

Guía para formar la Asociación Escolar de Jóvenes por la Salud



La Paz, Baja California Sur, marzo del año 2000

1

RED DE ASOCIACIONES ESCOLARES DE JÓVENES POR LA SALUD

Una vez formada la Asociación en tu escuela, deberá ser registrada en la Red de Asociaciones Escolares de Jóvenes por la Salud y lo envíes en el siguiente formato a la SEPE.

CÉDULA DE REGISTRO

FECHA _____		
ESCUELA: _____	CLAVE _____	
DIRECCIÓN: _____		
TELÉFONO. _____	CIUDAD _____	
SECUNDARIA:		
<input type="checkbox"/> GENERAL <input type="checkbox"/> TÉCNICA <input type="checkbox"/> TELESECUNDARIA <input type="checkbox"/> PARTICULAR		
PREPARATORIA:		
<input type="checkbox"/> FED. POR COOP. <input type="checkbox"/> COBACH <input type="checkbox"/> CECYTE <input type="checkbox"/> C.C.H. <input type="checkbox"/> EMSAD		
<input type="checkbox"/> CEBETIS <input type="checkbox"/> CET-MAR <input type="checkbox"/> DGETA <input type="checkbox"/> PARTICULAR <input type="checkbox"/> OTRO _____		
COMITÉ ORGANIZADOR		
PRESIDENTE: _____	Nombre _____	Firma _____
SECRETARIO: _____	Nombre _____	Firma _____
RESPONSABLES DE COMISIONES		
Comisión _____	Nombre _____	Firma _____
Comisión _____	Nombre _____	Firma _____
Comisión _____	Nombre _____	Firma _____



¡Hola! ¡Queremos compartir contigo nuestra experiencia! Somos diez chicos y chicas que formamos en nuestra escuela una Asociación Escolar de Jóvenes por la salud, porque nos preocupa la situación en que vivimos, rodeados de la influencia del alcohol, el tabaco, las drogas, y también de enfermedades de transmisión sexual como el sida. Además varias chicas de la escuela se han tenido que ir porque salieron embarazadas.

Nos hemos dado cuenta que para prevenir este tipo de problemas, lo mejor es realizar actividades que nos gusten, nos formen como personas entusiastas, alegres, sanas y preparadas. Los jóvenes cuando nos organizamos podemos hacer cosas muy buenas

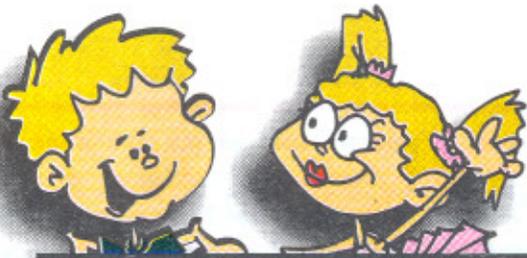


NOSOTROS AL IGUAL QUE TÚ QUEREMOS SER LIBRES Y DESARROLLARNOS TENIENDO SENSACIONES Y EXPERIENCIAS AGRADABLES EN UN AMBIENTE SANO Y PROPICIO, PARA SER FELICES



El tabaco, el alcohol y las drogas son nocivas porque:

- * Llegar a depender de ellas es perder nuestra libertad.
- * Usarlas para evadir problemas nos lleva a otros de más difícil solución.
- * Algunas de estas drogas deforman la percepción y ocasionan accidentes y fracasos en la escuela.
- * Su consumo impide tener buena condición física; quitan energía.



La infección por el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) y SIDA son uno de los principales problemas de salud pública en el mundo. Cada día se infectan millones de personas, hombres, mujeres y niños.

¿Cómo se infectan?

* La transmisión del SIDA se realiza:

- Por contacto sexual con persona infectada por el VIH.
- Por transfusión de sangre contaminada.
- Por el uso de agujas y otros instrumentos punzocortantes contaminados.
- De una madre contaminada a su hijo durante el embarazo, en el parto o a través de la leche materna.
- Por trasplante de órganos y tejidos contaminados.

algunos Chavos y chavas no parece interesarles estos problemas de adicciones y de la epidemia del SIDA, piensan que no puede pasarle a ellos. además, fumar y beber, lo ven como que no es un problema, pero quienes son adictos, también creyeron eso, igualmente, quienes hoy tienen SIDA. Nunca se imaginaron que no usar medidas preventivas como el condón, no les pasaría nada.



¿cómo no preocuparnos?

Si nosotros apenas estamos empezando a conocer y disfrutar de la sexualidad, y resulta que ahora la tenemos que vivir con preocupación, entonces deja de ser algo bonito.



Son varias las compañeras que se han ido de la escuela porque se embarazaron. Esto también puede prevenirse.

ORGANIZÁNDONOS PARA REALIZAR DIVERSAS ACTIVIDADES QUE NOS PUEDAN ORIENTAR PARA QUE LAS QUE TIENEN NOVIOS Y TAMBIÉN LAS QUE AÚN NO LOS TIENEN, CONOZCAN Y SEPAN QUÉ PUEDEN HACER PARA NO QUEDAR EMBARAZADAS.

Embarazo adolescente o prematuro es aquel que desarrolla una joven que se encuentra en esta etapa de su vida. Una etapa que, la mayoría de muchachas, la viven en la escuela secundaria o preparatoria; es la consecuencia de haber tenido relaciones sexuales con otra persona del sexo masculino, en algún día fértil del ciclo, en el que el óvulo estaba maduro y dispuesto para ser fertilizado por el espermatozoide.

¿Cómo pueden prevenirse Los embarazos

- * Una forma puede ser la abstinencia, es decir, no tener relaciones sexuales hasta contar con más edad y poseer un trabajo y las formas de sostener una relación estable con la pareja.
- * Otra forma es usar algún método anticonceptivo, algunos de los cuales pueden ser: la píldora, el condón, el diafragma, los espermaticidas y otros. Algunos pueden ser más seguros que otros.



TODO ESO DE LOS ANTICONCEPTIVOS LO PODREMOS AMPLIAR EN ACTIVIDADES QUE ORGANICEMOS PARA PREPARARNOS, ES DECIR, DENTRO DE LA ASOCIACIÓN.

¿Cómo cuál?

También observo otro problema en algunos de mis compañeros

Veo muy solos a algunos compañeros, como que no se entusiasman con lo que hacemos en la escuela, prueban con frecuencia algunas materias. Otros de tanto reprobar se salen y ya no vuelven. También observo que pocos participan en la clase.





A muchos jóvenes les gusta estar solos, disfrutan la soledad, porque les permite pensar sobre ellos mismos, las cosas, el mundo, y se hacen muchas preguntas.

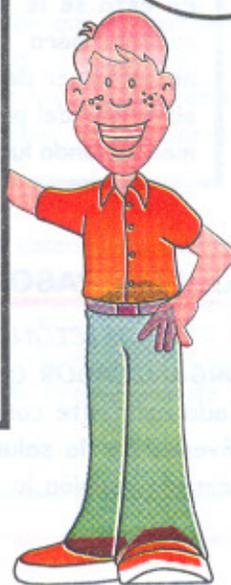
Otras veces, sobre todo cuando reprobaban con mucha frecuencia llegan a pensar que no sirven para nada, que tanto esfuerzo no les dio resultado.

Otras ocasiones, en la casa, la familia, les reprende porque quisieran que su comportamiento fuera como ellos quieren. Esto puede generar una estima baja y llegar a creer que efectivamente no son buenos ni para la escuela ni para otras actividades.

Algunas veces esto ocasiona períodos de depresión que pueden agudizarse cuando no se tiene atención adecuada y oportuna.

Esto también podemos incluir en las actividades que organicemos en la Asociación.

Pero...
¿Cómo podemos formarla?



