

# ÚNETE A LA PATRULLA POSITIVIDAD



**UNA NIÑA GUÍA GIRL SCOUT  
RESPUESTA AL COVID-19**

**#POSITIVITYPATROL**

**#FORHERDIGITALWORLD**



# ¿QUÉ ES LA PATRULLA POSITIVIDAD?



En un tiempo cuando mantenerse positiva puede ser extremadamente duro, Guías y Guías Scouts alrededor del mundo pueden formar una patrulla para combatir esto.

Este paquete de actividades contiene diez desafíos, que fueron diseñados para dar a cualquier niña la oportunidad de sentirse empoderada, aprender y desarrollarse.

Completar todos los diez desafíos te permitirá practicar liderazgo y colaboración con otros alrededor del mundo y a distancia.

Las Guías y Guías Scouts de todo el mundo pueden continuar manteniendo la ley Guía siendo una #PatrullaPositividad, desde el cuidado personal hasta un acto de bondad, hay algo que cada una puede hacer.

Comparte los resultados de tus desafíos en tus medios sociales con la etiqueta #PositivityPatrol, y la etiqueta específica de cada desafío.



¡Disfruta!



**#POSITIVITYPATROL**

# DESAFÍO 1: #TreatYourselfKindly

La positividad empieza contigo! ¿Cómo puedes ser amable contigo misma cuando estás en un contexto que es menos que amistoso?

¡Está bien sentir las cosas! Incluso si te sientes incómoda, enfadada, asustada o menos asustada que otros.

## EL DESAFÍO

- 1. Expresa tus emociones.** Comienza expresando tus emociones como quieras - esto puede ser a través de un dibujo, una nube de palabras, un poema o incluso una danza interpretativa.
- 2. Encuentra a la persona a quien acudir.** Tómate un tiempo para averiguar quién es tu persona a la que acudir, la persona en la que confías y con la que estás dispuesta a hablar de tus sentimientos.
- 3. Treat yourself.** Cuando hayas decidido a quién acudir, habla con ella sobre cómo te sientes y piensa en algo que puedas hacer para ser un poco más feliz.

*Comparte tu creación en línea y una cosa feliz con las Guías y Guías Scouts de todo el mundo usando #PositivityPatrol #TreatYourselfKindly.*

# DESAFÍO 2: #ValuesIntoAction

En tiempos de dificultad, es aún más importante para las Guías y Guías Scouts de todo el mundo tomar decisiones basadas en sus valores. Piensa en tu promesa, ¿cómo puedes tomar acción que siga la Ley Guía durante estos tiempos?

## EL DESAFÍO

- 1. Haz un video de ti misma** diciendo tu promesa Guía o haciendo algo positivo para ti, los demás o tu comunidad durante este tiempo.
- 2. Inspira a otros.** En tu video explica cuál será tu acción, para que puedas inspirar a otras! Comienza tu video con la indicación de tu nombre y país, y "Prometo...".
- 3. Viste tu uniforme** y saluda para que tus hermanas guías y scouts de todo el mundo puedan reconocerte al instante!

*Una vez que hayas compartido tu video en los medios sociales con #PositivityPatrol y #ValuesIntoAction, comienza tu acción y haznos saber cómo va.*

# DESAFÍO 3: #UnderstandOthers

Entender y tener en cuenta las perspectivas y experiencias de otras personas durante este tiempo es crucial - ¡todos necesitamos un poco de empatía y compasión!

## EL DESAFÍO

**1. Escoge a alguien a quien contactar.** Piensa en alguien de quien no hayas oído hablar últimamente. Puede ser alguien de tu familia que es un trabajador esencial, una amiga que no parece estar muy bien, o una persona aislada (por ejemplo, algunos países tienen iniciativas en las que puedes comunicarte con personas mayores en residencias de ancianos para que no se sientan tan aisladas).

**2. Comunícate con ellos** usando cualquier medio que quieras (teléfono/videollamada, correo electrónico, carta, etc.) para preguntarles cómo están realmente. Escuche realmente su experiencia ahora mismo y encuentre algo que pueda hacer para ayudarles a sentirse más felices.

**3. Compréndalos mejor.** Comparte cómo esto te ha ayudado a entenderlos mejor con #PositivityPatrol y #UnderstandOthers. Antes de publicar cualquier cosa, por favor comprueba que están felices de que compartas lo que estás publicando.

# DESAFÍO 4: #TheBestYou

A veces, todas tenemos que ser flexibles y adaptarnos a un nuevo contexto.

