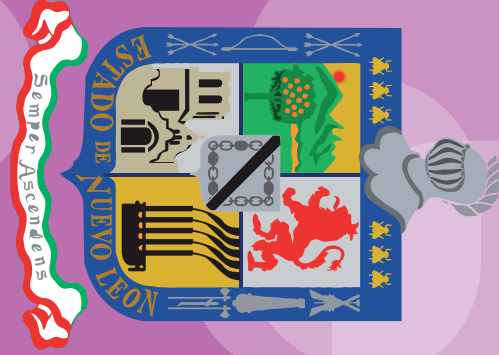


Nuevo León
Gobierno del Estado



Calendario para Padres

segundo de preescolar



2011 - 2012



Gobierno para Todos



PROYECTO DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD Y EL SOBREPESO



Secretaría de
SALUD NL



Secretaría de
EDUCACIÓN NL



Lic. Rodrigo Medina de la Cruz
Gobernador Constitucional del Estado de Nuevo León

Secretaría de Educación Ing. José Antonio González Treviño Secretario de Educación	Secretaría de Salud Dr. Jesús Zacarías Villarreal Pérez Secretario de Salud
---	--

Lic. Irma Adriana Garza Villarreal Subsecretaría de Educación Básica	Dr. Francisco González Alanís Subsecretario de Prevención y Control de Enfermedades
---	--

Dra. Elizabeth Solís Pérez Directora General de la Oficina del Secretario	Lic. Lourdes Huerta Pérez Directora de Promoción de la Salud
--	--

Profra. Josefina Alejandro Flores Encargada de la Dirección de Educación Extraescolar	Lic. Hortensia Solís Garza Jefa del Departamento de Estrategias Comunitarias y Salud Escolar
--	--

Estimados Papá y Mamá:

Salud para Aprender es un programa del Gobierno de Nuevo León que busca crear en los escolares de educación básica una cultura de la salud integral, a partir de acciones educativas, de atención y seguimiento a la salud de los educandos y de la transformación de los planteles educativos en entornos saludables y seguros.

Pero una condición imprescindible para el éxito del programa es la participación de los padres mediante un acompañamiento responsable e informado en los hogares, para que los niños y jóvenes alumnos refuercen en casa lo que durante la jornada escolar estén aprendiendo.

El **Calendario para padres** es un material de apoyo a esta importante labor de acompañamiento que les corresponde. Los contenidos incluidos les permitirán estar informados sobre los temas, campañas, ejercicios y conocimientos que sus hijos están cubriendo a lo largo del ciclo escolar.

Los padres son siempre los primeros y mejores maestros de sus hijos. Ahora, con los materiales de **Salud para Aprender**, estaremos colaborando estrechamente los maestros del hogar y los maestros de la escuela, brindando a nuestros escolares los conocimientos, destrezas, actitudes, valores y hábitos que les permitirán autoformarse integralmente como personas saludables, alegres, inteligentes y responsables.

Contamos con su valiosa y decidida colaboración para que los objetivos de este programa se cumplan cabalmente, para beneficio de nuestros educandos, de las escuelas públicas del estado y de las familias de Nuevo León.

Ing. José Antonio González Treviño
Secretario de Educación

Dr. Jesús Zacarías Villarreal Pérez
Secretario de Salud

Agosto

2011

L M M J V S D

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Día Internacional de las poblaciones Indígenas

Día Internacional de la Juventud

Día del Trabajador Social

Día Mundial del Adulto Mayor

CAMPAÑA " LUCHA CONTRA EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD"

- La colaboración en las actividades escolares es un deber que tenemos como padres de familia y un ejemplo de participación que dejamos a nuestros hijos.
- Es importante participar en el mejoramiento social de nuestros entornos para crear ambientes de bienestar, confianza e integridad.
- El fortalecimiento de los valores en la familia ayudará a formar mejores ciudadanos.
- La participación responsable en la vida de nuestra comunidad, la solución no violenta de los conflictos, la capacidad para identificar y manejar situaciones que representan riesgos, contribuyen a crear entornos saludables y seguros.





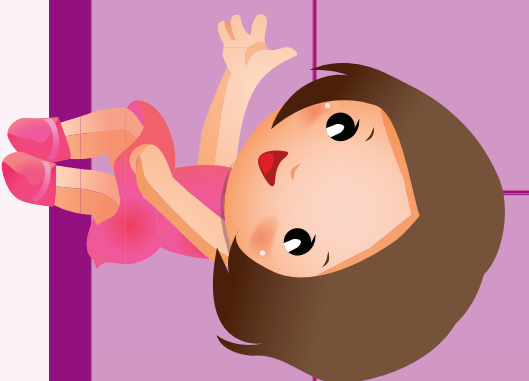
Septiembre

2011

L M M J V S D

			1	2	3 <small>Día de la Higiene</small>	4
5	6	7	8	9	10	11
12 <small>Diplomado de Cultura de Paz</small>	13 <small>Diplomado de Salud</small>	14 <small>Diplomado de Nutrición</small>	15	16 <small>Día Internacional de la Capa de Ozono</small>	17	18
19	20	21 <small>Día Internacional de la Paz Día Mundial del Alzheimer</small>	22	23 <small>Diplomado de Imágenes y Reflexiones</small>	24	25
26 <small>Día Nacional de Donación de Órganos y Tejidos Diplomado de Cultura de Paz</small>	27 <small>Diplomado de Salud</small>	28 <small>Diplomado de Nutrición</small>	29	30		

