botellas de plástico o latas.

Paso 2: Pide ayuda a un adulto para hacer un comedero. Puedes cortar una botella y colocar semillas dentro.

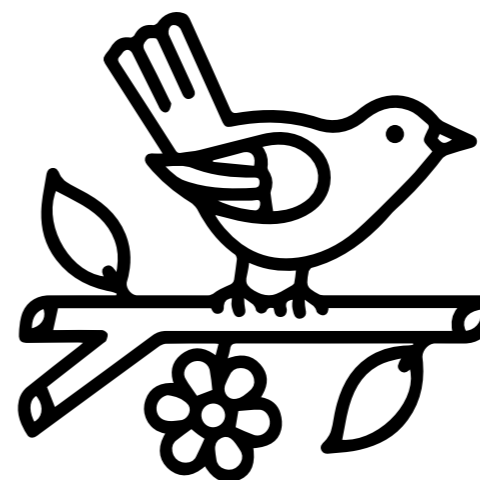
Paso 3: Cuélgalo en un árbol o en tu balcón.

Paso 4: Observa los pájaros que vienen a comer.

SENTIPENSAR:

¿Qué tipo de pájaros has visto alimentarse en tu comedero?

¿Cómo te sentiste al ayudar a estas aves?



5 CULTIVAR UN HUERTO ORGÁNICO

¿Por qué?: Cultivar tu propia comida no solo es divertido, sino que también te enseña sobre la responsabilidad y el respeto hacia la naturaleza. Además, los alimentos orgánicos son más saludables y no utilizan químicos dañinos.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Encuentra un pequeño espacio en el jardín o en una maceta.

Paso 2: Escoge semillas de vegetales que te gusten (como tomates o lechugas).

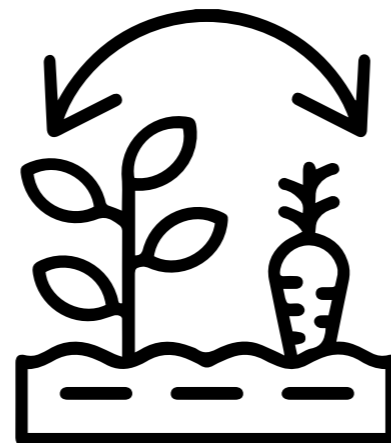
Paso 3: Planta las semillas, riégalas y cuídalas mientras crecen.

Paso 4: Cuando estén listas, comparte tus vegetales con amigos y familiares.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al cuidar tu propio huerto?

¿Qué descubriste sobre el proceso de crecimiento de las plantas?



6 ADOPTAR UNA PLANTA

¿Por qué?: Cuidar de una planta te enseña sobre el ciclo de la vida y cómo cada ser vivo requiere cuidados para vivir. Además, observar el crecimiento de una planta puede ser muy gratificante.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Elige una planta que te guste (puede ser una suculenta, un cactus o un pequeño árbol).

Paso 2: Pide a un adulto que te ayude a seleccionar una de tu propio jardín o de un familiar o amigo que te quiera colaborar.

Paso 3: Ponle un nombre a tu planta y averigua los cuidados especiales que necesita. Ponlos en práctica cada día.

Paso 4: Saluda a tu planta todos los días y observa atentamente cómo va creciendo.

SENTIPENSAR:

¿Qué te hace sentir al cuidar de una planta?

¿Has notado cambios en su crecimiento?

RECUERDA SIEMPRE:

Cada acción que realices es un paso hacia un mundo más saludable. Recuerda que tú, como GUARDIÁN DE LA NATURALEZA, tienes el poder de hacer una diferencia. ¡Juntos podemos cuidar de la NATURALEZA y disfrutar de la belleza de nuestro planeta!

ECOTERNURA

TEMA

AMAR LA NATURALEZA



¡Hola, GUARDIANES DEL AMOR POR LA NATURALEZA!

Esta guía es una oportunidad para que vivas la ECOTERNURA amando profundamente la naturaleza que nos rodea. El amor no es solo un sentimiento, es una fuerza que nos impulsa a cuidar todo aquello que valoramos.

Cuando amamos la naturaleza, nos damos cuenta de que es más que un conjunto de cosas; es un ser vivo que nos cuida todos los días con su aire, agua, árboles y animales. Pero, tristemente, la naturaleza está sufriendo porque no siempre la tratamos con ese amor. Muchas veces, la vemos solo como algo que se explota, y no como un ser al que debemos cuidar.

Por eso, en esta guía te invitamos a cultivar una relación de amor verdadero con la naturaleza. Al realizar estas actividades, estarás demostrando que la naturaleza merece ser amada, protegida y respetada.

ACCIONES PARA AMAR A LA NATURALEZA

ORIENTACIONES: lee con mucha curiosidad y atención las seis ideas creativas de ECOTERNURA para el cuidado de la naturaleza. Después, elige una o dos que más te gusten y ponlas en práctica.

1 CULTIVAR UNA RELACIÓN DE AMOR Y RESPETO CON LOS ANIMALES

¿Por qué?: Los animales son seres vivos que sienten y dependen de nosotros para vivir en paz. Cuando los tratamos con respeto y amor, ellos también nos enseñan a ser cuidadosos con la naturaleza.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Si tienes una mascota, tómate un momento cada día para acariciarla y pasar tiempo con ella. Pregúntale a un adulto si puedes darle agua fresca o una comida especial como recompensa por ser parte de tu vida.

Paso 2: Observa con cuidado cómo se comporta tu mascota y cómo responde a tu cariño. Esto te ayudará a entender lo que necesita y cómo puedes cuidarla mejor.

Paso 3: Cuando veas a un animal en peligro, como un ave herida, avisa a un adulto para que lo ayude.

Paso 4: Si ves a otros animales en la naturaleza, como pájaros o mariposas, míralos con respeto. No los persigas ni los asustes, simplemente disfrútalos desde la distancia.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al cuidar a un animal o al observarlo en la naturaleza?

¿Qué otras acciones puedes llevar a cabo para cultivar una relación de amor y respeto con los animales?