LES VAMOS A PLATICAR PASO A PASO CÓMO NOS ORGANIZAMOS EN NUESTRA ESCUELA . OJALÁ QUE USTEDES TAMBIÉN LO PUEDAN HACER.



PRIMER PASO

Pedirle al maestro o la maestra de orientación que les apoye en la elaboración de una **CONVOCATORIA PARA ORGANIZAR LA ASOCIACIÓN**.

En esta se le hace una invitación a todos los compañeros de la escuela para formar parte del **Comité Organizador**, que no necesita ser de más de 10 integrantes. El **maestro les explica los objetivos del proyecto de salud** y se les cita a la **primera reunión**, mencionando lugar, fecha y hora.

SEGUNDO PASO

1.- EXPOSICIÓN DE MOTIVOS PARA FORMAR PARTE DEL COMITÉ ORGANIZADOR DE LA ASOCIACIÓN.

Cada asistente comenta por qué le interesa colaborar en el proyecto de jóvenes por la salud y qué espera lograr con su participación. Esta primera reunión la puede dirigir el maestro o la maestra de orientación.

2.- CONFORMACIÓN DEL COMITÉ ORGANIZADOR.

Anotan los nombres de cada integrante y se comprometen a trabajar para sus compañeros y para su propia superación. Pueden escoger un Presidente, un Secretario y varias Comisiones. Luego definen el período en el que trabajará el Comité. Es recomendable que sea por un año escolar.

3.- ANÁLISIS DE LAS SITUACIONES DE PROBLEMAS DE SALUD.

Entre todos platican la situación que existe en su escuela en cuanto al consumo de sustancias adictivas y las formas en que se pueden evitar; el embarazo de algunas compañeras; lo que representa el SIDA para vivir la sexualidad con placer ; la depresión y baja estima que viven algunos compañeros, entre otras.

4.- PROPUESTA Y SELECCIÓN DE ACTIVIDADES

Formen equipos de trabajo, y si son pocos los integrantes del Comité, individualmente divídanse los temas o problemas: adicciones, embarazo de adolescentes, SIDA, y autoestima. Cada equipo, comisión o participante, presenten actividades que piensen que se pueden realizar para prevenir los problemas antes mencionados, explicando cómo se pueden promover y llevar a cabo. Seleccionen las propuestas que les gusten y que sean las mejores para los objetivos de la Asociación.

5.- FORMACIÓN DE LAS COMISIONES

Para llevar un orden, se divide el trabajo en comisiones, de acuerdo al tipo de actividad y se establece cuáles son las obligaciones y tareas de cada Comisión (por ejemplo: de Deportes, de Cultura, de Recreación, de Tesorería; o pueden establecerse por tipo de problemas: Comisión contra adicciones, de Prevención del SIDA, de Prevención de embarazo, de Problemas emocionales, etc.)

¡Vamos haciendo campañas para poner bonita la escuela!



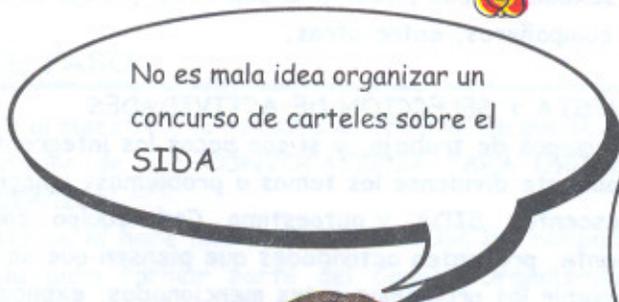
podemos hacer una campaña con botones o gafetes y calcomanías



