



Cofinanciado por  
la Unión Europea



**MindfulScouts**  
Strong minds, Strong spirits

FOMENTAR LA SALUD MENTAL DE  
LOS JÓVENES MEDIANTE EL USO

# MÉTODO SCOUT



## Scouts conscientes

Coordinador  
del proyecto:



Fogonadura: **InnoSpark.**

AMIGOS DE  
EUROPA

# Fomentar la salud mental de los jóvenes mediante el método scout.

## Kit de herramientas para scouts conscientes, 2025

### Autores

**Lucia Parcová Šálková**, Escultismo Eslovaco, 10.º Cuerpo Trstená, Eslovaquia  
**Filip Masný**, Escultismo Eslovaco, 10.º Cuerpo Trstená, Eslovaquia

**Cristina Morar**, InnoSpark, Grecia  
**Aliki Kostellou**, Innospark, Grecia

**Javier Morales**, Amigos de Europa, Spain

### Disposición

**Cristina Morar**, InnoSpark, Grecia

### Erasmus+

Programa de la UE para la educación, la formación, la juventud y el deporte.

### Título del proyecto:

Fomentar la salud mental de los jóvenes mediante el método scout.

### Número de proyecto:

2024-2-SK02-KA210-YOU-000258486

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, las opiniones y posturas expresadas son responsabilidad exclusiva del/de los autor/es y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las del Instituto Nacional de Educación y Juventud (NIVaM). Ni la Unión Europea ni la entidad financiadora se hacen responsables de ellas.



Este material está sujeto a licencias CC BY-SA. Para obtener más información, visite el siguiente enlace:

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

## Tabla de contenido

<b>Introducción</b> .....	5
Acerca del proyecto .....	6
Acerca de los socios .....	7
Cómo usar este conjunto de herramientas .....	9
¿Por qué creamos este conjunto de herramientas? .....	11
¿Cómo creamos este conjunto de herramientas? .....	12
¿Qué es el trabajo con jóvenes? .....	14
¿Cómo apoya la UE el trabajo con jóvenes? .....	15
¿Qué es la salud mental? .....	16
<b>Parte 1: Entendiendo el método Scout</b> .....	18
Historia del escultismo .....	19
Principios generales y valores del escultismo .....	20
Las 10 leyes scout y su papel en el desarrollo juvenil .....	21
Metodologías del escultismo y su impacto en el desarrollo juvenil.....	22
<b>Parte 2: Módulos de capacitación</b> .....	23
Módulo 1: Introducción al método Scout en el trabajo con jóvenes .....	24
Módulo 2: Salud mental y bienestar en el trabajo con jóvenes .....	25
Módulo 3: Facilitación de espacios seguros e inclusivos .....	26
Módulo 4: Uso del aprendizaje basado en la naturaleza .....	27
Módulo 5: Facilitación de la reflexión y el aprendizaje .....	28
Módulo 6: Diseño y adaptación de actividades .....	29
<b>Parte 3: Actividades del kit de herramientas alineadas con las 10 Leyes Scout</b> .....	30
Ley 1: Un Scout es digno de confianza .....	31
Actividad 1: “Círculo de confianza” .....	32
Actividad 2: “Etiqueta de confianza” .....	33
Actividad 3: “Contrato de confianza personal” .....	35
Ley 2: Un Scout es leal .....	37
Actividad 1: “Estandarte de pertenencia” .....	37
Actividad 2: “Cronología de la lealtad” .....	39
Actividad 3: “Cambia y defiende” .....	41
Ley 3: Un Scout es servicial .....	43
Actividad 1: “Desafío de bondad aleatoria” .....	43
Actividad 2: “Mapa de ayuda” .....	45
Actividad 3: “Rescate en equipo” .....	47
Ley 4: Un Scout es amigo de Todos .....	49
Actividad 1: “Mosaico de la amistad” .....	49
Actividad 2: “Apoyo silencioso” .....	51
Actividad 3: “Mezcla y mueve” .....	53

## Tabla de contenido

Ley 5: Un Scout es cortés .....	55
Actividad 1: “Teatro de la cortesía” .....	55
Actividad 2: “Carta de agradecimiento” .....	57
Actividad 3: “Captura de cumplidos” .....	59
Ley 6: Un Scout protege la naturaleza y todos los seres vivos .....	61
Actividad 1: “Misión de ecoguardianes” .....	61
Actividad 2: “Diario de la naturaleza” .....	63
Actividad 3: “Embajador de la vida silvestre” .....	65
Ley 7: Un Scout es obediente .....	67
Actividad 1: “Constructor de códigos” .....	67
Actividad 2: “Clasificación de escenarios” .....	69
Actividad 3: “Cambio de liderazgo” .....	71
Ley 8: Un Scout es alegre y valiente .....	73
Actividad 1: “Tarjetas de coraje” .....	73
Actividad 2: “Laboratorio de la risa” .....	75
Actividad 3: “Escalera del miedo” .....	77
Ley 9: Un Scout es ahorrativo y respeta la propiedad .....	79
Actividad 1: “Desafío de reciclaje creativo” .....	79
Actividad 2: “Búsqueda del presupuesto” .....	81
Actividad 3: “Momento de minimalismo” .....	83
Ley 10: Un Scout es limpio en pensamiento, palabra y obra .....	85
Actividad 1: “Caminata de limpieza mental” .....	85
Actividad 2: “Desafío de desintoxicación digital” .....	89
<b>Parte 4: Evaluación y mejora</b> .....	91
Métodos de evaluación .....	92
Preguntas clave de evaluación .....	92
Mejora continua .....	93
Impacto en la práctica del trabajo con jóvenes .....	93
<b>Parte 5: Estudios de caso</b> .....	94
Caso práctico 1: Eslovaquia – Trabajo en equipo e integración del aprendizaje digital .....	95
Caso práctico 2: Grecia – Generación de confianza a través de la reflexión y la creación de espacios seguros .....	96
Caso práctico 3: España – Fortalecimiento de la inclusión y la comunicación .....	97
Caso práctico 4: Eslovaquia LTTA – Generación de confianza en un grupo internacional .....	98
Caso práctico 5: Eslovaquia LTTA – Exploración de la lealtad y los valores .....	99
Caso práctico 6: Eslovaquia LTTA – Fomento de la conducta de ayuda .....	100
Caso práctico 7: Eslovaquia LTTA – Inclusión y diversidad .....	101
Caso práctico 8: Eslovaquia LTTA – Apoyo al bienestar mental en la naturaleza .....	102
Caso práctico 9: Eslovaquia LTTA – Desarrollo de la confianza y el coraje .....	103



# INTRODUCCIÓN

**El kit de herramientas Mindful Scouts se desarrolló en el marco del proyecto Erasmus+ “Fomentar la salud mental de los jóvenes mediante el método scout”.**



El proyecto responde a la urgente necesidad de abordar los problemas de salud mental que afrontan los jóvenes en toda Europa. Problemas como el estrés, la ansiedad, la depresión, el aislamiento social y la falta de estrategias de afrontamiento han sido cada vez más frecuentes entre los jóvenes de Eslovaquia, España y Grecia.

Este conjunto de herramientas consolida prácticas innovadoras inspiradas en el Método Scout y adaptadas a la realidad actual. Proporciona a trabajadores juveniles, entrenadores y formadores herramientas prácticas para fortalecer la resiliencia, promover el bienestar y apoyar el crecimiento personal a través de actividades en la naturaleza y los principios scout.

# Acerca del proyecto

## ¿POR QUÉ ESTE PROYECTO?

El proyecto Mindful Scouts se creó para responder a los crecientes problemas de salud mental a los que se enfrentan los jóvenes en toda Europa y para apoyar a los trabajadores juveniles con herramientas educativas prácticas y no formales.

Mediante la cooperación de organizaciones de Eslovaquia, España y Grecia, el proyecto combina el método Scout, el aprendizaje basado en la naturaleza y enfoques de trabajo con jóvenes para promover el bienestar emocional, la resiliencia, la conexión social y el desarrollo personal.

---

## ¿PARA QUIÉN ES?

El proyecto sitúa a los trabajadores juveniles, formadores, educadores y líderes scouts en el centro de este proceso, proporcionándoles métodos que pueden utilizarse en contextos locales e internacionales.

Al integrar el aprendizaje práctico, la reflexión, el trabajo en equipo y las experiencias al aire libre, Mindful Scouts ofrece una manera accesible y significativa de abordar la salud mental en la práctica del trabajo con jóvenes.

---

## RESULTADOS

Entre sus principales resultados se incluyen este conjunto de herramientas, un conjunto de actividades prácticas basadas en las 10 Leyes Scout, módulos de formación para facilitadores, estudios de caso de la implementación de proyectos y herramientas de evaluación que apoyan la mejora de la calidad y la transferibilidad.

De esta forma, el proyecto contribuye a fortalecer el trabajo con los jóvenes, a aumentar la inclusión y a crear entornos de aprendizaje más saludables para ellos.



## Acerca de los socios

El Kit de Herramientas Mindful Scouts ha sido creado conjuntamente por tres organizaciones de Eslovaquia, España y Grecia, cada una aportando conocimientos, perspectivas y experiencias únicas al proyecto. Juntas, garantizan que el Kit refleje una amplia perspectiva europea y aborde la salud mental de los jóvenes en diversos contextos sociales y culturales.



### *Exploración eslovaca, 10.º Cuerpo Trstená (Eslovaquia)*

Como coordinador del proyecto, Slovenský skauting aporta décadas de experiencia en el uso del método scout para la educación y el desarrollo personal de los jóvenes.

La organización se basa en la participación comunitaria, la educación al aire libre y el aprendizaje no formal. Gracias a su sólida tradición scout, ofrece experiencia en la adaptación del método scout a actividades prácticas que mejoran la salud mental y la resiliencia de los jóvenes.

### *Amigos de Europa (Lucena, Spain)*

Amigos de Europa es una organización que agrupa a diversas entidades y trabaja con jóvenes tanto a nivel local como internacional.

**AMIGOS DE  
EUROPA**

Con más de 10 años de experiencia en proyectos Erasmus+, ha desarrollado una gran especialización en abordar los retos de la juventud a través del arte, la naturaleza y la educación no formal. La organización lidera la evaluación y el control de calidad, garantizando que el conjunto de herramientas no solo sea innovador, sino también fiable, accesible y eficaz para su público objetivo.

# InnoSpark.

## *InnoSpark (Karditsa, Grecia)*

InnoSpark es una organización centrada en la innovación digital, la inclusión y el desarrollo sostenible.

Aporta experiencia en la creación de recursos digitales accesibles y gestiona la difusión del conjunto de herramientas para garantizar que llegue a un público amplio.

Con sede en Tesalia, una zona profundamente afectada por la migración juvenil y los problemas sociales, InnoSpark garantiza que el conjunto de herramientas sea inclusivo, práctico y esté estrechamente conectado con las necesidades reales de los jóvenes y los trabajadores juveniles.



# CÓMO UTILIZAR ESTE KIT DE HERRAMIENTAS

Este conjunto de herramientas es un recurso práctico para trabajadores juveniles, educadores, formadores, líderes scouts y facilitadores que desean apoyar la salud mental y el desarrollo personal de los jóvenes a través del Método Scout. Combina teoría y práctica, ofreciendo actividades, estudios de caso, módulos de formación y herramientas de evaluación que pueden utilizarse en diferentes contextos de trabajo juvenil.

El conjunto de herramientas está estructurado en cinco partes principales:

- **La primera parte** presenta el Método Scout y su conexión con el desarrollo y el bienestar de los jóvenes;
- **La segunda parte** incluye módulos de capacitación para trabajadores juveniles y facilitadores;
- **La Parte 3** presenta hojas de actividades vinculadas a las 10 Leyes Scout;
- **La parte 4** ofrece estudios de caso de actividades de proyectos locales e internacionales;
- **La quinta parte** se centra en la evaluación y la mejora continua.

Este kit incluye también «Mi Diario», una herramienta de reflexión complementaria desarrollada como archivo independiente para facilitar su impresión y uso durante las actividades. Ofrece a los participantes un espacio personal para registrar experiencias, emociones, momentos de aprendizaje e ideas a lo largo del proyecto. «Mi Diario», que fomenta la autoconciencia, la reflexión emocional, la gratitud y el desarrollo personal, puede utilizarse junto con las diferentes actividades incluidas en este kit.

Las actividades están diseñadas para ser flexibles y adaptables. Se pueden realizar en interiores o exteriores, con grupos pequeños o grandes, y ajustarse según la edad, las necesidades, las habilidades, el nivel de confianza y el contexto cultural de los participantes.

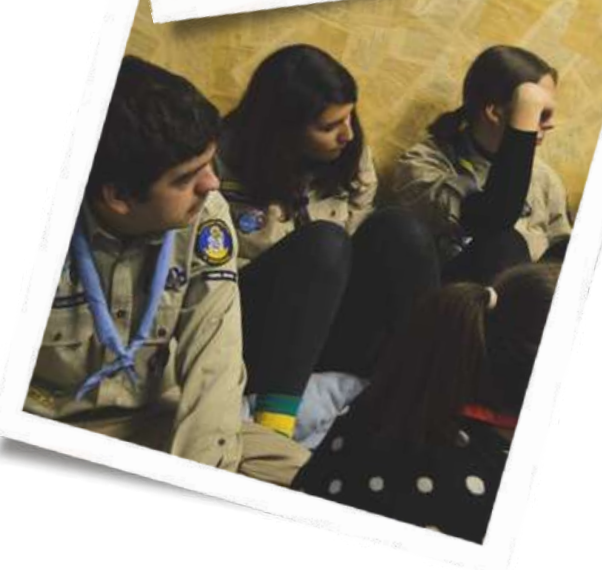
Se anima a los facilitadores a crear un espacio seguro e inclusivo, adaptar los métodos cuando sea necesario y utilizar la reflexión como parte fundamental del proceso de aprendizaje. Este conjunto de herramientas no debe seguirse al pie de la letra, sino que debe utilizarse como un recurso dinámico que fomente una práctica de trabajo con jóvenes significativa, receptiva y participativa.



El conjunto de herramientas está diseñado para:



- Proporcionar actividades prácticas para abordar los problemas de salud mental.
- Ofrecemos programas estructurados basados en el Método Scout.
- Compartir casos prácticos reales de los países socios.
- Presentar módulos de capacitación para fortalecer las capacidades de los trabajadores juveniles.
- Proponer un marco de evaluación para valorar el impacto y garantizar la mejora continua.



## ¿Por qué creamos este conjunto de herramientas?

Hemos creado este conjunto de herramientas para responder a:

- los crecientes problemas de salud mental a los que se enfrentan los jóvenes, como el estrés, la ansiedad y el aislamiento social;
- la necesidad de herramientas educativas prácticas y no formales que sean fáciles de usar en entornos de trabajo con jóvenes;
- el creciente interés por los enfoques de aprendizaje experiencial y basados en la naturaleza que promueven el bienestar;
- la necesidad de conectar mejor el apoyo a la salud mental con las prácticas cotidianas de trabajo con jóvenes.

El método Scout ha demostrado, durante más de un siglo, su valor para fomentar la resiliencia, la autoconfianza, el trabajo en equipo y el sentido de pertenencia a través de actividades al aire libre y el aprendizaje práctico.

