

(Red de Niños y Naturaleza)

children & nature
NETWORK

Clubes de Naturaleza para Familias



Caja de Herramientas

EDICIÓN PILOTO

¡Hágalo Usted Mismo! ¡Hágalo Ahora!

Patrocinado por:





INTRODUCCIÓN

PHOTO: JON BEARD

“¿Qué tal si se unieran padres, abuelos y niños alrededor del país para formar clubes de naturaleza para familias? ¿Qué tal si esta nueva manera de crear redes sociales con base en la naturaleza se propagara tan rápidamente como lo hicieron los clubes de libros y los Vigilantes del Vecindario (*Neighborhood Watches*) en décadas recientes? Estaríamos en buen camino hacia el logro de un verdadero cambio cultural”

— Richard Louv, autor de *Last Child in the Woods: Saving Our Children from Nature-Deficit Disorder* (El último niño en el bosque: salvando a nuestros niños del trastorno de déficit de naturaleza) y *Chairman de Children & Nature Network* – C&NN (Red de Niños y Naturaleza).

Las familias están descubriendo que para divertirse al aire libre no se requiere esperar un evento o un programa especial. A su vez, están tomando la iniciativa de formar sus propios clubes locales de naturaleza para familias. Estos clubes se conocen bajo diferentes nombres y toman formas levemente diferentes, pero todos ofrecen actividades al aire libre accesibles, fáciles, divertidas y de bajo (o ningún) costo, orientadas hacia la familia.

¿Por qué sacar a las familias al aire libre? Por algo muy sencillo: la naturaleza es buena para nosotros. La evidencia muestra que es importante, saludable y divertido para los niños tener oportunidades frecuentes y variadas para jugar al aire libre –y especialmente al aire libre con vegetación natural– como parte de su vida diaria ([Bibliografías anotadas de C&NN](#)). Cuando realizan actividades al aire libre, los niños son más felices, saludables e inteligentes, se auto-disciplinan y se enfocan mejor, tienen más confianza en sí mismos, son más creativos y colaboradores, resuelven mejor los problemas, son más optimistas y presentan un mejor estado físico. Los lazos familiares se fortalecen, se promueve una sensación de comunidad y se cultiva un

sentido de lugar. Con todo, la naturaleza es buena para los niños y sus amigos ¡y para las familias también!

Los Clubes de Naturaleza para Familias, son una gran manera para empezar a involucrarse y obtener los beneficios de pasar tiempo en medio de la naturaleza. La naturaleza nos rodea por todas partes. Abunda en los entornos rurales pero se encuentra disponible y podemos encontrarla aun donde menos lo esperamos –desde los jardines de atrás de las casas o de las azoteas, en los barrios urbanos, hasta los parques suburbanos y las sendas peatonales.

Y la buena noticia es que hay muchas maneras de conectarse con la naturaleza –y de crear un estilo de vida en el cual la experiencia frecuente en el mundo natural sea una parte fundamental de la vida de los niños. La Red de Niños y Naturaleza, (*Children and Nature Network* - C&NN por su sigla en inglés) ha utilizado la mejor investigación disponible, el sentido común y las experiencias directas de los padres para desarrollar esta Caja de Herramientas de C&NN - Clubes de Naturaleza para Familias: ¡Hágalo Usted Mismo! ¡Hágalo Ahora! Esperamos que lo inspire a usted para que saque al aire libre a su propia familia y amigos para compartir muchas aventuras divertidas y saludables.





PHOTO: JON BEARD

PROPÓSITO DE ESTA CAJA DE HERRAMIENTAS

El propósito de esta Caja de Herramientas C&NN Clubes de Naturaleza para Familias: ¡Hágalo Usted Mismo! ¡Hágalo Ahora! es el de proveer inspiración, información, consejos y recursos para los que están —o pueden estar— interesados en formar un Club de Naturaleza para Familias. Al crear la Caja de Herramientas, hemos hecho uso de lo que muchas familias han hecho y aprendido. También lo animamos a usted a desarrollar y aplicar sus propias ideas.

¿QUÉ ES UN CLUB DE NATURALEZA PARA FAMILIAS?

Un Club de Naturaleza para Familias es un grupo de personas con interés en conectar a los niños con la naturaleza. Cada Club de Naturaleza para Familias es único. Algunos se reúnen semanalmente en el mismo parque urbano —a jugar, hacer amistades y a cantar con niños de edad pre-escolar y sus padres. Algunos realizan largas caminatas en las cuales participan familias que educan a sus hijos en el hogar, para estudiar la naturaleza más detalladamente. Otras salidas se convierten en bulliciosas caminatas familiares que combinan juegos iniciados por los niños con la observación espontánea

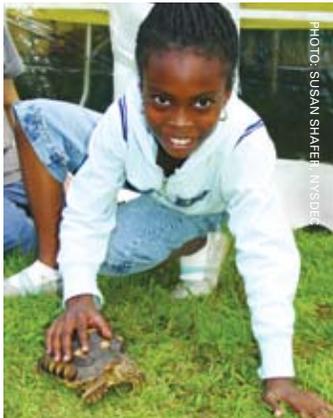


PHOTO: SUSAN SHAFER NYSODE

de la naturaleza. Cualquiera que sea su forma, todas comparten las siguientes metas básicas: salir con frecuencia al aire libre para estar en la naturaleza; reunir niños, amigos y miembros de la comunidad para compartir aventuras al aire libre y experimentar los beneficios del tiempo dedicado a estar juntos al aire libre.

ALGUNOS BENEFICIOS CLAVES:

- Se puede formar un Club de Naturaleza para Familias en cualquier vecindario —ya sea un barrio urbano, suburbano o rural— y en cualquier entorno económico.
- Cualquier familia puede formar o unirse a los Clubes de Naturaleza para Familias—padres o madres solteros o solteras, familias extensas o amigos que se sienten entre sí como si fueran familia.
- La propuesta de los Clubes de Naturaleza para Familias puede echar abajo obstáculos claves, tales como el miedo a los extraños, dado que se está más seguro en un grupo grande.
- Existe un factor que motiva—es mucho más probable que usted y su familia salgan al parque en la mañana del sábado si usted sabe que allí hay otra familia esperándolo.
- Conocimiento compartido: Muchos padres quieren dar a sus hijos los regalos que provee la naturaleza, pero no sienten que saben lo suficiente sobre la naturaleza para hacerlo.
- Y otra cosa importante es que no hay necesidad de esperar financiación. Las familias lo pueden hacer por sí mismas y lo pueden hacer ahora mismo.





CÓMO EMPEZAR

PHOTO: JON BEARD

“Usted no tiene que esperar a que el médico le dé una receta para “divertirse en el medioambiente”. Usted puede empezar hoy, abriendo la puerta de su casa para salir al aire libre a explorar junto con su familia y sus amigos, la riqueza de las aventuras naturales en el mismo jardín de su casa, el vecindario y la comunidad”

— Cheryl Charles, Presidente y Directora Ejecutiva de la Red de Niños y Naturaleza

Si usted está leyendo este documento, probablemente ya está pensando seriamente en empezar su propio Club de Naturaleza para Familias. ¿Está dispuesto a intentarlo? De acuerdo con nuestros expertos, estar organizado, entusiasmado y comprometido con el objetivo de compartir la naturaleza con las familias lo llevará lejos en cuanto a ser un líder de grupo exitoso. Y no se preocupe si usted no es un experto naturalista: muchos líderes han manifestado que están convencidos de que su propia carencia de pericia hace que los otros padres se sientan más cómodos al participar en las excursiones al aire libre. Por otro lado, usted no tiene que hacerlo solo. Una propuesta para empezar un Club de Naturaleza para Familias, es asociarse junto con un familiar o con un amigo. Considere reclutar abuelos o abuelas pues ellos y ellas son frecuentemente una fuente de conocimiento sobre la naturaleza, y tienen el tiempo y los recursos que para los padres pueden ser escasos.

Una vez usted esté listo, empiece con la naturaleza cercana –lugares y espacios en su propio vecindario o en su comunidad. Usted se sorprenderá de lo interesantes que pueden ser sus parques locales—ya sea que estén explorando un centro urbano, un suburbio o una región rural. Programe una variedad de actividades divertidas al aire libre e invite a otras personas a que se unan a usted. Usted puede

simplemente llevar a su grupo a una serie de caminatas de una o dos horas a través de reservas naturales conocidas (y usted se puede sorprender de cuán pocas familias las han visitado antes). No vacile en repetir salidas al mismo lugar: su grupo ganará confianza y conocimiento en la medida en que visiten un sitio en varias oportunidades y estaciones. Finalmente, recuerde moverse lentamente y permitir a la gente joven jugar y hacer sus propios descubrimientos. Usted probablemente encontrará que el aprendizaje y la apreciación por parte de los niños se presenta en formas que usted nunca hubiera esperado.

Si usted se siente más ambicioso, considere hacer caminatas más largas, expediciones para fotografiar la naturaleza, salidas a pescar, a cocinar al aire libre, excursiones para acampar y proyectos de restauración de la naturaleza. Aprenda a seguirle la pista a los animales, explore yacimientos locales de fósiles, salga a observar aves o empiece un jardín o una huerta en el vecindario. Vea el resto de esta Caja de Herramientas para mayores detalles. ¡Es divertido! “¡Hágalo Usted Mismo! ¡Hágalo Ahora!”



PHOTO: JON BEARD



GUÍA PARA EMPEZAR RÁPIDAMENTE

1

ARME UN PLAN.

¿Dónde, cuándo, qué, con qué frecuencia y por cuánto tiempo? Escribirlo todo le puede ayudar a relajarse y a disfrutar el proceso.

→ [HERRAMIENTA / PLANTILLAS \(P.12\)](#)

2

VAYA Y VISITE.

Es una buena idea visitar cada lugar usted mismo antes de enviar las invitaciones. Anote cualquier característica especial para cada destino, incluyendo detalles sobre dónde es mejor encontrarse y qué hacer una vez allá.

→ [HERRAMIENTA / PLANTILLAS \(P.13\)](#)

3

INVITE A TANTAS PERSONAS COMO USTED QUIERA.

Empiece con pocos o invítelos a todos. Simplemente invite a un par de amigos a acompañarlo a una caminata familiar. O busque familias del vecindario, compañeros de clase y grupos de la comunidad como los exploradores (*scouts*), 4-H o *Boys and Girls Clubs*.

→ [HERRAMIENTA / PLANTILLAS \(P.15\)](#)

4

HAGA QUE SEA FÁCIL.

Los padres informados y preparados son padres felices. Usted facilita que digan "Sí" cuando minimiza el tiempo de preparación y maximiza la diversión al darle a los padres una lista de control para salidas libres de problemas.

→ [HERRAMIENTA / PLANTILLAS \(P.16\)](#)

5

¡EN SUS MARCAS, LISTOS... ¡YA!

Empiece su aventura a tiempo con un período de gracia de 15 minutos para quienes lleguen tarde. Registre el número de participantes de cada evento y recoja la información de contacto de los nuevos participantes.

→ [HERRAMIENTA / PLANTILLAS \(P.17\)](#)



CLUBES DE NATURALEZA PARA FAMILIAS:
¡Hágalo Usted Mismo! ¡Hágalo Ahora!

© Children & Nature Network | www.childrenandnature.org

EN SUS PROPIAS PALABRAS



“Yo quería que mis hijas pudieran salir al aire libre y tener la oportunidad de jugar libremente en la naturaleza. Yo lo hacía cuando era niña y quería lo mismo para ellas. Yo también había notado que cada vez que salíamos al aire libre, no había nadie más en el sendero o en el parque... y queríamos cambiar eso”

*Kat Diamond,
Nature Strollers*

“No hay tal cosa como mal tiempo que lo mantiene a usted dentro de su casa— sólo hay ropa inapropiada y equipo malo . . .”

Jaimz Edwards, EANDC



“Ser los anfitriones del evento se ha convertido para nosotros en un asunto familiar. Nos sentimos honrados de trabajar para animar a las familias a salir juntos al aire libre”

*Chip y Ashley Donahue,
KIVA*



“Yo quiero empujar a la gente a hacer cosas que no hayan hecho. Quiero traspasar la barrera del miedo paternal... Veo mi papel como el de un embajador de buena voluntad del lugar y de la naturaleza”

Jodi Hiland, Happy Trails



Nos hemos dirigido a cierto número de organizadores de clubes de naturaleza para familias. Algunos de ellos son naturalistas entrenados, la mayoría son simplemente padres y entusiastas del aire libre cuya apreciación del mundo natural ha demostrado ser contagiosa. Algunos viven en las grandes ciudades, otros en suburbios o ciudades pequeñas. Sin embargo ellos han escogido promover un club de naturaleza para familias y con base en sus experiencias todos saben impartir consejos útiles para animar a otros.



PHOTO: JON BEARD



“Dentro de todos los eventos, yo he incluido tiempo libre para juegos. He incorporado una caminata por la naturaleza de cierta extensión, pero contemplando bastante tiempo para explorar fuera del sendero. Ejemplos de estas actividades han sido jugar en las praderas de pastos, subir y bajar de los árboles (personalmente, mi favorita), subir las rocas gateando y escalar colinas pequeñas. La mezcla de edades jugando juntas se ve tan bonita, que siempre me toca hacer esfuerzo para no llorar.” — Jodi Hiland, *Happy Trails*

“En nuestro grupo mucha de la mejor diversión tiene lugar cuando hay muy mal tiempo.”

Kari Svenneby, Active Kids Club

“Nuestra primera experiencia con *Happy Trails* tuvo lugar en una caminata a la luz de la luna en el *Dodge Nature Center* (Centro Dodge de Naturaleza). Mi hija de tres años llegó con sus botas, una linterna y un poquito de temor. Después de todo, ésta era su primera caminata en el bosque durante la noche con un poco de niños que no conocía. Media hora más tarde ella exploraba el bosque en medio de la oscuridad... escuchando, observando, trepando, jugando y simplemente, divirtiéndose. Los niños mayores les ayudaban a los menores a encontrar insectos y ramas para colgarse y columpiarse. Y cuando un niño encontraba algo nuevo—hongos creciendo en un árbol podrido, un hueco hecho por un animal o un tronco para treparse—esto hacía que mi hija se entusiasmara a explorar y descubrir también estas cosas. Unas pocas semanas después, visitamos unos parientes en una zona rural de Wisconsin y fui testigo de lo que consideré era un resultado directo

de nuestras experiencias con *Happy Trails*. Cuando se estaba haciendo de noche, mi hija cogió tanto su linterna como a su temerosa prima de cinco años de edad y se dirigió hacia afuera, más allá de la grama bien cuidada que rodea la casa, hacia el bosque no descubierto en el borde de la propiedad. Observé asombrado cómo introducía a su prima a este mundo natural ‘no descubierto’. Pronto ambas se estaban riendo, trepando, explorando y descubriendo. El entusiasmo y confianza de mi hija para explorar la naturaleza e introducir a su prima al mundo natural a sólo unos pocos pies de la puerta de su casa, era un resultado directo de sus experiencias en *Happy Trails*. He visto cómo el sobrecogimiento y asombro que sienten los niños hacia el mundo natural son contagiosos y aprecio cómo nuestras experiencias con *Happy Trails* han afectado la manera cómo mi hija y su prima (y todos los niños que ellas introducirán al mundo natural) explorarán, descubrirán e interactuarán con el mundo natural a su alrededor.”

Kevin, Minneapolis nororiental, participante de Happy Trails

“No puedo creer que este grupo haya crecido tanto. Al comienzo pensé que solo contaríamos con 10 ó 15 madres y que esto sería todo. Ahora tenemos 120 miembros adultos y más de 300 niños. Si yo pudiera programar algo para cada día, estoy segura de que habría gente que vendría.”

Wendy Sparks, Inland Empire Kids Outdoors

“Las reuniones del club de naturaleza para familias nos ayudan a conectarnos con la gente de la comunidad, pero sobre todo es el momento que separamos para disfrutar juntos como una familia, los beneficios de la naturaleza. Una idea sencilla con resultados concretos.”

Chip y Ashley Donahue, KIVA

“En vez de una fila de personas que siguen al naturalista, nos movemos como una manada desorganizada. Los niños grandes salen en estampida al frente llevando palos. Los de cuatro años de edad van brincando. Los padres llevan de la mano a los de dos y tres años de edad. Los bebés montan en portabebés o en coches.”

