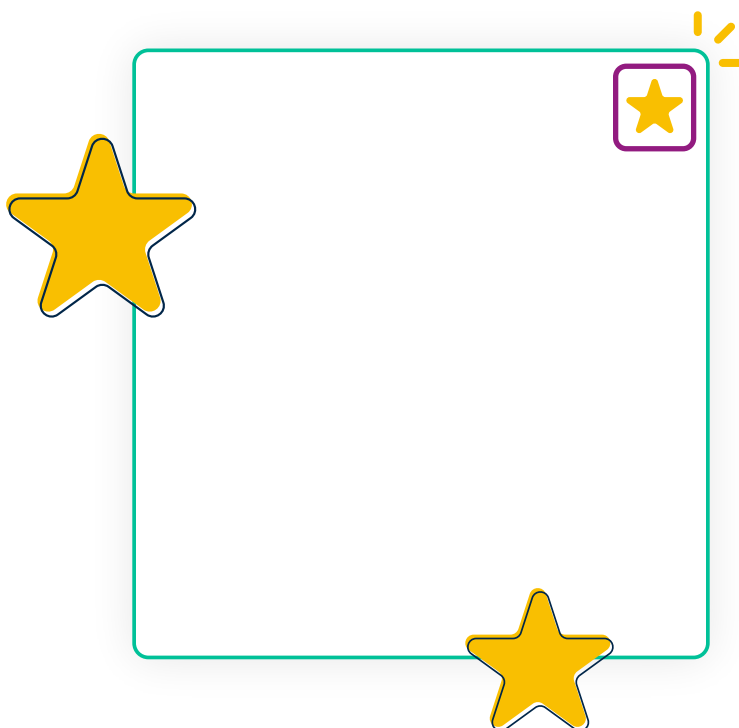


30 días de RETOS creativos

Haz un reto cada día
y descubre una **recompensa**
por cada 5 retos que completes,
haciendo clic en las estrellas.



INICIAR



30 días de RETOS creativos



1

Escuchar TEDtalks de Elizabeth Gilbert.

https://www.ted.com/talks/elizabeth_gilbert_success_failure_and_the_drive_to_keep_creating

2

Piensa en un producto del banco y modifícalo (incrementar, reducir, eliminar, cambiar, aumentar).

3

Arma una lista de música nueva que inspire tu creatividad.

4

Pregúntale a un niño de 8-10 años cómo resolver un problema. Escuchalo y sorpréndete.

5

Solicita un domicilio de tu restaurante favorito. Ordena un plato que jamás hayas probado antes.



6

Realiza un dibujo de tus miedos y pon una frase inspiradora para vencerlos.

7

Arma un espacio de cocina virtual con tu familia o amigos. Escojan la misma receta y compartan el resultado.

8

Toma un libro y ábrelo en una hoja al azar, léelo y permite que él te hable de temas inesperados.

9

Para innovar es muy importante saber ser vulnerable; mira este TEDtalks.

https://www.ted.com/talks/brene_brown_the_power_of_vulnerability?language=es

10

Decora tu espacio de trabajo de una manera diferente.



11

Escribe las cinco carreras que te hubiera gustado estudiar... ¿por qué esas carreras? ¿qué es lo que más te gusta de esos mundos?

12

Mira un documental sobre cómo funciona la naturaleza.

13

Entra a la página de Behance e inspírate con imágenes y grandiosas charlas de diseño.

14

Prueba hacer un jugo de una combinación de frutas que no hayas probado antes.

15

Regálale un día sin pantallas de celular o computador.



16

Haz un cuento en miniatura y cuenta una historia para niños, relatando algo que te haya sucedido en la última semana.

17

Escribe el mayor número de palabras que sólo contengan la vocal A.

18

Lee un periódico o una revista de un país que quieras visitar.

19

Visita un museo virtualmente.

20

Compra un libro para niños en un idioma que no conozcas y que quieras aprender a traducirlo!



21

Dibuja un escarabajo e inventa algunos súper poderes para este personaje.

22

Lléname las manos con pegante líquido, déjalo secar para quitarte los pedacitos que se desprenden de tus manos.

23

Llama a un amigo o amiga con la que hace mucho tiempo no hables, léele una poesía o graba un audio de WhatsApp con poesía y envíasele.

24

Compra plastilina y construye figuras, no importa que nunca lo hayas hecho.

25

Compra una camiseta de un color que no sea tu favorito y úsalo al menos una vez a la semana. La incomodidad también hace parte de la creatividad.



26

Apréndete 10 palabras en alemán, las que quieras. Puede ser que aprendas a escribirlas, decirlas... o que lo intentes al menos.

27

Apréndete de memoria una canción nueva o los pasos de una coreografía de baile.

28

Memoriza al menos 5 números de celular. ¡No dejes de cultivar esta habilidad básica!

29

Escoge una mujer reconocida que consideres creativa, lee algo de su biografía y la manera cómo ha llegado a sus creaciones.

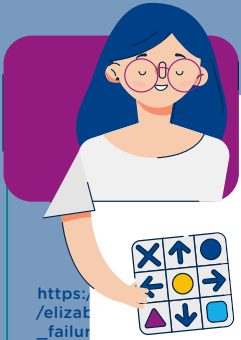
30

Escribe una carta a los astronautas que están en la misión de Space X en el espacio.