CAMPAÑA "ESCOLARES CONTRA EL DENEGUE"
SEMANA NACIONAL DE INFORMACION AL ADOLESCENTE



1er. Bimestre



- Alimentación**
- Ofrezca a sus hijos la variedad de alimentos que le permita su economía tratando de incluir diferentes alimentos.
 - Con las debidas precauciones de seguridad e higiene, invite al niño a estar presente cuando prepare la comida.
 - Explique despacio y con claridad que ingredientes está utilizando en la preparación de alimentos.
 - Permita que identifique y manipule los alimentos que no estén calientes.
 - Permita que su hijo participe en la preparación de alimentos.
 - Ofrezca un buen ejemplo de alimentación saludable a sus hijos.
 - Incluya frutas y verduras, cereales, leguminosas y alimentos de origen animal.
 - Consuma las frutas y verduras frescas, al natural, sin adicionarles algún ingrediente extra.



- Actívate**
- Inculque en su hijo(a) la actividad física, por medio de juegos, y ayúdeles a entender lo bueno que será para ellos realizar actividad física.
 - Tenga cuidado de no realizar ejercicios de fuerza (lagartijas, abdominales, pesas) con su hijo, ya que esto afectará seriamente su crecimiento.
 - El que su hijo(a) realice ejercicio y juegue al aire libre, lo ayudará a mejorar su coordinación, equilibrio, balance y tomara una mejor postura.
 - Enséñeles juegos que usted jugaba cuando era niño(a) y juegue con ellos.

El juego ayuda al niño a desarrollar su capacidad física y que mejor que hacerlo en familia.





Octubre

2011

L M M J V S D

					1	2
3 Día Mundial del Hablar	4	5	6	7 Diplomado de Cultura de Paz SESIÓN 3	8	9 Día Mundial de la Salud Mental
10 Diplomado Intergenes y Reflexiones Educativas SESIÓN 3	11 Diplomado de Salud Integral al Escolar SESIÓN 3	12 Diplomado de Nutrición SESIÓN 3	13	14 Exposición Día Mundial de la Alimentación	15 Día Mundial de la Alimentación	16 Día Estatal del Promotor de la Salud
17	18	19 Día Internacional de la Osteoporosis	20	21 Diplomado de Cultura de Paz SESIÓN 4	22 Día del Médico	23
24 Diplomado Indígenas y Reflexiones Educativas SESIÓN 4	25 Día Nacional de la Lucha Contra el Cáncer Diplomado de Salud Integral al Escolar SESIÓN 4	26 Diplomado de Nutrición SESIÓN 4	27	28 Día Mundial de la Lucha Contra La Obesidad	29	30
31	SEMANA NACIONAL DE VACUNACIÓN CAMPAÑA "ESCOLARES CONTRA EL DENGUE"					



1er. Bimestre

¿Quién soy? Cómo me veo... cómo me siento.

- No haga comparaciones entre sus hijos, primos o amigos.
- Cada persona es única e irreplicable, por lo mismo tendrá gustos diferentes.
- Concédale pequeñas responsabilidades y deje que tome sus propias decisiones.
- Resalte algunas cualidades de su hijo en presencia de otras personas; esto le dará confianza y seguridad.

Es tarea de todos: Influenza AH1N1

- La influenza es una enfermedad aguda de las vías respiratorias paracida a la gripa, provocada por un virus muy contagioso que causa una seria enfermedad e incluso la muerte.
- La influenza se contagia por las gotitas de saliva que se expulsan al hablar, toser, estornudar o por las manos contaminadas.
- Ayude a prevenir la influenza con el lavado frecuente de las manos, con abundante agua y jabón, utilice gel antibacterial y evite las aglomeraciones. Al toser o estornudar cubra su boca y nariz con un pañuelo o con el pliegue del codo.

Un lugar seguro y saludable

- Los ambientes seguros y saludables son los espacios físicos, psicosociales y culturales donde se habita cotidianamente como el hogar, escuela, área de trabajo, barrio, por mencionar algunos, y donde se establecen relaciones sociales que determinan una manera de vivir y de ser.
- Un ambiente saludable alienta y refuerza las acciones que favorecen la salud, la seguridad y el bienestar por lo que se debe trabajar en el cuidado y modificación del espacio físico para que garantice las condiciones básicas de seguridad y saneamiento ambiental.
- Cuidar y modificar el entorno psicosocial promoviendo relaciones armónicas y respetuosas entre los miembros de la escuela y la comunidad.
- Las escuelas apoyan la dignidad y bienestar colectivos y ofrecen oportunidades de desarrollo mediante estrategias que promueven y apoyan la salud; y la seguridad.