Laurel Dodge, Nature Strollers





“Hemos descubierto que nuestro club sirve para incrementar el tiempo que pasan las familias al aire libre en la medida en que se aumenta el nivel de comodidad de los padres o madres solteros/as para sacar a sus hijos al aire libre y se anima a las familias a programar de verdad ‘en su calendario’ el tiempo al aire libre”

— *Chris Kiewra, Nature Explore Families’ Club*

“La inversión en rodear de naturaleza a mis hijos va más allá de mi propia apreciación de su magnificencia. Cuando les muestro a mis hijos huellas en la nieve y les pregunto a quién le pertenecen, les estoy enseñando a ser conscientes. Estarse quietos lo suficiente para presenciar cómo una mariposa despliega su probóscide es una lección de paciencia. Atravesar un riachuelo o un arroyo conlleva tanto coraje como buena planeación. Ofrecerles semillas a los pájaros cuando todo está cubierto de hielo es un acto de bondad. Observar una avispa llenar las celdas subterráneas con comida para sus crías ejemplifica devoción. Excavar el hueco más hondo requiere estrategia y fuerza, y cuando usted lo llena de agua y después se cubre con lodo, aprende que ensuciarse puede ser divertido. Saber cómo prender un fuego sin fósforos es seguridad, como lo es ser capaz de identificar de manera segura las plantas silvestres comestibles. Como madre me siento abrumada por la responsabilidad de preparar a mis hijos para la vida. He encontrado que cuando trato de impartir mi conocimiento directamente, mis hijos

se resisten, no entienden o se olvidan, pero cuando les doy una oportunidad para tener una experiencia propia, ellos ganan mucho más de lo que yo hubiera planeado. Muchas veces no es lo que yo me proponía sino exactamente lo que ellos necesitaban”

*Lorin Keel,
participante de Nature Strollers*

“Cada persona en nuestra familia tiene un trabajo específico el día de la reunión. Nuestra hija de ocho años de edad lee un cuento a un grupo y nuestro hijo de seis años de edad dirige la caminata conmigo o con mi esposa. Aun nuestro hijo de dos años tiene un papel dando la bienvenida y tocando la armónica. Esto lo hace ya sea desde el portabebés o al lado de su papá. Ser los anfitriones del evento se ha vuelto un asunto familiar. Nos sentimos honrados de trabajar juntos para animar a las familias a salir juntos al aire libre”

Chip y Ashley Donahue, KIVA

“Yo quiero invitar a las familias a construir memorias juntos, a sentir paz juntos y a saber que no les tiene que costar ni un centavo”

Jodi Hiland, Happy Trails

“Yo pienso que la cosa más importante que podemos hacer es construir comunidad donde vivimos. Use su patio de atrás, use su parque. Todo el mundo puede mejorar una comunidad y ¡es divertido!”

Kari Svenneby, Active Kids Club

“Mucho de lo que yo hago es introducir la idea de que está bien quedarse cerca de donde usted vive—que hay cosas para hacer en abundancia sin alejarse de donde usted vive”

*Wendy Sparks,
Inland Empire Kids Outdoors*

“Trabaje con sus vecinos, pregúnteles si han estado al aire libre esta semana, cuénteles sobre los grandes sitios a los que usted ha ido, comparta información”

Kay Meyer, Heed Nature Club





PHOTO: GEORGE WASHINGTON ELEMENTARY SCHOOL, BALTIMORE MD

“Durante nuestras caminatas, Kat y yo modelamos técnicas para buscar la fauna y la flora escudriñando claramente la tierra al lado de la senda, mirando a través de binoculares, dando vuelta a hojas y troncos, escuchando atentamente todos los sonidos. Después de algunas caminatas, hemos notado que los padres aprenden que éstos son los comportamientos habituales para el estudio de la naturaleza, pierden su timidez y empiezan a imitar nuestras estrategias.” — *Laurel Dodge, Nature Strollers*

“Se puede desafiar el frío o el tiempo incllemente coreando o cantando algo como ‘Los pajaritos cantan, las nubes se levantan, ¡que sí! ¡que no! ¡que no me moje yo!’ Considérela una desintoxicación después de horas de videojuegos y no dejen que el invierno o el clima los encierren.”

Brother Yusuf Burgess, Boys Outdoor Leadership Team

“Se refuerzan los vínculos familiares mientras la gente juega, habla y aprende en la naturaleza. Las personas experimentan las caminatas en la naturaleza como una oportunidad para crecer juntos. Cuando descubren un nuevo insecto o flor silvestre, experimentan una sensación de asombro y se construyen memorias juntos siguiendo el sendero.”

Laurel Dodge, Nature Strollers

“Se puede vivir en una ciudad grande y todavía ser parte de la naturaleza.”

Kari Svenneby, Active Kids Club

“Yo llevaba a mi hija a un centro de desarrollo para la primera infancia, leía todas las tablas de crecimiento y comportamiento y yo pensaba que ella estaba al día en su desarrollo. Por eso cuando oí por primera vez de la importancia de estar al aire libre, mi primera reacción fue rechazar la idea, pues al no figurar en todos mis libros o en la investigación sobre la “buena crianza” no podría ser tan importante. Me integré en el *Active Kids Club* con mi hija porque ella se hizo amiga de la hija de Kari y yo quería promover esta amistad. Por eso empezamos a salir al aire libre una vez a la semana, es decir, si no nos perjudicaba, entonces ¿por qué no hacerlo? Entonces salíamos una vez a la semana, sin importar el tiempo que hiciera. Nos gustaba estar al aire libre y me di cuenta de que los días en los que salíamos mi hija tenía más apetito y dormía mejor. Además, me di cuenta de que yo también dormía mejor y me encontraba de mejor ánimo. Especialmente en los meses de invierno, las cosas estresantes parecían menos importantes

después de una buena salida. Ahora pasar tiempo al aire libre es una prioridad para nosotras. Mi hija tiene más confianza en sí misma y en sus capacidades. Solo quisiera que hubiéramos empezado antes y que yo no hubiera tardado tanto en convencerme.”

Debra Scott, miembro de larga duración del Active Kids Club y organizadora del nuevo Beach Club, grupo de actividades lúdicas al aire libre, Toronto, Canadá

“Uno no tiene que ser un naturalista capacitado, vamos aprendiendo a través de la práctica.”

Kat Diamond, Nature Strollers

“Uno de nuestros líderes—y mejor no decimos quien—es conocido por gritar a veces ¡Carajo! Cuando ve algo interesante. El entusiasmo es contagioso.”

