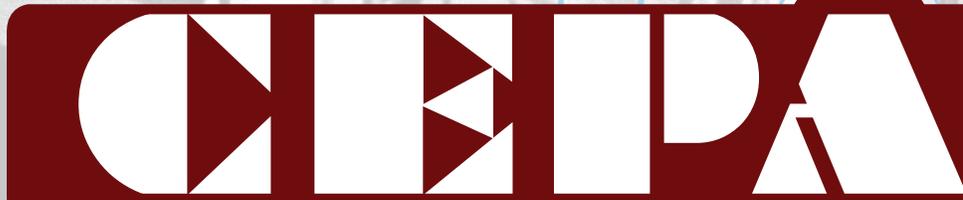


PLAN DE CAPACITACIÓN



“CEPA, un programa por Proyecto Defensa Laboral, enseña a los trabajadores cómo ser más seguros en el trabajo y cómo mejorar las condiciones de construcción.”

—LOS TRABAJADORES DE PROYECTO DEFENSA LABORAL



UNA CAPACITACIÓN PARA **SALUD Y SEGURIDAD** EN **CONSTRUCCIÓN**
PROYECTO DEFENSA LABORAL / WORKERS DEFENSE PROJECT

¿QUIÉNES SOMOS?

Misión de la OSHA

Con la Ley de Seguridad y Salud Ocupacionales de 1970, el Congreso creó la Administración de Seguridad y Salud Ocupacionales (OSHA) a fin de garantizar condiciones de trabajo seguras y salubres para hombres y mujeres trabajadores mediante el establecimiento y la aplicación de normas y el suministro de capacitación, inclusión, instrucción y asistencia.



Los centros comunitarios de CEPA



Proyecto Defensa Laboral es una organización de membresía que apoya a trabajadores de bajos ingresos para lograr dignidad en el empleo a través de servicios directos, educación, organización, y alianzas estratégicas.



El Centro Laboral Fe y Justicia es un espacio seguro donde los trabajadores de bajo sueldo pueden aprender sobre sus derechos laborales y organizarse para mejorar las condiciones laborales en el lugar del trabajo.



Texas Civil Rights Project (TCRP) promueve la justicia racial, social y económica a través del litigio, educación y servicios sociales para las personas de bajos ingresos con menos posibilidades de defenderse por sí mismos. TCRP lucha por promover la equidad, asegurar la justicia y la diversidad y fortalecer las comunidades de bajos recursos en Texas.

Agradecimientos

El presente material no habría sido desarrollado sin las contribuciones de otras organizaciones, cuyo trabajo se refleja en el contenido del Programa de CEPA. Proyecto Defensa Laboral desea reconocer a Rutgers OTEC y New Labor, Cal/OSHA, NIOSH, Jim Albers, KST Electric, San Paloma, y a todos los recipientes anteriores de la beca Susan Harwood de OSHA.

Este currículum fue desarrollado por el Proyecto de Defensa Laboral. Fue financiado en su totalidad o en parte por fondos federales de la Administración de Salud y Seguridad Ocupacionales (OSHA por sus siglas en inglés) y el Departamento del Trabajo de los EEUU bajo el subsidio SH22319SH1. Estos materiales no necesariamente reflejan las opiniones ni políticas del Departamento del Trabajo de los EEUU, tampoco implique promoción por parte del gobierno de los EEUU cualquier mención de identidades corporativas, productos comerciales, ni organizaciones.

ÍNDICE: PLAN DE CAPACITACIÓN

Introducción

INTRODUCCIÓN:	4
EL MÉTODO DE LA CAPACITACIÓN:	6
¡PREPÁRESE!	8

Plan de Capacitación (2hr)

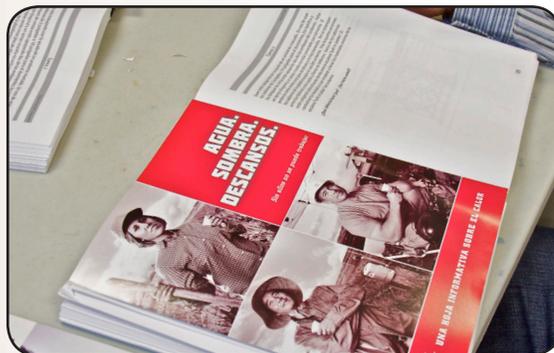
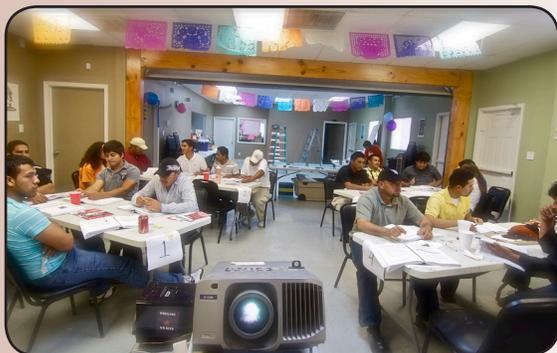
INTRODUCCIÓN	12
CONTROLAR PELIGRO:	
Introduzca el tema	16
Tarea 1	16
Tarea 2	18
Video y tarea 3	21
ELECTRICIDAD:	
Introduzca el tema	26
Video y tarea 1	26
PROTÉJASE:	
Introduzca el tema	30
Video y tarea 1	30
Video y informes	32
ALTURAS:	
Introduzca el tema	36
Tarea 1	36
Video y tarea 2	39

INTRODUCCIÓN

Materiales Educativos

Use la Guía con los siguientes materiales educativos:

- Manual Para Facilitadores**
Le servirá en facilitar cada sección de CEPA: Una Capacitación Para Salud y Seguridad en Construcción.
- Manual Para Trabajadores**
Presenta la información principal sobre los peligros en construcción y algunos consejos para protegerse mejor. Los trabajadores pueden consultarlo durante y después de la capacitación.
- Videos de Seguridad**
Presenta la información principal de cada tema de la capacitación. Ofrecen consejos para protegerse y incluyen escenarios para las discusiones durante la capacitación.
- Folletos Informativos**
Resumen la información principal de cada tema de la capacitación. Sirven cómo un recurso durante y después de la capacitación.
- Fotos de los Peligros**
Sirven cómo ayuda visual durante la capacitación.



INTRODUCCIÓN

Otros Materiales

Antes de realizar la capacitación, asegúrese que tenga lo siguiente:

- Equipo Técnico**
Le servirá en facilitar cada sección de CEPA: Una Capacitación Para Salud y Seguridad en Construcción.
- Hojas Grandes**
Presenta la información principal sobre los peligros en construcción y algunos consejos para protegerse mejor. Los trabajadores pueden consultarlo durante y después de la capacitación.
- Dry Erase Board**
Presenta la información principal de cada tema de la capacitación. Ofrecen consejos para protegerse y incluyen escenarios para las discusiones durante la capacitación.
- Lapiceros y un Cuaderno a Cada Mesa**
Para el uso durante la capacitación.
- Equipo de Seguridad**
Incluso las escaleras, un arnés del cuerpo entero, y ejemplos de equipo de protección personal (PPE).



EL MÉTODO DE LA CAPACITACIