



— Guía de —
Campamento

de las Mujeres Jóvenes



GUÍA PARA LÍDERES ADULTOS Y JÓVENES DE CAMPAMENTO



ÍNDICE DE TEMAS

1 Introducción al campamento de las Mujeres Jóvenes

5 Principios de liderazgo en el campamento

- Prepararse espiritualmente
 - Participar en consejos
 - Ministrar a los demás
 - Enseñar el evangelio de Jesucristo
-

13 Planificar el campamento

- Elegir el lugar y la fecha del campamento
 - Determinar las metas del campamento
 - Elegir las actividades
 - Informar e incluir a los padres
 - Plan de seguridad y de preparación para emergencias
-

25 Evaluar el campamento

30 Ideas para las actividades de campamento





Introducción al campamento de las Mujeres Jóvenes

“Sí, venid a Cristo, y perfeccionaos en él” ([Moroni 10:32](#)).

Mormón usó las expresiones “una fuente de agua pura” y “un paraje poblado de árboles pequeños” ([Mosíah 18:5](#)) para describir el lugar donde Alma se escondió después de huir del rey Noé.

Esos árboles y esa agua se volvieron “hermosos [...] a los ojos” de las personas que se unieron a Alma en ese lugar. ¿Por qué? Debido a que, allí, Alma y su pueblo “llegaron al conocimiento de su Redentor” ([Mosíah 18:30](#)).

El lugar donde lleven a cabo el campamento de las Mujeres Jóvenes —ya sea en un bosque, en un parque, en una playa o en un centro de reuniones— puede llegar a ser hermoso a los ojos de quienes se reúnan allí. Al igual que Alma y su pueblo, las jóvenes necesitan un lugar donde se puedan reunir, alejadas de las influencias del mundo, sentir el Espíritu del Señor, crecer en unidad y amor, y fortalecer su fe y su testimonio del Padre Celestial y Jesucristo.

La Iglesia promueve los campamentos para las jóvenes. Bajo la dirección de los líderes del sacerdocio y teniendo en cuenta las necesidades de las familias, las presidencias de las Mujeres Jóvenes de barrio y estaca determinan la frecuencia y la duración del programa del campamento. En general, se lleva a cabo un

campamento de barrio o estaca que dura varios días, una vez al año. Se pueden organizar otros campamentos diurnos o que incluyan pasar la noche a discreción de los líderes del sacerdocio, con el fin de satisfacer las necesidades y los intereses locales. En toda la planificación deben aplicarse los principios contenidos en este libro.

El campamento es para todas las jóvenes que reúnan los requisitos para participar en el programa de las Mujeres Jóvenes. También se puede incluir a jóvenes no miembros que estén dispuestas a cumplir con las normas de la Iglesia. Las líderes deben determinar quiénes son las jóvenes que tendrán la edad suficiente en la fecha en que se lleve a cabo el campamento e invitarlas a participar en él. Los padres y los líderes pueden deliberar en consejo respecto a cualquier excepción en las pautas relativas a la edad, teniendo en cuenta la madurez y su relación con las otras jóvenes (véase *Manual General: Servir en La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días*, [11.2.1.3](#), Lalglesia.deJesucristo.org).

Requisitos de edad: Con la autorización de los padres, las jóvenes pueden asistir a campamentos de las Mujeres Jóvenes en los que se pernocte a partir de enero del año en que cumplan doce años.

Las presidencias de las Mujeres Jóvenes, las líderes de campamento y las líderes jóvenes de campamento deben seguir los principios presentados en esta guía al planificar y organizar el campamento. Estos principios ayudarán a los líderes adultos y jóvenes de campamento a planificar una experiencia para cada joven de cada unidad de la Iglesia, independientemente del lugar y las circunstancias. Un campamento que se planifique y se organice de conformidad con estos principios inspirados ayudará a las jóvenes a crecer en el evangelio de Jesucristo, a cultivar amistades y a aumentar su autosuficiencia y sus aptitudes al aire libre.

Alma y su pueblo no se quedaron en las aguas de Mormón, pero sí retuvieron las experiencias que tuvieron en aquel lugar. Del mismo modo, después de que las jóvenes vuelvan a casa, retendrán las experiencias que hayan tenido en el campamento, que las fortalecerán porque han llegado a tener un mayor conocimiento de su Redentor.

FILIPINAS



INDONESIA



ESTADOS UNIDOS

A close-up photograph of a woman with long, dark hair, her eyes closed in a state of prayer or meditation. She is wearing a dark blue cardigan over a black and white striped shirt. Her hands are clasped together, holding a small, dark-colored book or prayer card. The background is a warm, wooden wall with intricate carvings. The lighting is soft and focused on her face.

Tu preparación espiritual guiará
tus esfuerzos al planificar el
campamento y prepararte para él.



Principios de liderazgo en el campamento

“Sé humilde; y el Señor tu Dios te llevará de la mano y dará respuesta a tus oraciones” ([Doctrina y Convenios 112:10](#)).