Este conjunto de herramientas reúne estos elementos, combinando los principios del escultismo con una perspectiva de salud mental para ofrecer un recurso práctico y adaptable para trabajadores juveniles, educadores y líderes scouts que trabajan en contextos locales e internacionales.

## ¿Cómo creamos este conjunto de herramientas?

Este conjunto de herramientas se desarrolló a través de un proceso colaborativo y basado en la práctica, que reunió a trabajadores juveniles, líderes scouts y educadores de diferentes contextos europeos.

Los socios compartieron experiencias de su trabajo diario con jóvenes y reflexionaron juntos sobre cómo los valores del escultismo y el aprendizaje basado en la naturaleza pueden contribuir al bienestar mental.

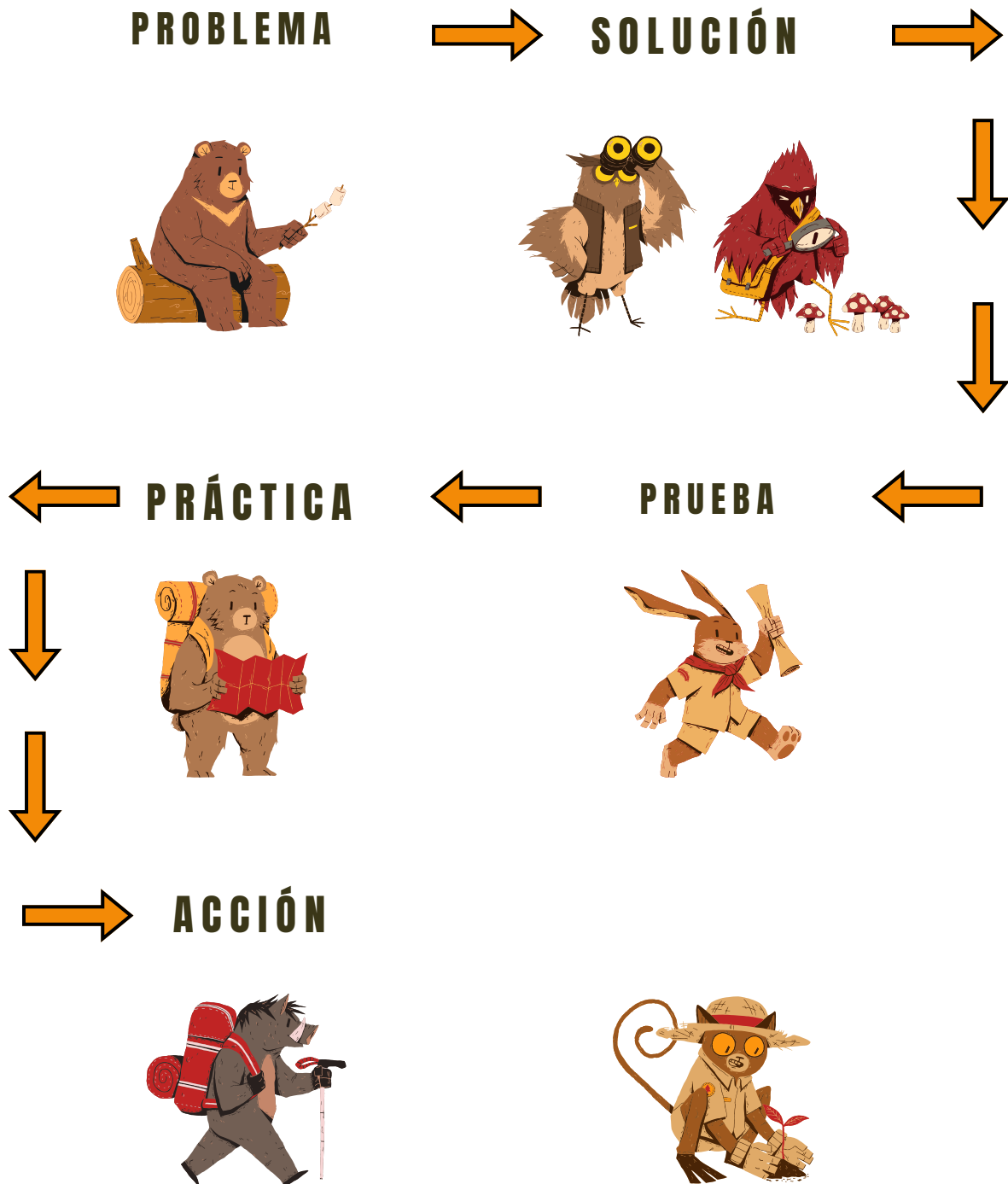
A partir de este intercambio, los socios seleccionaron y adaptaron actividades basadas en el método scout que promueven la resiliencia, el trabajo en equipo, el equilibrio emocional y el desarrollo personal. Todas las herramientas se diseñaron para ser prácticas, flexibles y fáciles de aplicar en diferentes contextos y con diversos grupos de jóvenes, en consonancia con los principios de la educación no formal.

Finalmente, el conjunto de herramientas fue probado y enriquecido a través de actividades locales y experiencias de capacitación, lo que permitió que los trabajadores juveniles y los jóvenes interactuaran directamente con las herramientas propuestas.

Sus observaciones y reflexiones contribuyeron a perfeccionar el contenido, garantizando que el conjunto de herramientas final responda a la práctica de la vida real y fomente experiencias de aprendizaje significativas.

En consecuencia, este conjunto de herramientas no es solo una recopilación de actividades, sino el resultado de un proceso de aprendizaje europeo compartido, que combina los valores del escultismo, el aprendizaje basado en la naturaleza y la concienciación sobre la salud mental en un recurso práctico para el trabajo con jóvenes.

El conjunto de herramientas se desarrolló mediante un proceso de aprendizaje paso a paso que va desde la comprensión de los desafíos hasta la aplicación práctica de las soluciones.



# ¿QUÉ ES EL TRABAJO CON JÓVENES?

El trabajo con jóvenes apoya a los jóvenes en el desarrollo de habilidades personales, sociales y profesionales, permitiéndoles participar activamente en sus comunidades y en los procesos de toma de decisiones. Incluye una amplia gama de actividades sociales, culturales, ambientales y cívicas, diseñadas por, con y para jóvenes.

El trabajo con jóvenes se basa en la participación voluntaria y se lleva a cabo principalmente a través del aprendizaje no formal e informal, utilizando métodos experienciales y participativos.

Los trabajadores juveniles, tanto voluntarios como profesionales, actúan como facilitadores y mentores, creando espacios seguros e inclusivos donde los jóvenes pueden aprender, reflexionar y crecer.

A nivel europeo, el trabajo con jóvenes se reconoce como un factor clave para el bienestar, la inclusión y la ciudadanía activa de los jóvenes.

Según la Agenda Europea de Trabajo con Jóvenes y la Estrategia de la UE para la Juventud 2019-2027, un trabajo juvenil de calidad empodera a los jóvenes, fortalece la cohesión social y apoya su capacidad para afrontar los retos personales y sociales a través del aprendizaje, la participación y el compromiso con la comunidad.

# ¿CÓMO APOYA LA UE EL TRABAJO CON JÓVENES?

## *Marcos de políticas*

Estrategia de la UE para la Juventud 2019-2027: establece objetivos comunes para la participación, la inclusión y el empoderamiento de los jóvenes.

Agenda Europea de Trabajo con Jóvenes: mejora la calidad, el reconocimiento y el desarrollo del trabajo con jóvenes en toda Europa.

## *Financiación y oportunidades*

Erasmus+: apoya los intercambios juveniles, la movilidad de los trabajadores juveniles y los proyectos de cooperación que crean herramientas y métodos.

Cuerpo Europeo de Solidaridad: ofrece actividades de voluntariado y solidaridad que fortalecen las comunidades y la participación juvenil.

## *Formación e intercambio de conocimientos*

Los Centros de Recursos SALTO-YOUTH proporcionan formación, herramientas y conocimientos especializados sobre temas específicos para los trabajadores juveniles. La Alianza UE-Consejo de Europa para la Juventud promueve la investigación, el desarrollo de políticas y las buenas prácticas en el trabajo con jóvenes.

# ¿QUÉ ES LA SALUD MENTAL?

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental es un estado de bienestar en el que cada individuo desarrolla sus propias capacidades, puede afrontar el estrés normal de la vida, puede trabajar de forma productiva y es capaz de contribuir a su comunidad.

Es más que la ausencia de trastornos mentales. La salud mental es un concepto positivo que abarca el bienestar emocional, psicológico y social. Influye en cómo pensamos, sentimos y nos comportamos en la vida diaria, cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones.

## Aspectos clave:

### *Equilibrio emocional*

- comprender y gestionar sentimientos como el estrés, la ansiedad o la alegría.

### *Resiliencia*

- la capacidad de adaptarse y recuperarse de los desafíos o contratiempos.

### *relaciones saludables*

- Fomentar relaciones de apoyo y un sentimiento de pertenencia.

### *Propósito y realización*

- participar en actividades que aporten significado y crecimiento personal.



Para los jóvenes, la salud mental está influenciada por las experiencias de vida, las relaciones familiares y con sus compañeros, la educación, la exposición a las redes sociales y el entorno en general. Promover una buena salud mental implica fortalecer los factores protectores, como la autoestima, el apoyo social y los estilos de vida saludables, y reducir los factores de riesgo, como la discriminación, la pobreza o la violencia.



Cofinanciado por la Unión Europea



MindfulScouts  
Strong minds, Strong spirits





# PARTE 1: ENTENDIENDO EL MÉTODO SCOUT

El Método Scout es un sistema holístico de educación no formal que fomenta el carácter, la resiliencia, la responsabilidad y los lazos sociales. Se ha aplicado con éxito durante más de un siglo para apoyar el desarrollo personal de jóvenes en todo el mundo.

El método se basa en diez principios clave, conocidos como las Leyes Scout. Cada principio proporciona una base para moldear comportamientos, actitudes y habilidades para la vida directamente relacionadas con la salud mental y el bienestar personal.

*¿Qué es el método  
Scout?*



Este conjunto de herramientas consolida prácticas innovadoras inspiradas en el Método Scout y adaptadas a la realidad actual. Proporciona a trabajadores juveniles, entrenadores y formadores herramientas prácticas para fortalecer la resiliencia, promover el bienestar y apoyar el crecimiento personal a través de actividades en la naturaleza y los principios scout.

# HISTORIA DEL ESCULTISMO

## 1907 - Isla de Brownsea, Reino Unido

El escultismo es un movimiento juvenil global fundado en 1907 por Robert Baden-Powell en el Reino Unido. Su objetivo es preparar a los jóvenes para la vida a través de la resiliencia, la disciplina y la responsabilidad moral, mediante el aprendizaje experiencial, las actividades al aire libre y el trabajo en equipo.

## Primer campamento scout, 1907

El primer campamento scout tuvo lugar en la isla de Brownsea en 1907, reuniendo a 20 muchachos de diversos orígenes sociales. En él se pusieron a prueba actividades que fomentaban la formación del carácter, la cooperación y las habilidades de supervivencia, sentando así las bases del método scout.

## 1908 - El escultismo para niños

Animado por su éxito, Baden-Powell publicó «Escultismo para chicos» en 1908, lo que dio lugar a un fenómeno mundial. Su combinación de habilidades prácticas, orientación moral y juegos al aire libre inspiró la formación de grupos de scouts en el Reino Unido, Europa, Norteamérica y otros lugares.

## 1920 - Primer Jamboree Scout Mundial (Londres)

El movimiento cobró impulso internacional con el primer Jamboree Scout Mundial en Londres (1920), que reunió a scouts de todo el mundo para promover la paz y el intercambio cultural.

## 1922 - Fundación de la OMMS

Para apoyar su expansión, en 1922 se creó la Organización Mundial del Movimiento Scout (OMMS).

## 1928 - Fundación de WAGGGS

Lanzamiento de la Asociación Mundial de Guías y Scouts Femeninas, que empodera a niñas y mujeres jóvenes en todo el mundo.

## Hoy: Un movimiento global

El escultismo está presente en más de 170 países con más de 50 millones de miembros, promoviendo la paz, la sostenibilidad, el liderazgo y la inclusión. Fomenta el desarrollo de habilidades, valores y amistades para toda la vida a través de experiencias al aire libre y educación no formal.



# PRINCIPIOS GENERALES Y VALORES DEL ESCULTISMO

El escultismo se basa en 3 principios fundamentales:

## 1 Deber para con Dios (o una dimensión espiritual)

Fomentar en los jóvenes el desarrollo de una vida espiritual y el respeto a las diferentes creencias.

## 2 Deber para con los demás

Promover la responsabilidad hacia la comunidad, la sociedad y la naturaleza.

## 3 Deber para con uno mismo

Fomentar el desarrollo personal y la superación personal.

Estos principios se reflejan en la Promesa Scout y la Ley Scout. La misión del movimiento es «contribuir a la educación de los jóvenes mediante un sistema de valores basado en la Promesa y la Ley Scout para ayudar a construir un mundo mejor donde las personas se realicen plenamente como individuos y desempeñen un papel constructivo en la sociedad».

Los valores del escultismo incluyen:

*Liderazgo*

*Responsabilidad*

*Respeto por la diversidad*

*ciudadanía activa*

*Servicio a los demás*

*gestión ambiental*

Mediante su enfoque educativo no formal, el escultismo fomenta el desarrollo del carácter, la buena forma física, la creatividad y la conciencia cívica.



# LAS 10 LEYES SCOUT Y SU PAPEL EN EL DESARROLLO DE LA JUVENTUD



- |    |                                                         |
|----|---------------------------------------------------------|
| 01 | Un Scout es digno de confianza.                         |
| 02 | Un Scout es leal.                                       |
| 03 | Un explorador es útil.                                  |
| 04 | Un scout es amigo de todos.                             |
| 05 | Un scout es cortés.                                     |
| 06 | Un scout protege la naturaleza y todos los seres vivos. |
| 07 | Un scout es obediente.                                  |
| 08 | Un scout es alegre y valiente.                          |
| 09 | Un scout es ahorrativo y respeta la propiedad.          |
| 10 | Un Scout es puro en pensamiento, palabra y obra.        |

Estas leyes desempeñan un papel crucial en la formación del carácter y el comportamiento de los jóvenes. Fomentan:



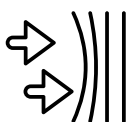
## ***Disciplina***

Siguiendo la Ley Scout, los jóvenes aprenden a controlar su comportamiento y a cumplir con sus responsabilidades.



## ***Trabajo en equipo***

Los scouts operan en pequeñas unidades (patrullas), lo que fomenta la colaboración, la comunicación y la responsabilidad compartida.



## ***Resiliencia***

A los scouts se les enseña a afrontar los desafíos con valentía, optimismo y perseverancia, tanto en la naturaleza como en la vida cotidiana.

# METODOLOGÍAS DEL ESCULTISMO Y SU IMPACTO EN EL DESARROLLO JUVENIL.

El escultismo no es solo un conjunto de actividades, sino un método educativo integral. Los elementos principales del método escultórico son:

## 1. Aprender haciendo

Los scouts participan en experiencias prácticas y desafíos de la vida real.