2 SER ACARICIADO POR LAS OLAS DEL MAR O POR LAS AGUAS DEL RÍO

¿Por qué?: El agua es vida. Cuando sientes el agua acariciar tu piel, te conectas con uno de los regalos más preciosos de la naturaleza. Es como si la naturaleza misma te abrazara.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Cuando estés cerca de un río, lago o mar, acércate al agua con respeto y amor.

Paso 2: Mete tus manos o pies en el agua, cierra los ojos y siente cómo el agua te toca suavemente.

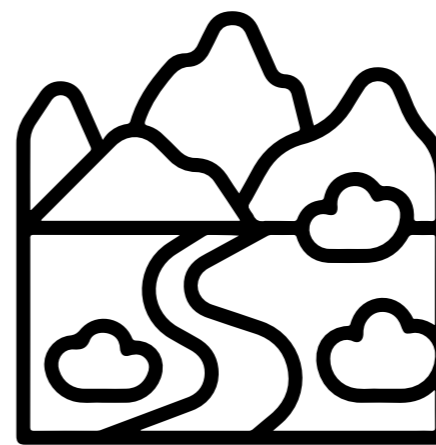
Paso 3: Agradece por la frescura y la paz que el agua te da. Respira profundamente y deja que el agua te haga sentir parte de la naturaleza.

Paso 4: Prométete a ti mismo cuidar siempre el agua, no tirando basura en ríos o mares, para que siempre esté limpia y pura.

SENTIPENSAR:

¿Qué sentiste cuando el agua tocó tu piel?

¿Qué mensaje darías a tus amigos sobre cómo amar el agua?



3 HABLAR CON LAS PLANTAS

¿Por qué?: Las plantas son seres vivos que crecen, respiran y nos dan alimento y sombra. Hablarles es una manera especial de demostrarles nuestro amor y gratitud por todo lo que hacen por nosotros.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Encuentra una planta en casa, el jardín o el parque que te guste mucho.

Paso 2: Cada día, acércate a tu planta y dile algo bonito. Puedes decirle "Gracias por crecer tan bonita" o "Te ves muy verde y fuerte hoy".

Paso 3: Si ves que su tierra de tu planta está seca, mójala con cuidado y amor. agua.

Paso 4: Cada vez que le hables con tu planta, observa cómo cambia y crece, recordando que el amor que le das también la ayuda a estar sana y hermosa.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al hablarle a tu planta y cuidarla?

¿Qué descubriste sobre el efecto del cuidado amoroso en el crecimiento de las plantas?



4 HACER UN DIARIO DE LA NATURALEZA

¿Por qué?: Escribir o dibujar lo que amas de la naturaleza te ayuda a ver la belleza en las cosas pequeñas, como el canto de un pájaro o el brillo del sol. Es una forma de guardar en el corazón esos momentos de amor por el planeta.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Consigue un cuaderno donde puedas escribir o dibujar tus experiencias con la naturaleza.

Paso 2: Cada día, escribe algo que hayas notado: puede ser una flor que viste, el color del cielo o el sonido del viento.

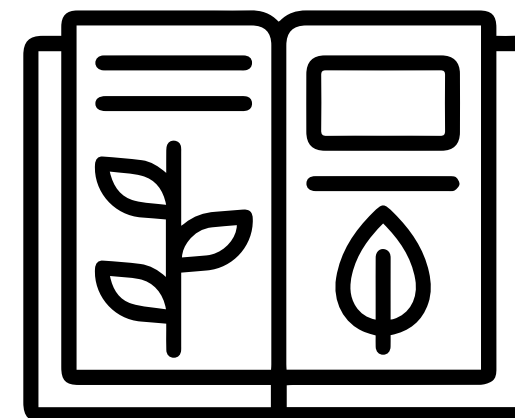
Paso 3: Si prefieres, puedes hacer un dibujo. Pinta lo que más te guste de la naturaleza.

Paso 4: Cuando leas o mires tu diario, piensa en todas las cosas maravillosas que la naturaleza te ha dado y cómo puedes devolverle ese amor cuidándola.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al escribir o dibujar sobre la naturaleza?

¿Cómo conectar con la belleza de la naturaleza puede cambiar tu día?



5 ACARICIAR UNA PIEDRA TIBIA AL SOL

¿Por qué?: Las plantas son seres vivos que crecen, respiran y nos dan alimento y sombra. Hablarles es una manera especial de demostrarles nuestro amor y gratitud por todo lo que hacen por nosotros.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Encuentra una planta en casa, el jardín o el parque que te guste mucho.

Paso 2: Cada día, acércate a tu planta y dile algo bonito. Puedes decirle "Gracias por crecer tan bonita" o "Te ves muy verde y fuerte hoy".

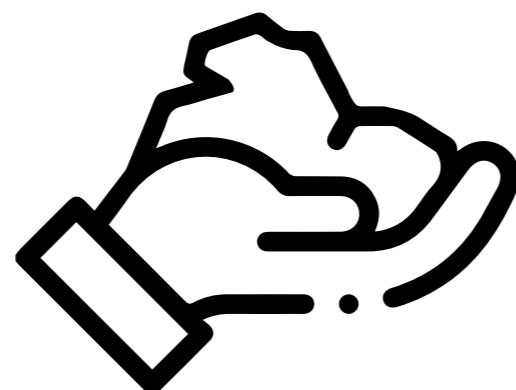
Paso 3: Si ves que su tierra de tu planta está seca, mójala con cuidado y amor. agua.

Paso 4: Cada vez que le hables con tu planta, observa cómo cambia y crece, recordando que el amor que le das también la ayuda a estar sana y hermosa.

SENTIPENSAR:

¿Qué sentiste al acariciar la piedra tibia por el sol?

¿Qué descubriste sobre el abrigo que te brinda el sol?



6 INVENTAR UN POEMA PARA UN ÁRBOL O UNA FLOR

¿Por qué?: La naturaleza nos inspira con su belleza. Crear un poema para un árbol o una flor es una forma divertida de decirle cuánto la queremos y lo mucho que significa para nosotros.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Elige un árbol o una flor que te guste y siéntate cerca de ella.