Las jóvenes y los adultos pueden llegar a ser líderes de campamento eficaces conforme sigan los principios de liderazgo que se encuentran en *Manual General: Servir en La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días*: prepararse espiritualmente, participar en consejos, ministrar a los demás y enseñar el evangelio de Jesucristo (véanse *Manual General*, [4.2](#), y las lecciones de liderazgo para las presidencias de clase que se encuentran en [Ayudas para presidencias](#)).

Prepararse espiritualmente

En calidad de líder, puedes recibir inspiración a medida que ores, estudies las Escrituras y ayunes teniendo en mente a las jóvenes. Considera asistir al templo, cuando sea posible. Tu preparación espiritual guiará tus esfuerzos al planificar el campamento y prepararte para él.

Participar en consejos

Las presidencias de las Mujeres Jóvenes, las líderes adultas de campamento y las líderes jóvenes de campamento se reúnen para deliberar en consejo respecto al campamento. Deliberar en consejo de esta manera invitará a la inspiración del Espíritu Santo y ayudará a descubrir formas eficaces de satisfacer las necesidades de las jóvenes y sus familias a lo largo del campamento. Todas las personas que participen en estos consejos deben sentir que se aprecian sus comentarios e ideas (véanse D. y C. 88:122 y *Manual General*, 4.2.5).

Líderes del sacerdocio

Los líderes del sacerdocio de barrio y de estaca son los principales responsables de las jóvenes y deben aprobar todos los planes del campamento. Las presidencias de las Mujeres Jóvenes deben completar el Plan de eventos y actividades y deben deliberar en consejo con los líderes del sacerdocio y recibir guía de estos en cuanto al propósito, las metas, el lugar, los detalles de las actividades y la programación del campamento. Los líderes del sacerdocio también deben aprobar las pautas de presupuesto y los planes relativos a la seguridad y la protección en el campamento, lo cual incluye que se seleccione a los acompañantes apropiados y se determinen las normas del campamento en cuanto al comportamiento y vestimenta.

Los líderes del sacerdocio pueden llamar a hermanas del barrio y la estaca para que ayuden a planificar y administrar el campamento (si el campamento incluye a jóvenes de un solo barrio, se debe llamar a líderes adultas de ese barrio y no de la estaca). También se deben hacer planes para que un número suficiente de líderes del sacerdocio participe en el campamento y lo visite. Durante el campamento, deben estar presentes dos o más hermanos del Sacerdocio de Melquisedec



en todo momento para brindar apoyo y protección (véase *Manual General*, 20.6.12). En el caso de las actividades que incluyan pasar la noche, esos líderes del sacerdocio deben quedarse en instalaciones que estén separadas de las jóvenes y de las líderes adultas. Los líderes del sacerdocio deben evitar situaciones en las que estén a solas con una líder o con una joven, a menos que se encuentren en un lugar claramente visible para los demás.

Líderes de campamento de las Mujeres Jóvenes

Las hermanas del barrio o la estaca deben ser llamadas por sus líderes del sacerdocio para ser líderes de campamento de las Mujeres Jóvenes. Esas líderes de campamento trabajan con las líderes jóvenes de campamento para organizar y llevar a cabo el campamento bajo la dirección de la presidencia de las Mujeres Jóvenes.

Líderes jóvenes de campamento

El campamento brinda a las jóvenes la oportunidad de desarrollar y poner en prácticas aptitudes de liderazgo a medida que planifican el campamento y lideran en él. Se puede llamar a jóvenes de dieciséis y diecisiete años para que sean líderes jóvenes de campamento. Esas jóvenes deben ser las principales responsables de planificar, dirigir y evaluar el campamento. Deliberan en consejo con la presidencia de las Mujeres Jóvenes, las líderes de campamento de barrio y estaca y los líderes del sacerdocio. Si un barrio o una estaca no tiene jóvenes de esa edad, las jóvenes de otras edades pueden desempeñar esas funciones. Las presidencias de clase también podrían asumir responsabilidades de liderazgo durante el campamento. Para obtener recursos que ayuden a las jóvenes a prepararse para esas funciones de liderazgo, véanse *Manual General*, sección 4.2, y las lecciones de liderazgo para las presidencias de clase que se encuentran en [Ayudas para presidencias](#).

Las responsabilidades habituales de las líderes jóvenes de campamento incluyen dirigir las reuniones de planificación, elegir y planificar las actividades, dirigir y llevar a cabo las actividades específicas, y evaluar el campamento.

Ministrar a los demás

“Y enseñaron y se ministraron el uno al otro” (3 Nefi 26:19).