Laurel Dodge, Nature Strollers



RECURSOS



Hay una variedad de recursos maravillosos para ayudar a inspirar, informar y apoyar los Clubes de Naturaleza para Familias con ideas, actividades, consejos y herramientas. Use este enlace para acceder a una muestra de tales recursos –incluyendo enlaces a programas, productos y Clubes de Naturaleza para Familias ya existentes. Esta lista es útil pero el propósito no es que sea integral. ¡Mándenos sus sugerencias para agregarlas!

<http://www.childrenandnature.org/natureclubs/resources>

Use las listas de control y plantillas tipo arranque rápido en las siguientes páginas para ayudarse en la planificación y organización de su club. Visite el sitio Web de C&NN para descargar ejemplos de invitaciones, folletos, formularios y otras herramientas útiles:

<http://www.childrenandnature.org/natureclubs>

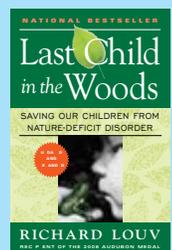
“A través de los tiempos, los seres humanos hemos pasado la mayoría de nuestros años formativos en la naturaleza. Sin embargo, en el transcurso de unas pocas décadas la manera en que los niños entienden y experimentan la naturaleza ha cambiado radicalmente.

Reparar el lazo roto entre nuestros niños y la naturaleza nos beneficiará a todos, no solamente porque la justicia o la estética lo demanda, sino también porque nuestra salud mental, física y espiritual depende de ello”

Richard Louv, autor de Last Child in the Woods (El último niño en el bosque), Chairman, C&NNChairman, Children & Nature Network

Para hacer pedidos de varios ejemplares del libro, vaya a:

www.childrenandnature.org/books



CLUBES DE NATURALEZA PARA FAMILIAS:
¡Hágalo Usted Mismo! ¡Hágalo Ahora!

© Children & Nature Network | www.childrenandnature.org

Empiece a planificar hoy mismo
Hágalo paso a paso
Intégrese en la red de C&NN

**¡HÁGALO USTED MISMO!
¡HÁGALO AHORA!**



Sacar al aire libre y al mundo natural a sus hijos y a su comunidad de amigos y vecinos es un paso pequeño pero revolucionario. Es un paso que puede empezar a contrarrestar la tendencia actual de desconectarse de la naturaleza. Esperamos que le hayan inspirado a usted las palabras de los que ya están liderando clubes de naturaleza para familias. Y esperamos que esta Caja de Herramientas de *Children & Nature Network* – C&NN (Red de Niños y Naturaleza) le haya proporcionado la información básica que necesita para organizarse.

Una vez que haya establecido su propio club de naturaleza para familias, lo invitamos a integrarse en la red creciente de personas que han colocado sus clubes en el mapa del movimiento que C&NN ha elaborado. Regístrese en C&NN para agregar su club a la lista y para compartir información sobre su club con todos los miembros de la red:

www.childrenandnature.org/natureclubs/map

Encontrará muchos recursos valiosos adicionales en el sitio Web de C&NN:

- Use el mapa del movimiento C&NN para encontrar y conectarse a la campaña de base en su región:
<http://www.childrenandnature.org/movement/>
- lea el Blog del chairman y autor Richard Louv:
<http://www.childrenandnature.org/blog/>
- Busque en el archivo de C&NN los artículos periodísticos que le ayuden a incrementar su conocimiento y entendimiento de lo que está pasando en otras regiones o en su propio “patio de atrás”:
<http://www.childrenandnature.org/search/archive/>
- Descargue las publicaciones y los informes sobre las investigaciones de C&NN, incluyendo los volúmenes uno, dos y tres de las investigaciones de C&NN; *Children and Nature 2008: A Report on the Movement to Reconnect Children to the Natural World* y *C&NN Community Action Guide: Building the Children & Nature Movement from the Ground Up*:
<http://www.childrenandnature.org/research/>
<http://www.childrenandnature.org/publications/>
- Inscribese para recibir el boletín mensual de C&NN:
<http://www.childrenandnature.org/join/>



CLUBES DE NATURALEZA PARA FAMILIAS:
¡Hágalo Usted Mismo! ¡Hágalo Ahora!

© Children & Nature Network | www.childrenandnature.org

1

Programar la fecha y hora de las actividades



Una vez que usted se inspire, programe un calendario que funcione para usted y su familia (y que los divierta). Qué le interesa más, ¿programar un solo evento o una serie de eventos cada semana, mes o estación? Planifique cada evento y sea consciente de otros esfuerzos locales. Estar bien organizado le puede ayudar a relajarse y a disfrutar de esta aventura. Piense en un horario. ¿Es el evento una caminata que dura medio día o se trata de dos horas de exploración al anochecer? Decida qué lapso de tiempo y qué fecha y día funcionan mejor para cada salida.

Siguiendo este enlace se encuentra un ejemplo de un calendario anual de eventos, el de KIVA:
http://www.childrenandnature.org/forms/NCFE_calendar.pdf

Determine su nivel de compromiso y el tiempo que tiene disponible.

Frecuencia:

- Una vez a la semana, los _____
- El primer _____ de cada mes
- El primer _____ de cada estación
- Una vez por año, el/la _____

Duración:

- _____ horas, desde _____ hasta _____
- (Varía según el sitio)

Tenga en cuenta el paisaje local y las condiciones meteorológicas estacionales. Averigüe qué otros eventos al aire libre u orientados a la naturaleza se llevan a cabo en su región. Haga una lista de otros recursos, incluyendo los clubes locales que tengan que ver con la naturaleza, e investigue si algún educador u otro invitado especial puede estar disponible para hablarle a los miembros de su club mientras ustedes están al aire libre. Establezca una lista de sitios posibles para las actividades. Considere lugares donde usted haya estado y lugares que siempre haya querido explorar. Incluya las actividades que le gustan más para llevarlas a cabo en cada parque en particular. Trate de programar un año entero de aventuras.