Paso 2: Observa cómo es: su color, su forma, si tiene flores o frutas. Imagina que es tu amigo.

Paso 3: Piensa en cómo te hace sentir ese árbol o flor. Puedes escribir algo como "Eres tan fuerte y alto, me gusta tu sombra" o "Tus pétalos son suaves como el viento".

Paso 4: Léelo en voz alta frente al árbol o la flor, y sonríe sabiendo que has creado algo hermoso para la naturaleza.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al escribir un poema para el árbol o la flor?

¿Qué pensamientos te inspira la belleza de la naturaleza?

RECUERDA SIEMPRE:

Cada acción que hagas por amar la naturaleza es una forma de protegerla. Como GUARDIÁN DEL AMOR POR LA NATURALEZA, tienes la oportunidad de hacer que el mundo sea más bonito y respetuoso. ¡El amor que das a la naturaleza, la naturaleza te lo devolverá siempre!

ECOTERNURA

TEMA

JUGAR CON LA NATURALEZA



¡Hola, GUARDIANES DEL JUEGO EN LA NATURALEZA!

Cuando jugamos, creamos amistades, ya sea con otras personas o con el mundo que nos rodea. ¡Jugar es una forma mágica de convertirnos en amigos de la naturaleza! Cada vez que jugamos, creamos vínculos especiales, del mismo modo que lo hacemos cuando jugamos con otros niños y niñas. Además, jugar es un derecho muy importante resguardado por la Convención de los Derechos de la Niñez. ¡Esto significa que todos los niños y niñas del mundo tienen derecho a jugar y divertirse de una manera que los ayude a crecer felices y sanos!

Pero ¿sabías que también podemos jugar con la naturaleza? La naturaleza siempre está lista para jugar con nosotros: las nubes nos invitan a imaginar formas, las sombras nos retan a atraparlas, y la lluvia nos invita a bailar bajo sus gotas. ¡Vamos a descubrir cómo divertimos con la naturaleza mientras la cuidamos y la amamos!

ACCIONES PARA JUGAR CON LA NATURALEZA

ORIENTACIONES: lee con mucha curiosidad y atención las seis ideas creativas de ECOTERNURA para el cuidado de la naturaleza. Después, elige una o dos que más te gusten y ponlas en práctica.

1 JUGAR A SER UN ANIMAL

¿Por qué?: Los animales nos enseñan muchas cosas sobre la vida en la naturaleza. Al jugar a ser un animal, podemos imaginar cómo viven, cómo se mueven y qué sienten al estar en su entorno. ¡Es una manera divertida de conectarnos con ellos!

Cómo hacerlo:

Paso 1: Elige tu animal favorito. Puede ser un pájaro, un conejo, un pez o cualquier otro que te guste.

Paso 2: Observa cómo se mueve ese animal. ¿Corre rápido, salta, vuela o nada? Imita sus movimientos con mucho entusiasmo.

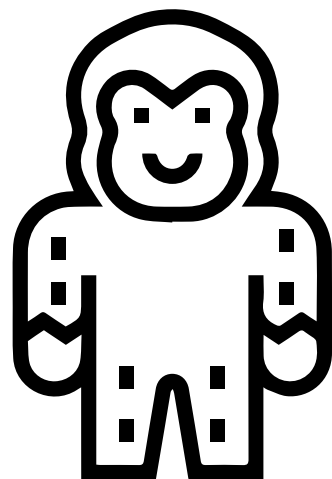
Paso 3: Crea un pequeño "hábitat" para tu animal imaginario, usando ramas, hojas o piedras. Esto será su hogar.

Paso 4: Juega a ser ese animal por un rato. ¡Inventa historias sobre cómo vive y qué aventuras tiene en la naturaleza!

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al moverte como un animal?

¿Qué descubriste sobre la vida de los animales en la naturaleza al jugar?



2 BAILAR BAJO LA LLUVIA

¿Por qué?: La lluvia es un regalo de la naturaleza que limpia y refresca todo lo que toca. Bailar bajo la lluvia es una forma de sentir la libertad y frescura que nos ofrece la naturaleza, como si cada gota fuera una caricia amorosa.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Cuando empiece a llover suavemente, sal a un lugar seguro donde puedas mojar te sin problemas.

Paso 2: Extiende los brazos, cierra los ojos y siente las gotas de agua cayendo sobre ti.

Paso 3: Comienza a moverte con la lluvia, girando, saltando o bailando como más te guste.

Paso 4: Deja que la lluvia te haga sentir parte de la naturaleza y disfruta cada momento bajo las gotas.

SENTIPENSAR:

¿Qué sentiste al bailar bajo la lluvia?

¿Qué te enseñó la lluvia sobre la frescura y la libertad?



3 DIBUJAR CORAZONES EN LA ARENA O LA TIERRA

¿Por qué?: Cuando dibujamos en la tierra o en la arena, dejamos un mensaje de amor y gratitud para la naturaleza. Es una forma de conectarnos con ella de manera creativa, usando lo que nos ofrece para expresar lo que sentimos.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Encuentra un espacio de tierra o arena en un parque, en la playa o en el jardín.

Paso 2: Usa un palo o tus dedos para dibujar corazones, estrellas o cualquier forma que te inspire.

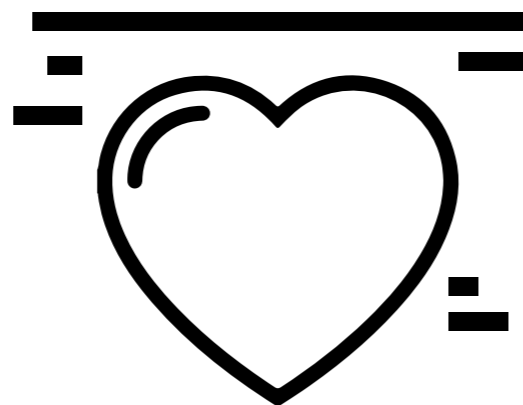
Paso 3: Mientras dibujas, piensa en lo que la naturaleza significa para ti. ¿Qué te gusta de ella?

