

Clubes de naturaleza salvaje para la familia

Kit de herramientas

¡Hágalo usted mismo!

¡Hágalo ahora!



PRESENTADO POR:

children & nature
NETWORK

CANADIAN WILDLIFE
FEDERATION

WILD
Family Nature Club





INTRODUCCIÓN

"¿Qué pasaría si los padres, abuelos y niños alrededor del país se juntaran para crear clubes de naturaleza para las familias? ¿Qué pasaría si esta nueva forma de red entre la sociedad y la naturaleza se difundiera tan rápidamente como lo han hecho los clubes de libros y la vigilancia de vecindario en las últimas décadas? Nosotros estaríamos bien en nuestro camino al verdadero cambio cultural".

— Richard Louv, autor de *Last Child in the Woods (El último niño en el bosque): Saving our children from Nature-Deficit Disorder (Salvando a nuestros niños del trastorno de déficit de naturaleza)*, y presidente, red de niños y naturaleza

Las familias están descubriendo que tener diversión al aire libre no requiere esperar un evento o un programa especial. En lugar de eso, ellos están tomando la iniciativa y creando sus propios clubes locales de naturaleza salvaje para la familia. Estos clubes tienen nombres diferentes y toman formas ligeramente diferentes. Sin embargo, todos ofrecen actividades al exterior de manera accesible, fácil, diversión a bajo (o no) costo y orientadas a la familia.

¿Por qué llevar a las familias al aire libre? Simplemente porque la naturaleza es buena para nosotros. Las pruebas muestran que es importante, sano y divertido que los niños jueguen al aire libre en oportunidades frecuentes y variadas y especialmente al aire libre con la vegetación natural como parte de sus vidas diarias. Cuando ellos realizan estas actividades, ellos son más felices, sanos e inteligentes. Ellos son más autodisciplinados y están más concentrados. Ellos son más seguros de sí mismos, son más creativos y cooperativos. Ellos resuelven mejor los problemas, son más optimistas y tienen una mejor forma física. Se fortalecen los vínculos familiares, se fomenta el sentido de comunidad y se cultiva el sentido de lugar. En resumen, ¡la naturaleza es buena para los niños, sus amigos y también para la familia!

Los clubes de naturaleza salvaje para la familia son una gran forma de empezar, involucrarse y obtener los beneficios de pasar un tiempo en la naturaleza. La naturaleza se encuentra alrededor de todos nosotros. Abunda en ambientes rurales y áreas silvestres e incluso podemos encontrarla en lugares menos pensados. Por ejemplo, patios, vecindarios de la ciudad, jardines en la azotea, parques suburbanos y las calles por donde caminamos.

La buena noticia es que existen varias formas de comunicarse con la naturaleza y crear un estilo de vida en el cual la experiencia frecuente con el mundo natural, que es una parte fundamental de la vida de los niños. La Federación canadiense de vida salvaje y la Red de niños y naturaleza (C&NN) ha obtenido la mejor información disponible, el sentido común y las experiencias directas de los padres para desarrollar este *kit de herramientas de los clubes de naturaleza salvaje para las familias: ¡Hágalo usted mismo! ¡Hágalo ahora!* Esperamos que lo inspire a estar con su familia y amigos al aire libre para compartir juntos muchas aventuras divertidas y saludables.



FOTO: JON BEARD



OBJETIVO DEL KIT DE HERRAMIENTAS

El objetivo de este *kit de herramientas para el club de naturaleza salvaje para la familia: ¡Hágalo usted mismo! ¡Hágalo ahora!* es proporcionar inspiración, información, consejos y recursos para aquellos que están, o pueden estar, interesados en crear un club de naturaleza salvaje para la familia. Nosotros hemos creado este kit de herramientas basándonos en lo que muchas otras familias han realizado y aprendido. Nosotros también lo alentamos a desarrollar y usar sus propias ideas.

