

# Senderismo y Familia

Por: Ivette O'sullivan

En los hermosos días de septiembre y octubre, no hay nada como una sólida caminata para reunir a la familia con dosis iguales de diversión, ejercicio y conciencia de la naturaleza. La oportunidad de aprender de primera mano sobre el entorno natural y redescubrirse en condiciones distintas de las frenéticas horas de comer y las crecientes presiones del trabajo y la escuela, es uno de los regalos de la temporada. Si bien una caminata exigente puede acercar a la familia, identificar las necesidades individuales, las metas y las limitaciones de cada uno antes de diseñar un circuito que se adapte a todo el mundo, hará de la caminata familiar algo divertido, alcanzable y exitoso, e incentivará las siguientes excursiones.

El grupo juvenil latino de la Próxima Generación experimentó senderismo por primera vez en la montaña de Beacon. Una experiencia práctica ayudó al grupo a permanecer motivado y llegar a la cima. ¡Estoy tan orgulloso del grupo y de los padres que se unieron a nosotros!!! Una experiencia práctica también es la mejor manera de enseñar a los adolescentes y niños acerca del medio ambiente, y ayudarles a identificar maneras en que pueden ayudar a mantener el mundo natural. Hagan de su caminata familiar una oportunidad para conectarse entre sí de maneras nuevas y emocionantes, respetando el medio ambiente y el uno al otro en el proceso. Sobre todo disfrutar del día juntos.

