

UNIDAD I

La Higiene Personal y del Hogar

ACTIVIDADES:

1. _____ La Cruz Roja y los Desastres.
2. _____ Lo que sabemos y sentimos sobre: *Nuestras condiciones de vida y la salud personal y del hogar.*
3. _____ Reflexionemos y profundicemos sobre: *La higiene personal y del hogar.*
4. _____ Lo que podemos hacer:
El mapa de riesgos.
Mejoremos la higiene personal y del hogar.
5. _____ Valoración del proceso educativo desarrollado.





ACTIVIDAD No 1:

LA CRUZ ROJA Y LOS DESASTRES.

¿CUÁL ES EL PROPOSITO DE ESTA ACTIVIDAD?

El propósito de esta actividad es lograr la integración grupal y la presentación de las personas participantes, generando un ambiente de alegría, confianza y respeto.



Materiales:

Hojas de papel cortadas a la mitad
marcadores
caja o bolsa



LES PROPONEMOS REALIZAR LA SIGUIENTE ACTIVIDAD:

PRIMERA PARTE:

*Presentación de las personas
participantes:*

Los refranes populares:

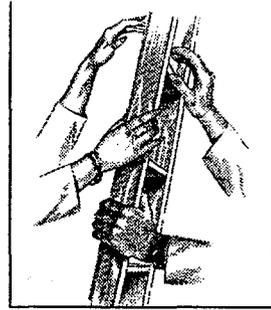
PARA RECORDAR:

Esta actividad está dividida en dos partes, la primera tiene el objetivo de que las personas participantes se conozcan por medio de una actividad presencial y la segunda es de ubicación y conocimientos sobre la Cruz Roja y la Educación Comunitaria para la Prevención de Desastres y el Hogar Saludable. Promover la participación de las personas participantes.

Esta actividad es introductoria con el fin de que las personas conozcan el papel de la Cruz Roja en la prevención de los desastres en las comunidades. Para ello usted realizará una charla con el apoyo de papelógrafos, promoviendo el interés de las personas participantes, realizando preguntas sobre lo que saben y conocen de la Cruz Roja en su comunidad. El intercambio de ideas es fundamental para evitar una charla o exposición aburrida donde usted habla y los demás escuchan.

Recordar que en la educación participativa lo que interesa es la motivación, interés y aprendizaje de las personas y no la memorización o repetición de contenidos.

Lo importante es que la gente conozca y valore el papel que desempeña la Cruz Roja en la prevención de los desastres y la Educación Comunitaria para el Hogar Saludable.

PROCEDIMIENTO:

- a) Previo a la actividad, escribir refranes populares en dos partes de acuerdo al número de participantes al taller, escribiendo cada parte del refrán en media hoja de papel.

Si no sabe cuantas personas asistirán, elaborar el material para un número aproximado. En este caso es importante no revolver hasta tener la seguridad del número de personas asistentes y refranes que necesitará.

Ejemplo:

Como usted sabe los refranes populares están formados por dos partes:

Camarón que se duerme (primera parte) se lo lleva la corriente (segunda parte).

Si el grupo está conformado por veinte personas, necesitará diez refranes. Escribir la primera parte en la mitad de una hoja y la segunda en otra, para obtener las veinte medias hojas que necesita. Si el

grupo es de cuarenta participantes, necesitará veinte refranes.

Algunos refranes pueden ser:

- Más sabe el diablo por viejo,/ que por diablo.
- Las macetas,/ del corredor no pasan.
- Candil de la calle,/ oscuridad de la casa.
- La que madruga,/ come pechuga.
- Más vale pájaro en mano,/ que cien volando.
- Zapatero,/ a tus zapatos.
- En boca cerrada,/ no entra mosco.

Para completar los refranes que necesita, puede solicitar apoyo a sus familiares y amistades.

- b) Colocar las medias hojas de papel con las partes de los refranes en una caja o bolsa plástica y los revuelve. Pedirle a cada persona que tome uno y lo lea.

Solicitarles que se pongan de pie y busquen a la persona que tiene la otra parte del refrán que les salió en el papelito. Cuando la encuentren formarán una pareja.

- c) Pedirle a las parejas que se sienten y que durante cinco minutos conversen sobre:

**nombre,
comunidad donde viven y
actividades a las que se dedican.**

- d) Cuando terminan de conversar las parejas, solicitarle a una voluntaria que se presenten diciendo: **el refrán que formaron, los nombres y apellidos, comunidad y actividades que desarrollan.**

- e) Agradecer al grupo su participación y darles la bienvenida al taller. Usted puede integrarse a la actividad, dejándose una parte de un refrán para formar una pareja con alguna persona participante.

Tiempo aproximado: 15 minutos

SEGUNDA PARTE:

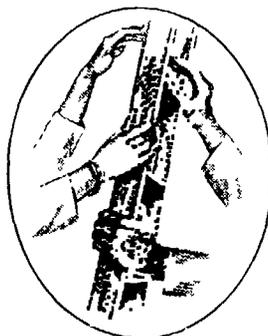
La Cruz Roja y los Desastres

¿CUÁL ES EL PROPOSITO DE ESTA ACTIVIDAD?

El propósito de esta actividad es compartir los principios fundamentales de la Cruz Roja y su papel en la prevención de los desastres en las comunidades.