¿QUÉ ES UN CLUB DE NATURALEZA PARA LAS FAMILIAS?

Un club de naturaleza salvaje para las familias es un grupo de personas con un interés en relacionar a los niños con la naturaleza. Cada club de naturaleza salvaje para las familias es único. Algunos se reúnen semanalmente en el mismo parque urbano y juegan, hacen amistades y cantan con los niños preescolares y sus padres. Algunos realizan largas caminatas con las familias que enseñan a sus hijos para enfocarse en estudiar la naturaleza. Algunos clubes toman la forma de caminatas con familias bulliciosas que combinan



FOTO: SUSAN SHAFER, NADCO

los juegos para los niños con observación espontánea de la naturaleza. Sin importar su forma, todos comparten estos objetivos básicos: Salga de manera frecuente a la naturaleza. Junte niños, amigos y miembros de la comunidad para compartir aventuras al aire libre y experimente los beneficios de usar juntos su tiempo al aire libre.

ALGUNOS BENEFICIOS CLAVE

- El club de naturaleza salvaje para las familias puede ser creado en cualquier vecindario (ya sea dentro de la ciudad o ciudades suburbanas o rurales) y en cualquier marco económico.
- El club de naturaleza salvaje para las familias puede ser juntado o creado por cualquier familia (padres solteros, familias extensas, amigos que son parte de nuestra familia).
- El club de naturaleza salvaje para las familias puede romper las barreras clave, incluyendo el miedo a los extraños debido a que existe seguridad cuando las personas que encuentran en grupos grandes.
- Existe un factor de motivación: es más probable que su familia y usted vayan al parque un sábado por la mañana si saben que otra familia los están esperando.
- Conocimiento compartido: Muchos padres quieren brindarle a sus hijos los regalos de la naturaleza pero ellos no sienten que conocen lo suficiente sobre la naturaleza para hacerlo.
- Y, considerablemente, no hay necesidad de esperar un financiamiento. Las familias lo pueden realizar por sí mismos y lo pueden realizar ahora.



CÓMO EMPEZAR

FOTO: JON BEARD

"Usted no tiene que esperar por una receta de "realice juegos al aire libre" de su médico. Usted puede empezar hoy día con su familia y amigos abriendo la puerta para ir al aire libre y explorar la riqueza de las aventuras naturales en su propio patio, vecindario y comunidad".

— Cheryl Charles, Presidente y Director general, Red de niños y naturaleza

Si usted está leyendo este documento, probablemente usted ya tiene algunos pensamientos serios para empezar su propio club de naturaleza salvaje para la familia. ¿Está usted dispuesto a intentarlo? Según nuestros expertos, ser organizado, entusiasta y comprometido en compartir la naturaleza con las familias lo convertirá en un líder de grupo exitoso. Y no se preocupe si usted no es un experto naturalista ya que muchos líderes mencionan que creen que su propia carencia de experiencia hace que otros padres se sientan más cómodos formando parte en sus excursiones al aire libre. Sin embargo, usted no tiene que realizarlo solo. Una estrategia para empezar un club de naturaleza salvaje para la familia es unirse con otro miembro de la familia o amigo. Considere reclutar a los abuelos ya que ellos son a menudo una fuente de conocimiento sobre la naturaleza. Además, ellos tienen el tiempo y recursos que los padres a veces encuentran en suministros pequeños.

Una vez que usted esté listo, empiece con la naturaleza cercana. Por ejemplo, lugares y espacios que están en su vecindario o cerca a la comunidad. Usted se sorprenderá al saber cuán interesantes pueden ser los parques locales, ya sea si está 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 unirse. Usted simplemente puede llevar a su grupo a una serie de caminatas de 1 a 2 horas a través de las reservas familiares (y usted se puede sorprender ya que muy pocas

familias la han visitado antes). No se asuste al repetir los viajes a la misma ubicación: Su grupo ganará confianza y conocimiento mientras empiezan a estar en un lugar durante muchos días y temporadas. Finalmente, recuerde moverse lentamente y permita que los jóvenes se diviertan y realicen sus propios descubrimientos. Usted probablemente encontrará que su aprendizaje y su apreciación se presentan en formas que usted nunca anticipó.

Si usted se siente más ambicioso, considere las excursiones más grandes, expediciones donde fotografía la naturaleza, viajes de pesca, cocinar al aire libre, viajes para acampar y proyectos de restauración de la naturaleza. Aprenda a rastrear animales, explorar los lugares donde se encuentran los fósiles locales, ir a observar y estudiar los pájaros o empiece un jardín en su vecindario. Vea el resto de este kit de herramientas para obtener más detalles. ¡Es divertido! "¡Hágalo usted mismo! ¡Hágalo ahora!"



FOTO: JON BEARD

GUÍA DE INICIO RÁPIDO

1

CREAR UN PLAN

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

→ [HERRAMIENTAS/ MODELOS \(P.12\)](#)

2

REVÍSELO

Es una buena idea que usted visite cada ubicación antes de enviar sus invitaciones: Observe cualquier característica especial de cada destinación incluyendo detalles acerca de dónde encontrarse y qué hacer una vez que se encuentran en la ubicación.

→ [HERRAMIENTA / MODELOS \(P.13\)](#)

3

INVITE TANTAS PERSONAS COMO USTED QUIERA

Empiece invitando a pocas personas o invítelos a todos. Solo invite a un par de amigos a unirse a su excursión familiar. O comuníquese con las familias del vecindario, compañeros de clase y grupos comunitarios como los exploradores, 4-H y clubes de niños y niñas.

→ [HERRAMIENTA / MODELOS \(P.15\)](#)

4

HÁGALO FÁCIL

Los padres informados y preparados son padres felices. Le será fácil decir "Sí" cuando usted minimiza el tiempo de preparación y maximiza la diversión proporcionando a los padres una lista de verificación para excursiones libres de problemas.

→ [HERRAMIENTA / MODELOS \(P.16\)](#)

5

¡A SUS MARCAS, LISTOS, FUERA!

Empiece su aventura a tiempo con período de gracia de 15 minutos para los últimos en llegar. Registre el número de participantes en cada evento y recoja información del contacto para los nuevos participantes.

→ [HERRAMIENTA / MODELOS \(P.17\)](#)

FOTO: HERMIANO YUSUF

1

Programe y coloque sus decisiones en el calendario



Una vez que esté inspirado, establezca un horario que funcione para (y sea divertido para) su familia y usted. ¿Usted está interesado en un evento o eventos continuos cada semana, mes o temporada? Planee cada evento y tenga en cuenta otras iniciativas locales. Ser organizado puede ayudarlo a relajarse y disfrutar esta aventura. Tenga un margen de tiempo en su mente. ¿Su evento es una excursión de medio día o es una exploración de dos horas al atardecer? Decida que período de tiempo y qué fecha funciona mejor para cada excursión.

Determine su nivel de compromiso y tiempo de disponibilidad.

Con qué frecuencia:

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

Cuánto tiempo:

- _____ horas, desde las _____ hasta las _____
- Varía por ubicación

Considere su paisaje local y condiciones climáticas de la estación. Averigüe qué otros eventos al aire libre o en la naturaleza se llevan a cabo en su región. Junte una lista de clubes de naturaleza local y otros recursos y averigüe si los educadores u otros invitados especiales pueden estar disponibles para conversar con su club mientras usted se encuentra al aire libre. Cree una lista de posibles ubicaciones. Considere los lugares en los que usted ha estado y los lugares que usted siempre quiso explorar. Incluya sus actividades favoritas para realizar en cada parque particular. Trate de planear un año completo de aventuras.

