

Cuaderno 3-2000

Memoria del campamento

Abriendo horizontes



*Rose Marie Ruiz Bravo
Fabio Rojas Carballo
Carmen Fuentes Hidalgo
Ana Patricia Gurdíán Portocarrero
Carolina Jiménez Gómez
Marielise Velhagen Ruiz*



Créditos

Autoría: Rose Marie Ruiz Bravo, Fabio Rojas Carballo, Carmen Fuentes Hidalgo, Carolina Jiménez Gómez, Marielise Velhagen Ruiz, Ana Patricia Gurdíán Portocarrero

Producción: Convenio Editorial del Norte de IDS ABRA / Fundación ILIDES

Edición y fotografías: Fabio Rojas Carballo

Publicación aprobada por la Delegación Ejecutiva de la Fundación ILIDES, el día 20 de marzo del 2006.

La Fundación ILIDES autoriza la reproducción total o parcial de esta obra, con la advertencia de que se debe mencionar la fuente y remitir un ejemplar a: fabioroca@costarricense.cr / frojas@ilides.org o al apartado postal 1946-1100 Costa Rica.

Ficha técnica del proyecto

Lugar y fecha: 26 y 27 de febrero del 2000; Centro de Capacitación Agrícola de la Universidad de Costa Rica, en Ochomogo de la provincia de Cartago

Número de participantes: 60

Entidad ejecutora

Fundación Instituto Internacional de Liderazgo en Desarrollo Local (Fundación ILIDES)

Institución Gestora

Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS)

Instituciones Colaboradoras

Instituto Nacional de la Mujeres (INAMU)

Fondo de Desarrollo Social y Asignaciones Familiares (FODESAF)

Equipo Técnico de la Fundación ILIDES

Rose Marie Ruiz Bravo, Directora del Campamento

Fabio Rojas Carballo, Evaluación y sistematización de la experiencia

Carmen Fuentes Hidalgo, Asesora académica

Ana Patricia Gurdíán Portocarrero, Facilitadora

Carolina Jiménez Gómez, Facilitadora

Marielise Velhagen Ruiz, Facilitadora

Jorge Rodríguez Aguilar, Coordinador de Recreación

José Tulio Rodríguez Ruiz, Recreacionista

Kattia Rodríguez Solís, Recreacionista

Mauricio Araya Obando, Recreacionista

Elieth Aguilar Céspedes, Coordinación, Asistentes Maternales

Fabiola Cordero Rojas, Asistente Maternal

Gloriana Chang Martínez, Asistente Maternal

Carol Hernández Carballo, Asistente Maternal

Yenory Garita Hernández, Asistente Maternal

Andrea Garita Cordero, Asistente Maternal y salud

Equipo supervisor del IMAS

Sonia Villalobos, Área Mujeres

Jeannethe Ramírez, Gerencia Regional San José Nordeste

Contenido

Introducción	4
Selección de las instalaciones	5
Participantes	5
La importancia del Campamento	6
Objetivos	7
Metas	7
Estrategia y metodología	8
Las actividades programadas	9
El primer día	9
Encuadre	9
Las reglas del juego	10
Distribución en las cabinas	10
Se busca	11
¿Qué traigo?	12
Juegos y dinámicas rompe hielo	12
Caminata con las niñas y los niños	18
Dinámica de fotos	18
La fogata	21
El segundo día	24
Aprestamiento y estímulo con los niños y niñas	24
El rally	26
Confección de títeres	27
Cadenas de papel	28
El liderazgo basado en principios	30
Realización de una obra de teatro con títeres	31
Los miedos y las esperanzas	33
¿Qué me llevo?	34
Cena de despedida y clausura del Campamento	36
Mensajes de las participantes	37
Cuadernillo fotográfico	38
Capital humano de la Fundación ILIDES al servicio del Campamento	42

Introducción

El Campamento le permite a la Fundación ILIDES fomentar el desarrollo y el perfeccionamiento de las destrezas intelectuales y, por otra parte, estimular y fortalecer las capacidades de interrelación social entre las madres adolescentes, por medio de su participación activa en actividades basadas en el juego y en la recreación, como parte integral de un proceso formativo, no formal y placentero.

Con sustento en un convenio suscrito con el Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS), la Fundación Instituto Internacional de Liderazgo en Desarrollo Local (Fundación ILIDES) realizó el Campamento Abriendo horizontes, durante los días 26 y 27 de febrero del 2000, en las instalaciones del Centro de Capacitación Agrícola de la Universidad de Costa Rica, situado en Ochomogo de la provincia de Cartago.

El campamento fue organizado y dirigido por la Fundación ILIDES, de conformidad con las directrices dictadas por el **Área de Atención a Mujeres en Condición de Pobreza** del IMAS, para atender a las niñas y adolescentes embarazadas y madres inscritas en el Programa Construyendo Oportunidades. Este programa se conforma de cinco grupos de mujeres provenientes de distintos lugares, tales como, León XIII, Moravia, Coronado y Desamparados, todos pertenecientes a la Gerencia Región Noreste, y de Tres Ríos, ubicado en la jurisdicción de la Gerencia Región de Cartago, según la desconcentración geográfica del IMAS.



Por el carácter formativo del Campamento Abriendo horizontes, la Fundación ILIDES decidió invitar, además, a las hijas y los hijos de las madres adolescentes, lo cual se constituyó en una verdadera innovación, pues la literatura consultada recomienda trabajar especialmente con poblaciones homogéneas para evitar factores distractores. No obstante las advertencias documentadas, el campamento se convirtió en una experiencia muy original, orientado a la atención de una población muy heterogénea.

Selección de las instalaciones

Entre las actividades preparatorias importantes, cabe destacar la búsqueda y selección de las instalaciones para realizar el campamento. En este caso se trataba de un evento muy particular, donde participarían las madres adolescentes y sus hijos; incluso, algunas de ellas se encontraban en estado avanzado de embarazo, constituyéndose en elementos críticos para la buena marcha de las actividades programadas. Como se puede comprender, la participación de infantes, de lactantes y de mujeres embarazadas en un campamento de juegos, obliga a seleccionar las instalaciones con criterios de calidad y de ubicación estratégica, con la finalidad de satisfacer las contingencias posibles. Sin lugar a duda, estas características marcan la diferencia en la organización exitosa de una actividad como la propuesta, lo cual fue determinante en la especificación de las condiciones mínimas requeridas para las instalaciones donde se realizaría el campamento. Entre ellas, la Fundación ILIDES definió los siguientes requisitos:

- Servicios básicos: agua, electricidad, teléfono.
- Comodidad tanto para las madres como para sus hijos.
- Ubicación a menos de veinte kilómetros de un buen centro de salud para canalizar adecuadamente cualquier tipo de emergencia.
- Uso exclusivo para evitar elementos distractores mayores.
- Preferentemente vinculada a una entidad académica o de capacitación.

Después de visitar y estudiar las condiciones de ocho instalaciones distintas, se seleccionó el Centro de Capacitación Agrícola de la Universidad de Costa Rica, por reunir ampliamente las condiciones preestablecidas por la Fundación ILIDES, como se detalla a continuación:

- Doce cabinas debidamente equipadas con capacidad para 130 personas.
- Un rancho para actividades académicas y sociales.
- Área de comedor perfectamente equipada y con capacidad para atender a 100 personas a la vez.
- Siete aulas grandes debidamente equipadas.
- Amplias zonas verdes en medio de las cabinas.
- Más de 10 hectáreas de terreno para recreación.
- Instalaciones ubicadas a escasos 20 minutos de San José.

Participantes

El campamento reunió a 42 participantes y 18 organizadores, facilitadores y encargados de la logística, para un total de 60 personas, cinco jóvenes estaban embarazadas.

Participantes

- 24 madres adolescentes.
- 2 adolescentes embarazadas.
- 16 bebés cuyas edades oscilan entre los 2 meses y los 4 años.
- 3 consultores de la Fundación ILIDES.
- 3 facilitadoras de la Fundación ILIDES.
- 3 estudiantes de licenciatura en Educación Física de la Universidad Nacional (UNA).
- 1 profesor de la Universidad Nacional (UNA), especialista en Recreación.
- 6 asistentes maternas de la Fundación ILIDES.
- 2 profesionales del IMAS, una del Área de Mujeres y otra de la Gerencia Regional Nordeste.

La importancia del Campamento

El Programa Construyendo Oportunidades se ha constituido en un reto y un importante espacio de gestión, orientado a contribuir con las niñas y adolescentes madres. Este programa cuenta con la colaboración de distintas instituciones estatales y organizaciones no gubernamentales (ONG), especializadas en los procesos de desarrollo humano y social y en el mejoramiento de la calidad de vida. De manera similar, como parte de sus objetivos, el Instituto Internacional de Liderazgo en Desarrollo Local (Fundación ILIDES) busca contribuir, primordialmente, en la formación de líderes comunales y en el fortalecimiento y la afirmación de todas aquellas personas jóvenes y mujeres, en condición de pobreza. En consecuencia, el Programa Construyendo Oportunidades ofrece una valiosa experiencia a las diferentes instituciones para aportar y cumplir con sus objetivos y metas, para capacitar a sus funcionarios en estas tareas y aprovechar para formar equipos interdisciplinarios de excelencia, pero principalmente solidarios y comprometidos con todos aquellos segmentos poblacionales que demandan apoyos particulares para tener acceso a mayores oportunidades de desarrollo personal, familiar y comunitario.

Este nuevo espacio de trabajo propuesto por el IMAS con niñas y adolescentes, quienes deben asumir la responsabilidad de madre a temprana edad, se constituye en una excelente oportunidad para el cumplimiento de la misión de ILIDES. Las posibilidades de realizar una labor especializada, por medio de la recreación y el trabajo personal y colectivo, con dicha población meta han permitido avanzar y lograr los ambiciosos objetivos programados y ganar credibilidad ante las madres adolescentes y la sociedad costarricense.

Entre los distintos modelos de intervención social diseñados por la Fundación ILIDES, la modalidad de campamento se enmarca plenamente dentro de la filosofía “aprender haciendo”, permitiendo a los sujetos participantes avanzar en el conocimiento de sus potencialidades y oportunidades de desarrollo como seres humanos y, a la vez, detectar sus habilidades y destrezas de líderes de sus propios destinos. Además, por medio del campamento, las personas logran fortalecer su autoestima y la capacidad mediadora para contribuir con el desarrollo de sus hijos e hijas, familias y comunidades. Para la Fundación ILIDES, el campamento es una importante oportunidad para motivar una actitud orientada al cambio y al desarrollo personal de las madres

adolescentes, con ello pretende, también, generar nuevas alternativas de intervención social dentro de un programa especializado e integral dirigido a una población meta de gran importancia para la sociedad.

Objetivos

Mediante la recreación y el trabajo en equipo con madres adolescentes se proponen lograr los siguientes objetivos:

Objetivos del Campamento Abriendo horizontes

- a. Lograr una actitud favorable al cambio y una motivación para el desarrollo personal.
- b. Detectar y fortalecer las habilidades de liderazgo personal y colectivo.
- c. Favorecer las oportunidades para detectar talentos y habilidades.
- d. Afirmar la autoestima y la capacidad de participación y de organización.
- e. Promover el autodescubrimiento de la capacidad de mediación para ser mejores personas y madres.

Metas

Que las madres adolescentes logres las siguientes metas:

Metas del Campamento Abriendo horizontes

- a. Se integren activamente en todas las actividades de rutina, de reflexión y de aprendizaje.
- b. Detecten al menos tres actitudes básicas como fortalezas de su personalidad.
- c. Descubran cuáles son las características del liderazgo, basadas en sus propios principios y en los de sus compañeras.
- d. Descubran sus capacidades de mediación ante sus compañeras y relacionar ese potencial con las necesidades de formación de sus hijas e hijos.
- e. Describan al menos tres oportunidades que brinda el trabajo en equipo para superar los obstáculos.
- f. Muestren una actitud positiva hacia la tolerancia y la superación de obstáculos cuando se trabaja en competencia con otros equipos.
- g. Puedan hacer una representación o alguna forma de expresión en la que manifiesten como perciben su situación actual y futura.
- h. Elaboren con materiales de bajo costo algún juguete que les permita comunicarse de mejor manera con sus bebés.

Estrategia y metodología

El campamento es un espacio mediante el cual se desarrollan una serie de actividades orientadas a facilitar el proceso de aprender haciendo, por medio de dinámicas, juegos y pruebas de superación de obstáculos, apertura de oportunidades de socialización y de trabajo en equipo, espacios de reflexión y de inducción teórica, así como, actividades de expresión, de desarrollo físico y de contacto con la naturaleza.

Para el caso del Campamento Abriendo horizontes, las acciones recreativas y deportivas se llevaron a cabo con el apoyo del Instituto de Estudios del Tiempo de la Escuela de Ciencias del Deporte, de la Universidad Nacional, bajo la perspectiva de contemplar el tiempo libre y su utilización positiva mediante actividades que propicien el desarrollo integral de las personas y la calidad de vida del ser humano. En este sentido, las opciones de uso del tiempo se concretaron con actividades recreativas, deportivas y de salud, considerando al campamento como un instrumento dirigido a objetivos específicos de fortalecer la autoestima, la autoconfianza y los valores de las madres adolescentes.

Por tanto, los ejes temáticos y actitudinales en las actividades del campamento son esencialmente las siguientes

Los ejes temáticos y actitudinales en las actividades del Campamento

1. Actitudes básicas que posibiliten el descubrimiento de las cualidades de las participantes como personas y como madres e integrantes de una comunidad.
2. Liderazgo basado en principios y en las potencialidades de desarrollarlos en sus propias vidas, contribuyendo en la afirmación de las demás personas, principalmente sus hijos e hijas.
3. Automediación y mediación intergeneracional.
4. Participación y toma de decisiones. Trabajo en equipo
5. Autoestima y valores. Afirmación de la persona y de su función social.

Además, como parte de la estrategia, el campamento contó con un programa especial de atención especializada para los niños y niñas que acompañaban a las madres adolescentes, diseñado con el apoyo del equipo de seis asistentes maternas debidamente calificadas:

- Una profesional graduada en Orientación Educativa.
- Dos profesionales graduadas en Educación Preescolar.
- Una estudiante avanzada en Artes Plásticas.
- Una estudiante avanzada en Danza.
- Una estudiante avanzada en Medicina.

Este programa se ocupó de la alimentación y el alojamiento de los niños más pequeños y se constituyó en uno de los principales desafíos de la Fundación ILIDES, pues era imprescindible que las madres adolescentes tuvieran la oportunidad real de participar y disfrutar plenamente de las actividades programadas.

Las actividades programadas

Durante los dos días del campamento, se programaron actividades de rutina con las jóvenes y con sus niños y niñas. Estas actividades diseñadas para el desarrollo de habilidades y destrezas, de dinámicas y juegos, estaban orientadas al planteamiento de retos y obstáculos y a su resolución, con lo cual se posibilitan la integración social, el trabajo colectivo y el ejercicio físico. También se plantearon espacios de aprendizaje, mediante la reflexión y la inducción teórica en los ejes temáticos; es decir, el proceso de juegos y dinámicas siempre estuvo seguido de una reflexión participativa, una inducción teórica breve y una nueva dinámica con la finalidad de reforzar lo aprendido o aquellos principios descubiertos, individual o colectivamente.

De manera particular, interesaban las actividades de expresión personal y colectiva como una forma de percibir el ahora y el mañana. Finalmente, se desarrollaron actividades evaluativas de la experiencia y de los posibles cambios en las participantes, para que lo guardaran como un tesoro de su campamento.

Para los niños y niñas también se contó con un programa especial, de acuerdo con el número de participantes y de sus edades.

El primer día

Hora de salida

07:00 a.m.

Ambos autobuses iniciaron el recorrido a partir de las siete de la mañana, según la ruta establecida por la Fundación ILIDES. Por atrasos originados en los sitios de salida en las diversas comunidades donde residen las participantes, la llegada de las madres adolescentes al lugar del campamento se produjo a las 9:15 a.m.

Encuadre

09:15 a.m.

Doña Rose Marie Ruiz, Directora del Campamento, dio la bienvenida a las participantes y luego hizo una especial referencia a los objetivos del evento, presentó a la funcionaria designada por el Área Estratégica de Mujeres del IMAS, Lic. Sonia Villalobos, y a la Lic. Jeannethe Ramírez, Trabajadora Social de la Gerencia Regional San José Nordeste del IMAS.

