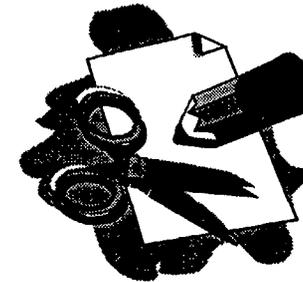


ACTIVIDAD No 3:

Reflexiones y profundicemos sobre: LA HIGIENE PERSONAL Y DEL HOGAR.

¿CUÁL ES EL PROPOSITO DE ESTA ACTIVIDAD?

El propósito de esta actividad es profundizar y reflexionar sobre la importancia de la higiene personal y del hogar como formas para la prevención de algunas enfermedades, con el fin de lograr una vida saludable.



Materiales:

Folleto de apoyo: “El Hogar y la Comunidad saludables”.
Hojas de papel
lápices o lapiceros.
papelógrafos
marcadores
cinta adhesiva



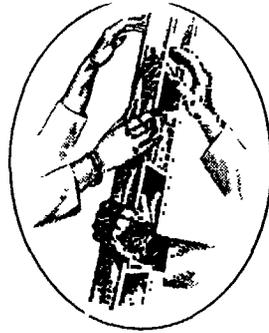
PARA RECORDAR:

Esta actividad es de teorización y conceptualización para que las personas participantes interioricen elementos que les ayuden a mejorar su calidad de vida y prevenir algunas enfermedades en el hogar.

Para realizarla se utilizará un texto o material de apoyo que usted fotocopiará para que cada grupo tenga por lo menos uno. Cada grupo realizará la lectura y posteriormente se realizará un Panel.

Recuerde que un Panel son exposiciones de personas que hablarán sobre diferentes aspectos relacionados con un mismo tema. Es importante apoyar a los grupos en la realización del mismo y los contenidos a tratar de manera que quede claro para las personas la importancia de la prevención de enfermedades por medio de la higiene personal y del hogar, como un componente fundamental para una vida digna.



PROCEDIMIENTO:

- a) Dividir al grupo en los cuatro subgrupos que realizaron los sociodramas en la actividad anterior, si usted lo considera conveniente, sino hacer nuevos subgrupos.
- b) Entregarles el folleto y decirles que realizaremos la lectura de la siguiente forma:
- Subgrupo N° 1: Prevenamos la malaria en nuestros hogares.**
- Subgrupo N° 2: Prevenamos la diarrea en nuestros hogares.**
- Subgrupo N° 3: Prevenamos el dengue en nuestros hogares.**
- Subgrupo N° 4: Prevenamos el cólera en nuestros hogares.**
- c) Indicarles que realicen la lectura de la parte correspondiente del folleto y hagan un resumen para ser expuesto en el Panel: La higiene personal y del

hogar, que haremos después y que designen a una persona representante del grupo que será la expositora del resumen en el Panel.

- d) Mientras los grupos realizan la lectura y el resumen usted puede preparar el ambiente para el Panel, colocando una mesa con cinco sillas, si puede ponga un mantel o forre la mesa con papel periódico, consiga un florero. Si considera conveniente la moderación del Panel la puede realizar una persona del grupo, es importante orientarla y apoyarla. A la persona moderadora le corresponderá hacer la presentación del tema del Panel y de las personas expositoras. Al final hacer el resumen de los principales contenidos compartidos.
- e) Al finalizar el Panel, abrir un espacio para preguntas y respuestas. Cuando se agoten las preguntas, agradezca a las personas expositoras su participación y la asistencia e interés de las otras.

Tiempo aproximado: 1 hora.

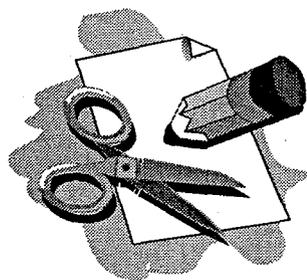
ACTIVIDAD No 4:

Lo que podemos hacer:

El mapa de riesgos: MEJOREMOS LA HIGIENE PERSONAL Y DEL HOGAR.