Noviembre 2011

L	M	M	J	V	S	D
	1 ASUETO	2	3	4	5	6
7 Diplomado Cultura de Paz	8 Diplomado de Salud	9 Diplomado de Nutrición	10	11 Diplomado de Imágenes y Reflexiones	12	13 Día Mundial de la Diabetes
14 Día Mundial de la Diabetes	15 Día Mundial Contra Accidentes Día del Reciclaje	16 Día Internacional para la Tolerancia	17	18	19	20
21 Diplomado Cultura de Paz	22 Diplomado de Salud	23 Diplomado de Nutrición	24	25 Día Internacional de la NO Violencia Contra las Mujeres y Niñas Diplomado de Imágenes y reflexiones Educativas	26	27
28	29	30				



SEMANA NACIONAL DE SALUD BUCAL
PREVENCIÓN DE CONTINGENCIAS POR TEMPORADA INVERNAL
MES DE LA SALUD REPRODUCTIVA
ENTREGA DE RESULTADOS DE FICHA EVOLUTIVA A ESCUELAS
CAPACITACIONES A CONCESIONARIOS Y RESPONSABLES DE PREPARACIÓN DE ALIMENTOS Y BEBIDAS

2do. Bimestre



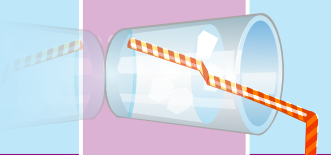
Es tiempo de movernos

- El ejercicio que se practica desde temprana edad puede evitar la obesidad.
- Procure que sus hijos disminuyan el tiempo que usan para ver televisión, videojuegos o usar la computadora; trate de que realicen ejercicio físico por medio de juegos recreativos.
- Trate de que el niño corra, salte y juegue, ya que en esta edad es dondÉ se empiezan a formar hábitos saludables.
- Se sugiere que los juegos duren más de diez minutos.



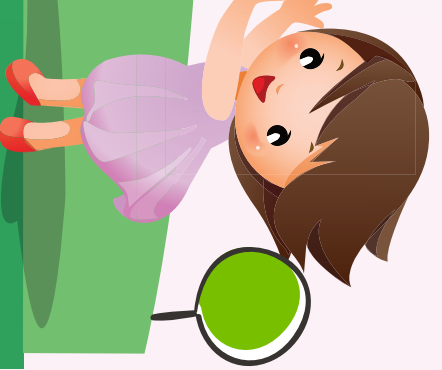
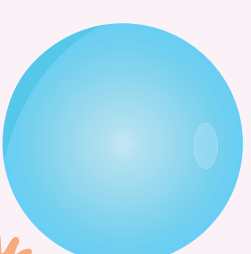
La importancia de beber agua

- Promueva en casa el consumo de bebidas naturales y principalmente el agua simple potable, para estar sanos.
- Ofrezca agua natural en lugar de bebidas muy azucaradas, o prepare agua de frutas naturales con poca cantidad de azúcar.
- Mencione a sus hijos que necesitamos beber de 6 a 8 vasos de agua, aproximadamente, durante el día para estar sanos.



Todos nos beneficiamos al hacer ejercicio regularmente.
Los niños que llevan una vida activa tendrán:

- Huesos y músculos más fuertes.
- Menos grasa corporal.
- Menos probabilidades de desarrollar sobrepeso, diabetes, presión arterial alta o colesterol elevado.





Diciembre 2011

L M M J V S D

			1	2	3	4
			Día Mundial de la Lucha Contra el SIDA		Día Internacional de las Personas con Discapacidad Día Mundial del No Uso de los Plaguicidas	
5	6	7	8	9	10	11
Diplomado de Cultura de Paz	Diplomado de Salud	Diplomado de Nutrición		Día de Imágenes y Reflexiones Premiación Derechos Humanos	Día Mundial de los Derechos Humanos	
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
V A C A C I O N E S						
26	27	28	29	30	31	
V A C A C I O N E S						



PREVENCIÓN DE CONTINGENCIAS POR TEMPORADA INVERNAL

2do. Bimestre

El valor de la persona, sentimientos de sí mismo y de los demás.

