



ACTIVIDAD 1.

NUESTRA RECETA DE LA PAZ. ANEXO 5

Ahora vamos a cocinar nuestra receta de la paz.

1. Proyectamos el siguiente vídeo: <https://unaiquiros.com/una-receta-de-paz-2019/>
2. **Les preguntamos: ¿Qué ingredientes tendría que tener una receta en la que “cocinemos” la paz?** Para ayudarles, les podemos recordar el vídeo que acabamos de ver. Bondad, diálogo, empatía, perdón. Es importante transmitir dulces palabras (por favor, me caes bien, muchas gracias). Calma, paciencia y amistad, respeto, esperanza.
3. **En tercer lugar, les preguntamos: ¿Qué ingredientes no estarían en esa receta?** Les invitamos a buscar los antónimos y a explicar por qué éstos no nos ayudarían a construir la paz. A modo de ejemplo: violencia, egoísmo, rencor, tristeza, dolor.
4. **Si queremos hacerlo más divertido y “personalizado”, les podemos pedir que en grupos base, identifiquen esos valores con ingredientes y que incluso, les pongan cantidades, en la unidad que queramos (gramos, kilogramos, etc.)** Incluso, se puede hacer el paralelismo con ingredientes reales en función de la receta que hayan elegido. Por ejemplo, si quieren hacer un pastel: la harina puede ser el respeto, la levadura la solidaridad, etc. O una pizza. ¡Todos y todas a cocinar!