Fecha:

Sitio:

Actividad:

Hora:

Fecha:	Sitio:	Actividad:	Hora:
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____



3

Abriendo puertas: Hoja de información para los encargados de los sitios que se van a visitar



PHOTO: JON BEARD

Usted querrá contactar a la agencia o a la persona que administre los sitios que van a visitar. Infórmele de sus planes y pida permiso para llevar a cabo su salida a este sitio. Proporciónese información sobre los beneficios que recibirá por aceptar ser el lugar de las actividades del club.

A continuación hay una carta modelo que usted puede revisar y usar para comunicarse con la persona encargada del sitio al aire libre, tal como el administrador de un parque. Comuníquese por correo, e-mail o teléfono con el encargado, y refiérase a este documento como un modelo.

Estimado Administrador del Parque:

Le escribo para presentarme y para informarle sobre nuestro Club de Naturaleza para Familias.

Soy la madre de dos niños de siete años de edad. Hemos visitado su parque varias veces como una familia y hemos participado en sus excelentes caminatas lideradas por naturalistas. En el transcurso del último año, me he vuelto cada vez más consciente del hecho de que nuestra familia es una excepción. En comparación con el pasado, los niños de nuestra comunidad están pasando muy poco tiempo al aire libre. Inspirada por el libro *Last Child in the Woods* (El último niño en el bosque) por Richard Louv, y los Clubes de Naturaleza para Familias del *Children and Nature Network*, he decidido hacer algo sobre este asunto en nuestra comunidad.

En diciembre de 2008, me puse a organizar un club local para explorar los sitios naturales de nuestra región. Yo sé que es mucho más probable que numerosos vecinos y amigos salgan al aire libre si los invito a unirse con nosotros y otros para una aventura al aire libre. Una manera de extenderles la mano a ellos y a otras personas es a través de los Clubes de Naturaleza para Familias, para que juntos superemos los obstáculos que mantienen a las familias y niños adentro, desconectados de la naturaleza.

Hemos seleccionado su parque como un destino perfecto para nuestra caminata de otoño. Entiendo que es posible que se nos exija un documento de permiso si el grupo abarca más de 20 participantes. Por favor déjeme saber cuáles son los trámites que debo llevar a cabo para que me otorgue el permiso en nombre del grupo.

Nombre del grupo: _____

Persona Contacto: _____

Fecha de la Visita : _____

Hora de la Visita : _____

Número de Participantes: _____

Espero que la experiencia de los participantes en esta salida al parque redunde en su mayor apreciación de los ricos y diversos recursos naturales que existen aquí en nuestra propia área. Con este fin le agradecería la oportunidad para difundirles información a los participantes sobre sus programas y eventos.

Para más información sobre los clubes de naturaleza para familias, vaya a:
www.childrenandnature.org/familynatureclubs

Atentamente,
Su Nombre



4

Invitaciones, panfletos y anuncios



Empiece con sus redes existentes de amigos, familiares, vecinos y compañeros de trabajo. Comience invitando a pocos o invite a todos. Imprima una hoja informativa de media página y distribúyasela a las familias con niños a las cuales usted conoce. Coloque un corto anuncio en el periódico local. Cuando usted esté listo para expandir su alcance hacia la comunidad, vaya a sitios Web y blogs regionales que traten sobre la crianza de niños. Coloque anuncios en sus calendarios y boletines. También puede contactar una variedad de otros grupos, tales como un REI u otro almacén local de productos para la recreación al aire libre, una asociación del vecindario o de propietarios de casas, la PTA local, organizaciones afiliadas a una iglesia, el 4H o el *Boys and Girls Club*. Fije su panfleto en el tablero de un supermercado, biblioteca, centro recreativo o almacén de productos para *camping* o deportes al aire libre. Extienda la mano a invitados tales como funcionarios públicos, miembros de la junta escolar o líderes de programas sobre la naturaleza. Estos invitados pueden estar dispuestos a hablarle a su grupo sobre lo que están haciendo para ayudar a conectar a los niños en su comunidad con la naturaleza.

Para hacer correr la voz, elabore una serie de invitaciones, anuncios y avisos para cada salida. Incluya su información de contacto para que los individuos interesados puedan responder y usted pueda mandarles una invitación y una lista de control para participantes:

- Una invitación por e-mail
- Un panfleto de media página
- Un corto aviso para periódicos y boletines

A continuación se encuentran unos modelos de invitaciones, panfletos y anuncios. Para ver más ideas que pueden ser fuentes de inspiración, vaya a los sitios Web de los Clubes de Naturaleza para Familias que se encuentran enumerados en la sección de recursos de esta Caja de Herramientas.

<http://www.childrenandnature.org/natureclubs/resources>



Pulse aquí para ver versiones de tamaño completo o vaya a:

http://www.childrenandnature.org/forms/NCFE_fliers.pdf

5

Seguro, divertido y sin inconvenientes



¡La seguridad ante todo! Sin embargo, reconozca que tomar riesgos apropiados es bueno para el desarrollo sano de los niños. Esté preparado. Ni las picaduras de las abejas, las plantas venenosas ni las alergias deben detenerle. Asegúrese de llevar un botiquín de primeros auxilios y déjele a todo el mundo saber dónde está. Recuerde a los participantes que el mundo natural está lleno de sorpresas y prestar atención forma parte de conocer la naturaleza. Use un sistema de compañerismo si esto ayuda y esté preparado para ajustar las actividades a las distintas edades de los participantes.