Paso 4: Deja tu dibujo como un pequeño regalo para la naturaleza, sabiendo que el viento o el agua lo borrarán, pero tu amor quedará.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al dibujar en la tierra o la arena?

¿Qué mensaje dejaste para la naturaleza con tu dibujo?



4 BUSCAR FORMAS EN LAS NUBES

¿Por qué?: Las nubes son como lienzos en el cielo, cambiando de forma y tamaño. Al observarlas, usamos nuestra imaginación para inventar personajes, animales y objetos. ¡Es una forma divertida de soñar y de sentirnos conectados con el cielo!

Cómo hacerlo:

Paso 1: Encuentra un lugar cómodo al aire libre donde puedas acostarte, como una manta en el pasto.

Paso 2: Mira al cielo y observa las nubes. ¿Qué formas ves? ¿Parece algún animal, una cara o un objeto?

Paso 3: Imagina historias sobre las formas que ves en las nubes. ¿Qué aventuras podrían tener en el cielo?

Paso 4: Comparte tus historias con un amigo o familiar, y juntos pueden inventar más historias.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al mirar las formas de las nubes?

¿Qué aprendiste sobre la imaginación y la belleza del cielo?



5 ATRAPAR SOMBRAS CON EL SOL

¿Por qué?: El sol y nuestras sombras nos invitan a jugar de manera creativa. Al intentar "atrapar" nuestras sombras o las de otros, jugamos con la luz de una manera divertida y diferente, conectándonos con los elementos del día.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Elige un día soleado y sal a un espacio abierto donde puedas ver claramente las sombras.

Paso 2: Corre o camina mientras observas cómo tu sombra cambia de forma y tamaño. ¿Puedes atraparla o adelantarla?

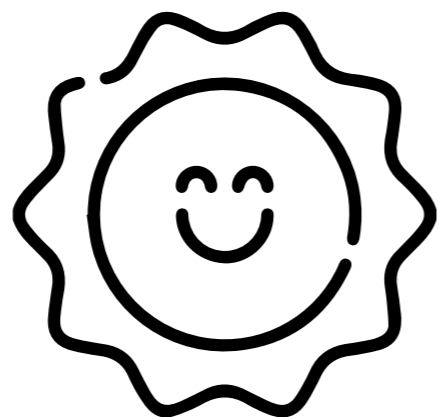
Paso 3: Juega con un amigo o familiar, intentando "atrapar" las sombras de cada uno. ¡Es un reto divertido!

Paso 4: Mientras juegas, observa cómo la luz del sol hace que todo tenga una sombra, y disfruta de la energía del sol mientras juegas.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al jugar con las sombras?

¿Qué descubriste sobre la luz y las sombras mientras jugabas?



RECUERDA SIEMPRE:

Jugar con la naturaleza es más que divertirse, es una forma de conectar con el mundo que nos rodea, de sentirnos parte de él y de aprender a amarlo y respetarlo. Como GUARDIANES DEL JUEGO EN LA NATURALEZA, ¡tienes el poder de cuidar la naturaleza mientras juegas y disfrutas!

La naturaleza siempre está lista para ser tu amiga, solo tienes que abrir tu corazón y dejarte llevar por la magia de jugar al aire libre. ¡Cada juego es una nueva aventura en este hermoso planeta!

ECOTERNURA

TEMA

CONECTAR CON LA NATURALEZA



¡Hola, GUARDIANES DE LA CONEXIÓN ESPIRITUAL CON LA NATURALEZA!

¿Sabías que podemos conectarnos de manera espiritual y amorosa con la naturaleza? La **naturaleza es generosa** y nos ofrece elementos que nos traen serenidad, paz y una profunda conexión con nosotros mismos y el mundo que nos rodea. Cosas tan sencillas como la luna que nos ilumina por las noches, el sol que nos da calor y vida, o las flores que nos alegran con sus colores y aromas, nos inspiran y nos ayudan a convivir en armonía con las personas y con la naturaleza.

Cuando **nos conectamos espiritualmente con la naturaleza**, aprendemos a sentir su energía y a valorarla como una parte importante de nuestra vida. Esta conexión nos enseña a **cultivar la espiritualidad**: una forma de entender y apreciar lo que nos rodea desde lo más profundo de nuestro ser, generando amor, respeto y gratitud hacia la NATURALEZA y todos sus seres vivos.

En esta guía de **CONECTAR**, te invitamos a descubrir cómo fortalecer ese vínculo espiritual con la naturaleza. Cada una de las actividades que te proponemos te ayudará a sentir la energía y la vida de la naturaleza en tu interior, y a disfrutar de momentos de paz y conexión profunda.

ACCIONES PARA CONECTAR CON LA NATURALEZA

ORIENTACIONES: lee con mucha curiosidad y atención las seis ideas creativas de ECOTERNURA para el cuidado de la naturaleza. Después, elige una o dos que más te gusten y ponlas en práctica.

1 CONTARLE HISTORIAS A LAS ESTRELLAS

¿Por qué?: Las estrellas son como pequeñas luces en el cielo que nos observan desde lejos. Al contarles historias, sentimos su compañía y nos conectamos con la inmensidad del universo, lo que nos inspira a soñar y reflexionar.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Busca una noche despejada y sal a un lugar donde puedas ver las estrellas.

Paso 2: Siéntate o acuéstate, mira hacia el cielo y elige una estrella que te guste.

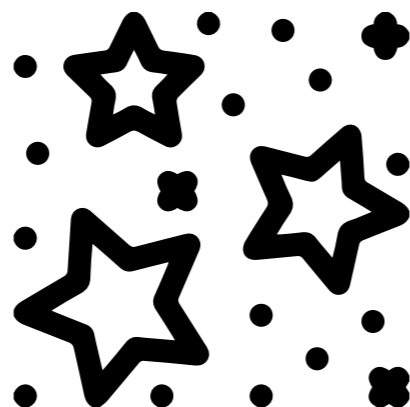
Paso 3: Inventa una historia para esa estrella. Puede ser una aventura, un sueño o algo que hayas imaginado.