Cuando ministramos, servimos y enseñamos a los demás. Al ministrar, todos los líderes tienen la oportunidad de fortalecer sus relaciones con las jóvenes y desarrollar confianza entre estas durante el campamento. Para ministrar se requiere amor, amistad sincera y el deseo de fortalecer a los demás. El campamento brinda un entorno donde las jóvenes pueden llegar a ser semejantes al Salvador conforme aprenden a ministrarse unas a otras. Como líder, puedes ser un ejemplo de cómo ministrar a medida que elevas a otras personas, desarrollas confianza por medio de palabras y acciones, optes por ser paciente, actúes de manera pacificadora, evites quejarte, compartas tu testimonio y tiendas la mano para incluir a todos.

ARGENTINA



MONGOLIA



REPÚBLICA DOMINICANA

Si eres líder joven de campamento, tienes una oportunidad aún mayor de ministrar a las jóvenes durante el campamento, dado que estás más estrechamente involucrada en sus experiencias. Como líder joven de campamento, puedes ministrar a las jóvenes durante el campamento de las siguientes maneras:

- Reúnete con cada joven de forma individual. Trata de conocerla y de ayudarla a comprender lo que puede esperar del campamento.
- Ora por cada joven, por su nombre, antes del campamento y cada día mientras se lleva a cabo. Cérciorate de que se incluya a cada una de las jóvenes y que ellas se sientan amadas.
- Realiza pequeños actos de bondad y servicio.
- Enseña a las jóvenes en cuanto a la ministración. Invítalas a ministrarse unas a otras. Al final de cada día, comparte las experiencias que hayan tenido unas con otras.

Enseñar el evangelio de Jesucristo

Todas las líderes de campamento son maestras por medio del ejemplo y del testimonio. En el campamento debe abundar el aprendizaje, tanto espiritual como temporal. A medida que planifiques lo que enseñarás en el campamento, ora y reflexiona en cuanto a cada joven. Brinda a cada joven la oportunidad de sentir el Espíritu. Ayúdala a aplicar la doctrina del Evangelio en sus experiencias diarias. Enséñale destrezas que la prepararán para el futuro y para proteger a su familia en caso de emergencia. Sean cuales sean los principios que se decida enseñar, se debe tener en mente que todo lo que se haga en el campamento debe ayudar a cada joven a lograr los resultados siguientes (véase también *Manual General*, [11.1.1](#)):



COREA DEL SUR



ESTADOS UNIDOS

- Fortalecer su fe en el Padre Celestial y en Jesucristo y su testimonio de Ellos.
- Comprender su identidad como hija de Dios.
- Ser digna al obedecer los mandamientos y vivir las normas del Evangelio.
- Recibir y reconocer las impresiones del Espíritu Santo, y confiar en ellas.
- Prepararse para sus funciones divinas como líder, esposa y madre.
- Comprender y guardar los convenios que ha hecho.
- Cultivar amistades y divertirse.

A young woman with dark hair, wearing a green and black patterned hoodie, stands in the center of the frame. She is smiling warmly and holding a small book or notebook in her hands. She appears to be addressing a group of people, as the heads and shoulders of several others are visible in the foreground, looking towards her. The background is dark and out of focus, suggesting an outdoor setting at night or dusk. The overall mood is positive and engaging.

El campamento debe llevarse a cabo en un lugar tranquilo donde las jovencitas puedan sentir el Espíritu, compartir testimonios, aprender habilidades y divertirse.



Planificar el campamento

**“Organizaos; preparad todo lo que fuere necesario”
(D. y C. 109:8).**

El campamento debe ser sencillo y permitir que las jovencitas aprecien las creaciones de Dios y se “queden tranquilas” (D. y C. 101:16). El campamento no debe ser elaborado ni incluir escenografía, eventos o decoraciones que distraigan del propósito del campamento. También se deben evitar las experiencias en las que las jóvenes puedan confundir sentimientos fuertes como la tristeza o la sorpresa con sentir el Espíritu. Las actividades apropiadas, la diversión sana y las interacciones genuinas invitan al Espíritu Santo.

Los líderes adultos y jóvenes tienen la responsabilidad de considerar y anticipar con cuidado cada detalle del campamento, así como las necesidades y la seguridad de cada participante. A medida que planifiquen, tengan a bien estudiar y tener en mente las pautas que se encuentran en safety.lds.org, en la carta anual sobre la seguridad de la Primera Presidencia y en las secciones siguientes del *Manual 2*:

- [10.8.6](#) Campamento de las Mujeres Jóvenes
- [10.8.9](#) Fondos para actividades y eventos
- [13.2.4](#) Normas
- [13.6.8](#) Actividades para recaudar fondos

- [13.6.9 Seguros](#)
- [13.6.12 Actividades que incluyan pasar la noche](#)
- [13.6.13 Permiso de los padres](#)
- [13.6.17 Alquiler de instalaciones que no sean propiedad de la Iglesia para las actividades](#)
- [13.6.20 Precauciones de seguridad, qué hacer y cómo informar en caso de accidentes](#)
- [13.6.24 Viajes](#)

Incluyan a todas las jovencitas en las responsabilidades y asignaciones del campamento (véase *Manual 2, 3.3.4*). Conforme las jóvenes tengan oportunidades de dar servicio, cocinar, limpiar, organizar y liderar, aprenderán aptitudes de organización y administración que seguirán bendiciendo a sus familias y a la Iglesia. Se deben aplicar principios de preparación espiritual y de liderazgo y ministerio semejantes a los de Cristo en todas las etapas de planificación.

