

Jóvenes Migrantes Fuera de la Escuela

Mini-lecciones

Formato de la Lección: El personal MEP lleva a cabo una lección de 5-10 minutos en cada uno de los 4 temas anotados a continuación con un enfoque en la idea clave. El personal MEP toma cada artículo, define lo que es, demuestra como se usa, describe el propósito del artículo, y se involucra en una conversación con el Joven Fuera de la Escuela (OSY) acerca de los artículos y como es su experiencia con estos. Una vez que los 4 temas y todos los elementos han sido completados, el personal de MEP programa una lección de seguimiento para revisar y ofrecer otros recursos.

Procedimiento de la Lección: Completar una vez para cada unidad (total de 4)

Personal de MEP:

- Se presentan
- Reúnen a los padres/OSY 'en un grupo pequeño (la enseñanza uno a uno es aceptable)
- Discuten acerca de la mochila/bolsa de lavandería y el contenido - revisan conocimientos previos

Preguntas de Discusión:

1. ¿Ha utilizado estos artículos en el pasado? ¿Fueron útiles?
2. Describa la importancia de estar saludable en comparación con no estar saludable.
3. ¿Cuáles son las ventajas de usar estos artículos versus no usar estos artículos?

Preguntas de Resumen:

1. ¿Qué cosas nuevas aprendió de esta lección?
2. ¿Qué artículo será más útil para usted? ¿Por qué?
3. ¿Con qué otros recursos podemos ayudarle?

Conclusión: Gracias por participar. La mochila y su contenido son suyos para su uso. Aquí está mi información de contacto en caso de que necesite cualquier cosa adicional. Seguiremos en contacto con usted para ver cómo podemos ayudarle más y para contestar cualquier otra pregunta que usted pueda tener. Muchas Gracias.

Todos los materiales en esta mochila son para su uso. Por favor, úselos. Esperamos que sean útiles para usted. Póngase en contacto con nosotros si tiene alguna pregunta. 863-534-0656.



I. Materiales Educativos

Idea Clave: Mejore sus destrezas de Inglés y use recursos educativos

Se usa una **mochila** para transportar materiales educativos o personales. Las correas van por encima del hombro para ayudar a mantener el peso de la mochila equilibrada. Si se mantiene en buenas condiciones, puede ser usada por muchos años.

Bolígrafos, Lápices y sacapuntas se utilizan para la escritura. Los pueden usar para escribir cartas, notas o cualquier documento.

Los **cuadernos o libretas** se usan para tomar notas o escribir cartas. También se pueden usar para mantener un calendario o un diario.

La **calculadora** se usa para calcular las horas de trabajo, remuneración o pago, u otras preguntas de matemáticas de la vida real.

Un **diccionario** de español/inglés se usa para ayudar a traducir una palabra del español al inglés. Le puede ayudar a estudiar inglés y a aprender palabras y frases comunes en inglés.

Una **revista** está incluida y es en Español. Las revistas contienen información importante, por favor léala, aprenderá algo nuevo.

La **Guía de Recursos** ofrece información de salud, educación, y transporte en el Condado de Polk, Florida. Tiene información de contacto de clínicas, escuelas, programas, clases de inglés y otros centros comunitarios. Por favor, use estos recursos.

El **sujetador de documentos** se usa para poner su identificación y otros documentos importantes y mantenerlos seguros. Esto ayudará a evitar la pérdida de estos documentos y puede mantenerlos con usted en todo momento.

II. Higiene Personal



Idea Clave: Mantenerse sano y tener orgullo de su apariencia personal es importante.

Un **peine o peinilla** se usa para mantener el cabello cepillado y arreglado. Es común cepillar el cabello después de una ducha o antes de salir de la casa para ir de compras o asistir a una reunión/entrevista.

El **champú** se usa para lavar el cabello. Es importante que se lave el pelo con champú para mantenerlo limpio y evitar la caspa y un aspecto aceitoso.