Paso 4: Cuéntale en voz alta tu historia a la estrella, sintiendo que te escucha y brilla más fuerte con cada palabra.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al mirar las estrellas y contarles una historia?

¿Qué descubriste sobre la conexión entre el cielo, las estrellas y tus propios sueños?



2 DAR LAS BUENAS NOCHES A LAS PLANTAS Y ANIMALES

¿Por qué?: Despedirnos de las plantas y los animales antes de dormir es una manera especial de agradecerles por compartir su día con nosotros. Es un momento de paz y conexión que nos recuerda que somos parte de un mismo mundo.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Antes de ir a dormir, sal a tu jardín o asómate por la ventana.

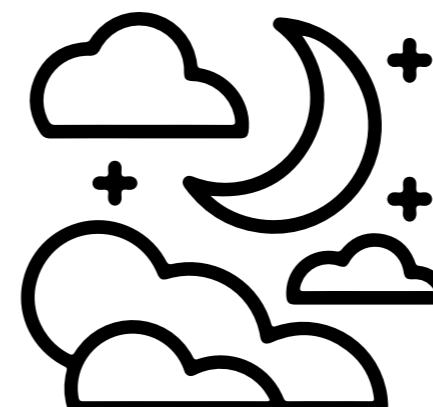
Paso 2: Busca una planta o un animal que hayas visto durante el día.

Paso 3: Dile buenas noches y agrádecele por estar ahí, cuidando de la naturaleza junto a ti.

Paso 4: Piensa en cómo esa planta o animal descansará para estar fuerte y saludable al día siguiente.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al despedirte de las plantas o animales antes de dormir? ¿Qué te enseñó este gesto sobre la importancia de cuidar y respetar a los seres vivos?



3 DECIR "GRACIAS" AL AGUA ANTES DE BEBERLA

¿Por qué?: El agua es un regalo de la naturaleza que nos da vida. Al agradecerle antes de beberla, reconocemos su valor y nos conectamos con la naturaleza de una manera muy especial.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Antes de tomar agua, detente un momento y mírala en tu vaso.

Paso 2: Piensa en todo el recorrido que ha hecho esa agua desde los ríos, montañas o lluvias hasta llegar a ti.

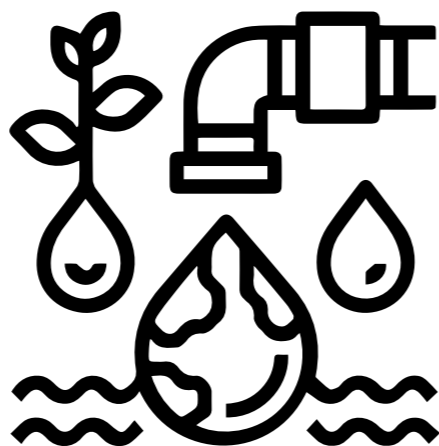
Paso 3: Di en voz alta o en tu mente: "Gracias, agua, por darme vida y saciar mi sed".

Paso 4: Bebe el agua despacio, sintiendo cómo te refresca y te da energía.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al agradecerle al agua antes de beberla?

¿Qué descubriste sobre el valor del agua y cómo cuidarla mejor?



4 AGRADECER AL SOL CADA DÍA

¿Por qué?: El Sol es la fuente de vida para todo lo que existe en la naturaleza. Agradecerle cada día nos ayuda a reconocer su poder y su generosidad al darnos luz y calor.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Al amanecer o durante el día, busca un momento para mirar hacia el cielo y sentir el calor del Sol en tu piel.

Paso 2: Cierra los ojos y respira profundamente, sintiendo la energía que el Sol te da.

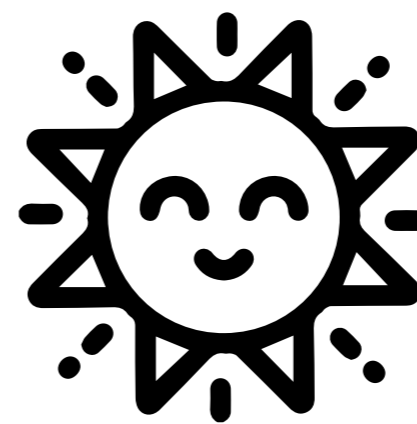
Paso 3: Di en voz alta o en tu mente: "Gracias, Sol, por darme tu luz y tu calor".

Paso 4: Toma unos minutos para disfrutar de ese momento, pensando en cómo el Sol cuida de todos los seres vivos.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al agradecerle al Sol por su luz y calor?

¿Qué te hace reflexionar sobre la importancia del Sol para la vida en la Tierra?



5 SENTARSE BAJO UN ÁRBOL A LEER O DESCANSAR

¿Por qué?: Los árboles nos ofrecen sombra y protección. Sentarse bajo un árbol nos permite disfrutar de su compañía y conectarnos con la serenidad que nos brinda la naturaleza.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Encuentra un árbol que te guste en el parque o en tu jardín.

Paso 2: Siéntate bajo su sombra con un libro o simplemente para descansar.

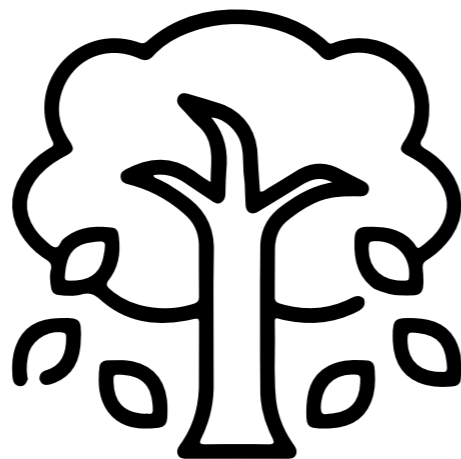
Paso 3: Mientras lees o descansas, escucha los sonidos alrededor: el viento en las hojas, los pájaros o el silencio.