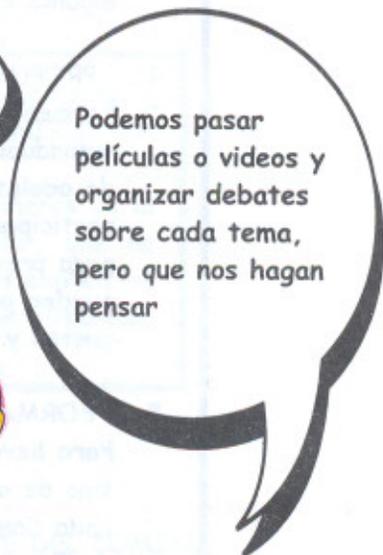
Opino que investiguemos sobre autoestima y depresión de los adolescentes



No es mala idea organizar un concurso de carteles sobre el SIDA



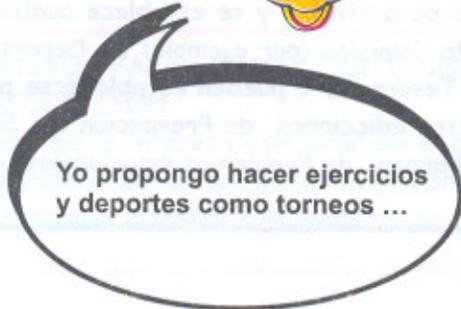
Podemos pasar películas o videos y organizar debates sobre cada tema, pero que nos hagan pensar



Mi propuesta es que invitemos a especialistas a platicar sobre los anticonceptivos



Yo propongo hacer ejercicios y deportes como torneos ...



6.- PROPUESTAS Y ELABORACIÓN DE REGLAMENTO

Cada uno propone ideas acerca de los derechos, obligaciones y sanciones que les corresponden a todos los integrantes de la Asociación. Se vota y se escogen los que sean aceptados por todos y así se forma el reglamento.

Aquí te presentamos el que hicimos para nuestra Asociación. Te puede servir de guía.



INSCRIPCIÓN

- Poder ser miembro de la Asociación Escolar de Jóvenes por la Salud, todos los alumnos que estén inscritos en la escuela de cualquier grupo y grado.
- Todos tienen que dar una cuota de inscripción, que permita participar en cualquier actividad propuesta, hacer credenciales, comprar papel y diversos materiales.

OBLIGACIONES

- Comprometerse a no usar ninguna sustancia adictiva
- Participar en por lo menos 3 actividades de las que se programen.
- Conocer muy bien sobre el SIDA y las formas de prevenirlo.
- Hacer promoción de la prevención del embarazo.
- No descuidar sus estudios.
- Representar a la Asociación en las reuniones o eventos a los que los envíe el Comité Organizador.

DERECHOS

- Participar en todas las actividades que se programen.
- Recibir una credencial que lo acredite como miembro de la Asociación
- Disfrutar de las promociones que consiga la Asociación como asistencia a eventos, talleres, conferencias, etc.
- Poder formar parte del Comité Organizador.

SANCIONES

Se aplicará una sanción de trabajo extra para los miembros:

- Que no apoyen o participen en las actividades.
- Que no desarrollen su actividad con dedicación.

7.-

● PROPUESTAS Y ASIGNACIÓN DEL LEMA Y LOGOTIPO O SÍMBOLO

Puede realizarse a través de un concurso, en el que se convoque a todos los miembros y a través de un jurado, que salga el lema y el logotipo ganador. O puede elegirse por mayoría de votos de los miembros de la Asociación.

TERCER PASO

1.-

● PLAN DE ACTIVIDADES DE CADA COMISIÓN

Cada comisión, de acuerdo a las actividades y fechas establecidas por el Comité organizador, elabora un calendario en donde se programa, por día y hora, el tiempo en que se va a realizar cada una de las actividades, los recursos que se necesitan para su realización (credenciales, material de promoción, papel, entre otros) Y la forma en que se obtendrán dichos recursos (cuotas de inscripción, donaciones, apoyo de la tienda escolar, etc.)