Elegir el lugar y la fecha del campamento

El lugar del campamento de las Mujeres Jóvenes variará según la región y las necesidades. Habitualmente, los campamentos se realizan en entornos al aire libre en un lugar seguro alejado de casa. Independientemente del lugar, el campamento debe llevarse a cabo en un lugar tranquilo donde las jovencitas puedan sentir el Espíritu, compartir testimonios, aprender habilidades y divertirse. En regiones donde los campamentos que incluyan pasar la noche sean dificultosos o se prohíban, la planificación de un campamento diurno puede ser una buena alternativa. Los campamentos diurnos se pueden realizar en un lugar cercano al hogar de las jovencitas, tales como un parque, un área para picnic o el patio de una casa.

Los campamentos pueden incluir solamente a las jóvenes del barrio o a todas las jovencitas de la estada. Se pueden planificar en cualquier época del año, pero debe considerarse el clima, la estación y el tipo de campamento que ustedes y las jovencitas deseen disfrutar. En circunstancias ideales, el campamento de las Mujeres Jóvenes tiene lugar una vez al año, pero podría suceder con menos frecuencia a fin de satisfacer las necesidades locales. El campamento habitual no dura más de cinco días, no se debe llevar a cabo en el día de reposo y por lo general no se realiza en lunes. Asegúrense de que el campamento siga todos los reglamentos respecto a campamentos que incluyan pasar la noche para jóvenes.

Determinar las metas del campamento

Conforme deliberen en consejo con otras personas y elijan metas para el campamento, háganse esta pregunta con espíritu de oración: ¿Qué desea el Padre Celestial que suceda en la vida de las jovencitas como resultado de este campamento? La respuesta a esta pregunta debe llegar a ser la meta del campamento. Esa meta guiará todas las demás decisiones que se tomen en cuanto al campamento.

Elegir el tema del campamento

El tema del campamento les ayudará a concentrarse en las metas del campamento. El tema debe ser de naturaleza espiritual, recordar a las jovencitas un principio del Evangelio e inspirarles a vivir los valores de las Mujeres Jóvenes. Los líderes del sacerdocio deben aprobar el tema antes de hacer planes para utilizarlo en el campamento.



PUERTO RICO

El tema puede inspirarse en:

- El lema anual de la Mutual.
- Un pasaje de las Escrituras.
- Una declaración hecha por un profeta o apóstol.
- Un himno.
- El folleto *Para la Fortaleza de la Juventud*.

Elegir las actividades

“Un mandamiento os doy, que al estar reunidos os instruyáis y os edificuéis unos a otros, para que sepáis cómo conducirlos” (D. y C. 43:8).

Deliberen en consejo con la presidencia de las Mujeres Jóvenes y con los líderes adultos y jóvenes de campamento, a fin de planificar actividades seguras y significativas que cumplirán las metas del campamento. Las mejores actividades de campamento se adaptan a las necesidades y habilidades de las jovencitas, y les permiten sentir y reconocer al Espíritu a medida que cultivan amistades, practican destrezas de liderazgo, aumentan sus talentos, mejoran su salud por medio de la actividad física o aprenden en cuanto a situaciones de emergencia y se preparan para ellas.

Se incluye una lista de algunas ideas de actividades que cumplen esos criterios en la sección “Ideas para las actividades de campamento” de esta guía. Elijan un equilibrio de actividades espirituales, sociales, físicas e intelectuales. Las siguientes preguntas podrían ser útiles a fin de evaluar las actividades que se hayan planeado:



1. ¿De qué manera cumple esta actividad las metas del campamento?
2. ¿Qué lecciones importantes aprenderán las jóvenes por medio de esta actividad?
3. ¿Qué habilidades ayudará a desarrollar esta actividad en la jovencitas?
4. ¿De qué manera fortalece esta actividad a las jóvenes, a sus hogares y a sus familias?
5. ¿Conlleva esta actividad riesgos de enfermedad o lesión por encima del promedio? ¿Se han hecho suficientes planes para minimizar esos riesgos?

SUIZA



HUNGRÍA



ESTADOS UNIDOS



NUEVA ZELANDA



En las regiones donde las mujeres jóvenes hayan estado participando en campamentos durante muchos años, podría haber ciertas actividades, canciones y costumbres que se hayan repetido cada año, y que se hayan convertido en tradiciones. Analicen meticulosamente esas tradiciones a fin de cerciorarse de que sean apropiadas y que cumplan el propósito y las necesidades del campamento.