## 2. Sistema de grupos pequeños (método de patrulla)

Promueve el liderazgo y la cooperación a través del aprendizaje entre pares.

## 3. Desarrollo personal

Sistemas de desarrollo personalizados que motivan a los jóvenes a crecer mediante el desarrollo de habilidades y la superación de retos personales.

## 4. Marco simbólico

Uso de símbolos, rituales, uniformes y ceremonias que fortalecen la identidad y la motivación.

## 5. Naturaleza y actividades al aire libre

Las experiencias al aire libre ayudan a los jóvenes a conectar con la naturaleza, desarrollar resiliencia y aprender a través de la exploración y los desafíos de la vida real.

## 6. Apoyo de adultos y modelos a seguir

Voluntarios capacitados y líderes adultos apoyan a los jóvenes en su proceso, fomentando la autonomía, la responsabilidad y el crecimiento personal.

## 7. Participación y servicio a la comunidad

Inculca la responsabilidad cívica y la empatía social.

Estos elementos crean un espacio seguro, estructurado e inspirador donde los jóvenes pueden desarrollarse de forma integral y en consonancia con sus valores y objetivos.



## PARTE 2: MÓDULOS DE FORMACIÓN

Los módulos de capacitación de este conjunto de herramientas están diseñados para fortalecer la capacidad de los trabajadores juveniles, educadores, formadores y líderes scouts para utilizar el Método Scout de una manera consciente, inclusiva y orientada al bienestar.

Cada módulo combina conocimientos teóricos, actividades prácticas, reflexión y orientación para la facilitación, lo que ayuda a los participantes no solo a aprender nuevos métodos, sino también a comprender cómo aplicarlos en entornos reales de trabajo con jóvenes.

Los módulos se centran en temas clave como el Método Scout, la salud mental y el bienestar, la inclusión, el aprendizaje basado en la naturaleza, la reflexión y el diseño de actividades.

Están diseñadas para ser prácticas, flexibles y fáciles de adaptar a diferentes grupos y contextos. En conjunto, ayudan a los facilitadores a crear entornos de aprendizaje seguros, guiar experiencias significativas y fortalecer la calidad del trabajo con jóvenes.





# Módulo 1: Introducción al método scout en el trabajo con jóvenes.

## Objetivos

- Para comprender los principios clave del Método Scout
- Explorar su relevancia en el trabajo con jóvenes.
- Conectar el escultismo con la educación no formal.

<b>Duración</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 60-90 minutos</li> </ul>
<b>Contenido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Descripción general del método Scout</li> <li>• Elementos clave: aprender haciendo, sistema de equipo, naturaleza, desarrollo personal</li> <li>• El papel de los trabajadores juveniles como facilitadores</li> </ul>
<b>Actividades</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Debate en grupo: "¿Qué es el trabajo con jóvenes?"</li> <li>• Tarea en grupos pequeños: identificar elementos del Método Scout en situaciones reales.</li> </ul>
<b>Materiales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rotafolio</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Material impreso (opcional)</li> </ul>
<b>Flujo de la sesión</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción al trabajo con jóvenes y expectativas (10 min)</li> <li>• Presentación del método Scout (20 min)</li> <li>• Actividad y debate en grupo (30 min)</li> <li>• Reflexión y conclusión (10-20 min)</li> </ul>
<b>Resultados del aprendizaje</b>	<p><b>Los participantes deberán:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender el método Scout</li> <li>• reconocer su aplicación en el trabajo con jóvenes</li> <li>• Adquiera confianza en su uso.</li> </ul>
<b>Consejos del entrenador</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilice ejemplos de la vida real.</li> <li>• Fomente el debate, no la conferencia.</li> <li>• Manténgalo interactivo</li> </ul>



## Módulo 2: Salud mental y bienestar en el trabajo con jóvenes.

### Objetivos

- Para aumentar la concienciación sobre los problemas de salud mental de los jóvenes.
- Para comprender el papel del trabajo con jóvenes en el bienestar
- Para introducir estrategias de apoyo básicas

<b>Duración</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 60-90 minutos</li> </ul>
<b>Contenido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceptos básicos de salud mental (estrés, ansiedad, aislamiento)</li> <li>• El papel de la educación no formal</li> <li>• Crear espacios seguros</li> </ul>
<b>Actividades</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio de reflexión: "¿Qué factores influyen en el bienestar de los jóvenes?"</li> <li>• Discusión en grupo</li> <li>• Breve actividad de atención plena</li> </ul>
<b>Materiales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rotafolio</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Hojas de reflexión (opcional)</li> </ul>
<b>Flujo de la sesión</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción a los conceptos de salud mental (15 min)</li> <li>• Reflexión y debate en grupo (25 min)</li> <li>• Actividad práctica para el bienestar (20 min)</li> <li>• Sesión informativa y conclusiones (10-20 min)</li> </ul>
<b>Resultados del aprendizaje</b>	<p><b>Los participantes deberán:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• comprender los conceptos básicos de la salud mental</li> <li>• identificar signos de estrés</li> <li>• fomentar el bienestar a través de actividades</li> </ul>
<b>Consejos del entrenador</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evite el lenguaje clínico.</li> <li>• Crea un espacio seguro y libre de prejuicios.</li> <li>• Sea sensible a las experiencias de los participantes.</li> </ul>



# Módulo 3: Facilitando espacios seguros e inclusivos

## Objetivos

- Para crear entornos de aprendizaje seguros
- Para promover la inclusión y la diversidad.
- Para gestionar la dinámica de grupo

<b>Duración</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 60 minutos</li> </ul>
<b>Contenido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Principios de espacio seguro</li> <li>• Estrategias de inclusión</li> <li>• Gestionar el comportamiento del grupo</li> </ul>
<b>Actividades</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Discusiones sobre escenarios</li> <li>• Juego de roles: cómo gestionar situaciones difíciles</li> <li>• Reflexión grupal</li> </ul>
<b>Materiales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarjetas de escenario</li> <li>• rotafolio</li> <li>• Marcadores</li> </ul>
<b>Flujo de la sesión</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción a los principios de espacio seguro (10 min)</li> <li>• Trabajo en grupo basado en escenarios (25 min)</li> <li>• Ejercicios de dramatización (15 min)</li> <li>• Reflexión y debate (10 min)</li> </ul>
<b>Resultados del aprendizaje</b>	<p><b>Los participantes deberán:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• crear entornos inclusivos</li> <li>• gestionar la dinámica de grupo</li> <li>• apoyar a participantes diversos</li> </ul>
<b>Consejos del entrenador</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomentar el respeto y la apertura.</li> <li>• Utilice ejemplos de la vida real.</li> <li>• Aborde los temas delicados con cuidado.</li> </ul>



# Módulo 4: Uso del aprendizaje basado en la naturaleza

## Objetivos

- Para comprender los beneficios del aprendizaje basado en la naturaleza
- Conectar la naturaleza con el bienestar mental
- Para aplicar métodos al aire libre

<b>Duración</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 60 minutos</li> </ul>
<b>Contenido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Naturaleza y salud mental</li> <li>• Principios de la educación al aire libre</li> <li>• Adaptación de las actividades al entorno.</li> </ul>
<b>Actividades</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio de observación de la naturaleza</li> <li>• Reflexión al aire libre</li> <li>• Discusión en grupo</li> </ul>
<b>Materiales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacio al aire libre</li> <li>• Cuadernos / "Mi diario"</li> <li>• Bolígrafos</li> </ul>
<b>Flujo de la sesión</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción al aprendizaje basado en la naturaleza (15 min)</li> <li>• Actividad al aire libre (30-40 min)</li> <li>• Reflexión y puesta en común (15-20 min)</li> <li>• Conclusión (10 min)</li> </ul>
<b>Resultados del aprendizaje</b>	<p><b>Los participantes deberán:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• utilizar la naturaleza en el trabajo con jóvenes</li> <li>• conectar el medio ambiente con el bienestar</li> <li>• facilitar actividades al aire libre</li> </ul>
<b>Consejos del entrenador</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Garantizar la seguridad al aire libre</li> <li>• Fomentar el silencio y la observación</li> <li>• Adaptar las actividades al clima y al espacio.</li> </ul>



# Módulo 5: Facilitando la reflexión y el aprendizaje

## Objetivos

- Para desarrollar habilidades de reflexión
- Para apoyar el aprendizaje experiencial
- Para guiar debates significativos

<b>Duración</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 60 minutos</li> </ul>
<b>Contenido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Métodos de reflexión (escribir un diario, compartir)</li> <li>• Técnicas de análisis posterior</li> <li>• Ciclo de aprendizaje</li> </ul>
<b>Actividades</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio de escritura en un diario</li> <li>• Círculo de reflexión</li> <li>• Practica el uso de preguntas de reflexión</li> </ul>
<b>Materiales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• "Mi diario" o cuadernos</li> <li>• Bolígrafos</li> <li>• Preguntas para la reflexión</li> </ul>
<b>Flujo de la sesión</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción a la reflexión (10 min)</li> <li>• Ejercicio de reflexión individual (15 min)</li> <li>• Intercambio en grupo (20 min)</li> <li>• Informe posterior y conclusiones (15 min)</li> </ul>
<b>Resultados del aprendizaje</b>	<p><b>Los participantes deberán:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• facilitar la reflexión</li> <li>• guiar los procesos de aprendizaje</li> <li>• mejorar la comunicación</li> </ul>
<b>Consejos del entrenador</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permitir el silencio y el tiempo para pensar</li> <li>• No obligues a compartir</li> <li>• Haz preguntas abiertas.</li> </ul>



# Módulo 6: Diseño y adaptación de actividades

## Objetivos

- Para diseñar actividades eficaces de trabajo con jóvenes.
- Adaptar las actividades a diferentes grupos.
- Para garantizar la inclusión y la flexibilidad

<b>Duración</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 60 minutos</li> </ul>
<b>Contenido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estructura de la actividad</li> <li>• Estrategias de adaptación</li> <li>• Principios de inclusión</li> </ul>
<b>Actividades</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo en grupo: crear una actividad</li> <li>• Presentación y retroalimentación</li> <li>• Adaptar una actividad existente</li> </ul>
<b>Materiales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plantillas</li> <li>• rotafolio</li> <li>• Marcadores</li> </ul>
<b>Flujo de la sesión</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción al diseño de actividades (15 min)</li> <li>• Tarea de creación de grupo (30 min)</li> <li>• Presentaciones (20 min)</li> <li>• Comentarios y reflexión (15-20 min)</li> </ul>
<b>Resultados del aprendizaje</b>	<p><b>Los participantes deberán:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• diseñar actividades estructuradas</li> <li>• adaptar los métodos a diferentes contextos</li> <li>• mejorar las habilidades de facilitación</li> </ul>
<b>Consejos del entrenador</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fomentar la creatividad</li> <li>• Mantén la estructura simple.</li> <li>• Céntrese en el uso práctico</li> </ul>

# PARTE 3: ACTIVIDADES DEL KIT DE HERRAMIENTAS ALINEADAS CON LAS 10 LEYES SCOUT

La Parte 3 presenta el núcleo práctico de este conjunto de herramientas: una colección de actividades inspiradas en las 10 Leyes Scout y adaptadas para apoyar la salud mental, el bienestar y el desarrollo personal de los jóvenes. Cada actividad transforma un valor scout en una oportunidad de aprendizaje experiencial, ayudando a los participantes a reflexionar, conectar, cooperar y crecer a través de la educación no formal.

Estas actividades están diseñadas para trabajadores juveniles, educadores, formadores y líderes scouts que deseen aplicar el Método Scout de forma práctica y significativa. Combinan el aprendizaje práctico, la reflexión, el trabajo en equipo, elementos simbólicos y, cuando sea posible, el aprendizaje en contacto con la naturaleza, con el fin de fortalecer la resiliencia, la inteligencia emocional, la conexión social y el sentido de la responsabilidad.

Esta sección está diseñada para ser flexible y fácil de usar en diferentes contextos de trabajo con jóvenes. Las actividades se pueden adaptar a distintos tamaños de grupo, edades, necesidades y contextos, lo que las hace adecuadas tanto para el trabajo local como internacional con jóvenes.

Estas actividades se pueden adaptar fácilmente a diferentes contextos culturales y tamaños de grupo, lo que las hace adecuadas para una amplia gama de entornos de trabajo con jóvenes.

Varias actividades de esta sección pueden enriquecerse mediante el uso de Mi Diario, que ofrece a los participantes un espacio personal para escribir un diario, reflexionar, expresar gratitud, desarrollar la autoconciencia y planificar acciones de seguimiento.





# Ley 1: Un explorador es digno de confianza.

## ACTIVIDAD 1: "Círculo de confianza"

### Método:

Círculo de reflexión + Escritura de diario

### Duración

45-60 minutos

### I. Objetivos

Actividad de reflexión en grupo donde los scouts comparten anónimamente historias de confianza. Promueve la seguridad emocional y fortalece los vínculos.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes (16-29 años)  
Tamaño del grupo: 8-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Papel,
- bolígrafos,
- un contenedor/caja para recoger las respuestas.

### IV. Cómo

1. Cada participante escribe de forma anónima un relato corto o una frase sobre un momento en el que confió en alguien o en el que se sintió valorado. Las respuestas se recogen, se mezclan y se leen en voz alta al azar en círculo.
2. Posteriormente, los participantes reflexionan individualmente a través de un diario, seguido de una sesión opcional para compartir en grupo.

Consejo: Enfaticé la confidencialidad, el respeto y un espacio seguro.

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué se siente al compartir o escuchar estas historias?
- ¿Qué significa la confianza para ti?
- ¿Qué te ayuda a confiar en los demás?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- Desarrollar la confianza y la empatía.
- Mejorar la conciencia emocional
- Fortalecer la conexión grupal
- Practica las habilidades de reflexión

### Consejos de adaptación

- Grupos más pequeños → leer todas las respuestas
- Grupos más grandes → se dividen en círculos
- Grupos con poca confianza → omitir compartir, mantener solo el diario



## ACTIVIDAD 1: "Círculo de confianza"

### Elementos del método Scout utilizados:

- Aprender haciendo: los participantes exploran la confianza a través de la experiencia directa y la reflexión.
- Progreso personal: fomenta la autoconciencia y la reflexión individual sobre la confianza.
- Sistema de equipo: fortalece la conexión grupal a través de la escucha compartida y el respeto.
- Marco simbólico: el círculo crea un espacio significativo de igualdad, seguridad y pertenencia.

### Enfoque en el bienestar:

- construir confianza y seguridad emocional
- fortalecer la conexión social
- aumentar la autoconfianza

## ACTIVIDAD 2: "Etiqueta de confianza"

### Método:

Juego en equipo + aprendizaje experiencial

### Duración

20-30 minutos

### I. Objetivos

Un juego dinámico y participativo donde los participantes se basan en la confianza y la comunicación para superar los desafíos. Fortalece el trabajo en equipo, genera confianza y resalta la importancia de confiar en los demás.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes (16–29 años)  
Tamaño del grupo: adaptable a grupos mixtos

### III. Materiales necesarios

- Vendas para los ojos (opcional)
- Opcional: cintas o etiquetas para marcar como "de confianza".