Fecha:

Ubicación:

Actividad:

Hora:

Fecha:	Ubicación:	Actividad:	Hora:

2

Lista de verificación del destino



- Tiempo de viaje hasta la ubicación _____
- Oportunidades educativas _____
- Ubicación conveniente para reunirse _____
- Tarifas: Si / No _____
- Estacionamiento adecuado para un grupo grande: Si / No
- Característica del agua: lago, riachuelo, laguna o charcos
- Excursión familiar-amical: Si / No
- Se necesita un permiso para grupos de más de 10 personas: Si / No
- Otra actividad _____
- Comida, agua, instalaciones de descanso: Si / No _____
- Características estacionales _____

Plan "B" cuando el tiempo sea inclemente:

- Ubicación alterna para reunirse _____
- Actividad alterna _____
- Vestimenta apropiada para estar al aire libre.

Temas de seguridad para niños pequeños:

Otras consideraciones:

3

Puertas abiertas: Hoja de información para los gerentes del sitio



Usted querrá comunicarse con el gerente del parque o agencia que administra las ubicaciones que usted visitará. Coménteles sus planes y solicite permiso para llevar a cabo su excursión en su ubicación. Proporcione información sobre los beneficios que recibirán como un sitio anfitrión.

Aquí hay un modelo de carta que usted puede editar y usar para contactarse con el personal local a cargo del área al aire libre como su gerente de parque. Escríbale una carta, envíele un correo electrónico o llame al gerente y use este documento como una hoja de referencia.

Estimado gerente de parque,

Le escribo para presentarme y decirle sobre nuestro club local de naturaleza silvestre para la familia.

Soy una madre de dos niños de siete años. Nosotros hemos visitado su parque como familia en varias ocasiones y hemos participado en sus excelentes excursiones guiadas por un naturalista. En el último año, me he vuelto más consciente sobre el hecho de que nuestra familia es una excepción. Los niños de nuestra comunidad no salen mucho. Inspirada por el libro "Last Child in the woods" de Richard Louv y el club de naturaleza silvestre para familias de la Federación canadiense de vida silvestre, he decidido hacer algo sobre esto en nuestra comunidad.

En marzo del 2015, empecé a organizar un club local para explorar los lugares naturales en nuestra región. Sé que es más probable que muchos de mis vecinos y amigos salgan si yo los invito a unirse a nuestro grupo y a otros grupos para una aventura al aire libre. Los clubes de naturaleza silvestre para las familias son una forma, para mí, de comunicarme con ellos y otras personas para ayudar a superar las barreras que mantienen a las familias y niños en su hogar y desconectados de la naturaleza.

Nosotros hemos seleccionado su parque como un destino perfecto para nuestra excursión de otoño. Yo entiendo que nosotros requerimos un permiso si el grupo excede de los 20 participantes. Por favor, hágame saber qué pasos debo tomar para asegurar tener los permisos para nuestro grupo.

Nombre del grupo: _____

Contacto: _____

Fecha de la visita: _____

Hora de la visita: _____

Número de participantes: _____

Espero que esta introducción a su parque genere una mayor conciencia de la riqueza y recursos naturales diversos que existen aquí en nuestro propio patio. Finalmente, me gustaría agradecer la oportunidad de distribuir información sobre sus programas y eventos a los participantes.

Muchas gracias, su nombre





4 Invitaciones, folletos y avisos

Empiece con sus redes existentes de amigos, familia, vecinos y compañeros de trabajo. Empiece invitando a pocas personas o invítelos a todos. Imprima un folleto de media página y distribúyalo a las familias con niños que usted conoce. Coloque un aviso pequeño en su diario local. Cuando usted esté listo para expandirse, vaya a los sitios web y blogs de crianza en su región y acceda a sus calendarios y a su boletín de noticias. Usted también puede contactarse con un anfitrión de otros grupos y otros establecimientos de recreación al aire libre, asociación del vecindario o asociación de los dueños de casa, los clubes locales de la asociación de padres y maestros (PTA) de niños y niñas, clubes 4-H y grupos de la iglesia. Publique su folleto en un supermercado, biblioteca, centro de recreación, establecimientos donde se realizan deportes al aire libre y tiendas de suministro para realizar un campamento. Averigüe sobre los invitados especiales como los funcionarios del gobierno, los miembros del consejo escolar y líderes del programa naturaleza. Estos invitados podrían estar dispuestos a hablar con su grupo y conversar sobre lo que ellos están haciendo para ayudar a relacionar a los niños y la naturaleza en su comunidad.

