CERTAMEN MARCANDO EL RUMBO

Segunda Edición – 2012

Por: Ana M. López Cancel

Mi nombre es Ana M. López Cancel y curso el duodécimo grado en la escuela Florencia García de Las Piedras. El servicio comunitario es esencial para el bienestar de la comunidad, ya que nos ayuda a ser empáticos con nuestra comunidad y de esta manera ayudarla, proveyéndoles las herramientas que necesitan para que puedan lograr un bienestar integral. Es por esto que al ingresar a la escuela superior me integré a distintas organizaciones de servicio a la comunidad: *Young Visionary, Jóvenes Brillando para Hacer la Diferencia, Club OAJ y FCCLA.* Los objetivos principales de las organizaciones antes mencionadas son desarrollar disposición, participación e iniciativa hacia la labor comunitaria.

En adición a la participación en las actividades realizadas por estas organizaciones, decidí hacer otras actividades de servicio a la comunidad formando un proyecto de labor comunitaria. Este se titula “Salud y Energía: ¡Actívate!” y fue reconocido por la organización de Líderes de Familias, Carreras y Comunidades de América con una medalla de oro a nivel nacional. Mi proyecto fue dirigido a impactar niños de escuela elemental y jóvenes de escuela superior.

El enfoque de este proyecto es mejorar la calidad de vida por medio de cambios pequeños pero significativos en su alimentación y en su actividad física. Desarrollé actividades dinámicas para que los niños pudieran entender la importancia de un estilo de vida saludable. ”El semáforo nutricional” fue una actividad en la cual los niños aprendieron a clasificar los alimentos en tres grupos fuera de la pirámide alimentaria para saber con qué frecuencia deben consumir distintos tipos de alimentos y sus preparaciones. “¡Actívate!” fue un taller en el que los niños prepararon un plato balanceado de una manera divertida. En el “Apple Day” se le informó a la comunidad escolar sobre los beneficios nutricionales de la manzana. “Comprando Inteligente y Eficiente” fue una orientación para los jóvenes sobre cómo seleccionar correctamente los alimentos del mercado. “Los alimentos: Mi Mayor Beneficio” fue un opúsculo distribuido con información sobre los beneficios ocultos de algunos alimentos. “El Día de los Abuelos” fue dedicado a su reconocimiento para demostrarles la importancia que tienen en nuestras vidas. En este día los abuelos disfrutaron y compartieron con sus nietos en un desayuno balanceado. También realicé una campaña de recolección de alimentos y artículos de primera necesidad para el hogar “La Casa de Todos”. Este hogar es refugio para niños y mujeres que han sido víctimas de maltrato.

Por otra parte, fui partícipe en el proyecto “Transformando la Visión en Acción” de la Alianza para un Puerto Rico sin Drogas. Este proyecto se basaba en promover y motivar a los jóvenes a realizar una propuesta para atacar la problemática social que existe en los jóvenes de Puerto Rico. A través de club *Young Visionary* participé en una campaña de recolección de juguetes navideños para niños en un albergue. Serví como ujier en mi escuela en la actividad “Un Mundo Rosa, Un Mundo sin Cáncer” preparada por los *Jóvenes Brillando para hacer la Diferencia* y la marcha de “El Día del Buen Trato” contó con la asistencia de los miembros de la organización FCCLA. Colaboré en la limpieza del parque La Cueva del Indio en el pueblo de Las Piedras. También participé en el certamen “Los Valores a Través del Arte Histórico” con la obra *Culpable o Inocente*, la cual ganó un tercer lugar.

Por medio de las actividades realizadas, muchas personas han sido impactadas positivamente, incluyendo las escuelas y familias de mi comunidad. He podido alejarme del individualismo y dar lo mejor de mí mediante el servicio comunitario. La motivación y cambios que veo en el estilo de vida de los jóvenes son sumamente gratificantes.