### IV. Cómo

1. Divida a los participantes en parejas o en pequeños equipos.
2. Un participante es "el que la liga" e intenta etiquetar a los demás.
3. Algunos jugadores juegan con los ojos vendados y deben confiar en la guía de sus compañeros de equipo.
4. Los compañeros de equipo dan instrucciones verbales para ayudarles a moverse con seguridad y evitar ser tocados.
5. Rota los roles para que todos experimenten tanto la función de guiar como la de confiar.

**Consejo: Garantice un espacio seguro y recuerde a los participantes que se comuniquen de forma clara y respetuosa.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Cómo te sentiste cuando tuviste que confiar en los demás?
- ¿Era más fácil guiar o ser guiado? ¿Por qué?
- ¿Qué te ayudó a sentirte seguro durante la actividad?

### VI. Resultados del aprendizaje

- Los participantes deberán:
- desarrollar confianza en los demás
  - mejorar las habilidades de comunicación
  - fortalecer el trabajo en equipo y la cooperación
  - aumentar la confianza en entornos grupales

### Consejos de adaptación

- Retire las vendas de los ojos de los participantes que se sientan incómodos.
- Utilice espacios más pequeños para entornos interiores.
- Ajusta la velocidad y la intensidad según las capacidades del grupo.
- Permitir que los participantes elijan roles según su comodidad



## ACTIVIDAD 2: "Etiqueta de confianza"

### Elementos del método Scout utilizados:

- Desarrollo personal
- Marco simbólico
- Aprender haciendo

### Enfoque en el bienestar:

- Conciencia emocional
- Autorreflexión
- Fomento de la confianza



## ACTIVIDAD 3: "Contrato de fideicomiso personal"

### Método:

Reflexión + escritura de un diario

### Duración

20-25 minutos

### I. Objetivos

Una actividad de reflexión en la que los participantes exploran qué significa la confianza para ellos y definen compromisos personales que fomenten un comportamiento digno de confianza en su vida diaria.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes (16-29 años)  
Tamaño del grupo: adecuado para trabajo individual o en grupo.

### III. Materiales necesarios

- Plantillas en papel o impresas (Mi diario)
- Bolígrafos

### IV. Cómo

1. Invite a los participantes a reflexionar sobre la pregunta: "¿Qué significa para mí ser digno de confianza?".
2. Pídales que escriban entre 3 y 5 compromisos personales (por ejemplo, honestidad, cumplimiento de promesas).
3. Los participantes crean su propio "Contrato de Confianza" redactándolo y firmándolo.
4. Opcional: invitar a voluntarios a compartir sus compromisos con el grupo.
5. Anime a los participantes a conservar su contrato como recordatorio personal.

**Consejo: Enfatice la confidencialidad y el respeto al compartir información.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué significa la confianza para usted personalmente?
- ¿Qué compromiso es el más importante para ti y por qué?
- ¿Cómo puedes aplicar estos compromisos en tu vida diaria?
- ¿Qué desafíos podrías enfrentar para ser digno de confianza?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- reflexionar sobre el significado de la confianza en sus vidas personales;
- desarrollar la autoconciencia y la honestidad;
- identificar valores y compromisos personales;
- fortalecer la responsabilidad por su propio comportamiento.



## **ACTIVIDAD 3:** "Contrato de fideicomiso personal"

### **Consejos de adaptación**

- Permitir que los participantes mantengan su contrato en privado
- Ofrezca frases de inicio o una plantilla sencilla.
- Permitir dibujos o palabras clave en lugar de oraciones completas.
- Utiliza Mi Diario para un formato de reflexión más personal.

### **Elementos del método Scout utilizados:**

- Desarrollo personal
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

### **Enfoque en el bienestar:**

- Conciencia emocional
- Autorreflexión
- Responsabilidad personal



# Ley 2: Un Scout es leal

## ACTIVIDAD 1: "Bandera de la Pertenencia"

### Método:

Marco simbólico + trabajo en equipo + creatividad

### Duración

45-60 minutos

### I. Objetivos

Una actividad grupal creativa donde los participantes expresan lealtad y sentido de pertenencia a través de símbolos visuales. Al trabajar juntos para diseñar una pancarta compartida, reflexionan sobre valores, relaciones e identidad grupal.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes (16-30),  
Tamaño del grupo: 6-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Tela o hojas de papel grandes
- Rotuladores / pintura
- Pegamento
- Tijeras

### IV. Cómo

1. Divida a los participantes en grupos pequeños (patrullas).
2. Pida a cada grupo que reflexione sobre lo que significa la lealtad para ellos (hacia personas, valores o causas).
3. Cada grupo crea una pancarta que representa sus ideas utilizando símbolos, palabras o dibujos.
4. Los grupos presentan sus pancartas y explican su significado.
5. Facilitar una breve discusión grupal sobre la lealtad y el sentido de pertenencia.

**Consejo:** Exhiba las pancartas en el espacio como un recordatorio permanente de los valores compartidos.

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué significa la lealtad para ti?
- ¿Cómo decidió su grupo qué incluir en la pancarta?
- ¿Cuándo te sientes más conectado con los demás?
- ¿Cómo puede la lealtad fortalecer las relaciones?

## ACTIVIDAD 1: "Bandera de la Pertenencia"

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- fortalecer el trabajo en equipo y la colaboración
- expresar valores personales y grupales
- desarrollar un sentido de pertenencia
- mejorar la comunicación y la creatividad

#### Consejos de adaptación

- Utilice herramientas digitales en lugar de materiales físicos (para las sesiones en línea).
- Proporcionar plantillas para grupos que necesiten más orientación.
- Permitir pancartas individuales para los participantes que prefieran trabajar solos.
- Adaptar los materiales a entornos con pocos recursos (por ejemplo, papel reciclado).

#### Elementos del método Scout utilizados:

- Sistema de equipo
- Marco simbólico
- Aprender haciendo

#### Enfoque en el bienestar:

- Conexión social
- Sentido de pertenencia
- Autoexpresión



## ACTIVIDAD 2: "Cronología de la fidelización"

### Método:

Reflexión + narración de historias + cartografía visual

### Duración

30-45 minutos

### I. Objetivos

- Para ayudar a los participantes a reflexionar sobre las experiencias de lealtad en sus vidas.
- Fortalecer la conciencia de valores como el compromiso, el apoyo y la confianza.
- Para fomentar el intercambio y la conexión dentro del grupo.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 30 años  
Tamaño del grupo: 8-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Papel (tamaño A4 o rotafolio)
- Bolígrafos / marcadores
- Opcional: pegatinas o lápices de colores

### IV. Cómo

1. Pida a los participantes que dibujen una línea de tiempo sencilla de su vida (o de los últimos años).
2. Invítalos a que señalen 2 o 3 momentos importantes en los que hayan experimentado la lealtad (ya sea dando o recibiendo).
3. Los participantes pueden añadir descripciones breves, símbolos o dibujos.
4. En grupos pequeños, los participantes comparten un momento de su vida (opcional).
5. Facilitar un debate grupal sobre la lealtad y su papel en las relaciones.

**Consejo: Anime a los participantes a compartir solo aquello con lo que se sientan cómodos.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué significa la lealtad para ti según tus experiencias?
- ¿Cuál fue el momento más significativo en tu cronología?
- ¿Cómo influyó la lealtad en tus relaciones?
- ¿Cómo puedes demostrar lealtad en tu vida diaria?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- reflexionar sobre experiencias y valores personales
- desarrollar la conciencia emocional
- fortalecer la empatía y la comprensión de los demás
- reconocer la importancia de la lealtad en las relaciones



## ACTIVIDAD 2: "Cronología de la fidelización"

### Consejos de adaptación

- Permitir dibujar en lugar de escribir para la expresión creativa
- Hacer que compartir sea opcional para garantizar la seguridad emocional.
- Adapta la duración del cronograma (por ejemplo, el último año en lugar de toda la vida).
- Utilice cronogramas grupales en lugar de individuales para los participantes más jóvenes.

### Elementos del método Scout utilizados:

- Desarrollo personal
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

### Enfoque en el bienestar:

- Conciencia emocional
- Conexión social
- Autorreflexión

## ACTIVIDAD 3: "Cambia y defiende"

### Método:

Debate + juego de roles

### Duración

30-45 minutos

### I. Objetivos

- Explorar el concepto de lealtad en situaciones complejas.
- Para desarrollar el pensamiento crítico y la capacidad de adoptar diferentes perspectivas.
- Fomentar el diálogo y la toma de decisiones respetuosos.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 30 años  
Tamaño del grupo: 10-24 participantes

### III. Materiales necesarios

- Tarjetas de escenarios (por ejemplo, amistad contra reglas, lealtad contra justicia)
- Papel y bolígrafos (opcional)

### IV. Cómo

1. Divida a los participantes en grupos pequeños o parejas.
2. Proponga a cada grupo un escenario en el que se ponga a prueba la lealtad (por ejemplo, ayudar a un amigo que ha roto una regla).
3. Cada grupo toma una postura y prepara sus argumentos.
4. Tras su presentación, los grupos deben cambiar de bando y defender la postura contraria.
5. Facilitar un debate grupal sobre cómo cambiaron las perspectivas.

**Consejo: Haga hincapié en la comunicación respetuosa y la apertura a diferentes opiniones.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué se siente al defender ambas partes de la situación?
- ¿Cambió tu perspectiva sobre la lealtad? ¿Cómo?
- ¿La lealtad siempre es la opción correcta? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Cómo podemos equilibrar la lealtad con la equidad y la responsabilidad?

### VI. Resultados del aprendizaje

- desarrollar habilidades de pensamiento crítico
- comprender diferentes perspectivas
- mejorar la comunicación y la argumentación
- reflexionar sobre la toma de decisiones éticas



## ACTIVIDAD 3: "Cambia y defiende"

### Consejos de adaptación

- Utilice escenarios más sencillos para los participantes más jóvenes.
- Permitir argumentos escritos en lugar de orales.
- Reducir el tamaño del grupo para una mayor participación.
- Proporcione ejemplos para facilitar la comprensión.

### Elementos del método Scout utilizados:

- Aprender haciendo
- Sistema de equipo
- Desarrollo personal

### Enfoque en el bienestar:

- Conexión social
- Fomento de la confianza
- Conciencia emocional



# Ley 3: Un explorador es útil

## ACTIVIDAD 1: Desafío de bondad aleatoria

### Método:

Aprender haciendo + acción personal

### Duración

1 día (o 1 sesión + reflexión de seguimiento)

### I. Objetivos

- Fomentar actos de bondad y comportamiento servicial.
- Para concienciar sobre el impacto de las pequeñas acciones positivas.
- Para promover la empatía y la responsabilidad social.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de 16 a 29 años,  
Tamaño del grupo: 8-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Pequeñas tarjetas con tareas de amabilidad
- Bolígrafos

### IV. Cómo

1. Prepara pequeñas tarjetas con diferentes actos de bondad (por ejemplo, ayudar a alguien, hacer un cumplido, limpiar un espacio compartido).
2. Cada participante selecciona una tarjeta al azar.
3. Los participantes completan la tarea durante el día o la sesión (preferiblemente de forma anónima).
4. Al final, reúnan al grupo para reflexionar.
5. Los participantes comparten su experiencia (sin revelar detalles si son anónimos).

### Consejo:

Fomente la creatividad y permita que los participantes sugieran sus propias acciones de bondad.

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué se siente al ayudar a alguien?
- ¿Qué reacción observaste?
- ¿Fue fácil o difícil actuar con amabilidad?
- ¿Cómo puedes incorporar la amabilidad en tu vida diaria?



## ACTIVIDAD 1: Desafío de bondad aleatoria

### VI. Resultados del aprendizaje

- Los participantes deberán:
- desarrollar empatía y bondad
- aumentar la conciencia de las necesidades de los demás
- fortalecer la responsabilidad social
- reflexionar sobre sus acciones y su impacto

### Consejos de adaptación

- Permitir que los participantes elijan su propia tarea.
- Adapta las tareas a diferentes entornos (escuela, hogar, exteriores).
- Utilicen desafíos grupales en lugar de individuales.
- Simplificar las tareas para los participantes más jóvenes.

### Elementos del método Scout utilizados:

- Aprender haciendo
- Desarrollo personal
- Participación de la comunidad

### Enfoque en el bienestar:

- Conexión social
- Conciencia emocional
- Comportamiento positivo



## ACTIVIDAD 2: Mapa de ayuda

### Método:

Reflexión visual + lluvia de ideas

### Duración

30-40 minutos

### I. Objetivos

- Para identificar formas en que los participantes pueden apoyar a los demás.
- Para aumentar la concienciación sobre su papel en la comunidad.
- Para fomentar un comportamiento proactivo y servicial.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 8-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Papel
- Bolígrafos / marcadores

### IV. Cómo

1. Pida a los participantes que dibujen un "mapa" o diagrama de las personas en su vida (familia, amigos, escuela, comunidad).
2. Alrededor de cada persona o grupo, escriben maneras en que pueden ofrecer ayuda.
3. Invite a los participantes a reflexionar individualmente.
4. Compartan en parejas o en grupos pequeños.
5. Cada participante elige una acción que pondrá en práctica.

**Consejo: Fomente acciones realistas y sencillas.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿A quién puedes apoyar en tu vida diaria?
- ¿Qué tipo de ayuda se necesita con mayor urgencia?
- ¿Cómo te hace sentir ayudar a los demás?
- ¿Qué medidas tomarás esta semana?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- identificar oportunidades para ayudar a los demás
- desarrollar empatía y conciencia
- fortalecer el sentido de la responsabilidad
- mejorar las habilidades de reflexión

### Consejos de adaptación

- Utilice mapas de grupo en lugar de mapas individuales.
- Permitir dibujar en lugar de escribir.
- Proporcione ejemplos a modo de guía.
- Adaptar para participantes más jóvenes con categorías más sencillas.



## ACTIVIDAD 2: *Mapa de ayuda*

### **Elementos del método Scout utilizados:**

- Desarrollo personal
- Aprender haciendo
- Sistema de equipo

### **Enfoque en el bienestar:**

- Conexión social
- Conciencia emocional
- Sentido de propósito



## ACTIVIDAD 3: Equipo de rescate

### Método:

Juego en grupo + resolución de problemas + cooperación

### Duración

40-60 minutos

### I. Objetivos

- Para desarrollar el trabajo en equipo y la cooperación.
- Fomentar comportamientos de ayuda en situaciones difíciles.
- Para fortalecer la comunicación y la confianza

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 30 años  
Tamaño del grupo: 10-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Cuerdas, conos o materiales que sirvan de obstáculo.
- Vendas para los ojos (opcional)

### IV. Cómo

1. Crea un obstáculo sencillo o una "zona de desafío".
2. Divida a los participantes en equipos.
3. El objetivo es que todos los miembros del equipo crucen la zona de forma segura.
4. Algunos participantes pueden tener limitaciones (por ejemplo, con los ojos vendados o en silencio).
5. Los equipos deben cooperar y ayudarse mutuamente para completar la tarea.
6. Una vez finalizado, reúnanse para reflexionar.