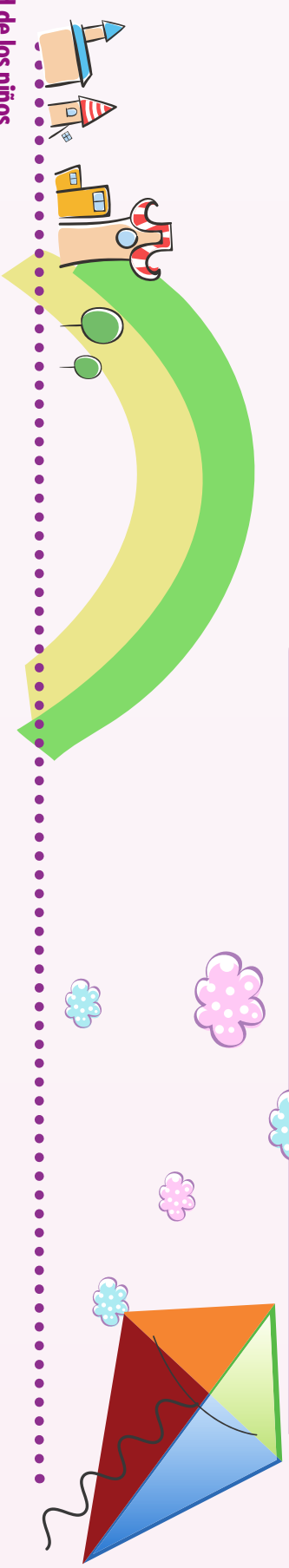
- Para su hijo, en esta edad, es muy importante la opinión que usted tenga de él, dígame palabras agradables que motiven su autoestima.
- Recomiéndele no hacer caso de las burlas o comentarios negativos hacia su persona.
- Platique frecuentemente con su hijo para conocer su estado de ánimo.
- Modere su conducta y su lenguaje por que su hijo puede imitarlo.

Ojos abiertos

- La mayor parte de los accidentes como caídas, quemaduras, intoxicaciones, ahogamiento, suceden en la casa. Haga de su casa un sitio seguro.
- Los accidentes provocan daños a la salud y pueden causar la muerte, pero muchos de los accidentes se pueden prevenir.
- No permita que los niños jueguen con encendedores, cerillos o fuego, podrían provocar un incendio y causarse graves daños.
- Los niños son curiosos y les gusta experimentar. Etiquete y guarde en un lugar seguro, fuera del alcance de los niños, todas las sustancias inflamables, irritantes y tóxicas.
- Un accidente es un hecho inesperado que puede causar desde lesiones leves, hasta la muerte, y es provocado por un descuido o un error humano.
- Las calles no son pistas ni campos de juego, la imprudencia de los niños y el descuido de los padres son factores de riesgo para provocar accidentes. ¡Cuide a sus hijos!

La ciudad de los niños

- Una comunidad es un grupo o conjunto de individuos que comparten elementos en común, tales como un idioma, costumbres, valores, tareas, visión del mundo, edad y ubicación geográfica. Por lo general en una comunidad se crea una identidad común, mediante la diferenciación de otros grupos o comunidades (generalmente por signos o acciones), que es compartida, elaborada y socializada entre sus integrantes.





2012

L M M J V S D

Enero

						1	
2	3	4	5	6	7	8	
V A C A C I O N E S							
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31	CAMPANA "ESCOLARES CONTRA EL DENGUE"					

Diplomado Cultura de paz

Diplomado de Salud

Diplomado de Nutrición

Día Mundial de la Educación Ambiental

Diplomado de Ingenieros y reflexiones

Día del Nutriólogo

Diplomado de Cultura de Paz

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

Día Mundial Contra la Lepra

CAMPANA "ESCOLARES CONTRA EL DENGUE"

3er Bimestre



Creas tus Juegos y movimientos

Cuando los niños realizan al menos una hora de actividad física diariamente, se sienten:

1. Menos tensos
2. Más seguros de sí mismos
3. Mejor preparados para estudiar y aprender
4. Además mantienen un peso saludable, desarrollan músculos, huesos, articulaciones fuertes y ¡duermen mejor!

• El ejercicio no tiene por qué ser complicado: un niño puede mantenerse activo caminando, montando bicicleta, saltando la cuerda, jugando en un parque o participando en programas deportivos.

• Inculquemos a nuestros hijos a iniciarse en la práctica de un deporte; esto les ayudará a su desarrollo general y formará hábitos saludables.

Origen de los alimentos

• Platique con sus hijos sobre el origen de los alimentos que hay en la mesa.

• Explique las diferencias entre un alimento de origen animal y uno de origen vegetal

• Llévelos con usted cuando acuda a la tienda de la localidad para que tengan la oportunidad de observar la variedad de alimentos de origen vegetal y animal.

• Haga una lista de alimentos cuando vaya al super, su hijo podrá identificar si son de origen animal o vegetal.