A cada una de las participantes se les entregó la camiseta conmemorativa del Campamento y, de inmediato, se presentó al equipo técnico responsable del Campamento y al equipo responsable del cuidado de los bebés.



Las reglas del juego

10:00 a.m.

Conducción Carolina Jiménez

Objetivo *Construir colectivamente las reglas y los principios fundamentales para la orientación del quehacer del Campamento.*

Materiales Una hoja, tipo cartel, con especificaciones sobre la persona que se busca, con un espacio para que se dibujen a sí mismas. Lápices de color.

Descripción

La facilitadora Carolina Jiménez estuvo a cargo de esta etapa, la cual tenía el objetivo de construir colectivamente las reglas y principios fundamentales para la orientación del quehacer del campamento; entre los que destacan:

Resultados

Construcción participativa de las reglas y principios fundamentales del Campamento

- Puntualidad
- Respeto mutuo
- Orden
- Disciplina
- Higiene personal y colectiva
- Cooperación
- Compañerismo
- Tolerancia
- Cumplimiento de las actividades



Distribución en las cabinas

10:10 a.m.

La facilitadora Marielise Velhagen, dio lectura a la lista de integrantes de cada una de las cabañas. La distribución se realizó previamente considerando factores comunes, como las edades de los bebés y el lugar de procedencia, con el fin de que las madres adolescentes pudieran compartir con personas de otros grupos.

Posteriormente, se llevó a cabo el reconocimiento de las cabañas. Cada una de ellas disponía de tres cuartos con dos camarotes, baño con agua caliente y una sala amplia, todo debidamente equipado, incluyendo la ropa de cama y jabón para los baños. La disponibilidad de ropa de cama y suficientes cobijas fue un factor importante para lograr el bienestar y tranquilidad de las participantes y de sus hijas e hijos.

Aunque menores, los problemas nunca faltan. Por ejemplo, algunas participantes no aceptaron hospedarse en la habitación previamente asignada y se trasladaron, por decisión propia, a otras

habitaciones, con el consecuente desequilibrio en la distribución. Esto se logró solucionar luego de la intermediación de la Directora del Proyecto y de la Facilitadora.

Con la finalidad de atender a los niños de manera especial, se acondicionó una cabaña para el cuidado de los bebés durante los períodos de actividades, con los materiales de mayor uso como pañales, juguetes, alimentos, leche en polvo y botiquín para primeros auxilios, entre otros.

Refrigerio

10:20 – 10:50 a.m.

Se busca

11:00 – 11:45 a.m.

Conducción Carmen Fuentes

Objetivo *Favorecer el conocimiento y la integración de las participantes.*

Materiales Una hoja, tipo cartel, con especificaciones sobre la persona que se busca, con un espacio para que se dibujen a sí mismas. Lápices de color.

Descripción

- ***Se Busca*** es una dinámica adaptada por Carmen Fuentes de la actividad homónima propuesta en el texto ***Género y figura no son hasta la sepultura***, de la Unión Mundial para la Naturaleza.
- Se le pide a cada participante que llene el cartel de ***Se busca*** y que haga un dibujo de sí misma.
- No se debe poner el nombre en la hoja.
- Se asignan 10 minutos de tiempo.
- Se indica que cada persona entregará una recompensa a quien la encuentre.
- Se recogen los carteles y se distribuyen nuevamente, de manera que ninguna vuelva a tener su propio cartel.
- Se pide a las personas que lean el cartel y traten de localizar a la persona, por el dibujo o por las características anotadas, para lo cual deberán desplazarse y conversar entre ellas durante un período de cinco minutos.
- Una vez encontrada la otra persona, deberá escribir el nombre correspondiente en el cartel.
- Cuando todas las personas han identificado su respectivo cartel, se hace la presentación ante el grupo y se entrega la recompensa. Esta segunda fase tiene una duración de veinte minutos.

Resultados

- La dinámica de presentación duró 45 minutos. En términos generales, las participantes necesitaron alrededor de veinte minutos para dibujarse a sí mismas.
- En la actividad participó el equipo encargado de la conducción y facilitación del Campamento.

- Los bebés se encontraban con el equipo encargado de su cuidado, en la cabaña asignada para tal efecto y esta estrategia se mantendrá durante la totalidad del Campamento, ya se nota que las madres están más tranquilas sabiendo que no tienen que atender a sus bebés mientras participan en las actividades.
- La dinámica contribuyó al logro de los objetivos propuestos, en la medida en que favoreció el conocimiento e integración entre las participantes.

¿Qué traigo?

11:45 a.m. – 12:30 p.m.

Conducción Carmen Fuentes

Objetivos *Conocer las expectativas de las participantes y promover la reflexión respecto a lo que cada persona puede aportar de sí misma para lograr el éxito del campamento.*

Materiales Medio papelógrafo y un marcador para cada una.

Descripción

- Se entrega a cada participante un papelógrafo y un marcador y se le indica que debe anotar en él lo que esperamos del campamento, lo que nos gustaría hacer, los sueños, las creencias, las preocupaciones, y lo que cada persona va a aportar para hacer del Campamento una linda experiencia, lo que cada quién va a dar de sí mismo.
- Se dan quince minutos para escribir, al cabo de los cuales cada madre adolescente, en forma voluntaria, pasa al frente, lo lee y lo pega en alguna parte de las paredes.
- Posteriormente se realiza una plenaria y se rescatan los aspectos generales planteados.

Resultados

- La actividad duró 45 minutos y entre los elementos aportados destaca el deseo de participar en los juegos y en las actividades recreativas.

Almuerzo

12:30 – 1:30 p.m.

Durante este período, las madres estuvieron al cuidado de sus bebés.

Juegos y dinámicas rompe hielo

1:30 – 3:30 p.m.

Conducción Recreación: Tulio Rojas, Kattia Rodríguez, Mauricio Araya
Reflexión y análisis: Carolina Jiménez, Ana Patricia Gurdían, Carmen Fuentes

Objetivos *Promover la integración del grupo, favorecer el trabajo de equipo, detectar habilidades individuales, proveer un espacio para el esparcimiento, la reflexión y la solidaridad para alcanzar las metas.*

Materiales Sacos largos con divisiones verticales, saco largo tubular, paracaídas, bolas, tres baldes, dos kilos de harina, una bolsa de confites, un paquete de palillos de dientes, y una bolsa de marmelos.

Descripción

Las actividades con el paracaídas resultaron de lo más interesante, la participación y el entusiasmo fueron clave en estos juegos.

La actividad consta de ocho juegos, los que se realizan de manera continúa, es decir todas participan en todos los juegos de manera secuencial, el detalle de cada juega se transcribe a continuación.

Juego 1: Haciendo grupos

- Imaginariamente se demarca un rectángulo en el césped de unos ocho por diez metros, utilizando como puntos de referencia en los vértices materiales plásticos de colores llamativos.
- La actividad consiste en formar grupos rápidamente ante una señal determinada; estos pueden ser, por ejemplo de 2, 3 o 5 personas.
- Posteriormente, aumenta el grado de dificultad y las participantes deben formar los grupos tomando en cuenta la indicación simultánea de dos instructores, lo cual implica que deben sumar rápidamente y formar los grupos. Las personas que quedan fuera de uno de ellos, deben ir saliendo del juego.



Juego 2: Halando a una compañera en sacos

- Se forman tres equipos y se ubican en filas. Dos personas de cada equipo deben halar a una compañera a un punto ubicado en el extremo contrario, a unos diez metros de distancia.
- Al llegar, deben devolverse corriendo para trasladar a la próxima compañera.
- Gana el equipo que logra trasladar más rápido a todas las participantes.



Juego 3: Sacando un confite de un balde

- Se forman tres equipos y se ubican en filas.
- En los mismos equipos, las personas deben sacar un confite de un balde que contiene harina, sin utilizar las manos, que deben estar entrelazadas por la espalda.
- Gana el grupo que lo hace más rápido.



Juego 4: Carrera de sacos

- Los equipos se disponen en hileras y se meten, hasta la altura de la cadera, en un saco amplio, con divisiones verticales, de manera que en cada uno se colocan cinco mujeres.
- Requiere un gran esfuerzo de coordinación y trabajo en equipo.
- Gana el que llegue más lejos.



Juego 5: El túnel

- Los equipos se ubican en tres filas.
- Dos mujeres se colocan en los extremos de un tubo de tela, de aproximadamente un metro de diámetro y entre seis y siete metros de largo.
- Las integrantes del grupo deben pasar a través del túnel.
- Gana el grupo que lo hace más rápido.



Juego 6: Reverencia a la reina

- Los equipos se ubican en filas.
- El juego consiste en salir corriendo, dar tres vueltas a un tubo de unos setenta centímetros, prensado en la tierra, seguir corriendo nuevamente a saludar a la reina, representada por otra integrante del equipo y ubicada en el punto contrario del lugar de salida.

- Es un juego que provoca gran desorientación espacial en las participantes, lo que contribuye a crear un maravilloso ambiente de diversión.

Juego 7: Gatear

- Una integrante del equipo sale gateando con un palillo de dientes prensado en la boca, el cual contiene un marmelo en el extremo.
- Al otro lado la espera una compañera que debe tomar el marmelo sin utilizar las manos, comérselo y llegar al punto contrario rápidamente.
- Es un juego que provoca gran entusiasmo y sano esparcimiento.



Juego 8: En el paracaídas

Descripción

Se trata de un verdadero paracaídas, cuya circunferencia tiene unos cinco metros de diámetro, es de nylon y, por tanto, muy resistente y, a la vez, liviano, está dividido en unos treinta triángulos de brillantes colores amarillo, verde, azul, rojo y fucsia.

En el centro tiene una abertura circular de unos cincuenta centímetros de diámetro y a su alrededor tiene gran cantidad de agarraderas, aproximadamente dos por color, permitiendo que las mujeres puedan sostenerlo para realizar con él diferentes y novedosas actividades; así, por cada color, se ubica una mujer o varias dependiendo de la cantidad de participantes. En el Campamento participaron 39 mujeres con suficiente espacio.

Entre las principales actividades realizadas con el paracaídas, se describen las siguientes:



- **Subir y bajar el paracaídas.** Las participantes deben estar atentas a la orden *subir, bajar, bajar, subir*, como si se tratase del famoso juego enano gigante. Esta dinámica provoca un ambiente de mucha camaradería, diversión, sana competencia y solidaridad.
- **Intercambiar lugares.** A la orden *Cambien todas las de color*, las participantes designadas deben correr rápidamente debajo el paracaídas mientras el resto del grupo lo levanta, dificultándoles así el tránsito. Esta dinámica provoca un estruendoso ambiente de alegría y felicidad.
- **Jugar con una bola.** Se juega con una bola que se lanza dentro del paracaídas, el 50% de las participantes tratan de que la bola caiga por el agujero que está en el centro del paracaídas y la otra mitad trata de impedirlo, por la enorme área del paracaídas provoca un delicioso y tenso ambiente, todas adquieren la confianza y la seguridad de que van a ganar, reforzando la autoestima y la confianza en las demás compañeras del grupo.



- **Jugar con varias bolas.** Se repite la dinámica anterior pero con varias bolas a la vez, tratando de que todas se deslicen por el agujero central del paracaídas.
- **Lanzar una bola grande lo más alto posible.** mediante el movimiento hacia arriba y hacia abajo del paracaídas. Esta dinámica exige el trabajo en equipo y la colaboración.
- **Formar un hongo con el paracaídas.** La considerable área del paracaídas requiere el concurso de todas las participantes y una amplia y evidente cooperación, pues todas se ven la caras de frente, provocando extraordinarias formas de comunicación principalmente por medio de gestos faciales, miradas y señas, pues la distancia entre cada una, aproximadamente diez metros y la algarabía, en algunos casos exageradamente alta, impedían la comunicación verbal.

Resultados

- Los juegos y actividades con el paracaídas representaron un excelente recurso para favorecer la integración del grupo y el trabajo en equipo. La energía estuvo centrada en el disfrute del juego, la recreación, la liberación de tensiones.
- La forma circular del paracaídas, permitió que todas las integrantes pudieran participar en la actividad en un mismo plano, en una relación de horizontalidad en la que, a través del trabajo conjunto se alcanzaran los objetivos planteados.
- Para concluir este diverso conjunto de actividades con el paracaídas, todas las participantes se reunieron dentro del paracaídas para hacer una reflexión, sentadas en el césped y cubiertas (protegidas) por el paracaídas, como si estuviesen sentadas en el centro de una cama y cubiertas (protegidas) por una cobija. Producto de este proceso participativo se rescatan los siguientes elementos:

Principales resultados de la reflexión participativa dentro del paracaídas

- Se dieron permiso a sí mismas para disfrutar de este espacio dedicado a ellas.
- Lograron conocer de la importancia de cada una en el grupo, por cuanto si alguna no sostenía la parte correspondiente del paracaídas, era muy difícil, casi imposible, para las demás cumplir con la meta establecida.
- Se favoreció el análisis de los factores que impedían el logro de los objetivos, por ejemplo cuando se pregunta ¿por qué no se pudo tirar la bola lo más alto posible? Ellas señalaron que *no pudieron ponerse de acuerdo porque no dieron el espacio para que la otra persona dijera lo que pensaba, por estar gritando y disfrutando tanto.*
- Algunas comentaron cómo en sus vidas no tenían espacios para decir lo que piensan o sienten: *Relatan que en sus hogares a veces nadie las escucha y que, de manera similar a la dinámica, los gritos impiden que el diálogo tenga lugar.*
- Una participante hizo una analogía entre los triángulos del paracaídas y el proceso de la vida, etapa por etapa, dónde cada triángulo representa una fase *y una es esa bolita que va pasando por esas fases y debe luchar para no caerse, para mantenerse, aunque a veces cueste.*
- En esta actividad se mostró a las madres adolescentes que esta es una experiencia en la que cada una está aprendiendo de las otras, donde se está compartiendo con otras madres que las pueden comprender y ayudar. Juntas pueden reflexionar sobre aquello que las hace dudar, reír, llorar, sobre las cosas que nos impiden avanzar hacia lo que queremos ser. Se destacó el trabajo conjunto, el dar de sí misma y compartir ideas, creencias y sentimientos como puerta para abrir nuevos horizontes a otras compañeras.
- Se creó un ambiente de total apertura y transparencia. Bajo la protección del paracaídas, muchas de las participantes relatan pasajes extraordinarios de sus vidas que, por lo general, guardan celosamente.
- La actividad les permitió construir un ambiente tan seguro que al suspenderla por haberse logrado las metas propuestas, unas lloran, otras ríen y todas lamentan su conclusión.

Refrigerio

3:30 – 4:00 p.m.

Durante este lapso de tiempo, las madres van al comedor a tomar el refrigerio con los bebés.

Caminata con las niñas y los niños

4:00 – 5:00 p.m.

Con el propósito de conocer las instalaciones que rodean la Finca Experimental de la Universidad de Costa Rica en la cual se desarrolló el campamento y disfrutar del contacto con la naturaleza, se organizó una caminata. Las madres prepararon a sus niñas y niños, y los abrigaron.

No obstante, a escasos quinientos metros de haberse iniciado la caminata, una súbita llovizna, característica de los bosques nublados, obligó a un cambio de planes.

Los bebés regresaron al salón correspondiente y se dieron las indicaciones para la próxima actividad, la que realizó bajo techo.

Dinámica de fotos

5:00 – 6:00 p.m.

Conducción Jorge Rodríguez

Objetivo *Compartir sentimientos, creencias, valores a partir del análisis de fotos.*

Materiales Tres paquetes, cada uno con cincuenta excelentes fotografías, todas en blanco y negro, y tamaño carta. Las fotografías son propiedad de don Jorge Rodríguez, quien las utiliza en su trabajo académico ordinario en la Universidad Nacional.

Procedimiento

- Las fotos se colocan en un lugar visible, de manera que todas las participantes las puedan observar. Se solicita que las miren cuidadosamente y escojan la que más les llame la atención.
- Posteriormente se organizan cuatro grupos de seis mujeres, con la meta de compartir los sentimientos y pensamientos que motivaron a cada una a escoger una foto en particular.
- Después de treinta minutos de discusión, al interior de cada grupo, el grupo debe escoger una sola foto para compartirla en la sesión plenaria.
- En la sesión plenaria, una representante elegida por el grupo explica a las demás compañeras las razones que las llevaron a escoger la foto y a compartir las temáticas y sentimientos que surgieron a partir de las fotos.
- Al finalizar la actividad todas opinan sobre las fotos, sus mensajes y los sentimientos provocados.