**Consejo: Céntrese en la cooperación, no en la competencia.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Cómo trabajó en conjunto su equipo?
- ¿Qué desafíos enfrentaste?
- ¿Quién te ayudó más y cómo?
- ¿Qué aprendiste sobre cómo ayudar a los demás?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- mejorar el trabajo en equipo y la cooperación
- desarrollar habilidades para resolver problemas
- fortalecer la comunicación
- comprender el valor de ayudar a los demás



## ACTIVIDAD 3: *Equipo de rescate*

### **Consejos de adaptación**

- Simplificar los obstáculos para diferentes niveles de habilidad.
- Utilice alternativas de interior
- Reduzca la complejidad física si es necesario.
- Concéntrese en la comunicación en lugar del desafío físico.

### **Elementos del método Scout utilizados:**

- Sistema de equipo
- Aprender haciendo
- Aprendizaje basado en la naturaleza (si se realiza al aire libre)

### **Enfoque en el bienestar:**

- Conexión social
- Fomento de la confianza
- Confianza y cooperación



# Ley 4: Un Scout es amigo de todos.

## ACTIVIDAD 1: Mosaico de la amistad

### Método:

Creatividad + interacción comunitaria

### Duración

45-60 minutos

### I. Objetivos

- Promover la inclusión y la apertura hacia los demás.
- Para fomentar interacciones significativas entre los participantes.
- Para fomentar la comprensión y la valoración de la diversidad.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 10-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Papel de dibujo
- Rotuladores / lápices de colores
- Revistas (opcional)
- Pegamento y tijeras
- Tablero de exhibición o espacio en la pared

### IV. Cómo

1. Pida a los participantes que hablen con alguien con quien no suelen interactuar.
2. Hacen preguntas sencillas (intereses, aficiones, experiencias).
3. Cada participante crea un dibujo o collage que representa lo que ha aprendido.
4. Todas las piezas se combinan para formar un gran "Mosaico de la Amistad".
5. Facilitar una reflexión grupal sobre la diversidad y la conexión.

**Consejo: Fomente la escucha respetuosa y la curiosidad.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué aprendiste sobre esa persona nueva?
- ¿Te resultó fácil o difícil conectar con los demás?
- ¿Qué te sorprendió durante la actividad?
- ¿Cómo podemos ser más abiertos con los demás en la vida cotidiana?

## ACTIVIDAD 1: Mosaico de la amistad

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Participantes deberán:

- mejorar la comunicación y las habilidades sociales
- desarrollar empatía y apertura
- fortalecer la inclusión y la cohesión grupal
- valorar la diversidad

#### Consejos de adaptación

- Permitir entrevistas escritas para participantes tímidos.
- Utilicen grupos más pequeños para tener conversaciones más profundas.
- Reemplazar el dibujo por la narración de historias si es necesario.
- Adaptar para el formato en línea mediante el uso de pizarras digitales.

#### Elementos del método Scout utilizados:

- Sistema de equipo
- Aprender haciendo
- Participación de la comunidad

#### Enfoque en el bienestar:

- Conexión social
- Inclusión y pertenencia
- Conciencia emocional



## ACTIVIDAD 2: *Apoyo silencioso*

### Método:

Reflexión + apoyo entre pares

### Duración

20-30 minutos

### I. Objetivos

- Para promover la amabilidad y la comunicación positiva.
- Para fortalecer la cohesión grupal y el apoyo emocional.
- Para fomentar el aprecio entre los participantes

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 8-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Papel
- Bolígrafos
- Sobres (opcional)

### IV. Cómo

1. Cada participante escribe mensajes positivos anónimos para los demás miembros del grupo.
2. Los mensajes pueden incluir halagos, palabras de aliento o agradecimiento.
3. Recopilar y redistribuir mensajes de forma aleatoria o por nombre.
4. Deje tiempo suficiente para que los participantes lean sus mensajes.
5. Facilitar una breve reflexión.

**Consejo: Fomente la sinceridad y los mensajes significativos.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué se siente al recibir mensajes positivos?
- ¿Qué se siente al escribirlas?
- ¿Qué hace que un mensaje sea significativo?
- ¿Cómo podemos apoyarnos mutuamente con más frecuencia?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar empatía y bondad
- mejorar las habilidades de comunicación
- fortalecer la confianza grupal
- aumentar la conciencia emocional

### Consejos de adaptación

- Permitir dibujar en lugar de escribir.
- Si procede, haga que los mensajes no sean anónimos.
- Proporcione ejemplos a modo de guía.
- Adaptar para participantes más jóvenes



## ACTIVIDAD 2: *Apoyo silencioso*

### **Elementos del método Scout utilizados:**

- Desarrollo personal
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

### **Enfoque en el bienestar:**

- Conciencia emocional
- Conexión social
- Fomento de la confianza

## ACTIVIDAD 3: Mezclar y mover

### Método:

Juego interactivo + interacción social

### Duración

25-35 minutos

### I. Objetivos

- Para fomentar la interacción entre los participantes.
- Para romper barreras sociales y construir conexiones
- Para mejorar la comunicación y la confianza

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 30 años  
Tamaño del grupo: 10-30 participantes

### III. Materiales necesarios

- Lista de preguntas/indicaciones
- Música (opcional)

### IV. Cómo

1. Los participantes se mueven libremente por el espacio.
2. Cuando la música se detiene (o se da una señal), se emparejan con alguien nuevo.
3. Cada pareja responde a una pregunta o consigna (divertida o significativa).
4. Tras unos minutos, los participantes vuelven a rotar.
5. Continúen durante varias rondas y luego reflexionen en grupo.

**Consejo: Incluye preguntas tanto ligeras como más profundas para equilibrar la energía.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Hablaste con alguien nuevo?
- ¿Qué fue lo más fácil o difícil a la hora de conectar con los demás?
- ¿Qué conversación te llamó más la atención?
- ¿Cómo podemos fortalecer los lazos dentro de un grupo?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- mejorar las habilidades de comunicación
- desarrollar confianza en la interacción social
- fortalecer la cohesión del grupo
- desarrollar apertura hacia los demás



## ACTIVIDAD 3: *Mezclar y mover*

### Consejos de adaptación

- Permitir que los participantes escriban sus respuestas antes de hablar.
- Utilice grupos más pequeños para los participantes más tranquilos.
- Adapta las preguntas a la edad y al contexto.
- Reemplace el movimiento con rotación sentado si es necesario.

### Elementos del método Scout utilizados:

- Sistema de equipo
- Aprender haciendo
- Desarrollo personal

### Enfoque en el bienestar:

- Conexión social
- Fomento de la confianza
- Confort emocional

# Ley 5: Un explorador es cortés

## ACTIVIDAD 1: Teatro de la cortesía

### Método:

Juego de roles + trabajo en grupos pequeños

### Duración

40-50 minutos

### I. Objetivos

- Para explorar comportamientos respetuosos e irrespetuosos.
- Desarrollar la conciencia de los estilos de comunicación
- Para promover un comportamiento cortés en situaciones cotidianas.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 10-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Tarjetas de escenarios (situaciones cotidianas)
- Accesorios opcionales

### IV. Cómo

1. Divida a los participantes en grupos pequeños.
2. Proporcione a cada grupo un escenario (por ejemplo, aula, espacio público, trabajo en grupo).
3. Los grupos preparan pequeñas representaciones teatrales que muestran comportamientos tanto corteses como descorteses.
4. Cada grupo representa su obra de teatro corta.
5. Facilitar un debate grupal después de cada actuación.

**Consejo: Fomente la creatividad y el humor para aumentar la participación.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué diferencias observaste entre el comportamiento respetuoso y el irrespetuoso?
- ¿Cómo afectó cada comportamiento a los demás?
- ¿Por qué es importante la cortesía en la vida diaria?
- ¿Cómo puedes practicar la cortesía con más frecuencia?

## ACTIVIDAD 1: Teatro de la cortesía

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- comprender la importancia del comportamiento respetuoso
- mejorar la comunicación y las habilidades sociales
- desarrollar empatía hacia los demás
- reflexionar sobre su propio comportamiento

#### Consejos de adaptación

- Proporcione escenarios sencillos para los participantes más jóvenes.
- Permitir representaciones escritas en lugar de actuaciones.
- Utilice ejemplos reales de los participantes.
- Adaptar para grupos pequeños o parejas.

#### Elementos del método Scout utilizados:

- Sistema de equipo
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

#### Enfoque en el bienestar:

- Conciencia emocional
- Conexión social
- Comunicación respetuosa

## ACTIVIDAD 2: Carta de agradecimiento

### Método:

Escritura + reflexión

### Duración

25-35 minutos

### I. Objetivos

- Para fomentar el aprecio y la gratitud
- Para fortalecer las relaciones positivas
- Para promover la expresión emocional

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 8-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Papel o artículos de papelería
- Bolígrafos
- Sobres (opcional)

### IV. Cómo

1. Pida a los participantes que piensen en alguien a quien aprecian pero a quien no le han dado las gracias como es debido.
2. Los participantes escriben una carta expresando su agradecimiento.
3. Anímalos a ser específicos y sinceros.
4. Opcional: los participantes pueden compartir cómo se sintieron al escribir la carta.
5. Opcional: enviar o entregar la carta.

**Consejo: Enfatiza que compartir es opcional para garantizar la comodidad emocional.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué se siente al expresar gratitud?
- ¿Por qué a veces resulta difícil decir "gracias"?
- ¿Cómo puede la gratitud mejorar las relaciones?
- ¿Qué aprendiste de esta experiencia?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar la conciencia emocional
- fortalecer la empatía y el aprecio
- mejorar las habilidades de comunicación
- construir relaciones positivas



## ACTIVIDAD 2: Carta de agradecimiento

### Consejos de adaptación

- Permitir dibujar en lugar de escribir.
- Utilice mensajes cortos para los participantes más jóvenes.
- Si lo prefiere, mantenga las cartas en privado.
- Adaptar el lenguaje según el grupo.

### Elementos del método Scout utilizados:

- Desarrollo personal
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

### Enfoque en el bienestar:

- Conciencia emocional
- Conexión social
- Expresión positiva



## ACTIVIDAD 3: Captura de cumplidos

### Método:

juego en grupo + comunicación positiva

### Duración

15-25 minutos

### I. Objetivos

- Para fomentar la interacción entre los participantes.
- Para romper barreras sociales y construir conexiones
- Para mejorar la comunicación y la confianza

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 30 años  
Tamaño del grupo: 8-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Pelota blanda o saquito de arena

### IV. Cómo

1. Los participantes se colocan en círculo.
2. Un participante le lanza la pelota a otro.
3. Antes o después de lanzar, deben hacerle un cumplido sincero a esa persona.
4. Continúa hasta que todos hayan participado varias veces.
5. Finalicen con una breve reflexión en grupo.

**Consejo: Fomenta los halagos específicos y sinceros.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué se siente al recibir un cumplido?
- ¿Qué se siente al dar uno?
- ¿Qué hace que un cumplido sea significativo?
- ¿Cómo podemos utilizar la comunicación positiva a diario?

### VI. Resultados del aprendizaje

**Los participantes deberán:**

- aumentar la autoconfianza
- mejorar las habilidades de comunicación
- desarrollar empatía y bondad
- fortalecer las relaciones grupales



## ACTIVIDAD 3: *Captura de cumplidos*

### **Consejos de adaptación**

- Permitir elogios por escrito para los participantes tímidos.
- Utilice grupos más pequeños para mayor comodidad.
- Proporcione ejemplos de halagos.
- Adaptar para participantes más jóvenes con un lenguaje más sencillo.

### **Elementos del método Scout utilizados:**

- Sistema de equipo
- Aprender haciendo
- Desarrollo personal

### **Enfoque en el bienestar:**

- Conciencia emocional
- Fomento de la confianza
- Comunicación positiva

# Ley 6: Un explorador protege la naturaleza y todos los seres vivos

## ACTIVIDAD 1: Misión de Eco-Guardianes

### Método:

Actividades al aire libre + aprendizaje experiencial

### Duración

60-90 minutos

### I. Objetivos

- Para desarrollar la responsabilidad ambiental
- Fomentar la contribución activa a la protección de la naturaleza.
- Conectar la acción ambiental con el bienestar.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 10-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Bolsas de basura
- Guantes
- Opcional: cámara o teléfono para documentación

### IV. Cómo

1. Elige un área natural (parque, bosque, playa).
2. Presentamos la misión: proteger y mejorar el medio ambiente.
3. Los participantes trabajan en equipo para limpiar o cuidar el espacio.
4. Fomente la observación del entorno durante la actividad.
5. Una vez finalizado, reúnanse para reflexionar y debatir.

**Consejo: Añada un elemento simbólico (por ejemplo, el rol de "Guardián Ecológico" o el compromiso grupal).**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué se siente al contribuir a la naturaleza?
- ¿Qué observaste en el entorno?
- ¿Por qué es importante proteger la naturaleza?
- ¿Cómo puedes continuar con este comportamiento en tu vida diaria?



## ACTIVIDAD 1: Misión de Eco-Guardianes

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar conciencia ambiental
- fortalecer la responsabilidad y la iniciativa
- mejorar el trabajo en equipo
- conectar acciones con impacto positivo

#### Consejos de adaptación

- Utilice áreas pequeñas para sesiones de tiempo limitado.
- Adaptar las tareas a diferentes capacidades físicas.
- Realizar acciones simbólicas si no es posible trabajar al aire libre.
- Combinar con campañas de sensibilización

#### Elementos del método Scout utilizados:

- Aprender haciendo
- Aprendizaje basado en la naturaleza
- Participación de la comunidad

#### Enfoque en el bienestar:

- Sentido de propósito
- Conexión con la naturaleza
- Conexión social



## ACTIVIDAD 2: Revista Nature

### Método:

**Observación + reflexión**

### Duración

30-45 minutos (o repetido a lo largo del tiempo)

### I. Objetivos

- Para desarrollar habilidades de atención plena y observación.
- Para fortalecer la conexión con la naturaleza
- Para fomentar la reflexión y la conciencia emocional.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 4-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Cuaderno / "Mi diario"
- Bolígrafos / lápices
- Opcional: lápices de colores

### IV. Cómo

1. Pida a los participantes que busquen un lugar tranquilo en la naturaleza.
2. Invítalos a observar atentamente su entorno.
3. Los participantes escriben o dibujan lo que ven, sienten y piensan.
4. Fomentar la reflexión sobre los cambios en la naturaleza y las emociones.
5. Opcional: compartan sus reflexiones en parejas o en grupo.

**Consejo: Fomente el silencio y la presencia durante la observación.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué observaste en la naturaleza?
- ¿Cómo te hizo sentir estar en la naturaleza?
- ¿Qué cambios observaste?
- ¿Cómo puede la naturaleza contribuir a tu bienestar?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar la atención plena y la conciencia
- fortalecer la conexión con la naturaleza
- mejorar las habilidades de reflexión
- aumentar la conciencia emocional



## ACTIVIDAD 2: *Revista Nature*

### Consejos de adaptación

- Utilice imágenes/vídeos si no dispone de espacio al aire libre.
- Permitir dibujar en lugar de escribir.
- Reducir el tiempo para los grupos más jóvenes.
- Repita la actividad durante varios días.