Gobierno para Todos



Secretaría de SALUD



Secretaría de EDUCACION





Febrero

2012

L M M J V S D

		1 Diplomado de Nutrición	2 Diplomado de Prevención de Adicciones	3 Diplomado de Imágenes y Reflexiones Educativas	4 Día Internacional de la Lucha Contra el Cáncer	5
6 Diplomado de Cultura y Paz	7 Diplomado de Salud	8	9	10	11	12
13 Diplomado Imágenes y Reflexiones Educativas SESIÓN 10	14 Diplomado de Salud Integral al Escolar SESIÓN 10	15	16 Día del Odontólogo Diplomado de Prevención de Adicciones	17 Diplomado de cultura de Paz SESIÓN 10	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29				
ENTREGA DE LA FICHA EVOLUTIVA SEMANA NACIONAL DE SALUD BUCAL						



3er. Bimestre



Cartilla Nacional de Salud

- Las Cartillas Nacionales de Salud son documentos oficiales para las familias mexicanas, que se deben entregar en forma gratuita a la población en todas las unidades médicas del Sistema Nacional de Salud.
- Están enfocadas a promover el auto-cuidado de la salud de la población, a través de acciones de prevención, detección oportuna y control de las enfermedades. Facilitan el seguimiento del estado de salud de la población, independientemente del lugar donde reciban atención médica.

• Revise frecuentemente la **Cartilla Nacional de Salud** de su familia para recordar las fechas en las que se aplicarán las vacunas que corresponden a cada uno.

• Durante las Semanas Nacionales de Salud, en las escuelas se realizan acciones como aplicación de vacunas de acuerdo con el esquema de vacunación y la edad. Las Vacunas son gratuitas.
¡Aproveche esta oportunidad!

Me relaciono con los demás: ¿Cómo me comunico?

- Fomente el valor de la solidaridad en su hijo, participando en causas sociales.
- Enséñele a compartir con sus hermanos, primos o amigos.
- Permita que se relacione con niños de su edad, para que tenga amigos.
- Recuerde que la familia es el primer lugar donde socializa el niño.

Valores

- Es importante participar en el mejoramiento social de nuestros entornos, para crear ambientes de bienestar, confianza e integridad.
- El fortalecimiento de los valores en la familia ayudará a formar mejores ciudadanos. Los valores son principios que nos permiten orientar nuestro comportamiento en función de nuestra realización como personas. Son creencias fundamentales que nos ayudan a preferir, apreciar y elegir unas cosas en lugar de otras, o un comportamiento en lugar de otro.
- La participación responsable en la vida de nuestra comunidad, la solución no violenta de los conflictos, la capacidad para identificar y manejar situaciones que representen riesgos, contribuyen a crear entornos saludables y seguros.



Gobierno para Todos



PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE
Y ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA PROMOCIÓN DE LA ORIENTACIÓN Y EL BIENESTAR

Secretaría de SALUD



Secretaría de EDUCACIÓN





2012

L M M J V S D

Marzo

				1 Diplomado de Prevención de Adicciones	2	3	4 Día de la Familia (Primer domingo del mes)
5	6	7	8 Día Internacional de la Mujer	9	10	11	12
13	14	15 Diplomado de Prevención de Adicciones	16	17	18	19	20
21 Día de la Primavera	22 Día Mundial del Agua	23	24 Día Mundial de Información sobre la Tuberculosis	25	26	27	28
29 Diplomado de Prevención de Adicciones	30	31					

SEMANA NACIONAL DE SALUD (VACUNACIÓN)
TALLER PARA PADRES DE FAMILIA DEL PROGRAMA SALUD PARA APRENDER

Aspectos de consumo, preparación, almacenamiento e higiene de los alimentos.

- Mencioneles que para poder preparar la comida es necesario acudir a la tienda para comprar los alimentos que se necesitan.
- Enséñeles que hay que evitar comprar alimentos en la vía pública, ya que no se tiene la seguridad de que estén limpios.
- Supervise que las frutas y verduras sean lavadas y desinfectadas, antes de consumirlas.
- Pída que le ayuden a guardar los alimentos en el refrigerador, así aprenderán la forma en que algunos alimentos se pueden conservar y almacenar.



4to. Bimestre

Fortalece tu cuerpo

- El realizar ejercicio a esta edad, ayudará al desarrollo afectivo, social y mental de sus hijos, recuerde que el ejercicio es vida.
- Es importante que sus hijos realicen actividad física constante, para ayudar a que su capacidad física se vaya desarrollando.
- El ejercicio ayuda al proceso de crecimiento de sus hijos, al estimular el sistema óseo (huesos) y muscular.
- Si desea que su niño practique algún deporte, es necesario que sea con instructores capacitados.
- Antes de hacer practicar un deporte a los niños menores de 5 años, es conveniente encauzarlos hacia un desarrollo psicomotor, de modo que vayan adquiriendo equilibrio y coordinación.



Abрил

2012

L M M J V S D

						1	
2	3	4	5	6	7	8	
V A C A C I O N E S							
9	10	11	12	13	14	15	
V A C A C I O N E S							
16	17	18	19	20	21	22	
Diplomado de Prevención de Adicciones							
23	24	25	26	27	28		
CAMPANA "ESCOLARES CONTRA EL DENGUE" SEMANA DE SALUD BUCAL							
30							



Día Mundial de la Tierra

4to. Bimestre

.....

Me relaciono con los demás, convivencia pacífica con mi familia, amigos y vecinos.