Resultados por grupo

La actividad representó un espacio muy enriquecedor para que cada persona compartiera sentimientos y vivencias que han formado parte de sus vidas.

La elección de las fotografías se realizó desde el mundo interior de cada una; al comentar las razones que las llevaron a escoger una fotografía determinada, se proyectó una forma particular de ver el mundo, una forma personal de interpretar lo que la foto muestra y las razones por las cuales cada una proyecta algo de su historia, de su realidad.

El grupo 1 escoge la foto 9P

Señalan que pensaron en una catástrofe, que una inundación había afectado a muchas personas, no obstante, llevan en sus manos unas tablas y están luchando, eso es lo importante. Las sonrisas en los rostros representan la esperanza a pesar de estar atravesando un momento difícil.

El grupo 2 selecciona la foto 4L



Explican que hay un camino con altibajos, que no está en perfectas condiciones, pero que la persona puede caminar, desplazarse, seguir adelante.

Es un camino que no se puede obviar; al igual que la vida, no se pueden negar los problemas, hay que superarlos. Afirman que con decisión y voluntad todo se puede lograr.



Para ellas esta foto refleja la violencia hacia los niños y se discute sobre la agresión de los padres hacia los hijos y cómo estos abusan de niños y niñas que no tienen la posibilidad de hablar, de decir lo que sienten, de defenderse.

El grupo 4 selecciona la foto 18P



Es la foto de una niña que parece haber vivido situaciones muy difíciles. El grupo expresa preocupación por aquellos niños que son rechazados por tener algún defecto, por los niños de la calle, por los que viven en orfanatos.

El grupo 3 escoge la foto 8P



Resultados

- En la sesión plenaria se reflexionó sobre la importancia de aprender de las demás personas, de compartir ideas y sentimientos como una forma de enriquecimiento. Se hizo referencia al concepto de tolerancia, cuando el grupo expresó que la vida sería muy aburrida si todas las personas fueran iguales. La dinámica las hizo tomar conciencia de la necesidad de dar a todos la oportunidad de expresarse, de aprender de los demás, independientemente de la cultura, raza, religión, sexo.
- Otro de los temas que surgió es el de la libertad. Expresaron que los miedos y culpas muchas veces no les permiten decir lo que sienten o piensan. Muchas señalaron que se sienten reprimidas, que les han matado la libertad para creer que tienen potencialidades que pueden desarrollar.



- Se retomó una idea que ha sido fundamental en el proceso del *fortalecimiento personal* que consiste en reflexionar sobre las implicaciones de un modelo que se centra en darle más poder a unos sobre otros. Se reflexionó sobre el papel de la educación como herramienta para mejorar la calidad de vida.
- Otro de los aspectos sobre los que se discutió es la influencia de las modas. Señalaron que el verse igual a las demás les da seguridad y les permite ser aceptadas en distintos grupos de amigas, no obstante, ello alimenta la idea de *ser para otros* y no para sí mismas.
- Un mensaje respecto a la tenacidad y perseverancia pudo percibirse de las palabras de una de las participantes, quien al observar una foto de casas arrasadas por el fuego expresó: ***El fuego, al igual que el dolor destruyen, el dolor nos consume y nos deja casi sin nada.*** Finalmente señaló: ***al igual que las personas que están en la foto debemos luchar por seguir adelante***, lo cual refleja la fuerza interior que existe en estas jóvenes.

Cena

6:00 – 7:30 p.m.

Durante este período, las jóvenes fueron con sus niños al comedor. Al finalizar la cena, se dirigieron a las cabañas a prepararse para la siguiente actividad.

La fogata

8:00 – 10:30 p.m.

Conducción Tulio Rojas, Kattia Rodríguez, Mauricio Araya

Objetivo *Promover la integración del grupo.*

Materiales 12 sacos para sentarse en el suelo, trozos de madera, fósforos, dos bolsas de marmelos.

Procedimiento

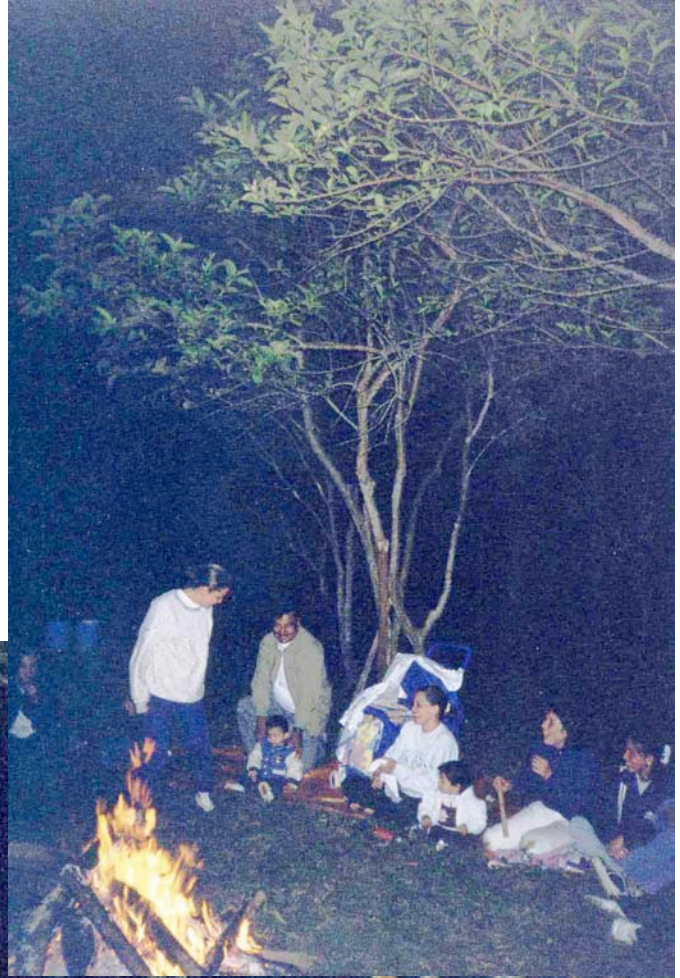
- Para realizar la fogata se seleccionó un área verde ubicada a cien metros de las cabañas.
- Se colocan sacos en el suelo, de manera que las madres y sus hijas e hijos se sentaran formando un círculo.
- En el centro del círculo se hace la fogata, la cual se mantiene encendida durante toda la actividad.
- Mientras se asan los marmelos, se realizan varios juegos, entre ellos *la pelusa*, *el chiz-chaz-chuz*, y algunos concursos de talento creativo.



Resultados

- La fogata fue un espacio caracterizado por la espontaneidad y el disfrute de los juegos y las canciones.

- Fortaleció el sentido de pertenencia y el fomento del trabajo de equipo.
- La actividad permitió que las jóvenes y el equipo de profesionales de la Fundación ILIDES compartieran en condiciones de igualdad, facilitando un ambiente de integración y de franca cooperación, todos disfrutaron por igual.
- Fue tal el ambiente de alegría logrado que a las diez de la noche, salvo contadas excepciones, los bebés se mantuvieron despiertos.



Para culminar, aproximadamente a las diez de la noche, el grupo se trasladó al salón principal para compartir el baile de uno de los subgrupos y actividades de declamación. Los organizadores se retiraron para descansar a sus cabañas y dar así un espacio para la creatividad de las muchachas.

Durante unos treinta minutos se escuchó música con una grabadora a todo volumen, luego las asistentes maternas y un grupo de las participantes presentó una obra de teatro, la misma fue organizada de manera espontánea, resultado una actividad libre (no programada) de gran calidez entre las participantes, quienes aprovecharon la ausencia de los organizadores del Campamento para hacer gala de su talento creativo y un poco de algarabía.



A las 10:45 p.m., se dieron por terminadas las actividades del día y todas se fueron a descansar junto con sus hijos e hijas.

El segundo día

Desayuno

07:00 – 08:00 a.m.

Las madres se dirigieron al comedor con sus hijas e hijos, debidamente bañados y mudados.

Aprestamiento y estímulo con los niños y niñas

08:00 – 9:15 a.m.