### Elementos del método Scout utilizados:

- Aprendizaje basado en la naturaleza
- Desarrollo personal
- Aprender haciendo

### Enfoque en el bienestar:

- Reducción del estrés
- Conciencia emocional
- Consciencia

## ACTIVIDAD 3: Embajador de la vida silvestre

### Método:

Miniproyecto + aprendizaje entre pares

### Duración

45-60 minutos

### I. Objetivos

- Para aumentar el conocimiento sobre la fauna local.
- Para promover la responsabilidad ambiental
- Para desarrollar habilidades de comunicación y presentación.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 30 años  
Tamaño del grupo: 8-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Acceso a Internet o libros
- Papel
- Rotuladores / material de arte

### IV. Cómo

1. Cada participante elige una planta o un animal de la zona.
2. Investigan información básica (hábitat, amenazas, importancia).
3. Los participantes crean una presentación sencilla (póster, dibujo o charla breve).
4. Presentar los resultados al grupo.
5. Analicen cómo proteger la especie elegida.

**Consejo: Fomente las presentaciones creativas.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué aprendiste sobre la especie que elegiste?
- ¿Por qué es importante protegerlo?
- ¿A qué amenazas se enfrenta?
- ¿Qué medidas puedes tomar para ayudar?

### VI. Resultados del aprendizaje

**Los participantes deberán:**

- aumentar el conocimiento ambiental
- desarrollar habilidades de investigación y comunicación
- fortalecer el sentido de la responsabilidad
- promover la ciudadanía activa



## ACTIVIDAD 3: *Embajador de la vida silvestre*

### Consejos de adaptación

- Trabajen en parejas o en grupos.
- Utilice materiales preparados previamente para los participantes más jóvenes.
- Sustituye la investigación por la narración de historias.
- Adaptarse a entornos con pocos recursos.

### Elementos del método Scout utilizados:

- Aprender haciendo
- Participación de la comunidad
- Desarrollo personal

### Enfoque en el bienestar:

- Sentido de propósito
- Conexión con la naturaleza
- Fomento de la confianza

# Ley 7: Un explorador es obediente.

## ACTIVIDAD 1: *Generador de código*

### Método:

Discusión en grupo + cocreación

### Duración

30-40 minutos

### I. Objetivos

- Para comprender la importancia de las reglas y los valores compartidos
- Para promover la responsabilidad y el comportamiento respetuoso.
- Fomentar la apropiación de los acuerdos grupales.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 10-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Papel para rotafolio
- Marcadores

### IV. Cómo

1. Divida a los participantes en grupos pequeños (patrullas).
2. Pida a cada grupo que debata qué reglas o valores son importantes para un ambiente de grupo respetuoso.
3. Cada grupo escribe sus ideas en un papel.
4. Reúna todas las ideas en un "Código de Conducta" común.
5. Muestren el código y lleguen a un acuerdo en grupo.

**Consejo:** Permita que los participantes lideren el proceso para aumentar su sentido de pertenencia.

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Por qué son importantes las reglas en un grupo?
- ¿Cómo nos ayudan las reglas a trabajar juntos?
- ¿Qué ocurre cuando no se respetan las normas?
- ¿Cómo podemos respetar las normas al tiempo que expresamos nuestras opiniones?

## ACTIVIDAD 1: *Generador de código*

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- comprender el papel de las reglas y la estructura
- desarrollar la responsabilidad y la rendición de cuentas
- mejorar el trabajo en equipo y la cooperación
- reflexionar sobre el comportamiento grupal

#### Consejos de adaptación

- Utilice ejemplos para los participantes más jóvenes.
- Simplifica las reglas convirtiéndolas en palabras clave o símbolos.
- Revisa el código periódicamente.
- Adaptar para grupos más pequeños

#### Elementos del método Scout utilizados:

- Sistema de equipo
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

#### Enfoque en el bienestar:

- Conexión social
- Seguridad emocional
- Sentido de pertenencia



## ACTIVIDAD 2: Clasificación de escenarios

### Método:

Discusión en grupo + pensamiento crítico

### Duración

30-40 minutos

### I. Objetivos

- Explorar diferentes perspectivas sobre la obediencia y el respeto.
- Para desarrollar el pensamiento ético
- Fomentar el debate sobre valores y comportamiento.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 4-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Tarjetas de escenarios (diferentes comportamientos o dilemas)

### IV. Cómo

1. Divida a los participantes en grupos pequeños.
2. Entregue a cada grupo un conjunto de tarjetas con diferentes escenarios (por ejemplo, seguir las reglas frente a desafiarlas).
3. Pida a los grupos que clasifiquen los escenarios desde el "más respetuoso/obediente" hasta el "menos respetuoso".
4. Los grupos presentan sus razonamientos.
5. Facilitar un debate en el que se comparen diferentes perspectivas.

**Consejo: Utiliza ejemplos de la vida real para que resulte más cercano.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué hace que un comportamiento sea respetuoso o no?
- ¿Siempre es correcto seguir las reglas?
- ¿Cuándo es importante cuestionar las reglas?
- ¿Cómo podemos equilibrar el respeto y la independencia?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar el pensamiento crítico
- comprender diferentes perspectivas
- mejorar las habilidades de comunicación y debate
- reflexionar sobre los valores y el comportamiento



## ACTIVIDAD 2: *Clasificación de escenarios*

### Consejos de adaptación

- Simplificar los escenarios para los participantes más jóvenes.
- Utilice menos tarjetas para grupos más pequeños.
- Permitir respuestas escritas en lugar de debate.
- Adaptar la complejidad en función del grupo.

### Elementos del método Scout utilizados:

- Sistema de equipo
- Desarrollo personal
- Aprender haciendo

### Enfoque en el bienestar:

- Conciencia emocional
- Conexión social
- Confianza al expresar opiniones



## ACTIVIDAD 3: Cambio de liderazgo

### Método:

Miniproyecto + aprendizaje entre pares

### Duración

30-45 minutos

### I. Objetivos

- Explorar el liderazgo y la responsabilidad.
- Para comprender el equilibrio entre liderar y seguir
- Para fomentar el respeto y la cooperación dentro del grupo.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 30 años  
Tamaño del grupo: 8-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Ideas para tareas sencillas (juegos, pequeños retos)

### IV. Cómo

1. Asigne una tarea o actividad breve al grupo.
2. Uno de los participantes se convierte en el líder y da las instrucciones.
3. Después de unos minutos, cambia al líder.
4. Repita el ejercicio para que varios participantes experimenten el rol.
5. Facilitar una reflexión grupal sobre la experiencia.

**Consejo: Fomente los comentarios positivos, especialmente entre los participantes más callados.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué se siente al liderar a otros?
- ¿Qué se siente al seguir las instrucciones?
- ¿Qué características definen a un buen líder?
- ¿Cómo podemos respetar ambos roles?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar habilidades de liderazgo y cooperación
- comprender la responsabilidad en la dinámica de grupo
- mejorar la comunicación
- reflexionar sobre su papel en un grupo



## ACTIVIDAD 3: *Cambio de liderazgo*

### **Consejos de adaptación**

- Utilice tareas sencillas para los participantes más jóvenes.
- Permitir que los colíderes brinden apoyo
- Reducir el tamaño del grupo para una mayor participación.
- Adaptable para uso en interiores o exteriores.

### **Elementos del método Scout utilizados:**

- Sistema de equipo
- Aprender haciendo
- Desarrollo personal

### **Enfoque en el bienestar:**

- Fomento de la confianza
- Conexión social
- Conciencia emocional



# Ley 8: Un Scout es alegre y valiente

## ACTIVIDAD 1: *Tarjetas de valentía*

### Método:

Narración de historias + reflexión

### Duración

30-40 minutos

### I. Objetivos

- Para fomentar el intercambio de experiencias de valentía.
- Para promover el pensamiento positivo y la resiliencia.
- Para crear un entorno de grupo de apoyo

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 8-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Tarjetas o papel en blanco
- Bolígrafos
- Opcional: tablero o pared para exhibición.

### IV. Cómo

1. Pida a los participantes que piensen en un momento en el que fueron valientes o mantuvieron una actitud positiva en una situación difícil.
2. Escriben o dibujan su historia de forma anónima en una tarjeta.
3. Recoge y mezcla las cartas.
4. Lean algunos fragmentos en voz alta (de forma voluntaria o con la ayuda de un facilitador).
5. Facilitar una reflexión grupal sobre el coraje y el optimismo.

**Consejo: Demuestra transparencia compartiendo primero un ejemplo.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué significa para ti el coraje?
- ¿Te resultó fácil o difícil compartir tu historia?
- ¿Qué te ayudó a mantener una actitud positiva en esa situación?
- ¿Cómo puedes aplicar esto en futuros desafíos?



## ACTIVIDAD 1: *Tarjetas de valentía*

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar la conciencia emocional
- Desarrollar la resiliencia y el pensamiento positivo.
- fortalecer la empatía y la conexión
- reflexionar sobre experiencias personales

#### Consejos de adaptación

- Permitir dibujar en lugar de escribir.
- Hacer que compartir sea opcional
- Utilice grupos pequeños para compartir de forma más segura.
- Adapta las indicaciones para los participantes más jóvenes.

#### Elementos del método Scout utilizados:

- Desarrollo personal
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

#### Enfoque en el bienestar:

- Conciencia emocional
- Fomento de la confianza
- Resiliencia



## ACTIVIDAD 2: Laboratorio de la risa

### Método:

Improvisación + juego + liberación emocional

### Duración

20-30 minutos

### I. Objetivos

- Para promover la alegría y las emociones positivas.
- Para reducir el estrés y la tensión.
- Para fomentar la creatividad y la espontaneidad

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 10-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Accesorios opcionales (sombreros, objetos)
- Lista de sugerencias para improvisar

### IV. Cómo

1. Divida a los participantes en grupos pequeños.
2. Proporcione a cada grupo una consigna divertida o disparatada (por ejemplo, representar una situación graciosa).
3. Los grupos representan escenas cortas de improvisación.
4. Fomenta la risa y la creatividad.
5. Finaliza con una breve reflexión sobre las emociones.

**Consejo: Mantén un ambiente distendido y sin prejuicios.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué se siente al reír y jugar?
- ¿La actividad cambió tu estado de ánimo?
- ¿Por qué es importante el humor para el bienestar?
- ¿Cuándo puede el humor ser útil en situaciones difíciles?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- reducir el estrés y la tensión
- desarrollar la creatividad y la expresión
- mejorar la conexión del grupo
- aumentar la conciencia emocional



## ACTIVIDAD 2: Laboratorio de la risa

### Consejos de adaptación

- Utilice indicaciones más sencillas para los grupos más jóvenes.
- Permitir la participación sin realizar
- Utilice pares en lugar de grupos.
- Adaptar el nivel de energía según el grupo.

### Elementos del método Scout utilizados:

- Aprender haciendo
- Sistema de equipo
- Desarrollo personal

### Enfoque en el bienestar:

- Reducción del estrés
- Liberación emocional
- Conexión social



## ACTIVIDAD 3: Escalera del miedo

### Método:

Reflexión personal + establecimiento de objetivos

### Duración

30-40 minutos

### I. Objetivos

- Para ayudar a los participantes a afrontar sus miedos personales.
- Para desarrollar confianza y coraje
- Para apoyar el desarrollo personal gradual

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 8-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Hoja de trabajo o papel
- Bolígrafos

### IV. Cómo

1. Pida a los participantes que identifiquen un miedo personal (por ejemplo, hablar en público).
2. Lo dividen en pasos más pequeños (formato de escalera).
3. Cada participante elige un pequeño paso para intentar.
4. Opcional: comparte tu plan con tu pareja.
5. Fomente el seguimiento después de un tiempo.

**Consejo: Enfatice que los pequeños pasos son importantes.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué miedo identificaste?
- ¿Cómo ayudó dividirlo en pasos?
- ¿Qué paso te parece alcanzable?
- ¿Cómo te sentirás después de terminarlo?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- Desarrolla confianza y coraje
- desarrollar la autoconciencia
- mejorar las habilidades para establecer objetivos
- fortalecer la resiliencia



## ACTIVIDAD 3: Escalera del miedo

### Consejos de adaptación

- Permitir la reflexión privada sin compartirla
- Proporcione ejemplos para respaldar sus argumentos.
- Utilice la discusión en grupo en lugar de la escritura.
- Adaptable a diferentes niveles de comodidad

### Elementos del método Scout utilizados:

- Desarrollo personal
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

### Enfoque en el bienestar:

- Fomento de la confianza
- Conciencia emocional
- Resiliencia

# Ley 9: Un explorador es ahorrativo y respeta la propiedad

## ACTIVIDAD 1: Desafío de reciclaje creativo

### Método:

Creación práctica + creatividad

### Duración

60-90 minutos

### I. Objetivos

- Promover el uso responsable de los recursos
- Fomentar la creatividad y la sostenibilidad
- Desarrollar la conciencia sobre los hábitos de consumo.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 8-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Ropa u objetos viejos
- Materiales para manualidades (pegamento, tijeras, cinta adhesiva, etc.)
- Herramientas (si es necesario)

### IV. Cómo

1. Pida a los participantes que traigan objetos viejos o sin usar.
2. Presenta el reto: transformar estos elementos en algo útil o creativo.
3. Los participantes trabajan individualmente o en pequeños grupos.
4. Presenta las creaciones finales al grupo.
5. Facilitar una reflexión sobre la sostenibilidad y el uso de los recursos.

**Consejo: Fomente que se cuenten historias sobre el "antes y el después" del objeto.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Cómo transformaste tu objeto?
- ¿Qué aprendiste sobre la reutilización y los residuos?
- ¿Por qué es importante respetar los recursos?
- ¿Cómo puedes aplicar esto en la vida diaria?



## ACTIVIDAD 1: *Desafío de reciclaje creativo*

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar la creatividad y las habilidades para resolver problemas
- aumentar la concienciación sobre la sostenibilidad
- comprender el uso responsable de los recursos
- fortalecer la responsabilidad ambiental

#### Consejos de adaptación

- Utilice materiales sencillos para entornos con pocos recursos.
- Trabaje en equipo para obtener más apoyo.
- Proporcione ejemplos para inspirarse.
- Adapta la dificultad según la edad.

#### Elementos del método Scout utilizados:

- Aprender haciendo
- Desarrollo personal
- Aprendizaje basado en la naturaleza

#### Enfoque en el bienestar:

- Sentido de propósito
- Creatividad y expresión
- Fomento de la confianza



## ACTIVIDAD 2: *Búsqueda de presupuesto*

### Método:

Juego de simulación + toma de decisiones

### Duración

40-60 minutos

### I. Objetivos

- Desarrollar la conciencia y la responsabilidad financiera.
- Para fomentar el trabajo en equipo y la toma de decisiones.
- Para comprender el valor de los recursos

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 10-25 participantes

### III. Materiales necesarios

- Presupuestos impresos
- Fichas de artículos (alimentos, equipo, transporte)
- Fichas o dinero de juguete

### IV. Cómo

1. Divida a los participantes en equipos.
2. Cada equipo recibe un presupuesto limitado.
3. Deben planificar un viaje o una actividad (campamento, excursión de un día, etc.).
4. Los equipos deciden cómo gastar sus recursos.
5. Presentar planes y reflexionar sobre las decisiones tomadas.