A continuación se encuentra un ejemplo de un día habitual en un campamento de Mujeres Jóvenes. Algunas de las actividades que se mencionan podrían no ser posibles en la región. Sigamos al Espíritu a medida que elaboren un horario del campamento que se adapte a las jovencitas y al entorno.

Horario de ejemplo de un día habitual en el campamento

- 7:00–7:30 Viajar al campamento o despertar en el lugar.
- 7:30–9:00 Preparar y servir el desayuno. Limpiar después de comer.
- 9:00–9:15 Llevar a cabo un devocional matutino, el cual incluya un himno, un versículo de las Escrituras y una oración.
- 9:15–9:30 Anunciar las actividades y señalar las asignaciones y las medidas de seguridad.
- 9:30–12:00 Participar en actividades: aprender sobre purificación del agua, primeros auxilios y refugios de emergencia.
- 12:00–1:30 Preparar y servir el almuerzo. Limpiar después de comer.
- 1:30–2:30 Tener tiempo en silencio para estudiar las Escrituras, meditar y escribir en el diario con respecto a un tema específico.
- 2:30–5:00 Participar en actividades: juegos en grupo, carreras de natación y paseos por la naturaleza.
- 5:00–6:30 Preparar y servir la cena. Limpiar después de comer y limpiar el campamento.
- 6:30–7:30 Presentar un programa de talentos.
- 7:30–9:00 Llevar a cabo un devocional nocturno y una reunión de testimonios.
- 9:00–9:30 Dar tiempo para la oración y el estudio personal.
- 9:30–10:00 Prepararse para dormir. Los líderes adultos y jóvenes de campamento se reúnen para evaluar los eventos del día y prepararse para el siguiente día.





Informar e incluir a los padres

Lo que cada jovencita aprenda en el campamento debe fortalecerla a ella y bendecir a su familia. A medida que se preparen para el campamento, podrían invitar a los padres para que compartan las necesidades y los anhelos espirituales que tengan con su hija, y también para que aporten ideas en cuanto a las actividades y aptitudes que beneficiarían a su familia. Algunos padres podrían tener conocimientos y destrezas que pudieran aportar. Informen a los padres en cuanto a las fechas, el lugar, el costo, el tema y las actividades que se hayan planeado para el campamento. Expliquen a los padres de las mujeres jóvenes las normas de vestimenta y de comportamiento que se requieren (véase 1 Timoteo 4:12).

Antes del campamento, pidan a cada padre que llene y entregue un formulario Permiso de los padres o del tutor y autorización para dar atención médica por cada jovencita. El formulario se encuentra en safety.lds.org. Deben brindar información detallada sobre el campamento y las actividades a fin de que los padres den permiso informado para la participación de su hija (véase Manual 2, 13.6.13).

Plan de seguridad y de preparación para emergencias

“Y cuando recibimos una bendición de Dios, es porque se obedece aquella ley sobre la cual se basa” (D. y C. 130:21).

Una de las responsabilidades más importantes en el campamento consiste en proteger a las jóvenes en el aspecto espiritual, moral, emocional y físico mientras estén lejos de su familia. Todas las conductas y las interacciones deben cumplir las normas de la Iglesia (véase *Para la Fortaleza de la Juventud* y la carta anual sobre la seguridad de la Primera Presidencia) y ejemplificar un comportamiento semejante al de Cristo. Además, los líderes pueden establecer normas y pautas específicas para el campamento a fin de facilitar la seguridad y crear el entorno necesario para lograr las metas del campamento. Las jóvenes deben comprender que la participación en una actividad no es un derecho sino un privilegio que puede retirarse si se comportan de manera inadecuada, o si suponen un riesgo para

USA



ellas mismas o para los demás. Los líderes deben comunicar estas expectativas a los padres y a los participantes, y analizar juntos la manera de abordar las preocupaciones que pudieran surgir.

Se requiere que participe una cantidad suficiente de adultos en el campamento. Asegúrense de que haya presentes al menos dos supervisores adultos en cada actividad. En las actividades de gran magnitud se requiere una mayor cantidad de líderes adultos. Deben estar presentes dos o más hermanos del Sacerdocio de Melquisedec en todo momento durante el campamento para brindar apoyo y protección (véase *Manual 2*, [13.6.12](#)). Todos los líderes, tanto hombres como mujeres, deben evitar situaciones en las que estén a solas con una joven, a menos que sea en un lugar claramente visible para los líderes adultos que estén cerca.



ESTADOS UNIDOS



PUERTO RICO

Informen de inmediato a los líderes del sacerdocio en cuanto a cualquier accidente o lesión grave que requiera más que los primeros auxilios básicos. Se insta a todos los participantes del campamento, en particular a los líderes adultos, a que estén alertas ante cualquier señal de abuso o negligencia. Toda persona que se entere de abuso físico, sexual o emocional debe informar al respecto a las autoridades legales apropiadas y comunicarse con el obispo de inmediato.