Paso 4: Disfruta del tiempo que pasas bajo el árbol, sintiendo su protección y calma.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al sentarte bajo el árbol?

¿Qué aprendiste sobre la paz y el refugio que nos ofrecen los árboles?



6 ABRAZAR LA LUNA

¿Por qué?: La luna nos acompaña cada noche con su luz suave. Al abrazarla simbólicamente, nos conectamos con su energía tranquila y misteriosa, lo que nos ayuda a sentirnos parte del universo.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Sal por la noche y busca la luna en el cielo.

Paso 2: Abre los brazos hacia la luna, como si quisieras darle un gran abrazo.

Paso 3: Cierra los ojos e imagina que la luz de la luna te envuelve y te llena de calma.

Paso 4: Agradece a la luna por su luz y compañía durante la noche, sintiendo su energía en tu corazón.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al abrazar simbólicamente a la luna?

¿Qué te enseñó la luna sobre la tranquilidad y la conexión con el universo?

RECUERDA SIEMPRE:

Conectarse con la naturaleza no solo **nos llena de paz y alegría**, también nos ayuda a descubrir lo valiosa que es en nuestras vidas. disfrutar de la belleza de nuestro planeta!

Como **GUARDIANES DE LA CONEXIÓN CON LA NATURALEZA**, podemos aprender a sentir la vitalidad de la Tierra y a cuidar de ella con gratitud y amor. ¡Cada momento de conexión es una oportunidad para crecer y para fortalecer nuestro vínculo con la naturaleza que nos rodea!

ECOTERNURA

TEMA

DEFENDER LA NATURALEZA



¡Hola, **GUARDIANES DE LA DEFENSA DE LA NATURALEZA!**

Todo lo que hemos cuidado y amado merece ser **defendido con valor y solidaridad**. Cuando cuidamos de algo que amamos, como nuestra familia, nuestros amigos o la naturaleza, nos sentimos responsables de protegerlo. Hoy, más que nunca, nuestra hermosa amiga NATURALEZA está **sufriendo**. Los bosques están siendo talados, los ríos contaminados y los animales pierden sus hogares. La naturaleza necesita niños y niñas que no solo la cuiden, sino que también se conviertan en **defensores** dispuestos a protegerla con amor.

Como niñas y niños, tienen el **derecho a participar y ser escuchados** en las decisiones que afectan su mundo. Defendiendo la naturaleza, también ayudan a prevenir los impactos del **calentamiento global**, que ya está afectando a nuestro planeta. Esta lucha por la **justicia climática** no es solo de los adultos; ¡ustedes también son importantes y pueden hacer una gran diferencia con sus acciones!

En esta guía, aprenderás cómo puedes convertirte en un defensor activo de la naturaleza y alzar tu voz para protegerla. Cada actividad te llevará a descubrir cómo ser un guardián lleno de amor y solidaridad por la NATURALEZA.

ACCIONES PARA DEFENDER LA NATURALEZA

ORIENTACIONES: lee con mucha curiosidad y atención las seis ideas creativas de ECOTERNURA para el cuidado de la naturaleza. Después, elige una o dos que más te gusten y ponlas en práctica.

1 CREAR UN MANIFIESTO DE DEFENSA ECOLÓGICA

¿Por qué?: Un manifiesto es una declaración donde expresas tus ideas y compromisos. Al crear uno, puedes compartir con otros tu deseo de defender la naturaleza y animar a más personas a unirse a esta misión.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Reúne papel y colores para escribir o dibujar tu manifiesto. Pide a tus amigos o familiares que te ayuden si lo desean.

Paso 2: Piensa en tres cosas importantes que quieras proteger en la naturaleza. Pueden ser los árboles, los animales o los ríos.

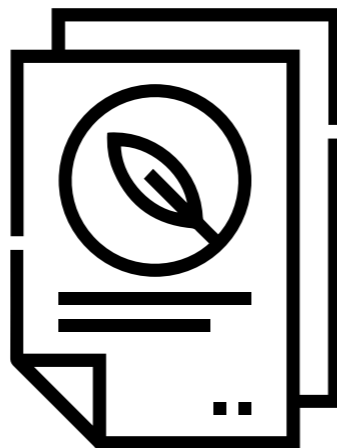
Paso 3: Escribe un mensaje de defensa, algo como: "¡Protejamos los árboles para que sigan dando vida!".

Paso 4: Comparte tu manifiesto con tus amigos, en la escuela o en casa, y pide que se unan a ti para cuidar de la naturaleza.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al crear un manifiesto para defender la naturaleza?

¿Qué aprendiste sobre la importancia de compartir tu mensaje con los demás?



2 ORGANIZAR UNA JORNADA DE LIMPIEZA EN EL PARQUE O LA PLAYA

¿Por qué?: La basura en los parques, playas o ríos es muy dañina para los animales y las plantas. Organizar una jornada de limpieza es una forma directa de defender la naturaleza y hacer que los lugares que amamos estén limpios y saludables.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Reúne a tus amigos o familiares y elijan un lugar que necesite ser limpiado, como un parque, un jardín o una playa.

Paso 2: Lleva guantes y bolsas para recoger la basura de forma segura.

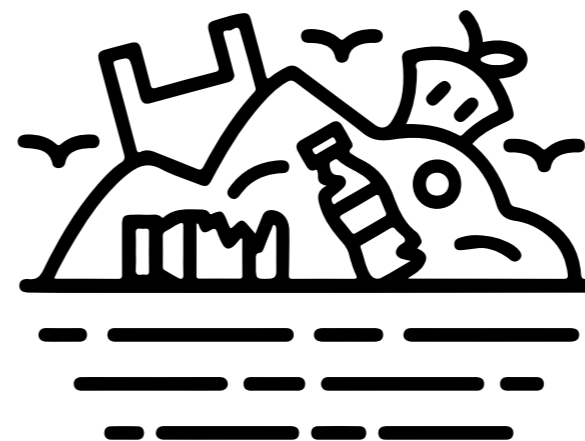
Paso 3: Caminen por el área y recojan la basura que encuentren, separando lo que se pueda reciclar.