El **jabón** se usa para lavar el cuerpo. Es importante lavar su cuerpo para mantenerlo limpio y evitar erupciones, bacterias y olor corporal. Lavarse las manos es muy importante para ayudar a evitar enfermarse.

El **desodorante** se usa bajo las axilas. Su objetivo es evitar el olor corporal y puede ser aplicado después de tomar una ducha.

El **desinfectante para las manos** se usa en las manos. Se usa para eliminar los gérmenes de sus manos que pueden hacer que se enferme.

Los **equipos de primeros auxilios** se usan para las lesiones menores como cortaduras, dolor en los tobillos, o dolor en las muñecas. Las curitas se usan para cubrir cortaduras y heridas. Los vendajes se usan como envoltura para apoyar los tobillos o las muñecas adoloridas.

Pañuelo desechable o "kleenex" se utiliza para su nariz. El paquete es tamaño bolsillo para que lo pueda llevar consigo.

Las navajas desechables se utilizan para rasurarse o afeitarse la cara (los hombres) y para afeitarse las piernas y las axilas (las mujeres). Es recomendable utilizar una crema para afeitarse y así prevenir salpullidos o erupciones de la piel.

III. Salud Dental

Idea Clave: Mantenga sus dientes y encías sanas



El **cepillo de dientes** y la **pasta de dientes** se usa para cepillar los dientes y mantenerlos limpios. Una persona debe cepillarse los dientes por lo menos una vez al día siempre que sea posible. Después de cepillar sus dientes, use agua para enjuagar la boca y la saliva.

El **hilo dental** se usa para limpiar entremedio de los dientes. El hilo dental limpia áreas de los dientes que el cepillo de dientes no puede alcanzar. Tener los dientes limpios es importante para su apariencia física y para prevenir enfermedades de las encías.



IV. Salud relacionada al trabajo

Idea Clave: Prevenir asuntos de salud relacionados al trabajo de los migrantes

El **bloqueador solar** se usa para evitar quemaduras de sol. Las partes más sensibles del cuerpo a las quemaduras solares son los brazos, manos, cuello, cara y orejas. Para ser efectivo el bloqueador solar debe ser aplicado en las áreas en que se necesita cuando la piel está seca y antes de exponerse al sol.

Una **gorra o sombrero** se usa para evitar quemaduras de sol. Incluso si usted tiene protector solar puesto, una gorra o sombrero puede añadir protección del sol y puede mantener la luz del sol fuera de sus ojos.

Los **guantes de trabajo** se usan para prevenir la formación de ampollas, cortaduras, y para que los pesticidas no hagan contacto con sus manos. Sus manos se mantendrán en una mejor salud cuando se usan guantes de trabajo.

Una **camisa de manga larga** se puede usar para prevenir las quemaduras solares en los hombros y la espalda, para evitar cortaduras y heridas en su cuerpo, para dar calor, y para ayudar a prevenir que los pesticidas hagan contacto con su piel.

El **repelente de insectos** se usa para mantener a los mosquitos y a otros insectos alejados de su cuerpo mientras está trabajando. Se usa típicamente en áreas del cuerpo que no está cubierto por la ropa como sus brazos, manos, cuello, orejas y cara. El repelente de insectos debe mantenerse alejado de los ojos y de la boca.

Un **“poncho” para la lluvia** se utiliza para cubrirse. Lo puede usar sobre su ropa y tiene un sombrero el cual protege su cabeza. Mantenerse seco es importante para prevenir enfermedades.

Lentes de seguridad se utilizan para proteger su vista de pesticidas o de que cualquier escombros o sucio entre en sus ojos. Mantener sus ojos libres de lesiones es importante para que usted pueda cumplir con su trabajo.

Las medias para cubrir sus pies. Las medias ayudan a prevenir ampollas que pueden formarse por los zapatos al igual mantiene los pies calientes y cómodos mientras trabaja.

Jóvenes Migrantes Fuera de la Escuela POLK Mini-lecciones