Para que todos salgan, usted querrá crear una serie de invitaciones, anuncios y avisos para cada excursión. Incluya su información de contacto para que usted pueda enviar invitaciones a las personas interesadas y una lista de verificación del participante:

- Invitación por correo electrónico
- Folleto de media página
- Aviso corto para los periódicos y boletín de noticias

5

Seguridad, diversión y libre de problemas



¡La seguridad es primero! Al mismo tiempo, reconozca que los riesgos adecuados son buenos para el desarrollo de la salud de los niños. Esté preparado. Las picaduras de abejas, plantas venenosas y las alergias no tienen que detenerlo. Asegúrese de llevar un botiquín de primeros auxilios y hágale saber a todos en qué lugar se encuentra. Recuerde a los participantes que el mundo natural está lleno de sorpresas y prestar atención es parte de llegar a conocer la naturaleza. Si ayuda, use el sistema de compañerismo y esté listo para adaptar las actividades a los diferentes grupos de edad.

Existen muchos recursos buenos que proporcionan consejos de seguridad al aire libre. Uno muy bueno es el [sitio web del Centro de Control de Enfermedades](#). Revise estos consejos antes de su excursión y siempre llévelos junto con los suministros básicos de primeros auxilios. Cuando envíe las invitaciones, asegúrese mencionar cualquier suministro especial que usted quiere que las personas lleven aparte de los suministros básicos como agua y sombreros. Si su grupo se encontrará cerca a un riachuelo, es una buena idea llevar un cambio de ropa- Si usted está caminando en el bosque, usted puede necesitar alentar a realizar marcas de verificación. Esta poca información ayuda a los padres a estar preparados. Los padres preparados son padres más felices.

Lista de verificación para los participantes

Fundamentales:

- Agua
- Vestimenta adecuada y diseñada para el clima
- Mochila
- Aperitivos para el almuerzo de picnic
- Bloqueador
- Sombrero

Seguridad

- Silbato
- Curitas
- Un participante con capacitación en resucitación cardiopulmonar (CPR)
- Botiquín de primeros auxilios

Adicionales

- Cambio de vestimenta
- Libreta y lápiz
- Lupa
- Caja para insectos
- Redes para mariposas
- Binoculares
- Guías de campo o tarjetas de identificación
- Linternas para las caminatas nocturnas

6

Lista de verificación del día del evento del líder de los clubes de naturaleza para las familias



- Traer lapiceros y lápices para firmar las hojas y formularios
- Traer hojas firmadas y los formularios de otros participantes
- Traer cualquier equipo especial necesario para las actividades del día (guías de campo, lentes manuales, etc.)
- Traer "por si acaso" agua adicional y aperitivos
- Traer un botiquín principal de primeros auxilios

- Se requiere que los padres y cuidadores se queden con los niños
- Ser un equipo. Un par de personas trabajando juntas pueden hacer que el evento avance sin problemas. Haga que sea un asunto familiar.
- ¡Diviértase!

7

Consejos, enlaces y recursos del sitio web para los clubes de naturaleza para las familias



Usted querrá extender su mensaje acerca de sus próximos eventos, compartir consejos e historias sobre sus aventuras y también mantener a cada uno informado e inspirado. La mejor manera es crear un sitio web o blog para compartir noticias, horarios, historias e ideas. Registre su grupo con CWF enviando un correo electrónico a WFNC@cwf-fcf.org y añada su grupo a la lista de la Red de niños y naturaleza en <http://www.childrenandnature.org/directory/clubs/>

No se intimide. La tecnología no es difícil y existen muchos ejemplos de otros líderes de clubes para dirigirlo en dirección correcta.

