



Inspiring all girls to be  
strong, smart, and bold

**Girls Inc. of Greater Santa Barbara**  
**Camp Ignite— Adolescentes**  
**Verano 2017**

Durante el verano, las adolescentes cocinarán, crearán, explorarán y se atreverán a hacer cosas nuevas! Será un verano para recordar - salir, relajarse y estar con amigas mientras exploramos nuevas ideas, toma riesgos saludables y convirtiéndonos en líderes.

**Semana #1      Junio 12-Junio 16 – Inhalar. Exhalar. Repetir.**

¡Respira, estira, agita y relájate! Los años de la adolescencia son un tiempo difícil, con problemas diarios y preocupaciones a menudo causando desorden mental y estrés. Esta semana, las niñas van a explorar cómo mantener su mente sana y fuerte y cómo desarrollar técnicas para mantener la calma y seguir adelante!

**Semana#2      Junio 19-Junio 23 – Desafíame!**

¿Qué podemos aprender de los desafíos del estilo "Minute to Win It"? Nos ayudan a aprender a pensar con rapidez, a trabajar con los demás y a comunicarnos con claridad. ¿Por qué los amamos? ¡Porque son hilarantes! Únase a nosotros para estos y otros desafíos para una semana de diversión y juegos.

**Semana #3      Junio 26-Junio 30 – Caballos de Potencia**

Esta semana vamos andar en Caballo! Las niñas pasaran la mañana en el Centro de Ecuestre llamado Corazón. A través del vínculo especial que hacen con los caballos, las niñas no sólo aprenderán a montar y cuidar estos magníficos animales, también aprenderán habilidades de liderazgo, trabajo en equipo y compasión.

**Semana #4      Julio 3-Julio 7 – Aventuras al aire libre**

Salir de nuestra zona de confort y aprender a tomar riesgos saludables es esencial para crecer fuerte, inteligente y audaz! Las niñas de esta semana se enfrentarán a nuevas aventuras mientras construyen un entorno seguro y de apoyo a su alrededor. ¡Sube, salta, rema y camina hacia nuevas aventuras!

**Semana #5      Julio 10-Julio 14 – “Eureka!” Experimentando la Universidad**

La universidad está más cerca de lo que piensas, aunque puede sentirte lejos cuando no sabes qué esperar o cómo vas a llegar. Venga a experimentar una semana en un campus universitario y aprenda lo que se necesita para aplicar, pagar y sobrevivir a la universidad. Esta semana se llevará a cabo en el campus de SBCC (transporte proporcionado a y desde Girls Inc.)

**Semana #6      Julio 17-Julio21 – Mi futuro Mi carrera**

¿Cuál es tu carrera ideal? ¿En qué tipo de entorno desea trabajar? ¿Cuáles son tus mayores fortalezas y activos? Las niñas aprenden las posibilidades que les esperan en los próximos años, con un foco en las carreras interesantes y el viaje que se llevará a conseguir allí.

**Semana #7      Julio 24-Julio 28 – Defensa comunitaria en acción**

Alimentando su fuego y ella va a cambiar el mundo! Las niñas se levantarán, hablarán y se harán cargo de ser su propio cambio. Ellas experimentarán la emoción de abogar por el cambio en sus comunidades mientras aprenden acerca de los movimientos de adolescentes en todo el mundo.

**Semana #8      Julio 31-Agosto 4 – Haciéndonos Fuerte, Inteligente y Independiente**

Las niñas de esta semana cortarán su camino hacia una vida más nutritiva medida que aprenderán las habilidades y conocimientos necesarios para planificar, presupuestar y hacer comidas saludables y nutritivas para ellas y sus familias.

**Semana #9      Agosto 7-Agosto 11 – Experiencias artísticas**

¡Exprésate con entusiasmo! Las niñas visitarán museos, observarán artistas en sus estudios y crearán obras propias y originales. Es una gran manera de expresarse y de grabar sus recuerdos mientras se despiden del verano y de la comunidad de amigas y empleadas que las inspiraron a ser fuertes, inteligentes y atrevidos.