Las mujeres jóvenes y los líderes deben prepararse para las exigencias físicas del campamento. Minimicen el peligro mediante la obediencia a todos los reglamentos locales y las leyes de la región. Asegúrense de que el transporte y la comunicación estén disponibles en todo momento. De ser posible, inviten a una enfermera, a un médico o a otra persona con experiencia significativa en primeros auxilios para que participe en el campamento. Lleven artículos de primeros auxilios. Mantengan a la mano una lista de las direcciones y los números de teléfono de los centros médicos cercanos y de los contactos de emergencia, tales como la policía, los bomberos o los servicios de ambulancia.

Antes del campamento, conversen con los padres de las mujeres jóvenes para conocer las necesidades particulares de cada una de ellas, incluyendo sus necesidades alimenticias, médicas y emocionales. Supervisen de forma activa el comportamiento de las jóvenes e intervengan cuando sea necesario. Los rituales de iniciación, las jugarretas y otros tipos de conversaciones y comportamientos crueles, inmorales o irrespetuosos son inaceptables. Comprendan y acepten la responsabilidad de hacer planes para la seguridad y el bienestar de las jovencitas que estén bajo su cuidado. Determinen, comuniquen y preparen maneras de reducir los riesgos que se prevean en el campamento. Repasen las secciones del *Manual 2* mencionadas en las páginas 13–14 de esta guía, la carta anual sobre la seguridad de la Primera Presidencia y safety.lds.org para obtener más información.



Inviten a las jóvenes a reflexionar sobre sus experiencias en el campamento. Anímenlas a que compartan lo que aprendieron con su familia y sus amigos.



Evaluar el campamento

“[P]ara que todo hombre me rinda cuentas de la mayordomía que le sea designada” (D. y C. 104:12).

Al reunirse para evaluar el campamento, recibirán la guía del Espíritu a fin de mejorar las experiencias y aprender de ellas. Tanto las líderes adultas como jóvenes de campamento deben reunirse cada día y al concluir el campamento con el fin de evaluar las actividades realizadas. Las evaluaciones diarias deben ser breves y deben ayudar a mejorar la calidad de la experiencia.

Conforme evalúen su experiencia en el campamento, consideren las siguientes preguntas:

- ¿Se realizaron las actividades tal como se planificaron?
¿Sí o no, y por qué?
- ¿Qué podría haberse hecho mejor hoy?
- ¿Qué ha salido bien?
- ¿Qué principios se enseñaron y qué lecciones aprendieron las jóvenes?
- ¿Hay algún problema que tengamos que resolver?
- ¿Sintieron el Espíritu las jóvenes hoy? Si la respuesta es no, ¿qué podemos hacer de forma diferente mañana?

Durante la reunión de evaluación posterior al campamento, hagan estas y otras preguntas para determinar lo que se hizo bien y lo que se puede mejorar el próximo año:

- ¿Logramos nuestras metas? ¿Sí o no, y por qué?
- ¿Cuán bien nos preparamos espiritualmente?
- ¿Cuán bien deliberamos en consejo?
- ¿Qué aprendieron las jóvenes en cuanto a ministrarse unas a otras?
- ¿De qué manera cumplieron con sus responsabilidades las líderes jóvenes de campamento?
- ¿De qué forma se fortalecieron las familias de las jóvenes?
- ¿Dónde y cuándo sintieron el Espíritu las jóvenes durante el campamento?
- ¿Qué podemos hacer para ayudar a las jóvenes a continuar reconociendo y siguiendo el Espíritu?
- ¿Qué sucedió en la vida de nuestras jóvenes a consecuencia del campamento?
- ¿Qué ideas tenemos para nuestro próximo campamento de las Mujeres Jóvenes?

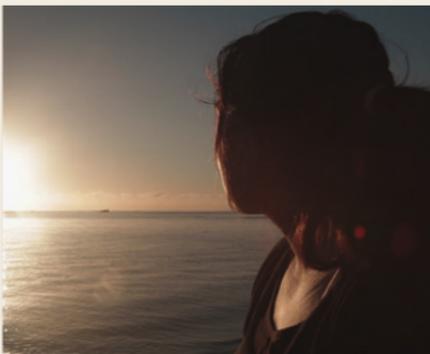
Las experiencias que tengan en el campamento seguirán mejorando conforme lleven registros detallados. Esos registros deben incluir un resumen de las actividades, un informe sobre el presupuesto, información sobre el transporte y el alojamiento, los menús, el número de participantes, fotografías y, si es posible, testimonios. Los registros son un recurso valioso para quienes planifiquen el campamento en los años siguientes.

Inviten a las jóvenes a reflexionar sobre sus experiencias en el campamento. Anímenlas a que compartan lo que aprendieron con su familia y sus amigos. Durante las actividades de la Mutual, podrían continuar ampliando las aptitudes que las jóvenes hayan aprendido en el campamento. También podrían analizar las doctrinas que se enseñaron en el campamento durante las clases dominicales. Si las actividades tuvieron éxito, consideren compartirlas con otras personas.