Hay muchos buenos recursos para obtener consejos sobre la seguridad al aire libre. Uno de ellos es el sitio [Web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#). Repase los consejos antes de su salida y siempre lleve un botiquín básico de primeros auxilios. Cuando mande las invitaciones, asegúrese de mencionar cualquier artículo que usted quiere que los participantes lleven, además de los básicos tales como agua, crema de protección solar y un gorro. Si su grupo se va a acercarse a un riachuelo o arroyo, es una buena idea recomendar que lleven un cambio de ropa. Si van a caminar en el bosque, es posible que necesite decirle a los participantes que tendrán que revisarse para ver si tienen garrapatas. Esta información les puede ayudar a los padres a prepararse mejor. Padres preparados son padres más felices.

Lista de Control para Participantes

Ítems Esenciales:

- Agua
- Capas de ropa adecuada para el clima
- Mochila
- Tentempiés o almuerzo
- Crema de protección solar
- Gorro

Seguridad:

- Silbato
- Curitas
- Un participante entrenado en resucitación cardiopulmonar
- Botiquín de primeros auxilios

Extras:

- Cambio de ropa
- Lápiz y bloc de papel
- Lupa
- Caja para insectos
- Cazamariposas
- Binoculares
- Guía a la flora y fauna o tarjetas para identificar las especies
- Linterna para caminatas nocturnas

NOTA: El papel de la Red de Niños y Naturaleza (C&NN) es ayudar a construir el movimiento de niños y naturaleza, y ayudar a los padres y a otras personas a aprender sobre lo que pueden hacer para conectar a los niños con la naturaleza. Nuestro enfoque consiste en promover los Clubes de Naturaleza para Familias. Sin embargo, estos grupos funcionan independientemente y C&NN no es responsable por las acciones de grupos específicos o miembros individuales de tales grupos. En todo momento cuando los niños están al aire libre independientemente o con familiares y amigos, todo el mundo debe tomar las precauciones apropiadas y estar conscientes de los riesgos, para garantizar su seguridad.



6

Lista de control para el líder del club en el día del evento



- Lleve las listas de inscripción y los formularios para participantes
- Lleve lápices y bolígrafos para llenar los formularios y las listas de inscripción
- Lleve cualquier equipo necesario para las actividades del día (Guías a la naturaleza, redes para insectos, lupas, etcétera)
- Lleve agua y tentempiés extra “por si acaso” Bring a leader’s first-aid kit
- Lleve un botiquín de primeros auxilios

- Exija que los padres y tutores se queden con sus hijos
- Trabaje en equipo. Un par de personas trabajando juntos pueden hacer que el evento proceda con menos complicaciones. Hágalo con su familia.
- ¡Diviértase!

Formularios Descargables:

Formulario de Inscripción

Si es su intención tomar fotos y usarlas en su sitio Web o en panfletos o anuncios, necesitará conseguir el permiso de los participantes que aparezcan en las fotos. A continuación hay un formulario sencillo que pueden firmar para autorizar el uso de sus fotos.

Formulario de Autorización para Usar Fotos

Además de las picaduras de abejas, los rasguños en las rodillas y la hiedra venenosa, otros accidentes pueden suceder. Como el líder del club, usted puede escoger que los participantes firmen un relevo de responsabilidad. Esto se ha vuelto una práctica acostumbrada para eventos al aire libre tales como viajes al campo o de estudio, programas después de la escuela y campamentos de verano, especialmente para los que involucran a niños pequeños. Algunas organizaciones proveen seguro de responsabilidad a grupos que visiten su propiedad o que realicen viajes bajo sus auspicios. Esta práctica puede ser muy útil para su club de naturaleza para familias.

Formulario para el Relevo de Responsabilidad

Es posible que quiera recoger los comentarios y sugerencias de los participantes después del evento para hacer que su próximo evento sea aún más divertido y con menos complicaciones. Hágales llenar un Formulario de Comentarios y Sugerencias al final de la salida.

Formulario de Comentarios y Sugerencias

Se puede descargar todos los formularios aquí:

http://www.childrenandnature.org/forms/NCFE_forms.doc



7

Consejos para los Clubes de Naturaleza para Familias sobre los sitios web, enlaces y recursos



Usted querrá hacer correr la voz sobre sus próximos eventos, compartir consejos y cuentos sobre sus salidas y mantener a todo el mundo informado e inspirado. La mejor manera es crear un sitio Web o un blog para compartir noticias, calendarios, cuentos e ideas. Regístrese en C&NN y coloque su club en el Mapa del Movimiento:

<http://www.childrenandnature.org/movement/submit/natureclub/>

No se deje intimidar—la tecnología no es difícil y hay muchos ejemplos colocados por los líderes de otros clubes que puede guiarlo en cómo proceder.

Usted puede crear un blog gratis usando *Blogger* o *Wordpress*. Estos servicios funcionan bien si no quiere pagar una mensualidad por el hosting, u hospedaje. Hospedarán su blog, se verá su logotipo a la cabeza de su blog y el URL será algo parecido a estos:

<http://naturestrollers.blogspot.com/>

<http://heednature.blogspot.com/>

<http://iekidsoutdoors.blogspot.com/>

Otra opción es crear un sitio Web para su club de naturaleza para familias. Algunos clubes tienen los dos, un blog para colgar las últimas actualizaciones y un sitio Web para información que no cambia con frecuencia. Estos clubes compraron su URL y pagan una mensualidad por el hosting:

<http://www.happytrailsclub.net>

<http://www.activekidsclub.com>

<http://www.naturestrollers.org>

Si tiene su propio URL, la dirección de su blog se va a parecer a ésta:

<http://www.kidsadventuring.org/blog/>

El *Gig Harbor Nature Club* usó *Meetup* para su sitio. *Meetup* tiene herramientas incorporadas para programar eventos y notificar a los miembros. Los grupos de *Meetup* cuestan un poco más que el hosting en la Web (muchas veces alrededor de \$12 por mes) pero pueden ofrecerle la solución adecuada para sus circunstancias.