Paso 4: Cuando terminen, asegúrate de que todo esté limpio y disfruta del lugar sabiendo que has ayudado a la naturaleza.

SENTIPENSAR: Sentir

¿Cómo te sentiste al limpiar un espacio natural?

¿Qué descubriste sobre el impacto de la basura en la naturaleza y cómo podemos prevenirlo?



3 HACER PANCARTAS PARA MARCHAS Y MANIFESTACIONES

¿Por qué?: A veces, es importante alzar la voz para que la gente escuche lo que la naturaleza necesita. Al hacer pancartas con mensajes de amor y protección por la Tierra, puedes expresar tu deseo de un planeta más sano y justo.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Reúne materiales como cartulinas, marcadores y pinturas.

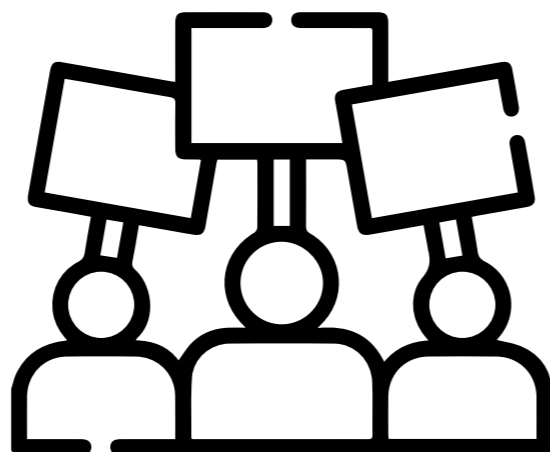
Paso 2: Piensa en un mensaje poderoso que quieras compartir, como "¡Cuidemos el agua, es vida!" o "¡Defendamos los bosques!".

Paso 3: Dibuja en tu pancarta algo que simbolice la naturaleza, como un árbol, un río o un animal.

Paso 4: Si participas en una marcha o manifestación, lleva tu pancarta con orgullo, y si no, colócala en un lugar visible, como tu ventana o en la escuela.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al crear una pancarta para defender la naturaleza? ¿Qué mensaje crees que es importante compartir con los demás para proteger el planeta?



4 LLEVAR TEMAS AMBIENTALES A REUNIONES FAMILIARES O ESCOLARES

¿Por qué?: Hablar sobre la importancia de cuidar la naturaleza con tu familia o en la escuela es una forma muy poderosa de hacer que más personas se interesen en proteger el planeta. ¡Tu voz importa y puede inspirar a otros a actuar!

Cómo hacerlo:

Paso 1: Prepara una pequeña charla sobre un tema que te preocupe, como el cuidado del agua o la protección de los bosques.

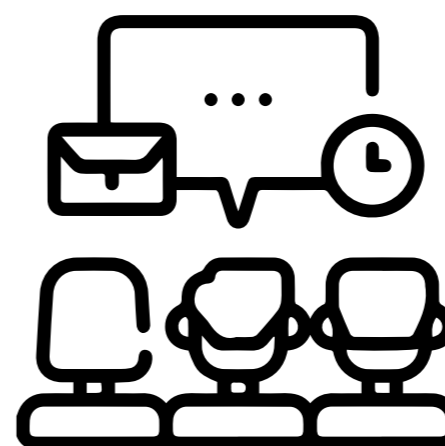
Paso 2: Durante una reunión familiar o en la escuela, comparte lo que has aprendido y lo que te gustaría que todos hicieran para ayudar a la naturaleza.

Paso 3: Pide a tu familia o amigos que piensen en ideas para mejorar el cuidado del planeta.

Paso 4: Agradece a todos por escuchar y juntos comprométanse a hacer al menos una cosa nueva para ayudar a la naturaleza.

SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al compartir un tema ambiental con tu familia o amigos? ¿Qué nuevas ideas surgieron para proteger la naturaleza?



5 APRENDER SOBRE LOS DERECHOS DE LOS PUEBLOS INDÍGENAS Y SU LUCHA POR LA NATURALEZA

¿Por qué?: Los pueblos indígenas han protegido la naturaleza por generaciones, viviendo en armonía con la Tierra y defendiendo sus territorios de la destrucción. Al aprender de ellos, podemos entender mejor cómo cuidar de la naturaleza de manera respetuosa y solidaria.

Cómo hacerlo:

Paso 1: Investiga sobre los pueblos indígenas que viven en tu país o en otros lugares del mundo.

Paso 2: Aprende cómo cuidan sus tierras, sus ríos y sus animales, y qué desafíos enfrentan para protegerlos.

Paso 3: Comparte lo que has aprendido con tus amigos o en la escuela, y habla sobre la importancia de escuchar y apoyar a los pueblos indígenas en su lucha por la naturaleza.

Paso 4: Piensa en una acción que puedas tomar para ayudar a cuidar la naturaleza, inspirándote en lo que has aprendido de los pueblos indígenas.



SENTIPENSAR:

¿Cómo te sentiste al aprender sobre los pueblos indígenas y su relación con la naturaleza? ¿Qué enseñanzas puedes aplicar en tu vida para cuidar mejor de la naturaleza?

RECUERDA SIEMPRE:

Defender la naturaleza es **más que una acción**, es un compromiso con nuestra amiga la NATURALEZA y con todos los seres vivos que dependen de ella.

Como **GUARDIANES DE LA DEFENSA DE LA NATURALEZA**, tienen el poder de inspirar a otros con su solidaridad y amor. Al participar en esta defensa, no solo cuidan el mundo de hoy, sino que también ayudan a proteger el futuro para ustedes y las generaciones que vienen.

¡Cada pequeña acción cuenta para construir un planeta más justo y saludable para todos!