KENIA



SAMOA



CANADA



GALES





“... [T]odas las cosas indican que hay un Dios, sí, aun la tierra y todo cuanto hay sobre ella, sí, y su movimiento, sí, y también todos los planetas que se mueven en su orden regular testifican que hay un Creador Supremo” (Alma 30:44).

Ideas para las actividades de campamento

A continuación se encuentra una lista de ideas de posibles actividades espirituales, sociales, físicas e intelectuales que pueden considerarse al planificar el campamento. Se pueden consultar otras actividades en el sitio Actividades para los jóvenes (ChurchofJesusChrist.org/youth/activities). Las ideas que se destacan en esta sección tienen tarjetas de actividades en el sitio Actividades para los jóvenes.

Actividades de preparación

Las actividades de campamento pueden comenzar antes de partir hacia el campamento y continuar después de que este termine. Podrían planificar actividades que mejoren la preparación, aumenten el aprendizaje y despierten interés en el campamento.

- Organicen una actividad de preparación para las jóvenes y sus familias. Compartan el lema y los detalles del campamento.
- Organicen una actividad de planificación donde se elabore un calendario de asignaciones. Algunas de esas asignaciones podrían incluir cocinar, limpiar, preparar y retirar la basura.
- Elaboren un menú para el campamento que se ajuste al presupuesto e incluyan recetas nutritivas.
- Aprendan maneras de proteger el medio ambiente, tales como evitar el desperdicio, conservar pura el agua o restaurar zonas naturales que hayan sufrido daños.
- Practiquen cómo usar el equipo para campamento y cómo cocinar al aire libre.

- Comiencen a aprender aptitudes de supervivencia al aire libre.
- Elaboren un plan de aptitud física y participen en caminatas, paseos en bicicleta u otras actividades que sirvan de ayuda para prepararse para el campamento.

Crecimiento espiritual

- Planifiquen un tiempo cada día para estudiar las Escrituras, escribir en el diario, orar y reflexionar de forma individual. Podrían enfocarse en los pasajes de las Escrituras relacionadas con el lema del campamento.
- Planifiquen devocionales diarios en el campamento.
- Den un paseo por la naturaleza o lleven a cabo una búsqueda del tesoro.
- Preparen y den clases o devocionales en los que se compartan principios y normas del Evangelio; véase *Manual General: Servir en La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días*, sección 38.8.22, para consultar las instrucciones relativas a los discursantes invitados.
- Lleven a cabo una reunión de testimonios y ayuden a las jóvenes a comprender la naturaleza de un verdadero testimonio (véanse *Leales a la Fe: Una referencia del Evangelio*, 2004, págs. 193–195; Temas del Evangelio, “Testimonio”, topics.ChurchofJesusChrist.org; y M. Russell Ballard, “Testimonio puro”, *Liahona*, noviembre de 2004, págs. 40–43).
- Memoricen un versículo de las Escrituras, un poema, un himno, “El Cristo Viviente: El Testimonio de los Apóstoles” (*Liahona*, abril de 2000, págs. 2–3) o “La Familia: Una Proclamación para el Mundo” (*Liahona*, noviembre de 2010, pág. 129).

- Prepárense para servir en una misión por medio de actividades como el estudio misional o una dramatización misional.
- Participen en la historia familiar compartiendo historias, preparando recetas tradicionales o elaborando álbumes de recuerdos.
- Prepárense para recibir las ordenanzas del templo mediante actividades como una caminata por fe o juegos sobre normas.
- Organicen una noche de música sagrada.
- Organicen un juego o preparen una presentación o escenificación en la que se enseñe un versículo de las Escrituras o un principio del Evangelio.

Actividad física y salud

Conforme elijan opciones de esta lista o seleccionen otras actividades, recuerden que todas las actividades físicas deben ser apropiadas para la edad y el estado físico y mental de las participantes. Incluyan, de manera apropiada, a especialistas capacitados o a guías certificados en las actividades especializadas, tales como el descenso de ríos en balsa o el alpinismo. Respeten todas las normas de seguridad relativas a las actividades y a los reglamentos de los seguros de las instalaciones que se utilicen.

- Planifiquen actividades deportivas o de salud física en torno a los intereses de las jóvenes que participen en el campamento.
- Practiquen un deporte en grupo, tales como fútbol, voleibol o básquetbol.
- Planifiquen y participen en una excursión que incluya pasar la noche fuera.

- Participen en una caminata, un paseo en bicicleta o un paseo por la naturaleza.
- Hagan un descenso de río en balsa.*
- Participen en actividades acuáticas, tales como natación, esnórquel*, buceo*, canotaje o navegación*, entre otras.
- Participen en alpinismo* y rápel.*
- Inviten a alguien que esté capacitado para que enseñe protección y defensa personales.*
- Elaboren un plan de salud y practiquen y adopten buenos hábitos de ejercicio y alimentación.
- Estudien la Palabra de Sabiduría y aprendan en cuanto a la nutrición. Aprendan sobre comportamientos o actitudes que puedan conducir a desarrollar hábitos poco saludables, incluidos los trastornos de la alimentación.
- Inviten a un experto para que enseñe en cuanto a la salud mental, la salud emocional y las habilidades para enfrentar los problemas.
- Aprendan sobre los peligros de internet y de la pornografía, y cómo protegerse de manera individual y también a su familia.