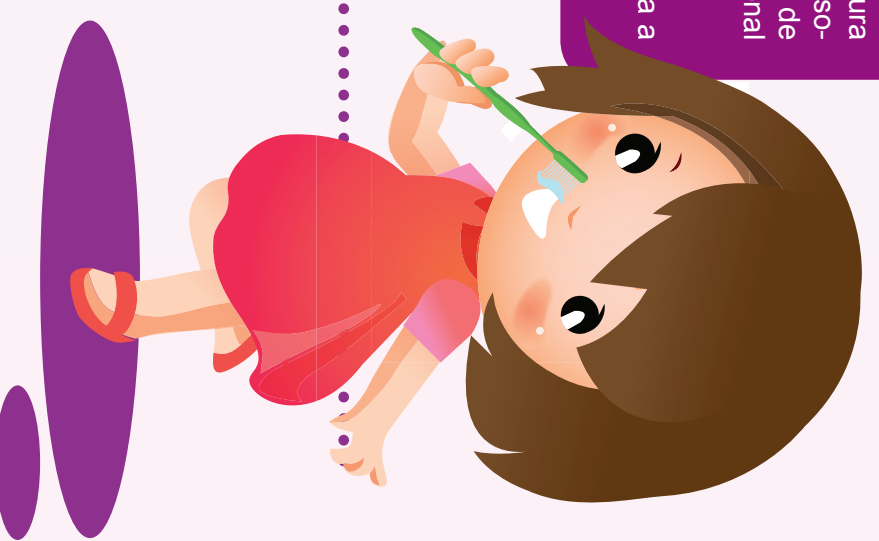
- Enseñe a su hijo el valor del respeto, esto hará que vivamos en una sociedad tranquila.
- Promueva en su familia la tolerancia hacia los demás.
- Mantenga una relación afectuosa con las personas con las que convive.
- Platique y escuche con atención a su hijo, déjelo expresar su opinión.

Higiene personal

- La práctica de la higiene personal es un hábito saludable que se adquiere en casa y se fortalece en la escuela y la comunidad.
- Muchas de las infecciones intestinales pueden prevenirse con el simple hecho de lavarse las manos después de ir al baño y antes de consumir algún alimento.
- Apoye a sus hijos para que adopten una cultura saludable mediante la práctica de higiene personal y dental; además de la revisión periódica de las acciones que recomienda la Cartilla Nacional de Salud.
- El baño diario y el uso de ropa limpia ayuda a mantener nuestra piel libre de infecciones.

Higiene en el edificio escolar y en el hogar

- Las escuelas como entornos seguros y saludables, apoyan la dignidad y el bienestar ofreciendo múltiples oportunidades de desarrollo mediante estrategias que promueven y apoyan la salud y la seguridad.
- Fomentemos un ambiente seguro y saludable para nuestros hijos, prediquemos con el ejemplo en el hogar. Recuerde que ellos son reflejo de nuestros actos.



Gobierno para Todos



PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE
ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA PREVENCIÓN
DE LA OBESIDAD Y EL SOBREPESO

Secretaría de SALUD



Secretaría de EDUCACION

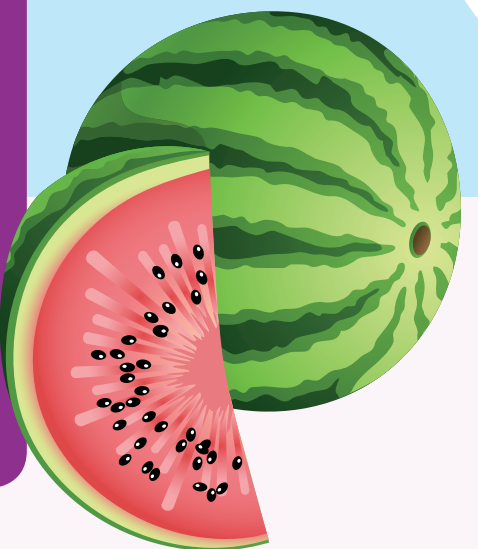


Mayo

L M M J V S D

2012

	1 Día del Trabajo	2	3 Diplomado de Prevención de Adicciones	4	5	6
7 Día Mundial del Asma	8 Día Mundial de la Cruz Roja	9 Día Internacional de las Aves	10 Día de las Madres	11	12	13
14	15	16	17 Día Mundial de la Hipertensión Arterial Diplomado de Prevención de Adicciones	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28 Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres	29	30 Día de la Promotora Voluntaria	31 Día Mundial de No Fumar Diplomado de Prevención de Adicciones			
SEMANA NACIONAL DE SALUD ENTREGA DE FICHA EVOLUTIVA DE PADRES DE FAMILIA A ESCUELAS						



Conociendo los alimentos

- Incluye cuando menos un alimento de cada grupo del Plato del Bien Comer, para que su alimentación sea adecuada.
- Consuma frutas y verduras de temporada.
- Procure combinar un alimento del grupo de los cereales, con uno del grupo de las leguminosas, ejemplo: arroz con frijoles; así obtendrá proteína de buena calidad.
- Proporciónales verduras de hojas verdes, para ayudarles en su desarrollo óseo y muscular.
- Consuma cereales integrales; ya que contienen fibra que nos ayuda a tener una mejor digestión, además de contener vitaminas y minerales.