Conducción Carmen Fuentes, Carolina Jiménez, Yenory Garita, Carol Hernández

Objetivos *Compartir experiencias lúdicas y de estimulación con las madres y las niñas y los niños, orientadas a favorecer su desarrollo integral y a fomentar el acercamiento entre las jóvenes y sus hijos.*

Materiales Colchonetas, sábanas, espejo, bolas, juguetes, crema de manos.

Procedimiento

- Se colocaron tres colchonetas al aire libre y en ellas acostaron o sentaron a los bebés. Las madres se ubicaron detrás de ellos.
- Las asistentes maternas, Carol Hernández y Yenory Garita, mostraron a las madres algunas técnicas para aplicar masajes a los niños, orientadas a favorecer su desarrollo por medio del contacto corporal.



Resultados

- La actividad rescató el sentimiento de apego entre las jóvenes y sus niños y ofreció una alternativa para compartir experiencias en torno al cuidado de los niños.
- Se hizo evidente el deseo de las jóvenes por proveer a sus hijos e hijas de un espacio para compartir con ellos y de generar experiencias que favorezcan sus desarrollos.
- Con el apoyo del espejo y la bola, se reforzó la necesidad de estimular el contacto visual con el niño, la comunicación, el hablarle constantemente, el realizar con él o ella algunos ejercicios para compartir y disfrutar con el niño y, a la vez, estimular su desarrollo integral, promoviendo experiencias de aprendizaje enriquecedoras, a nivel cognoscitivo, físico, afectivo y espiritual.
- Se detectaron carencias en el desarrollo de algunos niños y la política de promover la búsqueda de alternativas para la atención a sus necesidades; razón por la cual, al concluir la actividad, dos asistentes maternas atendieron por separado a unas madres que presentaban este tipo de limitaciones.



El rally

09:15 – 10:30 a.m.

Conducción Mauricio Araya, Kattia Rodríguez, Tulio Rojas

Objetivo Promover la capacidad de organización, el trabajo en equipo, la identificación y solución de problemas, la superación de obstáculos y la adquisición de metas.

Materiales Sobres con tarjetas y mapas para cada grupo.

Procedimiento

- Previamente a la realización de la actividad, el equipo encargado realiza mapas del lugar y ubica puntos estratégicos con el propósito de colocar pistas que orientarán a las participantes hacia la meta final.
- En cada sitio designado se coloca una tarjeta dentro de un sobre con una palabra que forma parte de una oración que deben completar al llegar a la meta.
- Se forman cuatro equipos cada uno con cinco madres adolescentes.
- Todas las participantes deben permanecer en una cabaña mientras el equipo conductos coloca las pistas.
- Gana el primer equipo que llegue a la meta, el cual tiene derecho a un premio.



Resultados

- La actividad fue ampliamente disfrutada por las participantes.
- Al analizar los factores que influyeron para alcanzar el éxito en el equipo ganador, señalaron que: *se dividieron el trabajo y se comunicaron más entre ellas que el resto de los grupos.*
- Algunas de las muchachas expresaron su agotamiento después de la actividad, por lo que se planteó como aspecto importante el cuidado de sí mismas, lo que implica cuidar su cuerpo y promover el ejercicio físico, como caminar, entre otras actividades deportivas y recreativas.



Refrigerio

10:30 – 11:00 a.m.

Las madres fueron con sus niños al comedor.

Aquellas que iban terminando, se dedicaron a la atención de sus hijos e hijas y luego los llevaron a la cabaña de los bebés, donde pasarían el día con las Asistentes maternas.



Cabaña de los bebés

Confección de títeres

11:00 a.m.– 12:30 p.m.

Conducción Jorge Rodríguez

Objetivos Favorecer el descubrimiento de habilidades y destrezas personales y colectivas, fomentar la creatividad y la expresión de sentimientos y vivencias.

Materiales Bolsas de papel N° 2, modelos variados de títeres dibujados en papel (no deben repetirse), los cuales representan fundamentalmente animales, lápices de color, goma, tijeras (por ser una actividad individual se debe considerar este paquete de materiales para cada una).

Procedimiento

- Cada madre adolescente selecciona su modelo, el cual deben pintar, recortar y pegar en la base de la bolsa de papel, de manera que con el movimiento de su mano funcione como un títere.
- Se asignan 45 minutos para la elaboración del títere, no obstante se hace necesario utilizar 15 minutos adicionales para terminar de fabricarlo, mientras cumple esta tarea se les explica adecuadamente como fabricarlos para que luego los empleen en los juegos con sus hijos.
- Concluido el proceso de fabricación se les indica que con los títeres deben montar una obra, en subgrupos, con un mensaje de cierre del Campamento.

Resultados

- La actividad generó gran interés en las participantes, quienes se mostraron muy involucradas.



- Se observó gran cuidado en la forma en que pintan y recortan el títere, se preguntaban entre sí detalles respecto al color y la figura del animal dibujado.
- En el montaje de la obra, algún miembro del equipo técnico se mantuvo cerca del subgrupo, con el propósito de asistirlos.

Almuerzo

12:30 – 1:30 p.m.

Las madres compartieron con sus niños durante este período.

Cadenas de papel

2:15 – 2:30 p.m.

Conducción Marielise Velhagen.

Objetivos *Detectar y fortalecer las habilidades de liderazgo personal y colectivo. Promover el trabajo en grupo.*

Materiales Un paquete de materiales por participante que contiene: dos pliegos de papel periódico, una tijera y un gomero.

Procedimiento

- Se forman cinco grupos, cada uno con cuatro muchachas.
- A cada grupo se le entregan los periódicos, las tijeras y los gomeros.
- Se les indica que en cinco minutos deben formar las cadenas.



- Continuamente y en voz alta se va indicando el tiempo que les queda.
- Gana el grupo que haga la cadena más larga.
- Con el propósito de sistematizar el proceso, se destaca una facilitadora por cada grupo.

Resultados

- Los grupos ganadores narraron a las participantes la forma en que se organizaron para cumplir la meta.
- Al respecto, señalaron que primero analizaron la dinámica y luego se distribuyeron el trabajo: una de ellas dividía los papeles, otra cortaba, otra pegaba. Concluyendo que la planeación, la organización y la cooperación fueron los factores clave de su triunfo.
- Los equipos perdedores coincidieron en que fallaron en dichos factores.
- Se designaron dos grupos como ganadores, el que hizo la cadena más larga y el que la hizo en forma más elaborada.

El liderazgo basado en principios

2:30 – 3:10 p.m.

Conducción Rose Marie Ruiz

Objetivo *Fortalecer el liderazgo personal, afirmar la autoestima, favorecer una actitud positiva hacia el cambio, promover el descubrimiento de sus potencialidades como seres humanos y de su capacidad de mediación.*

Materiales Carteles con esquemas sobre el tema.

Procedimiento

La conductora realiza una exposición de carácter participativo, apoyada con carteles en los cuales están esquematizados los conceptos fundamentales del liderazgo basado en principios, con una duración total de 40 minutos.

Resultados

- Se resaltó la siguiente premisa: en la medida en que cada quien asume la responsabilidad de su propia vida, es líder de sí misma.



- Se mencionaron las principales características que potencian a las personas como líderes:
 1. **Aprendizaje constante.** *Aprendemos de todas las actividades de nuestra vida.*
 2. **Tenemos vocación por servir.** *A este mundo, cada quien vino con una misión y una vocación. Debemos vernos en el espejo interior.*

3. **Irradiamos energía:** Tienen una energía que contagia. Hay llaves que abren las puertas y otras que las cierran. Sean flores que atraigan a los otros. Sonrían.
 4. **Creer en los demás.** Cada quien tiene algo que enseñarnos.
 5. **Dirigir sus vidas en forma equilibrada.** Debemos tener presente que somos uno, que lo espiritual y lo corporal es fundamental, que en cada acto se expresa el intelecto, el cuerpo y los sentimientos.
 6. **Ver la vida como una aventura.** Debemos aceptar los riesgos.
 7. Ser sinérgicos. Enamorados para la acción, para lograr las metas de nuestra comunidad, nuestra familia, y nuestra pareja, todo a través del amor. Pensar en la otra persona y la vida se encargará de recoger.
 8. **Sinergizar.** Enamorar para la acción.
 9. **Ejercitar para la autorenovación.** Debemos revisarnos hacia adentro, para quitar lo que estorba y limita nuestro crecimiento interior.
 10. **Ser proactivo.** Debemos prevenir más que reaccionar ante las situaciones, definir prioridades e ir paso a paso.
 11. Planificar. Debemos actuar en una línea, con direccionalidad, con un objetivo en mente.
- Culminaron la reflexión con las siguientes expresiones:
 1. *El primer liderazgo es hacia adentro, que debe pasar de la esfera privada a la interacción con los otros.*
 2. *Procurar comprender antes que ser comprendidos.*
 3. *Si usted tiene algo positivo, usted gana.*

Realización de una obra de teatro con títeres

3:15 – 3:45 p.m.