**Consejo:** Añada desafíos inesperados (por ejemplo, pérdida de equipo, cambios climáticos).

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Cómo tomó decisiones su equipo?
- ¿Qué fue fácil o difícil?
- ¿Priorizaste las necesidades o los deseos?
- ¿Qué harías diferente la próxima vez?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar habilidades para la toma de decisiones
- mejorar el trabajo en equipo
- Comprender la presupuestación y la gestión de recursos.
- reflexionar sobre decisiones responsables



## ACTIVIDAD 2: *Búsqueda de presupuesto*

### Consejos de adaptación

- Simplificar las opciones presupuestarias para los grupos más jóvenes.
- Reduzca la complejidad para sesiones más cortas.
- Utilice ejemplos de la vida real.
- Adaptar para grupos más pequeños

### Elementos del método Scout utilizados:

- Sistema de equipo
- Aprender haciendo
- Desarrollo personal

### Enfoque en el bienestar:

- Fomento de la confianza
- Resolución de problemas
- Conexión social



## ACTIVIDAD 3: *Momento de minimalismo*

### **Método:**

**Reflexión + desafío personal**

### **Duración**

24 horas (o una versión adaptada más corta)

### **I. Objetivos**

- Para concienciar sobre los hábitos de consumo
- Para promover la sencillez y la gratitud
- Fomentar la reflexión sobre las necesidades personales

### **II. Grupo objetivo**

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 8-20 participantes

### **III. Materiales necesarios**

- Opcional: diario o "Mi Diario"
- Bolígrafos

### **IV. Cómo**

1. Pida a los participantes que renuncien a un objeto no esencial (por ejemplo, el teléfono, un tentempié, un objeto que les proporcione consuelo) durante un período determinado.
2. Los participantes observan sus sentimientos y experiencias.
3. Reflexionan individualmente a través de la escritura de diarios.
4. Tras este periodo, reúnanse para debatir en grupo.

**Consejo: Haga que la participación sea voluntaria y flexible.**

### **V. Preguntas de reflexión**

- ¿A qué decidiste renunciar?
- ¿Cómo afectó a tu rutina diaria?
- ¿Fue difícil? ¿Por qué?
- ¿Qué aprendiste sobre tus necesidades y hábitos?

### **VI. Resultados del aprendizaje**

#### **Los participantes deberán:**

- Aumentar la autoconciencia
- reflexionar sobre los hábitos personales y el consumo
- desarrollar disciplina y resiliencia
- valorar los recursos y la simplicidad



## ACTIVIDAD 3: *Momento de minimalismo*

### **Consejos de adaptación**

- Reducir la duración (por ejemplo, unas pocas horas en lugar de un día).
- Permitir opciones flexibles
- Fomentar el intercambio opcional
- Adaptar a diferentes contextos culturales.

### **Elementos del método Scout utilizados:**

- Desarrollo personal
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

### **Enfoque en el bienestar:**

- Autoconciencia
- Conciencia emocional
- Resiliencia



# Ley 10: Un Scout está limpio en pensamiento, palabra y obra

## ACTIVIDAD 1: *Caminata para desintoxicar la mente*

### Método:

Paseo guiado por la naturaleza + atención plena

### Duración

30-45 minutos

### I. Objetivos

- Para promover la atención plena y la conciencia interior.
- Para fomentar el pensamiento positivo y la claridad emocional.
- Conectar el bienestar interior con la naturaleza.

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 8-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Preguntas para la reflexión (opcional)
- Espacio al aire libre (parque, bosque, etc.)

### IV. Cómo

1. Invitar a los participantes a dar un paseo silencioso por la naturaleza.
2. En distintos momentos, propón breves preguntas para la reflexión (por ejemplo, observa tus pensamientos, libérate del estrés).
3. Anime a los participantes a concentrarse en la respiración y en el entorno.
4. Finalicen la caminata formando un círculo en grupo.
5. Invite a los participantes a compartir sus pensamientos o sentimientos (opcional).

**Consejo: Mantén el silencio durante la caminata para potenciar la atención plena.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué pensamientos te vinieron a la mente durante la caminata?
- ¿Cómo influyó el silencio en tu experiencia?
- ¿Te sentiste más relajado o más concentrado?
- ¿Cómo puedes poner esto en práctica en la vida diaria?



## ACTIVIDAD 1: Caminata para desintoxicar la mente

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar la atención plena y la concentración
- aumentar la conciencia emocional
- reducir el estrés
- fortalecer la conexión con la naturaleza

#### Consejos de adaptación

- Utilice un espacio interior tranquilo para la reflexión si no dispone de espacio exterior.
- Acortar la actividad para los grupos más jóvenes.
- Permitir escribir en lugar de compartir.
- Adaptar el ritmo según las necesidades del grupo.

#### Elementos del método Scout utilizados:

- Aprendizaje basado en la naturaleza
- Desarrollo personal
- Aprender haciendo

#### Enfoque en el bienestar:

- Reducción del estrés
- Conciencia emocional
- Consciencia



## ACTIVIDAD 2: "Reto de desintoxicación digital"

### Método:

Práctica de estilo de vida + reflexión

### Duración

24 horas (o una versión más corta adaptada)

### I. Objetivos

- Para concienciar sobre los hábitos digitales
- Para promover el uso consciente de la tecnología
- Para fomentar el equilibrio y el bienestar

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 8-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Opcional: hojas de reflexión o diario.

### IV. Cómo

1. Pida a los participantes que pasen un tiempo sin usar dispositivos digitales.
2. Anímalos a participar en actividades fuera de línea (naturaleza, pasatiempos, interacción social).
3. Los participantes reflexionan sobre su experiencia.
4. Reúna al grupo después del desafío para debatir.

**Consejo: Ofrezca alternativas para que los participantes se sientan apoyados, no restringidos.**

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Qué se siente al desconectarse de los dispositivos?
- ¿Qué fue fácil o difícil?
- ¿Qué hiciste en su lugar?
- ¿Cómo se puede crear un equilibrio digital saludable?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- aumentar la concienciación sobre los hábitos digitales
- mejorar la autorregulación
- reflexionar sobre las elecciones de estilo de vida
- mejorar el bienestar



## ACTIVIDAD 2: "Reto de desintoxicación digital"

### Consejos de adaptación

- Reducir la duración (por ejemplo, 2-3 horas)
- Permitir participación parcial
- Adaptar en función de las necesidades de los participantes.
- Proporcionar alternativas estructuradas

### Elementos del método Scout utilizados:

- Desarrollo personal
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

### Enfoque en el bienestar:

- Conciencia emocional
- Reducción del estrés
- Autorregulación



## ACTIVIDAD 3: Práctica de filtro interno

### Método:

Reflexión + creatividad

### Duración

30-40 minutos

### I. Objetivos

- Desarrollar la conciencia de los pensamientos y las reacciones.
- Para promover una comunicación positiva
- Para fomentar la toma de decisiones conscientes

### II. Grupo objetivo

Jóvenes de entre 16 y 29 años  
Tamaño del grupo: 8-20 participantes

### III. Materiales necesarios

- Papel
- Marcadores
- Opcional: plantilla de hoja de cálculo

### IV. Cómo

1. Introduzca la idea de un "filtro interno" (pensar antes de hablar/actuar).
2. Pida a los participantes que dibujen o describan su filtro interno.
3. Reflexionan sobre cómo reaccionan en diferentes situaciones.
4. Invita a compartir en parejas o en grupo.
5. Facilitar el debate sobre opciones positivas.

**Consejo:** Proporcione ejemplos para ayudar a los participantes a comprender el concepto.

### V. Preguntas de reflexión

- ¿Cómo es tu "filtro interno"?
- ¿Cómo sueles reaccionar en situaciones difíciles?
- ¿Qué te ayuda a tomar decisiones positivas?
- ¿Cómo puedes mejorar tus reacciones?

### VI. Resultados del aprendizaje

#### Los participantes deberán:

- desarrollar la autoconciencia
- mejorar la regulación emocional
- fortalecer las habilidades de comunicación
- reflexionar sobre el comportamiento y las decisiones



## ACTIVIDAD 3: Práctica de filtro interno

### Consejos de adaptación

- Permitir una explicación verbal en lugar de un dibujo.
- Utilice ejemplos sencillos para los participantes más jóvenes.
- Hacer que compartir sea opcional
- Adaptar la complejidad al grupo

### Elementos del método Scout utilizados:

- Desarrollo personal
- Aprender haciendo
- Marco simbólico

### Enfoque en el bienestar:

- Conciencia emocional
- Autorregulación
- Pensamiento positivo

# PARTE 4: EVALUACIÓN Y MEJORA

La evaluación y la mejora son fundamentales para una práctica eficaz en el trabajo con jóvenes. Esta sección ayuda a los facilitadores a reflexionar sobre cómo se implementan las actividades, cómo responden los participantes y qué aspectos se pueden mejorar en futuras sesiones.

Al combinar la retroalimentación, la observación y la reflexión, los trabajadores juveniles pueden comprender mejor el impacto de las actividades en el bienestar, la participación y el aprendizaje de los jóvenes.

El objetivo de esta sección no es solo evaluar los resultados, sino también fomentar el aprendizaje continuo y la adaptación. De esta forma, el conjunto de herramientas se convierte en un recurso práctico y en constante evolución que contribuye a mejorar la calidad, la relevancia y la sostenibilidad de las actividades de trabajo con jóvenes en diferentes contextos.





# EVALUACIÓN Y MEJORA

Este conjunto de herramientas anima a los facilitadores a reflexionar continuamente sobre su práctica y a mejorarla para garantizar experiencias de aprendizaje significativas y un impacto positivo en el bienestar de los jóvenes.

## 1 Métodos de evaluación

Para evaluar la eficacia de las actividades, los facilitadores pueden utilizar una combinación de herramientas de evaluación sencillas y prácticas:

**Comentarios de los participantes** (oral o escrito) después de cada actividad

**Debates de reflexión** utilizando preguntas orientadoras

**Observación del compromiso**, participación y dinámica de grupo

**Autorreflexión por parte de los facilitadores** después de cada sesión

Estos métodos ayudan a identificar qué funcionó bien y qué se puede mejorar en futuras implementaciones.

## 2 Preguntas clave para la evaluación

Los facilitadores pueden utilizar las siguientes preguntas para guiar la evaluación:

- ¿Participaron activamente en la actividad?
- ¿La actividad favoreció el bienestar emocional y la conexión social?
- ¿Se lograron los objetivos de la actividad?
- ¿Cómo respondieron los participantes a los métodos utilizados?
- ¿Qué se podría mejorar en términos de facilitación o estructura? Herramientas:

# EVALUACIÓN Y MEJORA

## 3 Mejora continua

En función de los resultados de la evaluación, se anima a los facilitadores a:

- adaptar las actividades para que se ajusten mejor a las necesidades de los participantes;
- Ajustar la duración, los métodos o los materiales cuando sea necesario;
- crear entornos de aprendizaje más inclusivos y accesibles;
- integrar los comentarios de los participantes en las sesiones futuras;
- Compartir experiencias y buenas prácticas con otros trabajadores juveniles.

## 4 Impacto en la práctica del trabajo con jóvenes

Mediante la evaluación y adaptación continuas, este conjunto de herramientas ayuda a los trabajadores juveniles a:

- mejorar la calidad de las actividades de educación no formal;
- responder eficazmente a las necesidades de los jóvenes;
- promover el bienestar mental, la inclusión y la participación activa;
- garantizar el impacto a largo plazo y la sostenibilidad de los métodos.

# PARTE 5: ESTUDIOS DE CASO

Esta sección presenta estudios de caso sobre la implementación del proyecto Mindful Scouts en contextos locales e internacionales. Los ejemplos muestran cómo se pusieron a prueba las actividades del Kit de Herramientas con trabajadores juveniles y jóvenes, y cómo el Método Scout puede fomentar el bienestar mental, la inclusión, la reflexión, el trabajo en equipo y el desarrollo personal.

Los estudios de caso ofrecen ejemplos concretos de actividades realizadas en Eslovaquia, Grecia y España, así como durante el programa internacional de formación de jóvenes en Eslovaquia. Destacan los objetivos, los métodos empleados, los resultados obtenidos y las lecciones aprendidas, sirviendo de inspiración para su futura implementación en otros contextos de trabajo con jóvenes.

Al compartir prácticas reales, esta sección ayuda a los facilitadores a comprender mejor cómo se puede aplicar, adaptar y transferir el conjunto de herramientas a diferentes grupos y entornos.



# CASO PRÁCTICO 1

## Eslovaquia: integración del trabajo en equipo y el aprendizaje digital.

### DESCRIPCIÓN GENERAL

Este estudio de caso se llevó a cabo en Trstená, Eslovaquia, con la participación de 15 personas, entre trabajadores juveniles y jóvenes. La actividad se realizó en una sala de formación equipada con ordenadores, combinando actividades de trabajo en equipo con la exploración digital del conjunto de herramientas.

### BENEFICIOS

- Aprendizaje experiencial combinado con herramientas digitales;
- Mejor comprensión de la aplicación del conjunto de herramientas;
- Fortalecimiento del trabajo en equipo y la cooperación.

### OBJETIVOS

- para desarrollar el trabajo en equipo y la responsabilidad;
- conectar actividades con herramientas digitales;
- para fortalecer las habilidades de facilitación.

### ACTIVIDADES IMPLEMENTADAS

El proyecto "Team Rescue" se combinó con la exploración de la plataforma Toolkit.

Los participantes primero participaron en un desafío grupal y luego analizaron cómo se estructura y aplica la actividad en el trabajo con jóvenes.

### RESULTADOS E IMPACTO

- Mejora del trabajo en equipo y la comunicación;
- Mayor confianza en el uso del conjunto de herramientas;
- Mayor conexión entre teoría y práctica.

### LECCIONES APRENDIDAS

- Las herramientas digitales mejoran la comprensión;
- La reflexión conecta la experiencia con el aprendizaje;
- Las actividades estructuradas mejoran la participación.

### CONCLUSIÓN

Este estudio de caso demuestra cómo la combinación de enfoques prácticos y digitales fortalece la práctica del trabajo con jóvenes.



# CASO PRÁCTICO 2

**Grecia: Fomentando la confianza a través de la reflexión y la creación de espacios seguros.**

## DESCRIPCIÓN GENERAL

Este estudio de caso se llevó a cabo durante una actividad local organizada por InnoSpark en Karditsa, Grecia, con la participación de 15 personas, entre trabajadores juveniles y jóvenes. La diversidad de participantes creó un entorno de aprendizaje dinámico donde pudieron experimentar y reflexionar sobre métodos de trabajo juvenil en la práctica.

## BENEFICIOS

- El objetivo de la actividad era explorar cómo el Método Scout puede contribuir al bienestar mental, la creación de confianza y la seguridad emocional en entornos de trabajo con jóvenes.