5to. Bimestre



Juega en equipo Beneficios de la Actividad Física y el Deporte en la calidad de vida

Para los niños, hacer ejercicio significa jugar.

¿Cuánto ejercicio es suficiente? Los niños de dos años en adelante deberán hacer por lo menos 60 minutos de ejercicio, de moderado a vigoroso, todos los días.

Combinar la actividad física regular con una alimentación adecuada es la clave para llevar un estilo de vida saludable.

Algunos consejos para que sus hijos estén en forma:

- Ayude a su hijo a participar en diferentes actividades que sean adecuadas para su edad.
- Establezca un horario regular para la actividad física y el sueño.
- Adopte también usted un estilo de vida saludable, a fin de ser un ejemplo a seguir para su familia.
- Hágalo divertido: así su hijo disfrutará haciendo actividad física.



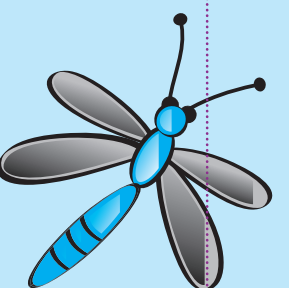
Junio

2012

L M M J V S D

				1	2	3
4	5 Día Mundial del Medio Ambiente	6	7	8	9	10
11	12	13	14 Día Mundial del Donante de Sangre Diplomado de Prevención de Adicciones	15	16	17 Día del Padre
18	19 Día Internacional Contra el Uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

5to. Bimestre



Me relaciono con los demás cuando hay conflictos: cómo reacciono cuando me enojo con mi familia y amigos?

- La comunicación es fundamental para relacionarse con todas las personas.
- Recomiéndele que cuando tenga un problema con alguna persona, se lo diga a usted, orientelo a resolverlo por medio de la comunicación.
- Enseñe a su hijo a ser justo y a tratar con respeto a todas las personas.

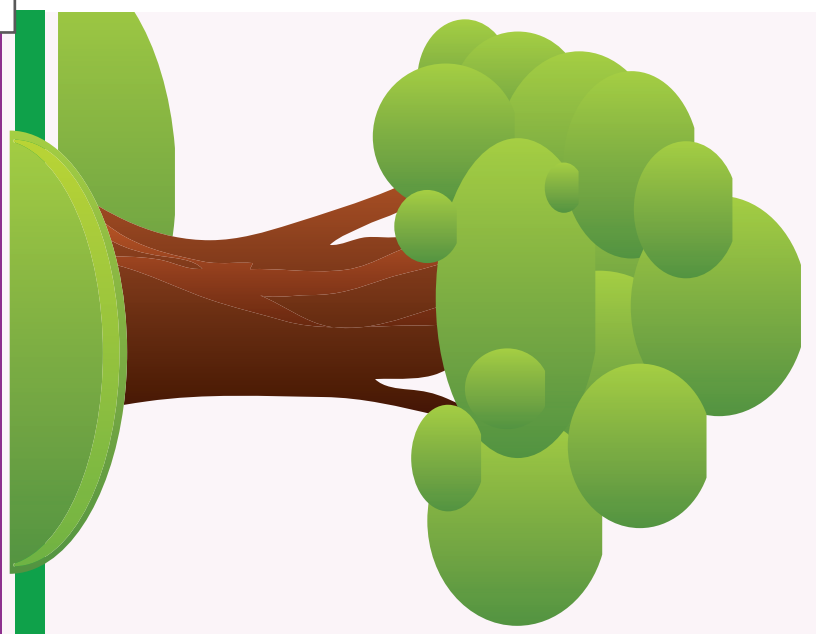
¿Qué es el Dengue?

- La fiebre del Dengue se transmite por la picadura de un mosquito que se reproduce en el agua que se encuentra almacenada en los alrededores de la vivienda.
- Es importante seguir las instrucciones y recomendaciones para evitar la reproducción de los mosquitos y el riesgo de enfermar de la fiebre del Dengue.

- Hay dos tipos de fiebre del Dengue: dengue clásico y Dengue hemorrágico. Solamente un médico puede hacer el diagnóstico, por lo que es muy importante acudir a consulta desde los primeros síntomas y no automedicarse.

Un lugar seguro y saludable

- Se entiende por medio ambiente al entorno que afecta y condiciona especialmente las circunstancias de vida de las personas.
- El medio ambiente puede ser conservado a través actividades de reforestación de los entornos escolares.
- La realización de actividades de reforestación en el entorno escolar, tiene como principal objetivo la participación de la comunidad educativa en las tareas de defensa, conservación y recuperación de los bosques.
- Más allá de la propia reforestación, se requiere de las tareas de mantenimiento y observación, así como fomentar la investigación, enseñanza y prácticas agrícolas.
- La Organización de las Naciones Unidas (ONU) designó el 5 de junio como el Día Mundial del Medio Ambiente, para dar a conocer la necesidad de conservar y mejorar el medio ambiente.