Conducción: Jorge Rodríguez

Objetivos: *Transmitir a las demás participantes un mensaje sobre lo que ha representado el Campamento.*

Materiales: Títeres elaborados previamente por ellas en forma individual.

Procedimiento:

Los cinco grupos que trabajaron en la mañana en la elaboración de los títeres hacen una presentación de una obra de teatro a las demás participantes.

Resultados

- Las temáticas presentadas giraron en torno a la necesidad de fortalecer la autoestima, de reconocerse a sí mismas



como personas valiosas e importantes, a la amistad, a la necesidad del apoyo mutuo, de contar con personas que las escuchen y les ayuden a resolver sus problemas.

- Se planteó el tema de la discriminación y la tolerancia, los sentimientos y los temores hacia aquellos que son diferentes:

No tienes por qué tener miedo a los osos; hay que darles oportunidad de que se acerquen. No debemos guiarnos por las apariencias, no debemos rechazarlos por su estatus social, raza o religión.



- Otro de los temas que surgió es el de su condición de madres adolescentes, que las llevan a enfrentar una serie de obstáculos, entre ellos, el rechazo de las personas más significativas para ellas:

Su novio la dejó cuando se dio cuenta que estaba embarazada.



Los mensajes a las demás participantes fueron de aliento y de esperanza:

Él no sabe lo que se pierde.

En adelante vamos a ser mejores gracias a la ayuda que nos han brindado.

Podemos ser tus amigas, cuenta con nosotras.

Eres bella, con solo existir eres importante y única.

Permite que este lugar renueve tu espíritu y te haga feliz.

La obras presentadas por las muchachas mostraron la sorprendente facilidad que tienen para improvisar y recrear sus vidas y experiencias de manera espontánea. La capacidad de expresión fue tema de comentario positivo entre los miembros del equipo técnico de la Fundación ILIDES.

Refrigerio

3:45 – 4:30 p.m.

Los miedos y las esperanzas

4:40 – 5:00 p.m.

Conducción Ana Patricia Gurdián
Carolina Jiménez
Marielise Velhagen

Objetivos *Identificar proyectos, deseos e ideales.
Reforzar una actitud positiva hacia el
cambio y la búsqueda de soluciones.*

Materiales Dos siluetas en cartulina satinada por
cada madre adolescente, una con la
figura de un *fantasma*, y la otra con
una *hoja*.

Sobre una tela blanca se pega un
fantasma grande en cartulina satinada
blanca, en una tela de otro color se
pega un tronco de árbol en cartulina
satinada café o amarilla (ver detalles
en las fotos).

Procedimiento

- A cada madre adolescente se le entregan dos siluetas: **un fantasma, que representa a los miedos, y una hoja, que representa a las esperanzas.**
- En la silueta del fantasma cada una debe anotar sus temores, y sus esperanzas en la hoja, todo de conformidad con lo que se ha trabajado en el Campamento.
- Posteriormente, cada una se levanta, lee en voz alta lo que ha escrito en las siluetas y las pegan en las telas, sobre el fantasma grande y la hoja en el tronco.

Resultados

- Quizá por lo avanzado de la tarde, se encuentran once niños presentes durante la actividad, lo que dificultó la concentración de las madres.



- Los miedos:
Temor al fracaso.
Miedo a enfrentar los problemas.
A no saber cómo controlar el presente y enfrentar el mañana.
A no tener sabiduría para orientar a su bebé y a sí mismas.
A no alcanzar las metas y sentirse mal.
- Las esperanzas:
Seguir adelante.
Lograr todos mis objetivos.
Realizarme como mujer y profesional.
Que las cosas sean diferentes.
Que mi hijo esté orgulloso de mí.
Que podamos volver a reunirnos.
Triunfar en el presente y en el futuro.

¿Qué me llevo?

5:05 – 5:45 p.m.

Conducción Carmen Fuentes

Objetivos *Valorar el proceso, lo que ha significado el Campamento para cada una de las participantes. Favorecer la reflexión personal, la expresión de sentimientos, la actitud positiva hacia el cambio y la búsqueda de soluciones.*

Materiales Dos mantas de 1 por 2 metros cada una, pinturas acrílicas de colores blanco, azul, rojo, verde, lila, negro, y 12 pinceles largos de diversos grosores.

Procedimiento

Se solicita a las muchachas que expresen, a través de un mensaje en la manta, sus sentimientos respecto a lo que para cada una de ellas ha significado el Campamento, lo que se llevan de él y les gustaría transmitir a otras personas.

Resultados

Todas las participantes se involucraron en la actividad y querían, a través de la manta, dejar un sello personal y expresar su identificación y sentido de pertenencia a la actividad del Campamento, lo cual se refleja en los mensajes dibujados.

Algunos de los mensajes plasmados en la manta:

El querer es poder.

Amo a mi bebé.

Yo aquí me sentí muy feliz y muy contenta de compartir con todas.

Esperanza y amor para mí y mi bebé.

Vive siempre la vida feliz y ama a tu alrededor.

Me llevo seguridad y fortaleza.

Lo más importante es el amor de mi hija, eso aprendí en el Campamento.

Me llevo alegría, esperanza.

Me llevo confianza en mí misma.

La vida es una sola. Vívela bien.

Alegría.

Muchas amigas.

Mi confianza.

Tengo que valorarme como mujer.

No las olvidaré.

Me llevo tranquilidad dentro de mí.

Valor.

Me llevo el corazón lleno de una alegría muy grande.

La confianza crea esperanza.

Desde hoy sonreiré siempre.

Me llevo la fortaleza para seguir adelante y el valor de mujer.

Gracias por todo.

Me llevo la satisfacción de haber dado un poquito de esperanza a todas las muchachas.

Estoy muy orgullosa de haber compartido con todos. Fue un privilegio.

Nos llevamos muchas cosas.

Me llevo el corazón lleno de una alegría muy grande.

Me voy repleta de la mejor energía.

Gracias a la vida por esta experiencia.



La actividad de la manta finalizó a las 5:45 p.m. y las jóvenes se dirigieron a las cabañas a recoger los objetos personales, para luego ir a cenar en compañía de sus bebés.

Cena de despedida y clausura del Campamento

6:00 – 7:30 p.m.

Con el fin de promover un mayor acercamiento entre las participantes, se dispusieron previamente las mesas en forma rectangular.



Para finalizar, Rose Marie Ruiz dio un mensaje de clausura, en el cual expresó la fe y el agradecimiento por el aporte de cada persona al Campamento:

Que en su mente y en su corazón guarden el Campamento por mucho tiempo.

A las 7:30 se dirigieron a los autobuses que las llevarían a sus hogares.

Mensajes de las participantes¹

Del Campamento me llevé:

Shirley

*La confianza en mí misma.
Saber compartir con las personas.
Poder comprender los pensamientos de las otras personas*

Del Campamento me llevé:

Anita

Me llevé la ilusión de seguir viviendo, de forjarme una meta y cumplirla, la ilusión de llegar a ser toda una profesional, de ver la vida más allá de lo malo que pueda tener. A no dejarme vencer por lo malo que me pueda suceder y, además, aprendí que en la vida las cosas pasan y de las cuales se puede aprender mucho. Me llevé la confianza en mi misma.

Del Campamento me llevé:

Angie

Para mí el campamento fue la gran ayuda que me hizo razonar muchas cosas. Me enseñó que debo tomar yo misma mis decisiones, que debo ser yo quien dirija mi vida, quien tome las decisiones adecuadas y quien corrija todo lo malo y continúe siendo yo y no tratar de ser alguien diferente, que sepa que yo valgo mucho y que para poder querer a otros tengo que quererme yo misma.

El campamento también me enseñó a que debo dirigir mi camino por lo bueno de la vida a que debo confiar en las personas que están a mí alrededor. Así como el campamento se llamaba Abriendo Horizontes, este abrió un nuevo horizonte en mi vida.