<http://www.meetup.com/FamilyNatureClubOfGigHarbor/>

Muchos servicios de hospedaje en la Web ofrecen plantillas para blogs y sitios Web como parte del paquete de hosting. Usted querrá hacer su propia investigación para encontrar el mejor servicio de hosting para usted. A continuación se encuentran unos enlaces para ayudarle a empezar. Las herramientas y servicios enumerados a continuación incluyen muy buena documentación para los usuarios principiantes.

Servicios gratis de hosting para blogs:

<https://www.blogger.com>

<http://wordpress.com/>

<http://www.typepad.com/>

Servicios de hosting para sitios Web y blogs:

<http://www.godaddy.com/>

<http://www.networksolutions.com>

<http://www.homestead.com>





PHOTO: KATHLEEN DIAMOND

RECONOCIMIENTOS

La Caja de Herramientas ¡Hágalo Usted Mismo! ¡Hágalo Ahora! de los Clubes de Naturaleza para Familias es una publicación de *Children & Nature Network - C&NN* (Red de Niños y Naturaleza). Las siguientes personas participaron en su orientación y desarrollo, tanto conceptual como editorial: Richard Louv, *Chairman* de C&NN; Cheryl Charles, Presidente y Directora Ejecutiva de C&NN; Amy Pertschuk, Directora Gerente de C&NN y Avery Cleary, Jefa del Grupo de Herramientas y Recursos de C&NN.

El esbozo de la Caja de Herramientas fue desarrollado por los miembros del Grupo de Trabajo C&NN para los Clubes de Naturaleza para Familias, incluyendo Chip y Ashley Donahue, Avery Cleary, Kelly Mortenson, Kellie Tharp, Lori Kiesser, Mary Hardcastle, Mary Roscoe, Hermano Yusuf Burgess, Judith Silverberg, Barry Garst y Brooke Levey. Avery Cleary y Sara St. Antoine llevaron a cabo las entrevistas con los líderes de los clubes. Los líderes de Clubes de Naturaleza para Familias que estuvieron de acuerdo con ser entrevistados, y quienes dieron vida a este texto y lo enriquecieron con sus cuentos son Chip y Ashley Donahue de *KIVA*; Kathleen Diamond y Laurel Dodge de *Nature Strollers*; Wendy Sparks de *Inland Empire Kids Outdoors*; Jodi Hiland de *Happy Trails*; Kay Meyer de *Heed Nature Club*; Kari Svenneby de *Active Kids Club* y Chris Kiewra de *Nature Explore Families' Club*.

Children & Nature Network se considera afortunado por contar con la sabiduría colectiva y las contribuciones del Grupo de Trabajo de Clubes de Naturaleza para Familias de C&NN y los líderes de los clubes, quienes inspiraron esta iniciativa. Agradecemos especialmente a Chip y Ashley Donahue, co-fundadores de *Kids in the Valley Adventuring!* (*KIVA*). Ellos nos ofrecieron su tiempo y el beneficio de su experiencia con mucha generosidad, y siempre hacen todo parecer fácil y divertido.

Estamos agradecidos con cada uno de estos colaboradores—y a muchos otros que están trabajando activamente para formar sus propios clubes de naturaleza para familias. Esperamos que este recurso sea un aporte valioso para impulsar y apoyar el movimiento para conectar a los niños con la naturaleza.

PATROCINADORES Y COLABORADORES

La Caja de Herramientas de los Clubes de Naturaleza para Familias se hizo posible gracias a un generoso donativo por parte de REI para animar la actividad participativa al aire libre por parte de los niños, los jóvenes y sus familias.



Junta Directiva del Children & Nature Network (Red de Niños y Naturaleza):

Richard Louv, *Chairman*

Cheryl Charles, *Presidenta y Directora Ejecutiva*

Martin LeBlanc, *Vicepresidente*

Martha Farrell Erickson, Ph.D., *Secretaria*

Hermano Yusuf Burgess, *Miembro*

Stephen R. Kellert, *Miembro*

Amy Pertschuk, *Directora Gerente*

Betsy Townsend, *Presidenta del Equipo de C&NN para el Liderazgo de Base*

Para mayor información, escriba al:

C&NN

7 Avenida Vista Grande B-7, #502
Santa Fe, NM 87508

www.childrenandnature.org

info@childrenandnature.org

La misión de la Red de Niños y Naturaleza (C&NN por su sigla en inglés) es construir un movimiento para reconectar a los niños con la naturaleza. La meta principal de C&NN es lograr un cambio sistémico para que todos los niños, todos los años, todos los días, tengan la oportunidad de experimentar el contacto directo con la naturaleza. Las investigaciones indican que los niños que regularmente exploran, aprenden y juegan al aire libre, son más saludables, felices, inteligentes, colaboradores y creativos. Se sienten más realizados, se aumenta su sentido de bienestar, se ubican en su entorno y establecen lazos fuertes con la familia, la comunidad y el medio ambiente. C&NN concientiza, proporciona acceso a los últimos y mejores recursos, ayuda a las personas y comunidades de base a concretar estrategias y conseguir herramientas, desarrolla publicaciones y materiales educativos, sintetiza los resultados más importantes de la investigación y promueve la colaboración para reparar el lazo roto entre los niños y la naturaleza. Desde nuestra fundación en el año 2006, C&NN ha promovido iniciativas de base en más de 50 ciudades, estados y países. Nuestro alcance geográfico es internacional, empezando y predominando en los Estados Unidos y Canadá. No hay otra organización que ofrezca un acercamiento tan integral, no partidista y multisectorial, para efectuar el cambio social necesario para reconectar a los niños con la naturaleza.