2.- PROPUESTAS DE MENSAJES PREVENTIVOS

Tengamos presente que el trabajo de la Asociación es la prevención de las adicciones, del embarazo prematuro, del SIDA y de la autoestima baja. Para esto es importante que cada mes, o cada evento que organicemos, pensemos en un lema que recuerde a todos, el beneficio que tiene participar en las actividades,

Por ejemplo: cuando realicemos un torneo deportivo, usamos el siguiente mensaje:



HACER DEPORTE Y TRABAJAR EN EQUIPO AYUDA A MANEJAR LAS PRESIONES

Al realizar una conferencia de prevención en la forma de expresar emociones y sentimientos, utilizamos el siguiente mensaje:

AL HABLAR SOBRE NUESTROS PROBLEMAS Y CONOCER SUS CAUSAS, NOS SENTIMOS MEJOR Y PODEMOS ENCONTRAR SOLUCIONES QUE NOS BENEFICIEN



A CONTINUACIÓN TE PRESENTAMOS ESTOS MENSAJES
QUE USTEDES TAMBIÉN PUEDEN UTILIZAR



- HACERME RESPONSABLE DE MÍ MISMO ME ACERCA A LOS DEMÁS
- CRECER Y DESARROLLARME COMO PERSONA ES UN CONSTANTE DESAFÍO.
- VIVIR ES UNA AVENTURA QUE DEPENDE, SOBRE TODO DE MIS DECISIONES.
- RECONOZCO MIS LIMITACIONES, PERO TAMBIÉN DESARROLLO MIS CAPACIDADES.
- ME ESFUERZO EN SER YO MISMO Y CONQUISTAR MI INDEPENDENCIA CON RESPONSABILIDAD.
- ELIJO VIVIR PLENAMENTE Y CON METAS POSITIVAS.
- HAGO MI MAYOR ESFUERZO PARA ACERCARME A MIS OBJETIVOS.
- ME APOYO EN MIS COMPAÑEROS PARA TRABAJAR JUNTOS Y AYUDARNOS



Esperamos que ustedes escriban otras ideas más, recordando que sirven para que todos aprendamos a prevenir el consumo de drogas legales e ilegales, el embarazo de adolescentes, enfermedades de transmisión sexual, el SIDA y la autoestima baja. Por eso es importante que al final de las actividades preguntemos a los socios qué significó el mensaje y cómo lo aplicarán en la vida cotidiana.

3.- ENTREGA DE LOS PLANES DE ACTIVIDADES

Cada Comisión entrega su Plan de Actividades para ser analizado y aceptado por todo el Comité

4.- ELABORACIÓN DEL PLAN DE TRABAJO DE LA ASOCIACIÓN

El Presidente y el Secretario de la Asociación, de acuerdo al Plan de Actividades de cada Comisión, elabora el Plan de Trabajo y pide al Comité Organizador que de su aprobación.

5.- CUOTA DE INSCRIPCIÓN

El Comité Organizador definirá una cuota de inscripción de acuerdo a los requerimientos del Plan de Trabajo y a la situación del propio plantel. Puede también decidirse que cada asociado aporte la cantidad que le sea posible, o que quien no pueda dar dinero, realice alguna tarea extra.

CUARTO PASO

1. PRESENTACIÓN DEL PLAN DE TRABAJO AL DIRECTOR, SUBDIRECTOR, PROFESORES Y ALUMNOS

El Comité Organizador presenta el Plan de Trabajo para su aprobación y autorización a directivos, maestros y alumnos, explicando los motivos y objetivos que se pretenden alcanzar con este proyecto.

2. REGISTRO DE LA ASOCIACIÓN EN LA RED ESTATAL DE ASOCIACIONES ESCOLARES DE JÓVENES POR LA SALUD

Para formar parte de esta Red, el Presidente del Comité Organizador envía a la Coordinación del Proyecto en la SEPE, a la dirección que aparece al final de este folleto, y además llena los datos que se solicitan en la página No. 2 del mismo.

Participar en esta red permite entrar en contacto con otros grupos de estudiantes que también trabajan en programas de prevención como este.