Gobierno para Todos





Julio

2012

L M M J V S D

						1
2	3	4	5	6 <small>Fin de Ciclo Escolar</small>	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20 <small>Día del Trabajador de la Secretaría de Salud</small>	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



Recursos y apoyos sociales comunitarios

- Ayude a sus hijos a identificar qué personas nos pueden brindar ayuda en caso de necesitarla y enseñeles cuál es la función de cada uno. Por ejemplo: bombero, dentista, doctor, enfermera, maestro(a), nutriólogo, policía, protección civil, entre otros.
- Identifique los lugares de servicios médicos, hospitales, Cruz Roja o Cruz Verde más cercanos a su domicilio.
- Cuando vayan de paseo a algún lugar cerrado busque con sus hijos el punto de reunión y hágales saber que si llegara a pasar alguna contingencia es ahí donde se reúnen las personas para salvaguardarse.
- Siempre tenga a la mano en un lugar visible los teléfonos de ayuda y emergencia.

Recomendaciones para unas vacaciones seguras:

- Organice actividades en familia, como: visitas a museos o parques recreativos.
- Si sus hijos utilizan bicicleta, patines o patineta, asegúrese de que utilicen casco, rodilleras y coderas.
- En caso de salir fuera de la ciudad:
 - Llenar el tanque de combustible, revisar los niveles de aceite y la presión de las llantas.
 - Trate de viajar durante el día ya que es más fácil recibir ayuda si la llega a necesitar.
 - Todos los integrantes de la familia deberán usar el cinturón de seguridad.
 - Respete los límites de velocidad y señalamientos.
 - Lleve direcciones y teléfonos del destino a donde se dirige, así como de emergencia.
- Se recomienda que en familia hagan una revisión del patio y eliminen los puntos de riesgo dentro y fuera de la casa, por ejemplo colocar los instrumentos de jardinería y artículos de limpieza en un lugar seguro.



Agradecemos a
Embotelladoras Arca y a Coca-Cola de México
por su apoyo para la impresión
de este material didáctico.

Coordinación General
Dra. Elizabeth Solís Pérez
Directora General de la Oficina del Secretario de Educación

Coordinación Técnica
Lic. Nut. Paulina Hernández Cedillo

Coordinación de Diseño e Imagen
Lic. Guillermo Charles González
Lic. Manolo Montemayor Saldívar
Lic. Marco Antonio Rodríguez Martínez

Comité Técnico Asesor
Dr. Amador Flores Aréchiga
Dra. Blanca Edelia González Martínez
M.C. Manuel López-Cabanillas Lomelí

Apoyo editorial
Lic. Humberto Salazar Herrera

Elaboración de contenidos
Lic. Nut. Paulina Hernández Cedillo, Lic. Nut. Cristina Miralda Tamez Garza,
Lic. Nut. Elizabeth Almaguer López, Lic. Nut. Karina Muñoz Zárate,
Lic. Nut. María Elena de Jesús Garza Badillo, Lic. Miguel Ángel González Pérez, Lic. Mauro Antonio García Hernández, Lic. Saúl Sánchez Castillo, Profr. José Alejandro López Loredo, Lic. Hortensia Solís Garza, Lic. Josefina Maldonado Pérez.

Revisión Técnico-Pedagógica
Profra. Idalia Reyes Cantú, Lic. Alejandra Rodríguez Tovar, Profra. Celia Elena Díaz Rodríguez, Profr. José Alejandro López Loredo.

Comité Interinstitucional
Dra. Adriana Dávila Benavides (**Asociación Estatal de Padres de Familia**); Lic. Jessica Elizondo (**UANL, Facultad de Trabajo Social**); Lic. Nut. Edith Espinoza Páez (**UANL, Facultad de Salud Pública y Nutrición**); Lic. Lourdes Huerta Pérez (**Secretaría de Salud**); Profr. Ricardo de León Hernández (**SNTE, Sección 50**); Dr. Rafael Pámanes Bringas (**Asociación Estatal de Padres de Familia de Escuelas Particulares**);
Lic. Federico Requesnes (**DIF**); Profr. Ramiro Rojas Grimaldo (**SNTE, Sección 21**); M.E. María Diana Ruvalcaba Rodríguez (**UANL, Facultad de Enfermería**); Patricia Sepúlveda Saldaña (**Secretaría de Desarrollo Social**); Dra. Elizabeth Solís Pérez (**Secretaría de Educación**)

Tiraje: 84,210
D.R.© 2010, Secretaría de Educación del Estado de Nuevo León, Secretaría de Salud del Estado de Nuevo León



Gobierno para Todos

