

2009 GIRLS' WILDERNESS PROGRAM

CURSO DE 6 DÍAS PARA NIÑAS LATINAS

Julio 24-29, 2009

Edades 13 a 16, o entrando al 8° o 11° en la escuela

¡Comunidad Latina unida!

Aprende nuevas habilidades afuera, conoce nuevas amigas y explora tu espíritu Latino durante este curso de seis días. Le damos la bienvenida a su hija en cualquier de nuestros cursos, pero si su hija se siente más cómoda con otras niñas Latinas, tenemos un curso especial para ella. Se pasará los días escalando rocas, haciendo proyectos de arte, caminando con mochila por dos noches, y el grupo tendrá la oportunidad de subir hasta la cima de una montaña. Este curso es dirigido por una maestra Latina. Las maestras están como mentores y líderes; compartirán sus experiencias e ideas culturales. Habrá un proyecto en la comunidad después del final del curso.

¿De qué se trata?

El curso será divertido, llevará desafíos, y será diferente de todo que has hecho en el pasado. Aprenderás las habilidades del acampar que te ayudarán a tener aventuras para toda la vida. Estirarás tus habilidades, harás cosas nuevas, y aprenderás cosas de ti misma y de las otras participantes que podrás llevar contigo para siempre. Reirás con mucha emoción. Tendrás la oportunidad de conocer un grupo de niñas de una manera “auténtica” que produce amistades profundas. Y mejor todavía, muchos de nuestros estudiantes graduados dicen que al regresar a la casa o a la escuela, tienen más confianza de ser “si mismas”-de explorar cosas nuevas, de expresar sus pensamientos, y de hacer amistades fuertes.

¿Quiénes van a estar en mi curso?

Este curso fue diseñado específicamente para niñas Latinas, pero hay todo tipo de niña que asiste a cursos de “Girls Wilderness”. Algunas niñas que vienen son cómodas en la naturaleza y tienen alguna experiencia de acampar, pero la mayoría vienen para hacer algo de aventura y para conocer a gente nueva. Todas traen sus experiencias y perspectivas únicas al curso. Terminarás este curso con un grupo nuevo de amigas.

¿Qué voy a hacer en el curso para niñas Latinas?

El curso de seis días se llevará lugar completamente afuera, y es una buena oportunidad para disfrutar la naturaleza, conocer nuevas amigas y explorar la historia Latina. Los primeros tres días se pasará en Blue Moon Ranch, un hermoso pedazo de tierra cerca de Red Feather Lakes en el norte de Colorado. En esta primera parte del programa las participantes concentrarán en aprender las habilidades necesarias para una expedición de tres días de caminata con mochila en el Colorado State Forest, (el Bosque Estatal de Colorado), en el Route-Medicine Bow al oeste de Cameron Pass.

En Blue Moon Ranch, los participantes formarán sus habilidades básicas de campamento; dormirán en carpas, prepararán comida en estufas de campo y aprenderán mantenerse templadas y cómodas afuera. Un día se pasará escalando rocas, repelando rocas y aprendiendo los nudos, técnicas y señas usados para escalar. También se pasará tiempo en actividades divertidas, las cuales refuerzan la cooperación de esfuerzo, la comunicación y las habilidades para hacer decisiones, las cuales serán necesarias durante la expedición. Proyectos de arte y otras actividades darán luz a fortalezas que cada muchacha traerá al grupo.

Durante la segunda parte del curso, las participantes caminarán con mochila por aproximadamente 2 a 3 millas (3 a 5 km.) a un área virgen en el Colorado State Forest (el Bosque Estatal de Colorado). ¿Cómo vas a llevar todo lo que necesitarás por tres días? Caminarás con una mochila que pesa aproximadamente 30-35 lbs. (13-16 kg.). Women's Wilderness tiene una buena selección de mochilas que se puede ajustar, y el personal puede ayudarte en acomodar una sea cómoda. Este curso es una introducción de caminata con mochila para la mayoría de los participantes, así que

(Siga al otro lado)

caminaremos de una moda que funciona para todas; descansaremos frecuentemente. Después de organizar un campamento, el grupo tendrá la oportunidad de subir una cumbre usando mapas topográficos y haciendo decisiones sobre cómo hallar rutas. Durante la ceremonia final de la última noche, celebraremos los logros y las fortalezas que cada muchacha habrá traído a la expedición.

¿A Dónde vamos?

Blue Moon Ranch

Blue Moon Ranch es un pedazo de tierra privada que incluye 150 acres cerca de Red Feather Lakes, Colorado, aproximadamente 50 millas (80 km) al noreste de Fort Collins. Es un lugar ideal para explorar; la tierra está llena de flores naturales, valle y bosque. Hay un lugar cubierto para cocinar, estufas de campo, y una taza abona “Sunny Jane” provee un ambiente cómodo para el campamento

Colorado State Forest State Park

Con miles de acres de bosque, picos altos y lagos alpinos, el Colorado State Forest ofrece una experiencia auténtica en la naturaleza. El Bosque del estado está situado al este de Medicine Bow Mountains y al norte de los Never Summer Mountains, aproximadamente 70 millas al oeste de Fort Collins, Colorado. Las elevaciones del bosque comienzan a 8,500 pies (2.5 km.) y llegan a 12,644 pies (3.9 km.) de altura. Los Lagos turquesas de Montaña es el hogar de la trucha nativa, y los visitantes podrán tener la oportunidad de ver los alce y los venado en el enorme bosque. Es una hora en carro de Blue Moon Ranch a Colorado State Forest.

¿Y Si nunca he caminado en las montañas con mochila?

Los cursos de Girls’ Wilderness llevan desafíos, pero todas tienen la capacidad de participar en un curso. Ejercicio normal en los meses antes del curso te ayudarán, pero la actitud positiva y el deseo de dar la lucha son tan importantes como el ejercicio.