Tablero de RETOS

30 días



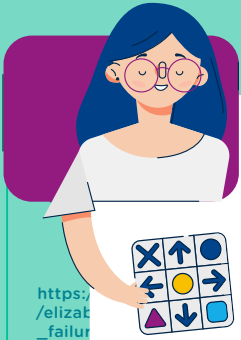
¡Muy bien!
Has completado los primeros **cinco retos**.

Por eso, nos gustaría compartirti algunos datos curiosos detrás de algunas empresas que involucran los sentidos y la creatividad:

- 1 **Mark Zuckerberg, creador de Facebook, es daltónico y el color que mejor reconoce es el azul.**
- 2 **Byung Chull Lee fundó Samsung en 1938 con el objetivo de exportar pescado seco, vegetales y frutas. Sólo hasta 1969, tras su unión con Sanyo Electronics, comenzaron a desarrollar productos electrónicos.**
- 3 **Hacer el diseño de Nike costó 35 dólares en 1971. En la actualidad supera los 20 millones de dólares. Su diseñadora, Carolyn Davidson, se inspiró en las alas de la diosa griega Niké.**

VOLVER AL TABLERO





¡Excelente!
¡Completaste el **décimo reto!**

Aquí te dejamos 2 consejos adicionales para seguir mejorando tu capacidad creativa:

1

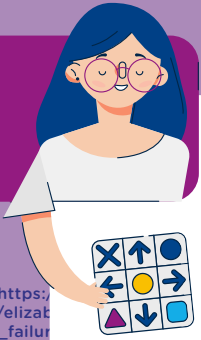
Trata de ordenar tus ideas y las de tu equipo en mapas mentales; usa tableros, notas u objetos para ejemplificar lo que quieres. Mientras más visuales sean las ideas, más claras serán para ti y para todos.

2

Usa la alteridad como método para conocer puntos de vista. Esto se resume en la popular frase “ponerse en los zapatos del otro”; es decir, cómo resolverán los demás ciertas situaciones.

VOLVER AL TABLERO





¡Vas muy bien!
¡Has llegado a la mitad de este calendario de retos!

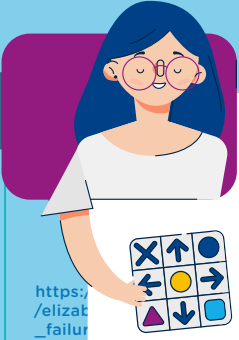
Hoy te queremos compartir un relato de **Ana María Shua**, titulado *La manzana*, ¿conoces todos los referentes que ella menciona?

La flecha disparada por la ballesta precisa de Guillermo Tell parte en dos la manzana que está a punto de caer sobre la cabeza de Newton. Eva toma una mitad y le ofrece la otra a su consorte para regocijo de la serpiente. Es así como nunca llega a formularse la ley de gravedad.



VOLVER AL TABLERO





¡Acabas de alcanzar el reto # 20!

Acá te dejamos un par de consejos:

1

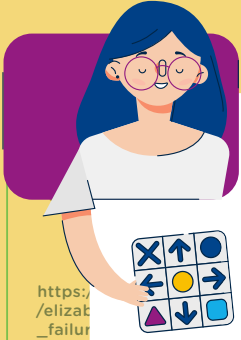
Lleva siempre contigo una libreta para anotar ideas sueltas, dibujar o rayar lo que se te antoje.

2

Hacer listas puede convertirse en una herramienta muy útil, porque te ayuda a darle estructura a tus pensamientos.

VOLVER AL TABLERO





¡Ya casi vas llegando al final!



Este es un micro relato de **Anthony de Mello**, que se llama *Buscar en el lugar equivocado*, ¿cómo crees que se relaciona este relato con el trabajo en equipo y la cocreación?:

Un vecino encontró a Nasruddin cuando éste andaba buscando algo de rodillas. «¿Qué andas buscando, Mullab?».

«Mi llave. La he perdido».

Y arrodillados los dos, se pusieron a buscar la llave perdida. Al cabo de un rato dijo el vecino: «¿Dónde la perdiste?». «En casa».

«¡Santo Dios! Y entonces, ¿por qué la buscas aquí?».

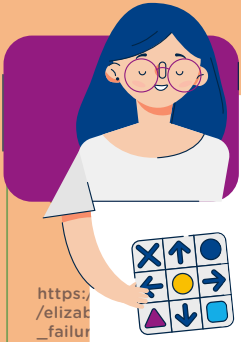
«Porque aquí hay más luz»

VOLVER AL TABLERO



Tablero de RETOS

30 días



¡Terminaste!

No olvides que estos retos son apenas algunas ideas para que sigas desarrollando competencias creativas. Pon a prueba la forma en la que piensas cada día y enfócate en alimentar tu curiosidad de manera habitual.

Comparte lo que aprendiste con las personas de tu entorno y abre la mirada a nuevas ideas. La **creatividad es crear para crecer.**



VOLVER AL TABLERO