Materiales:

Folleto de apoyo:
El Hogar y la Comunidad
Saludables.
papelógrafos
marcadores
hojas de papel

PROCEDIMIENTO:

- a) Con anterioridad a la actividad leer detenidamente la primera parte del folleto de apoyo y preparar un papelógrafo con los conceptos básicos, para que le sirva de apoyo.
- b) Colocar un papelógrafo en blanco en la pizarra o pared del local donde se realiza el taller. Explicarles que van a realizar una conversación sobre lo que conocen sobre la Cruz Roja, por lo que han visto, oído y sus experiencias de vida. Puede apoyarse en las siguientes preguntas:
- ¿Para qué es la Cruz Roja?
 - ¿Qué actividades realiza?
 - ¿Quiénes integran la Cruz Roja?
 - ¿Qué relación encuentran entre la Cruz Roja y la Educación Comunitaria para la Prevención de Desastres?
- c) Anotar las respuestas del grupo en el papelógrafo. Motivarlos a que pregunten las cosas que quieren

saber sobre la Cruz Roja. Conteste sus preguntas en forma sencilla y con el apoyo del papelógrafo elaborado previamente, realice una breve exposición.

- d) Abrir un espacio para preguntas y respuesta

Tiempo aproximado: 15 minutos

ACTIVIDAD No 2:

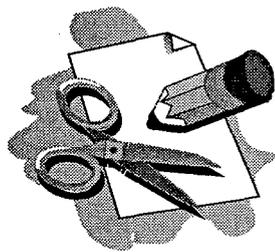
Lo que sabemos y sentimos sobre:

NUESTRAS CONDICIONES DE VIDA Y LA SALUD PERSONAL Y DEL HOGAR

(adaptación, páginas 8 a 11, 1996)

¿CUÁL ES EL PROPOSITO DE ESTA ACTIVIDAD?

El propósito de esta actividad es que las personas participantes reconozcan que las condiciones de vida de las personas están relacionadas con diferencias culturales, sociales y económicas que limitan el disfrute integral de una vida saludable.



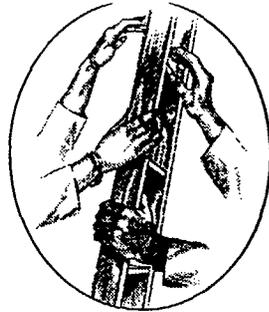
Materiales:

No se necesitan. Puede usarse como escenografía las sillas o bancos que hay en el salón.

PARA RECORDAR:

Esta actividad parte de las experiencias de vida de las personas participantes, lo que saben y conocen como producto de su diario vivir, para que reflexionen sobre sus condiciones de vida y su relación con el disfrute de una vida saludable, la cual es limitada por las diferencias sociales, económicas, culturales e históricas.

Para la realización de esta actividad promueva un ambiente de confianza y respeto entre las personas, necesario para que las personas participen. Esta actividad es de actuación (sociodrama), promueva la participación de todas las personas, explicándoles que lo que harán en la actuación es representar lo que conocen y hacen todos los días en sus hogares y en su comunidad. Motívelas a usar el caudal de creatividad que utilizan para resolver los problemas de su vida cotidiana.

PROCEDIMIENTO:

- a) Invitar a las personas participantes a actuar. Decirles que vamos a hacer pequeñas actuaciones (sociodramas) de una misma situación, pero en la forma como la viven diferentes sectores sociales.
- b) Dividir a las personas del grupo en cuatro subgrupos.
- c) A cada subgrupo pedirle que preparen una actuación o sociodrama sobre: **“la atención de un niño con diarrea, vómitos y fiebre”**. Asignarle a cada subgrupo un sector social.
- Subgrupo 1: un hogar campesino.**
- Subgrupo 2: un hogar urbano - marginal.**
- Subgrupo 3: un hogar de empleados del gobierno.**
- Subgrupo 4: un hogar de gente de mucho dinero.**
- d) Decirles que tienen 10 minutos para planear su representación (actuación, sociodrama) y recomendarles que su actuación sea de 5 minutos.
- e) Apoyar a los subgrupos dando ideas, por ejemplo:
- ¿Cómo viven?,
 - ¿Qué les preocupa?,
 - ¿Cómo es la situación de salud en ese hogar?,
 - ¿Cómo se atenderá al enfermito?,
 - ¿Qué significa esa personita enferma?,
 - ¿Cómo se sienten?
- f) Cuando estén listas las actuaciones (sociodramas) se presentan las cuatro a todo el grupo.
- g) Cuando hemos visto las cuatro actuaciones realizar una reflexión con el apoyo de las siguientes preguntas:
- ¿Qué les espera en la vida a los niños y las niñas de los hogares representados?
 - ¿Cómo son las condiciones de vida de la madre de los diferentes hogares?

- ¿Por qué se presentan diferencias ante un mismo hecho: la atención de un niño con diarrea, vómitos y fiebre?
 - ¿Cómo son nuestras condiciones de vida?
 - ¿Qué relación encontramos entre las condiciones de vida de las personas y una vida saludable?
 - ¿Qué podemos hacer ante esta situación?
- h) Anotar las respuestas en un papelógrafo o pizarra. Relacionar las diferencias sociales y económicas con las condiciones de vida de las personas y explicar que cuando se vive en pobreza, marginalidad y abandono también se limita la calidad y el disfrute de una vida saludable. Que todas las personas tenemos derecho a una vida saludable y que para lograrla podemos trabajar en la prevención de enfermedades por medio de la higiene personal y del hogar.

Tiempo aproximado: una hora.

Anotaciones