¿Qué voy a comer?

El estar afuera todo el día te va a dar hambre, y nosotras proveemos comida y meriendas que tienen buen sabor y que te darán la energía que necesitarás para caminar con mochila por 6 días y escalar piedras. Las comidas son sencillas, sanas y la mayoría son vegetarianas. ¡Nos aseguramos de llevar dulces para todas! Podemos acomodar algunas dietas especiales. Por favor, avísanos si tienes necesidades especiales de alimentación.

¿Qué debería llevar?

Recibirás una lista “Qué debo llevar” con tu paquete de inscripción. Women’s Wilderness provee todas las cosas necesarias para acampar y escalar (carpas, estufas de campo, sacos de dormir, colchones para dormir y mochilas). Tenemos ropa para las condiciones de afuera y botas de caminar para prestar. Planea llevar todo lo que tengas de la lista “Qué Debo Llevar” a la reunión antes del viaje (la noche antes de salirnos) y nosotros te ayudamos con lo demás.

Las Esperanzas del Curso

Esperamos que vendrás a tu curso con un deseo de aprender, una mentalidad abierta, preparada para conocer nuevas amigas y para divertirse muchísimo! Tú puedes esperar que nosotras escuchemos tus necesidades e intereses y los del grupo. Así podremos adaptar un itinerario y contexto para el curso. Tus derechos y decisiones siempre serán respetados, y nadie tendrá que hacer nada que no quiere hacer.

Las Reuniones Antes del Viaje

Para las Niñas: 4:00 a 6:00 de la tarde el día antes de que el curso empiece

Para los Padres: 5:30 a 6:00 de la tarde el mismo día de la reunión para las niñas.

En estas reuniones las participantes comenzarán a conocerse la una a la otra, a asegurarse de tener todo lo que necesitan, y a prestar ropa y botas de caminar si las necesitan. Los padres tendrán la oportunidad de conocer el personal y de hacer todas las preguntas que tendrán acerca del curso.

El Itinerario

Cada curso es diferente, y el itinerario es flexible para así acomodar las necesidades específicas de cada grupo. Aunque a veces el clima influye nuestro horario, un horario típico de un curso para Latinas sigue a continuación:

Día Uno	Salir de Boulder a las 8:00 de la mañana. Manejar a Blue Moon Ranch, que queda más o menos dos horas de Boulder. Empezar a formar las habilidades básicas de encampamento- la manera de colocar las carpas, la manera de preparar comida en estufas, y como mantenerse templada y cómoda afuera. Pasar la tarde explorando Blue Moon Ranch y haciendo actividades con el grupo para conocerse una a otra.
Día Dos	En la mañana comenzarán a aprender las habilidades necesarias para una expedición haciendo trabajo de cuerdas (un curso de cuerda baja). En la tarde aprenderán y practicarán amarrar (una manera de agarrar la cuerda para coger caídas de un escalador) en el terreno, para que estén listas a escalar rocas en la mañana.
Día Tres	Un día para escalar rocas y repeler. Caminarán al punto de una Montaña pequeña que asoma encima de Blue Moon Ranch, y escalarán el rostro de la roca al punto más alto. Hay algunas rutas fáciles y a otras más difíciles, para que todas pueden tener éxito y desafíos. Por la tarde y la noche celebrarán las subidas con proyectos de arte y una cena especial.
Día Cuatro	Empacar las mochilas y ¡que se vayan! El personal te enseñará a empacar la mochila, y después de una hora en el carro por Cameron Pass al Colorado State Forest, el grupo irá completamente afuera con suficiente comida y aparejo llevada como para durar los tres días. Aprenderán a usar mapas topográficos, a cocinar con estufas de campo, y a escoger un lugar de campamento en el monte. Caminarán 2 millas (3 km.) a un lugar de campamento cerca de un pico.
Día Cinco	Tendrán la experiencia inolvidable de levantarse temprano para intentar de subir a la cima de una montaña. En la cima, no necesitarán cuerdas; podrán ir caminando, y posiblemente subirán rocas en algunas partes. Deberán llegar al campamento temprano por la tarde, como que habrán empezado temprano. Tendrán tiempo para explorar los lagos muy cerca, escribir en los diarios, o simplemente disfrutar del día con las amigas.
Día Seis	En la mañana prepararán el campamento para irse. Caminarán al comienzo de la pista y harán una ceremonia para celebrar los logros del curso. Dura 3 horas en el carro para llegar a Boulder.

El Proyecto de la Comunidad

Como parte del final del curso, formarás parte de un equipo fuerte y competente, con la habilidad de hacer un cambio positivo en tu comunidad. Fijaremos un programa de un día de servicio en la comunidad en el que tu grupo quiere participar. Se llevará a cabo aproximadamente una semana después del fin del curso. Ese día es considerado parte del curso, así que tendrás la oportunidad de reunirte con tus amigas del curso, de compartir fotos y de usar tu energía colectiva para ayudar a otros. Podrán llevar un grupo de niñas a caminar, hacer proyectos de paisaje para parques de Montaña, trabajar en una hacienda de caballos rescatados o muchos otros proyectos.

La Muestra Dispositiva y Fiesta con Pizza

Haremos una demostración de fotos, y una fiesta con pizza. Será planeado en el Agosto para todas las participantes, sus familias y sus amigas

El Costo del Programa

El costo del programa de curso para niñas latinas es \$690. Becas completas y parciales son disponibles para participantes de familias de bajo y mediano ingreso. Se determina las becas para las participantes de familias de ingreso bajo y mediano caso por caso. Por favor, pide una forma para ayuda financiera, si le gustaría aplicar.