Usted puede empezar un blog gratis usando Blogger o Wordpress. Estos blogs funcionan bien si usted no quiere pagar una tarifa mensualmente por el hospedaje. Su blog será hospedado por estos servicios. Usted verá su logo en la parte superior de la página de su blog y el URL será como se señala a continuación:

<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 la familia. Algunos clubes tienen un blog para actualizaciones y un sitio web para información que cambia raramente. Estos clubes compran su URL y pagan una tarifa de hospedaje mensualmente:

<http://www.familyadventuresinnature.org>

<http://www.columbifamiliesinnature.org/>

<http://www.activekidsclub.com>

<http://familiesinnature.org/>

Si usted tiene su propia URL, la dirección de su blog será de la siguiente forma:

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

Muchos servicios de hospedaje de web ofrecen un sitio web y modelos de blog como parte de su paquete de hospedaje. Usted querrá realizar su propia investigación para encontrar el mejor servicio de hospedaje para usted. Aquí se encuentran algunos enlaces para que usted pueda empezar. Las herramientas y servicios mencionados a continuación tienen una excelente documentación para los primeros usuarios.

Blog gratis de servicios de hospedaje

<https://www.blogger.com>

<http://wordpress.com/>

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

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

Sitio web y blog de servicios de hospedaje

<http://www.networksolutions.com>

<http://www.homestead.com>



RECONOCIMIENTOS

FOTO: KATHLEEN DIAMOND

El apoyo editorial y guía para esta versión del kit de herramientas fue proporcionado por Mike Bingley de la Federación canadiense de vida silvestre y Janice Swaisgood de la Red de niños y Naturaleza.

El kit de herramientas original para los clubes de naturaleza para la familia fue desarrollado por los clubes de naturaleza C&NN para las familias que trabajan con grupos de miembros, incluyendo Chip y Ashley Donahue, Avery Cleary, Kelly Mortenson, Kellie Tharp, Lori Kiesser, Mary Hardcastle, Mary Roscoe, Brother Yusuf Burgess, Judith Silverberg, Barry Garst y Brooke Levey. Las entrevistas a los líderes del club fueron dirigidas por Avery Cleary y Sara St. Antoine. Los líderes del club de naturaleza para las familias, quién acordó ser entrevista y cuyas historias animan y enriquecen este texto son Chip y Ashely Dinahue, KIVA; Kathleen Diamond y Laurel Dodge, Nature Strollers; Wendy Sparks, Inland Empire Kids Outdoors; Jodi Hiland, Happy Trails; Kay Meyer, Heed Nature Club; Kari Svenneby, Active Kids Club y Chris Kiewra, Nature Explore Familie's CLub.

La Red de niños y naturaleza es afortunada ya que ha tenido la sabiduría de entrada y colectiva de los clubes de naturaleza C&NN para las familias de grupos trabajadores y los líderes del club de naturaleza para las familias que inspiran esta iniciativa. ¡Un agradecimiento especial a Chip y Ashely Donahue, cofundadores de Kids en el valle de aventuras! (KIVA), que proporcionó generosamente su tiempo y experiencia y que hizo que todo luzca tan divertido y fácil.

Nosotros estamos agradecidos con cada uno de estos contribuidores y los muchos otros que están trabajando activamente para desarrollar sus propios clubes de naturaleza para las familias. Esperamos que este recurso sirva sosteniblemente para apoyar más a los niños y el movimiento de la naturaleza.



children & nature
NETWORK



CANADIAN WILDLIFE
FEDERATION

350 Michael Cowpland Drive, Kanata, ON K2M 2W1
1.800.563.9453 | CanadianWildlifeFederation.ca