## OBJETIVOS

- crear un entorno de aprendizaje seguro y que brinde apoyo;
- fortalecer la capacidad de los trabajadores juveniles para facilitar actividades de fomento de la confianza;
- para fomentar la expresión emocional y la reflexión;
- para promover la cohesión del grupo.

## ACTIVIDADES IMPLEMENTADAS

La actividad principal que se llevó a cabo fue el “Círculo de Confianza”, complementado con la reflexión individual mediante la herramienta “Mi Diario”.

Los participantes compartieron de forma anónima experiencias personales relacionadas con la confianza, seguidas de una reflexión individual y una discusión grupal opcional.

## RESULTADOS E IMPACTO

- Mayor confianza y apertura entre los participantes;
- Los monitores juveniles adquirieron habilidades prácticas de facilitación;
- Mayor cohesión grupal y seguridad emocional;
- Los participantes manifestaron sentirse más conectados y apoyados.

## LECCIONES APRENDIDAS

- Un espacio seguro es esencial para las actividades emocionales;
- El anonimato aumenta la participación;
- La reflexión mejora tanto el aprendizaje personal como el profesional.

## CONCLUSIÓN

Este estudio de caso demuestra cómo los métodos reflexivos pueden contribuir tanto al bienestar de los participantes como al desarrollo de las capacidades de los trabajadores juveniles, lo que los hace altamente transferibles a la práctica del trabajo con jóvenes.



# CASO PRÁCTICO 3

## España – Fortalecimiento de la inclusión y la comunicación

### DESCRIPCIÓN GENERAL

Este estudio de caso se llevó a cabo durante una actividad local en Lucena, España, con la participación de 16 personas, entre trabajadores juveniles y jóvenes. La actividad creó un entorno interactivo donde los participantes pudieron experimentar y reflexionar sobre métodos inclusivos de trabajo con jóvenes.

### BENEFICIOS

- Promovió la inclusión y la participación activa;
- Mayor comunicación e interacción social;
- Apoyó a los trabajadores juveniles en la aplicación de métodos interactivos.

### OBJETIVOS

- para fortalecer la comunicación y la cohesión del grupo;
- para promover la inclusión y la apertura;
- Desarrollar las habilidades de facilitación de los trabajadores juveniles.

### ACTIVIDADES IMPLEMENTADAS

Las actividades implementadas fueron “Mezclar y Moverse” y “Apoyo Silencioso”.

Los participantes interactuaron a través de conversaciones estructuradas e intercambiaron mensajes positivos, creando un entorno seguro y de apoyo.

### RESULTADOS E IMPACTO

- Mayor apertura y participación;
- Mayor cohesión grupal;
- Los participantes se sintieron más incluidos y seguros de sí mismos;
- Los monitores juveniles adquirieron experiencia práctica en facilitación.

### LECCIONES APRENDIDAS

- La interacción estructurada reduce las barreras sociales;
- La comunicación no verbal favorece la inclusión;
- La retroalimentación positiva fortalece la dinámica de grupo.

### CONCLUSIÓN

Este estudio de caso muestra cómo los métodos interactivos pueden apoyar eficazmente la inclusión y la comunicación en el trabajo con jóvenes.



# CASO PRÁCTICO 4

## Eslovaquia LTTA – Generando confianza en un grupo internacional

### DESCRIPCIÓN GENERAL

Este estudio de caso se llevó a cabo durante el LTTA en Eslovaquia con 12 participantes de diferentes países, entre ellos trabajadores juveniles y jóvenes.

### BENEFICIOS

- Fortalecimiento del entendimiento intercultural;
- Generó confianza dentro del grupo;
- Mejora de las habilidades de facilitación.

### OBJETIVOS

- para generar confianza en un grupo multicultural;
- para apoyar la comunicación intercultural;
- para promover la cohesión del grupo.

### ACTIVIDADES IMPLEMENTADAS

Las actividades implementadas fueron “Etiqueta de confianza” y “Círculo de confianza”.

La actividad “Trust Tag” facilitó la interacción entre los participantes y la construcción de una confianza inicial mediante el trabajo en equipo y la comunicación. A continuación, se llevó a cabo el “Círculo de Confianza”, donde los participantes compartieron experiencias de forma anónima, creando un espacio seguro para la reflexión.

### RESULTADOS E IMPACTO

- Desarrollo rápido de la confianza;
- Mayor apertura y empatía;
- Fuerte cohesión grupal.

### LECCIONES APRENDIDAS

- La combinación de métodos activos y reflexivos resulta eficaz;
- Un espacio seguro es esencial;
- La comunicación no verbal es importante.

### CONCLUSIÓN

Este estudio de caso muestra cómo la combinación de actividades activas y reflexivas contribuye a generar confianza en grupos internacionales.

Los participantes mejoraron su comunicación y desarrollaron un sentido de conexión, mientras que los trabajadores juveniles adquirieron conocimientos prácticos sobre la facilitación.



# CASO PRÁCTICO 5

## Eslovaquia LTTA – Explorando la lealtad y los valores

### DESCRIPCIÓN GENERAL

Este estudio de caso se llevó a cabo durante el programa LTTA en Eslovaquia con participantes internacionales, entre ellos trabajadores juveniles y jóvenes. La actividad se centró en explorar los valores personales y fortalecer la identidad grupal a través de la reflexión y la colaboración.

### BENEFICIOS

- Fomentó la autoconciencia y la reflexión;
- Fortalecimiento de la identidad y el sentido de pertenencia al grupo;
- Brindé apoyo a los trabajadores juveniles para facilitar actividades basadas en valores.

### OBJETIVOS

- explorar valores personales y compartidos;
- para fortalecer la cohesión del grupo;
- desarrollar habilidades de reflexión y comunicación.

### ACTIVIDADES IMPLEMENTADAS

Las actividades implementadas fueron “Cronología de la Lealtad” y “Estandarte de Pertenencia”. Los participantes primero reflexionaron sobre experiencias personales relacionadas con la lealtad y luego trabajaron en grupos para crear representaciones visuales de valores compartidos, fomentando tanto la reflexión individual como la conexión grupal.

### RESULTADOS E IMPACTO

- Mayor autoconciencia entre los participantes;
- Mayor sentimiento de pertenencia al grupo;
- Mejora de la comunicación y la colaboración;
- Los monitores juveniles adquirieron experiencia práctica en facilitación.

### LECCIONES APRENDIDAS

- Las actividades de reflexión necesitan orientación y ejemplos;
- Los métodos creativos fomentan la participación;
- Las tareas compartidas fortalecen la identidad grupal.

### CONCLUSIÓN

Este estudio de caso muestra cómo las actividades reflexivas y creativas fomentan la exploración de valores y la identidad grupal. Los participantes aumentaron su autoconciencia y conexión, mientras que los trabajadores juveniles adquirieron herramientas prácticas para facilitar el aprendizaje basado en valores.



# CASO PRÁCTICO 6

## Eslovaquia LTTA – Fomento de la conducta de ayuda

### DESCRIPCIÓN GENERAL

Este estudio de caso se implementó durante una sesión de LTTA centrada en promover la conducta de ayuda y la responsabilidad social entre los participantes.

### BENEFICIOS

- Se fomentó la participación activa y la iniciativa;
- Mayor concienciación sobre las conductas de ayuda;
- Brindé apoyo a los trabajadores juveniles en la aplicación de métodos de aprendizaje basados en la acción.

### OBJETIVOS

- para promover comportamientos de ayuda;
- aumentar la responsabilidad social;
- Conectar las acciones con la reflexión y el aprendizaje.



### ACTIVIDADES IMPLEMENTADAS

Las actividades implementadas fueron el “Reto de la Amabilidad Espontánea” y el “Mapa de Ayuda”. Los participantes identificaron maneras de apoyar a los demás y realizaron pequeñas acciones, seguidas de una reflexión sobre sus experiencias e impacto.

### RESULTADOS E IMPACTO

- Los participantes tomaron mayor conciencia de su papel en el apoyo a los demás;
- Mayor empatía y compromiso;
- Mejora de la interacción grupal;
- Los trabajadores juveniles desarrollaron herramientas prácticas para la facilitación.

### LECCIONES APRENDIDAS

- Las pequeñas acciones pueden tener un gran impacto;
- La reflexión estructurada mejora el aprendizaje;
- La orientación ayuda a los participantes a identificar acciones realistas.

### CONCLUSIÓN

Este estudio de caso muestra cómo las actividades prácticas fomentan la ayuda y la responsabilidad social. Los participantes tomaron mayor conciencia de su papel en el apoyo a los demás, mientras que los trabajadores juveniles exploraron métodos prácticos para promover la participación.

# CASO PRÁCTICO 7

## Eslovaquia LTTA – Inclusión y Diversidad

### DESCRIPCIÓN GENERAL

Este estudio de caso se llevó a cabo durante una sesión multicultural de LTTA en Eslovaquia, en la que participaron trabajadores juveniles y jóvenes de diferentes países. La actividad se centró en promover la inclusión y la conexión dentro de un grupo diverso.

### BENEFICIOS

- Fortalecimiento del entendimiento intercultural;
- Promovió la inclusión y la empatía;
- Brindó apoyo a trabajadores juveniles en su labor con grupos diversos.

### OBJETIVOS

- para promover la inclusión y la diversidad;
- para fortalecer el diálogo intercultural;
- para fomentar la comunicación más allá de las barreras lingüísticas.

### ACTIVIDADES IMPLEMENTADAS

La actividad implementada fue “Mosaico de la Amistad”. Los participantes interactuaron con nuevas personas y crearon representaciones visuales de sus conexiones, facilitando la comunicación más allá de las barreras lingüísticas.

### RESULTADOS E IMPACTO

- Mayor apertura y empatía entre los participantes;
- Conexiones más sólidas entre los participantes;
- Mayor cohesión grupal;
- Los trabajadores juveniles adquirieron técnicas de facilitación inclusivas.

### LECCIONES APRENDIDAS

- Los métodos creativos fomentan la inclusión;
- Las herramientas visuales reducen las barreras lingüísticas;
- La interacción fomenta la apertura.

### CONCLUSIÓN

Este estudio de caso demuestra cómo las actividades creativas fomentan la inclusión y la comprensión intercultural. Los participantes desarrollaron empatía y fortalecieron sus vínculos, mientras que los monitores juveniles adquirieron herramientas para trabajar con grupos diversos.



# CASO PRÁCTICO 8

## Eslovaquia LTTA – Apoyo al bienestar mental en la naturaleza

### DESCRIPCIÓN GENERAL

Este estudio de caso se llevó a cabo durante sesiones de LTTA al aire libre en Eslovaquia, con la participación de trabajadores juveniles y jóvenes. La actividad se centró en fomentar el bienestar mental a través del aprendizaje en la naturaleza y prácticas reflexivas.

### BENEFICIOS

- Reducción del estrés y relajación favorecida;
- Mayor atención plena y conciencia emocional;
- Apoyé a trabajadores juveniles en el uso de métodos basados en la naturaleza.

### OBJETIVOS

- para promover el bienestar mental;
- para fortalecer la conexión con la naturaleza;
- para fomentar la reflexión y la atención plena.



### ACTIVIDADES IMPLEMENTADAS

Las actividades implementadas fueron “Diario de la Naturaleza” y “Paseo de Desconexión Mental”. Los participantes practicaron la observación silenciosa, la escritura reflexiva y un paseo guiado por la naturaleza, centrándose en sus pensamientos, emociones y entorno. Estas actividades propiciaron la atención plena, la calma interior y la reflexión personal.

### RESULTADOS E IMPACTO

- Los participantes manifestaron sentirse más tranquilos y presentes;
- Mayor conciencia emocional y atención plena;
- Los monitores juveniles adquirieron experiencia práctica en la facilitación de actividades de reflexión al aire libre.

### LECCIONES APRENDIDAS

- Los participantes manifestaron sentirse más tranquilos y presentes;
- Mayor conciencia emocional y atención plena;
- Los monitores juveniles adquirieron experiencia práctica en la facilitación de actividades de reflexión al aire libre.

### CONCLUSIÓN

Este estudio de caso muestra cómo las actividades en la naturaleza pueden favorecer el bienestar mental, la atención plena y la reflexión emocional. Los participantes experimentaron mayor calma y conciencia, mientras que los trabajadores juveniles adquirieron herramientas prácticas para integrar la naturaleza en su labor con jóvenes.

# CASO PRÁCTICO 9

## Eslovaquia LTTA – Fomentando la confianza y el coraje

### DESCRIPCIÓN GENERAL

Este estudio de caso se implementó durante la sesión final del programa LTTA, con la participación de trabajadores juveniles y jóvenes. La actividad se centró en fortalecer la confianza, la resiliencia y el desarrollo personal a través de la reflexión guiada.

### BENEFICIOS

- Mayor confianza y motivación;
- Fomentó el crecimiento personal y la autoconciencia;
- Se proporcionaron a los trabajadores juveniles herramientas para actividades de desarrollo personal.

### OBJETIVOS

- para fomentar la confianza y la resiliencia;
- para apoyar el desarrollo personal;
- para fomentar la reflexión y el establecimiento de metas.

### ACTIVIDADES IMPLEMENTADAS

Las actividades implementadas fueron la “Escalera del Miedo” y las “Tarjetas de Valentía”. Los participantes reflexionaron sobre sus miedos personales e identificaron pequeños pasos para superarlos, con el apoyo de la reflexión y el debate en grupo.

### RESULTADOS E IMPACTO

- Los participantes identificaron objetivos personales;
- Mayor motivación y autoconfianza;
- Mayor conciencia emocional;
- Los monitores juveniles adquirieron experiencia en facilitación.

### LECCIONES APRENDIDAS

- Los pequeños pasos son esenciales para el progreso;
- La reflexión favorece el crecimiento personal;
- Los facilitadores deben orientar el establecimiento de objetivos realistas.

### CONCLUSIÓN

Este estudio de caso demuestra cómo las actividades reflexivas fomentan la confianza y el desarrollo personal. Los participantes aumentaron su motivación y autoconciencia, mientras que los monitores juveniles adquirieron herramientas para apoyar el crecimiento personal.





Cofinanciado por  
la Unión Europea



**MindfulScouts**  
Strong minds, Strong spirits

# Scouts conscientes

## Kit de herramientas para scouts conscientes

### **Autores**

**Lucia Parcová Šálková**, Escultismo Eslovaco, 10.º Cuerpo Trstená, Eslovaquia

**Filip Masný**, Escultismo Eslovaco, 10.º Cuerpo Trstená, Eslovaquia

**Cristina Morar**, InnoSpark, Grecia

**Aliki Kostellou**, Innospark, Grecia

**Javier Morales**, Amigos de Europa, Andalusia, Spain

### **Disposición**

**Cristina Morar**

### **Erasmus+**

Programa de la UE para la educación, la formación, la juventud y el deporte.

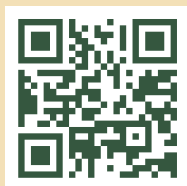
### **Título del proyecto:**

Fomentar la salud mental de los jóvenes mediante el método scout.

### **Número de proyecto:**

2024-2-SK02-KA210-YOU-000258486

### **Contáctanos:**



<https://mindfulscouts.eu/>



mindfulscouts



mindfulscouts