Del Campamento me llevé:

Melinna

Fue como un empezar de nuevo, como un cargonazo de energía positiva. Fue importante e interesante retomar y analizar temas personales y de interés común. Para mí y mi hijo fue toda una experiencia. Fue como poner a prueba todos mis sentidos y sentimientos para conseguir una ganancia tranquilidad y seguridad como mujer, madre y compañera.

Del Campamento me llevé:

Shirley

Fueron momentos divertidos para pensar; además, fue una oportunidad para conocer más personas que talvez tenían problemas aún más difíciles que los de uno, los cuales le dan mucho que pensar a uno.

¹ Aunque no se solicitaron mensajes posteriores a la realización del Campamento, se recibieron algunos que por su calidez se decidió incluirlos en esta publicación, respetando el estilo de cada una de las participantes.

También fue una oportunidad para al menos a mí salir sola y tan largo y a dormir a otro lado con el gordo.

Fue algo para relajarse y estar en paz con uno mismo.

Del Campamento me llevé:

Xinia

Para mí significó muchas cosas, como: alegría, confianza, apoyo, diversión, amistad y compañerismo.

Me gustó mucho y me enseñó a valorarme y a tenerme confianza a mí misma y a encontrar el cariño y el tiempo a estar con mi hija. Y llevarme un mensaje importante así en mi vida y hacia mi hija.

Del Campamento me llevé:

Tatiana

Para mí el Campamento fue muchas cosas. Pensé las cosas bien, me fascinó, jugué como nunca, compartí, me deshice de los problemas que tenía en mi mente y, en ese momento, desaparecieron dejando mi mente en blanco. Yo creo que ese campamento fue lo mejor para todas, creo que todas aprendimos demasiado. Todas venían con ganas de vivir, de luchar con mucha fe y esperanza.









Capital humano de la Fundación ILIDES al servicio del Campamento

Cargo	Síntesis currículum
Directora del Campamento	Rose Marie Ruiz Bravo. Química, graduada de la Universidad Iberoamericana de México; Catedrática de la Universidad Nacional de Costa Rica; Presidenta de la Fundación ILIDES y Consultora en las Áreas de Desarrollo de Liderazgo, y de Desarrollo de la Capacidad Organizacional Institucional. Autora de publicaciones sobre extensión universitaria, administración y desarrollo universitario, y en materia de pobreza y desarrollo humano y local. Algunas de sus publicaciones pueden ser consultadas en el sitio: www.ilides.org Dirección electrónica: rmruiz@racsa.co.cr
Asesora Académica	Carmen Fuentes Hidalgo. Psicóloga, graduada de la Universidad de Costa Rica. Especialista en Evaluación y sistematización, área en la que tiene más de quince años de experiencia, destacando sus investigaciones en la Universidad Nacional, en el INAMU y en la Fundación ILIDES. Algunas de sus publicaciones pueden ser consultadas en el sitio: www.ilides.org
Sistematización	Fabio Rojas Carballo. Master en Extensión Agrícola con énfasis en Desarrollo Rural, de la Universidad Estatal a Distancia de Costa Rica; Geógrafo de la Universidad Nacional de Costa Rica; especialista en Administración de Tecnología del Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional de México. Delegado Ejecutivo de la Fundación ILIDES. Autor de publicaciones y comunicaciones técnicas sobre administración universitaria y de fundaciones de bien social, cooperación universidad / empresa, y en materia de pobreza y desarrollo humano y local. Algunas de sus publicaciones pueden ser consultadas en el sitio: www.ilides.org Dirección electrónica: frojas@una.ac.cr
Facilitadora	Ana Patricia Gurdian Portocarrero. Psicóloga, graduada de la Universidad Autónoma de Monterrey de Costa Rica. Posee amplia experiencia como Facilitadora, Consultora de la Fundación ILIDES en las Áreas de Desarrollo de Liderazgo y Mujer Joven en Riesgo Social. Algunas de sus publicaciones pueden ser consultadas en el sitio: www.ilides.org Dirección electrónica: agurdian@hotmail.com
Facilitadora	Carolina Jiménez Gómez. Psicóloga, graduada de la Universidad Autónoma de Monterrey de Costa Rica. Amplia experiencia como Facilitadora, Consultora de la Fundación ILIDES en las Áreas de Desarrollo de Liderazgo y Mujer Joven en Riesgo Social. Algunas de sus

Cargo	Síntesis currículum
	publicaciones pueden ser consultadas en el sitio: www.ilides.org Dirección electrónica: carolinda_jim@yahoo.com
Facilitadora	Marielise Velhagen Ruiz. Psicóloga, de la Universidad Autónoma Centroamericana de Ciencias Sociales, en Costa Rica. Amplia experiencia como Facilitadora, Consultora de la Fundación ILIDES en las Áreas de Desarrollo de Liderazgo y Mujer Joven en Riesgo Social. Algunas de sus publicaciones pueden ser consultadas en el sitio: www.ilides.org Dirección electrónica: mvelhagen@hotmail.com
Coordinador de Recreación	Jorge Rodríguez Aguilar. Master en Educación con especialidad en Administración del Tiempo Libre y la Recreación, Universidad de Springfield Collage, Mass. USA. Licenciado en Educación Física de la Escuela de Ciencias del Deporte de la Universidad Nacional de Costa Rica. Catedrático de la Universidad Nacional en la Escuela de Ciencias del Deporte, Dirección electrónica: jrodri@una.ac.cr
Recreacionista	José Tulio Rojas Ruiz. Bachiller en la Enseñanza de la Educación Física, Escuela de Ciencias del Deporte, Universidad Nacional de Costa Rica. Tiene amplia experiencia como líder en campamentos de diversa índole. Actualmente es profesor de educación física en el Colegio de Bijagua, Upala, Costa Rica.
Recreacionista	Kattia Rodríguez Solís. Bachiller en la Enseñanza de la Educación Física, Escuela de Ciencias del Deporte, Universidad Nacional de Costa Rica. Tiene amplia experiencia como líder en campamentos de diversa índole.
Recreacionista	Mauricio Araya Obando. Licenciado en la Enseñanza de la Educación Física, Escuela de Ciencias del Deporte, Universidad Nacional de Costa Rica. Tiene amplia experiencia como líder en campamentos de diversa índole.
Coordinadora Asistentes Maternales	Elieth Aguilar Céspedes. Licenciada en Orientadora Educativa, Universidad Nacional de Costa Rica. Especialista en Violencia Doméstica. Amplia experiencia en educación. Asesora y consultora en problemas de la juventud y violencia doméstica. Algunas de sus publicaciones pueden ser consultadas en el sitio: www.ilides.org
Asistente Maternal	Fabiola Cordero Rojas. Graduada en Artes Plásticas, Escuela de Arte y Comunicación Visual de la Universidad Nacional de Costa Rica. Graduada en Artes Plásticas del Conservatorio de Castella. Consultora de la Fundación ILIDES en las Áreas de Desarrollo de Liderazgo y Mujer Joven en Riesgo Social. Algunas de sus publicaciones pueden ser consultadas en el sitio: www.ilides.org

Cargo	Síntesis currículum
Asistente Maternal	<i>Gloriana Chang Martínez.</i> Graduada en Danza, Escuela de Danza de la Universidad Nacional de Costa Rica. Graduada en Teatro del Conservatorio de Castella. Consultora de la Fundación ILIDES en las Áreas de Desarrollo de Liderazgo y Mujer Joven en Riesgo Social.
Asistente Maternal	<i>Carol Hernández Carballo.</i> Licenciada en Educación Preescolar del Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE) de la Universidad Nacional. Consultora de la Fundación ILIDES en las Áreas de Desarrollo de Liderazgo y Mujer Joven en Riesgo Social.
Asistente Maternal	<i>Yenory Garita Hernández.</i> Licenciada en Educación Preescolar del Centro de Investigación y Docencia en Educación (CIDE) de la Universidad Nacional. Consultora de la Fundación ILIDES en las Áreas de Desarrollo de Liderazgo y Mujer Joven en Riesgo Social.
Asistente Maternal y Salud	<i>Andrea Garita Cordero.</i> Doctora en Medicina de la Universidad de Costa Rica (cuando se realizó el Campamento era estudiante de 4° año de la carrera de Medicina). Graduada en Teatro del Conservatorio de Castella.