¿CUÁL ES EL PROPOSITO DE ESTA ACTIVIDAD?

Esta actividad tiene el propósito que las personas participantes elaboren y propongan acciones prácticas concretas que pueden realizar para mejorar la higiene personal y del hogar con el fin de prevenir algunas enfermedades.

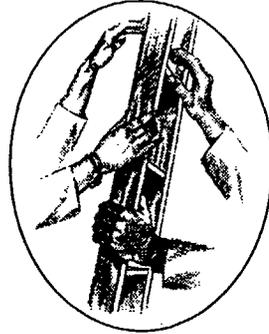


Materiales:

Hojas de papel
lápices o lapiceros
marcadores
cinta adhesiva
papelógrafos

PARA RECORDAR:

Esta actividad es de vuelta a la práctica o aplicación práctica, con el sentido de que las personas participantes elaboren sus propios mapas de riesgo sobre la situación del agua y las basuras en su hogares y el entorno, para que propongan acciones concretas a realizar en sus vidas para mejorar su salud integralmente, cambiando hábitos y costumbres, mejorando la higiene personal, del hogar y su entorno, compartiendo responsabilidades, que promuevan un proceso de transformación integral en las condiciones de vida de las personas participantes.

PROCEDIMIENTO:**Primera parte:**

- a) Explicarle al grupo que de acuerdo a lo que aprendimos en la actividad anterior sobre la prevención de algunas enfermedades como la malaria, la diarrea, el dengue y el cólera, vamos a elaborar un **mapa de riesgos** sobre la situación del agua y las basuras en nuestros hogares y su entorno (alrededores). Decirles que vamos a elaborar primero un mapa de riesgos colectivo para posteriormente elaborar el de cada hogar de las personas participantes.
 - b) Colocar sobre la pizarra o una pared un papelógrafo y con ayuda de las personas participantes dibujar un hogar y sus alrededores (puede ser el de una persona participante) y ubicar la situación del agua y de las basuras, así como de cualquier objeto o situación que pueda promover criaderos de mosquitos como: aguas estancadas, botellas, llantas, desechos contaminantes, etc.
 - c) Cuando terminen explicarle al grupo que lo realizado es un mapa de riesgos de la situación del agua y las basuras en un hogar. Repartir una hoja de papel por persona y decirles que elabore cada uno su propio mapa de riesgos. Si en el grupo hay personas que viven en el mismo hogar, pedirles que se agrupen y elaboren un solo mapa.
 - d) Cuando terminen solicitarles que pasen al frente del grupo y muestren y expongan sus mapas de riesgo. Motivar a las personas participantes a realizar preguntas al o los/as expositores/as y hacer aportes a los mapas elaborados.
- Apoyar si es necesario para mejorar las mapas de riesgo.

Segunda parte:

e) Solicitar a las personas que se agrupen por mapa de riesgo elaborados (las personas que viven en el mismo hogar) y piensen durante unos minutos sobre:

¿Qué podemos hacer para lograr la higiene de las personas que habitan en nuestros hogares?

¿Qué podemos hacer en nuestros hogares y alrededores para prevenir enfermedades?

f) Decirles que anoten o dibujen las cosas que pensaron.

g) Cuando terminen de escribir o dibujar pedirles que lean o expliquen lo que anotaron o dibujaron. Copiar lo que van diciendo, haciendo una lista de compromisos para el mejoramiento de la higiene personal y del hogar.

h) Cuando tengan la lista completa de compromisos, preguntar:

¿CÓMO LO VAMOS A HACER?

i) Anotar sus respuestas a la par de los compromisos.

j) Realizar una síntesis de los principales compromisos, destacando la importancia de ponerlos en práctica para mejorar sus condiciones de vida y con ello hogares saludables.

Tiempo aproximado: una hora.