Preparación y técnicas de supervivencia en caso de emergencia

- Inviten a profesionales capacitados para que enseñen primeros auxilios básicos o en cuanto a respuesta ante emergencias, incluyendo situaciones que supongan un peligro para la vida, el vendaje de heridas y el rescate de víctimas.
- Aprendan a preparar y mantener un botiquín de primeros auxilios.

** Estas actividades conllevan riesgos por encima del promedio y requieren la ayuda de un especialista que cuente con la capacitación o certificación apropiada.*

- Aprendan y practiquen técnicas para encender y mantener una fogata de manera segura.
- Inviten a alguien con capacitación o experiencia para que les enseñe en cuanto a los posibles desastres naturales, la escasez de recursos y la contaminación más habituales en su región.
- Aprendan a orientarse por lugares desconocidos haciendo uso de una brújula, distintos tipos de mapas y la posición del sol, la luna y las estrellas.
- Aprendan en cuanto a las formaciones de nubes.
- Aprendan aptitudes básicas de supervivencia al aire libre.
- Construyan refugios de emergencia.
- Aprendan a encontrar y a purificar agua.
- Inviten a un experto para que les enseñe a identificar animales, insectos y plantas peligrosos. También pueden aprender a identificar plantas y animales que sean comestibles.
- Practiquen maneras de acampar que respeten el medio ambiente. Aprendan a instalar el campamento.
- Aprendan y practiquen distintos tipos de nudos y técnicas de amarre.
- Prueben distintos métodos para cocinar al aire libre, tales como hornos reflectores, ollas de hierro o fogatas.
- Aprendan a conservar alimentos y agua.
- Aprendan técnicas de uso y seguridad con cuchillos.

Habilidades de amistad y liderazgo

- Asignen a cada joven que participe en el campamento una “hermana secreta” a quien prestará servicio durante el campamento. La joven podrá prestarle servicio escribiéndole notas cordiales o asegurándose de que se incluya a su “hermana secreta” en todas las actividades.
- Inviten a un panel de líderes de la Iglesia para que enseñen a infundir confianza y resolver conflictos.
- Planifiquen un programa de talentos en el cual participen todas las jóvenes.
- Participen en un proyecto de servicio humanitario o de protección del medio ambiente.
- Manifiesten su agradecimiento a los líderes adultos de campamento.
- Lleven a cabo una ceremonia sencilla de entrega de premios para reconocer los logros y las aportaciones de todos los que hayan participado en el campamento.
- Organicen programas vespertinos alrededor de una fogata.

Desarrollo de talentos y habilidades

Estas ideas no son actividades tradicionales de campamento al aire libre, pero sí podrían ayudar a satisfacer las necesidades de sus jóvenes.

- Aprendan y desarrollen talentos musicales, tales como cantar o tocar un instrumento.
- Practiquen distintos tipos de manualidades, tales como cestería, pintura, escultura o tejido.
- Practiquen cómo dirigir música.

- Inviten a un experto para que les enseñe carpintería básica, reparaciones domésticas u otras destrezas para el cuidado del hogar. Utilicen esas destrezas para servir a otras personas.
- Aprendan conceptos básicos de administración de presupuestos y recursos.
- Inviten a una mamá con niños pequeños para que les enseñe conceptos básicos del cuidado de niños.
- Aprendan a cultivar y conservar sus propios alimentos. Esto podría incluir cómo plantar y cultivar un huerto.
- Aprendan conceptos básicos de costura confeccionando una sencilla prenda de vestir. También podrían aprender a remendar ropa.
- Aprendan a reconocer e identificar las distintas constelaciones, planetas y otros elementos del cielo nocturno.
- Preparen y representen una breve obra o escenificación en el campamento.
- Practiquen cómo redactar y dar discursos en la reunión sacramental. Compartan su discurso con otras personas.
- Visiten instituciones académicas o de capacitación vocacional locales. Hagan planes para continuar sus estudios. Aprendan en cuanto al Fondo Perpetuo para la Educación de la Iglesia.
- Averigüen cómo pueden reciclar y readaptar artículos.



LA IGLESIA DE
JESUCRISTO
DE LOS SANTOS
DE LOS ÚLTIMOS DÍAS

SPANISH



4 02120 98002 4

12098 002

Publicado por

La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días
Salt Lake City, Utah.

© 2018 por Intellectual Reserve, Inc. Todos los derechos reservados. Impreso en los Estados Unidos
de América. Aprobación del inglés: 1/15

Spanish. 12098 002