ORIENTACIONES PARA CUIDADORES Y EDUCADORES:

IMPLEMENTACIÓN DE LA ENCUESTA DE ECOTERNURA

PROPÓSITO DE LA ENCUESTA:

Esta encuesta es una herramienta divertida para que las niñas y niños reflexionen sobre su conexión con la naturaleza y reconozcan los avances que han hecho en su camino como Guardianes de la Naturaleza. No se trata de un test, sino de una oportunidad para que ellos mismos expresen lo que piensan y sienten sobre el cuidado del planeta.

FOMENTAR LA AUTONOMÍA:

Anima a las niñas y niños a completar la encuesta solos, ya que sus respuestas deben reflejar sus propias experiencias y perspectivas. Explícales que lo que se busca es conocer cómo ven su relación con la naturaleza, sin presiones ni expectativas.

ACLARAR DUDAS:

Esté disponible para aclarar cualquier duda que puedan tener sobre las preguntas, pero evite influir en sus respuestas. Su honestidad es clave para entender su viaje de aprendizaje.

REFLEXIONAR SOBRE AVANCES:

Ayude a las niñas y niños a reconocer la importancia de pausar y reflexionar sobre lo que han aprendido y cómo han mejorado en el cuidado amoroso y recíproco de la naturaleza. Recuerde que el objetivo es construir una sabiduría de cuidado que trascienda el simple conocimiento.

FOMENTAR EL DIÁLOGO:

Después de que hayan completado la encuesta, invite a una conversación sobre sus respuestas. Pregúnteles qué avances han notado y qué áreas creen que pueden seguir mejorando. Esto no solo les permitirá ver su progreso, sino también generar ideas sobre cómo pueden seguir cuidando y defendiendo la naturaleza juntos.

INSPIRAR EL APRENDIZAJE CONTINUO:

Recuerde que cada reflexión es un paso hacia un aprendizaje más profundo. Al ayudar a las niñas y niños a descubrir sus fortalezas y áreas de mejora, los está guiando en la construcción de una conexión significativa con la naturaleza que perdurará a lo largo de sus vidas.

Juntos, estamos formando Guardianes de la Naturaleza que no solo conocen, sino que también cuidan y aman a nuestro planeta.

ENCUESTA:

¡DESCUBRE TU CONEXIÓN CON LA NATURALEZA!

¡Hola! Te invitamos a una aventura para explorar cómo te conectas con la naturaleza. No hay respuestas incorrectas, lo importante es lo que sientas y descubras. Al final, podrás conocer tu propio camino como Guardián o Guardiana de la naturaleza. ¡Vamos allá!

1. ¿Tienes zonas verdes o naturaleza cerca de dónde vives?

(Como un jardín, arboles, bosques, río, mar, etc. donde puedas ir a visitarlo)

SÍ NO

2. ¿Tienes la práctica de cuidar de la naturaleza todos los días?

(Por ejemplo: regar plantas, cuidar animalitos o mascotas, o recoger basura)

SÍ NO

3. ¿Sientes amor y cariño por la naturaleza?

(Por ejemplo: abrazas los árboles, te entristeces cuando destruyen los bosques o contaminan los ríos)

SÍ NO

4. ¿Alguna vez sientes que la naturaleza te escucha?

(Por ejemplo, cuando hablas al viento, abrazas un árbol, o escuchas el río)

SÍ NO

5. ¿La naturaleza te hace sentir mejor cuando estás triste o preocupado(a)?

(Por ejemplo, caminar en el parque, escuchar pájaros, o sentarte bajo el sol)

SÍ NO

6. ¿Conoces alguna historia o saber de los pueblos originarios/ indígenas sobre cómo cuidar la naturaleza?

(Por ejemplo, prácticas de cuidado ancestral de la Madre Tierra, o rituales para agradecer a la naturaleza)

SÍ NO

7. ¿Te gusta jugar en la naturaleza?

(Como correr, trepar árboles, construir cosas con hojas y ramas, o buscar insectos)

SÍ NO

8. ¿Cultivas un huerto o un jardín?

(Por ejemplo, cultivas un jardín o un huerto de vegetales orgánicos en tu escuela o comunidad.)

SÍ NO

8. ¿Cultivas un huerto o un jardín?

(Por ejemplo, cultivas un jardín o un huerto de vegetales orgánicos en tu escuela o comunidad.)

SÍ NO

9. ¿Participas de actividades de defensa de la naturaleza?

(Por ejemplo, participar de marchas o protestas pacíficas en tu escuela o comunidad, participar organización o club de niñas y niños y adolescentes que defienden los derechos de la naturaleza.)

SÍ NO

10. ¿El problema del calentamiento global es algo importante para ti?

(Por ejemplo, te gusta leer, investigar y aprender cosas nuevas sobre cómo prevenir el calentamiento global.)

SÍ NO

¡TU RESULTADO!

Suma 1 estrella ★ por cada "Sí" que marcaste luego lee lo que significa abajo:

9-10 estrellas: ★★★★★★★★★★

¡Eres un Gran Guardián de la Naturaleza! La Tierra y todos sus seres vivos son tus grandes amigos. Ya has aprendido mucho sobre cómo cuidar la naturaleza, pero siempre hay más que explorar. ¡Sigue escuchando, protegiendo y amando la naturaleza! El proyecto ECOTERNURA tiene nuevas aventuras para ti, ¿te atreves?

6-8 estrellas: ★★★★★★★★

¡Vas por el buen camino! Estás muy conectado(a) con la naturaleza y ya haces muchas cosas para cuidarla. Con más aventuras y aprendizajes en ECOTERNURA, puedes convertirte en un Gran Guardián. ¡Sigue explorando la naturaleza y descubrirás aún más formas de protegerla!

0-5 estrellas: ★★★★★

¡Es solo el comienzo! La naturaleza tiene mucho para enseñarte y tú tienes mucho por descubrir. ECOTERNURA te ayudará a conectar con la naturaleza de una forma divertida y amorosa. ¡Prepárate para vivir nuevas aventuras y aprender cómo ser un Guardián de la Tierra!

ECOTERNURA