3. INSCRIPCIÓN A LA ASOCIACIÓN Y A LAS ACTIVIDADES

Los alumnos pagan su cuota de inscripción, se registran en las actividades que les interesan y se les da su credencial. En el caso en que se hayan hecho camisetas, botones, gafetes u otros artículos promocionales, también se entregan.

4. INICIO DE ACTIVIDADES

- | | |
|---|---|
| a) Convocatoria de mensajes que motiven a la Asociación | f) Concursos de cuentos, canciones y carteles |
| b) Torneos deportivos | g) Presentación artísticas y culturales. |
| c) Pláticas y Conferencias | h) Campañas de limpieza, de forestación, etc. |
| d) Exposición de carteles | |
| e) Proyección de videos y películas | |

QUINTO PASO

- 1.- **REVISIÓN DEL FUNCIONAMIENTO DE LA ASOCIACIÓN**
Se comentan las actividades que se están llevando a cabo, para ver si se hizo todo lo programado; se identifican los obstáculos que se encontraron y cómo se han resuelto.

- 2.- **AJUSTES AL PLAN DE TRABAJO**
En caso de que se requiera, ya sea para evitar obstáculos, o para establecer mejoras, el Comité Organizador decide y aprueba los ajustes.

- 3.- **TERMINACIÓN DEL PLAN DE TRABAJO**
Como actividad final del Comité Organizador se realizará un evento especial, la Ceremonia de Clausura, en la que se pueden entregar agradecimientos, reconocimientos y trofeos de las actividades.

- 4.- **CONVOCATORIA PARA ELEGIR AL NUEVO COMITÉ**
Con el propósito de que la Asociación continúe el trabajo preventivo, se convoca a sus miembros a formar un nuevo Comité Organizador para el período siguiente

SEXTO PASO

1. PRESENTACIÓN DEL INFORME POR COMISIÓN

Cada Comisión debe entregar al Comité Organizador un informe sobre los resultados de las actividades, exponiendo su conclusión, acerca de su trabajo, desde el punto de vista de las actividades realizadas con referencia a los cinco temas.

2. ELABORACIÓN DEL REPORTE FINAL DEL PLAN DE TRABAJO

El Comité Organizador revisa los informes de las Comisiones, el cumplimiento de los objetivos y metas, las experiencias vividas y las posibles adecuaciones del Plan de Trabajo. Se elabora el informe final para ser presentado a los integrantes de la Asociación, al nuevo Comité, poco antes de que termine el ciclo escolar.

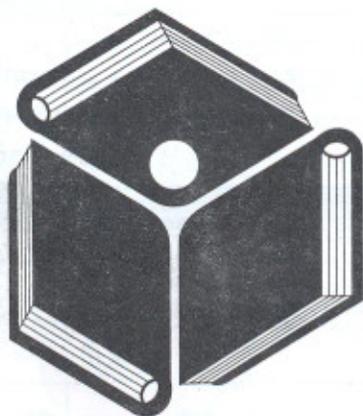


USTEDES PUEDEN CREAR SU
PLAN DE TRABAJO DE ACUERDO A
LAS INSTALACIONES QUE HAYA EN
SU ESCUELA Y DE LOS APOYOS
CON LOS QUE CUENTE LA
COMUNIDAD

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DEL ESTADO DE BAJA CALIFORNIA SUR.
Av. Luis Donaldo Colosio y Valentín Gómez Farías.
La Paz, B.C.S. Tel. 2 76 99; 2 75 20; 2 75 30, ext. 149, 174, 113, 115, 125.

PLAN DE TRABAJO

Propósito general:			
Propósito y metas	actividades	Lugar y fecha de realización	Comisión responsable
(ejemplo) 120 alumnos recibirán información sobre adicciones	Plática con especialistas	30 de septiembre en la sala audiovisual	Juan Juárez Rojas. Comisión de salud



SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

BAJA CALIFORNIA SUR