## EL DESAFÍO

Piensa en lo que has tenido que cambiar en tu vida, qué cinco acciones puedes tomar, para que puedas continuar:

- **Aprende**
- **Ponte en el lugar de los demás**
- **Comprende el panorama general**
- **Trabaja o conecta con otros**
- **Completa actos de bondad**

*Comparte tus consejos de las cosas que puedes hacer para ser #TheBestYou incluso cuando las cosas son difíciles, y no te olvides de usar #PositivityPatrol, para que podamos ver todas tus acciones.*



# DESAFÍO 5: #LeaderLikeYou

Las niñas y las mujeres se ven afectadas desproporcionadamente por esta crisis ([ver nuestra declaración de posición aquí](#)). Más que nunca, necesitamos empoderar a todas y cada una de las niñas para practicar el liderazgo, para que las niñas y mujeres puedan salir al otro lado sintiéndose líderes con autoridad.

## EL DESAFÍO

**1. Inspirando a las líderes.** Piensa en la gente que te rodea cuyo liderazgo te inspira en este momento. ¿Por qué te inspiran? ¿Crees que también pueden inspirar a otros?

*Por favor, recuerda pedir consentimiento si quieres publicar una foto de tu líder inspiradora (si su foto no es una imagen pública).*

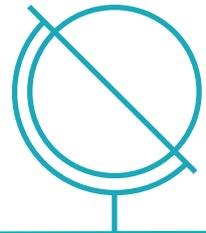
**2. Alza la voz.** Publica un reconocimiento en tus medios sociales con #PositivityPatrol y #LeaderLikeYou, para que tu liderazgo pueda inspirar a las chicas de todo el mundo.

# DESAFÍO 6: #PictureThis

El mundo parece bastante sombrío en este momento, ¡pero no es todo el panorama! Algunas cosas buenas están sucediendo en todas partes del mundo, todos los días.

## EL DESAFÍO

**1. Comparte buenas noticias.** Ayuda a tus hermanas de todo el mundo a explorar la complejidad del mundo, a aprender desde diferentes perspectivas y a entender el cuadro completo compartiendo tu historia favorita de buenas noticias de tu área local esta semana, usando #PositivityPatrol y #PictureThis.



# DESAFÍO 7: #ImpactFromHome

Parte de ser un buen líder es encontrar ideas y soluciones imaginativas, para explorar cómo las cosas podrían funcionar mejor.

## EL DESAFÍO

**1. Echa una mano.** Para este desafío, intenta diferentes cosas para ayudar a los demás ahora mismo (¡siguiendo las reglas de distanciamiento social, por supuesto!) - deja que tu imaginación fluya, ¡nada es demasiado raro o ridículo!

Cuando encuentres algo creativo que funcione, compártelo de la forma que quieras con #PositivityPatrol y #ImpactFromHome.

*Manténgase atento a los medios sociales de la AMGS para descubrir el increíble impacto que las Guías y Guías Scouts están haciendo en sus comunidades desde sus hogares.*

# DESAFÍO 8: #WonderfulWomen

Para muchas de nosotras, el tiempo es un poco lento en este momento - lo que significa que es un gran momento para hacer algunas investigaciones y compartir nuestros aprendizajes con otros.

## EL DESAFÍO

- 1. Investiga** a las mujeres que han hecho cosas notables para cambiar su mundo.
- 2. Elija una** y comparte su perfil con #PositivityPatrol y #WonderfulWomen.

*¡Desafiate a ti misma y elige a alguien que no conocías antes de esta semana!*

# DESAFÍO 9: #InThePicture

En una situación de crisis, es fácil sentir que sólo hay una narración, una perspectiva.

El Movimiento del Guidismo y Escultismo Femenino es un Movimiento en el que todas hacemos lo mejor para crear espacios donde todas puedan participar plenamente.

## EL DESAFÍO

- 1. ¿Quién falta?** Crea una representación visual, es decir, un dibujo o un collage para mostrar quién falta en la conversación ahora mismo y así poder estar #InThePicture.

# DESAFÍO 10: #LearningFromMyself

Ahora es el desafío 10 del Desafío de la Patrulla Positividad, lo que significa que ahora es un buen momento para reflexionar sobre sus sentimientos y experiencias.

## EL DESAFÍO

- 1. Escribe una carta** a tu yo ligeramente más joven (antes de que esto fuera tu realidad). Dígase a sí misma lo que habría necesitado saber antes de que todo esto empezara, y lo que ha aprendido sobre sí misma hasta ahora.
- 2. Comparte tu carta.** Puedes compartir parte de la carta o del sobre si no te sientes cómodo compartiendo el contenido, y publicarlo con #LearningFromMyself y #PositivityPatrol.

**#POSITIVITYPATROL**  
**#FORHERDIGITALWORLD**



**WORLD ASSOCIATION  
OF GIRL GUIDES  
AND GIRL SCOUTS**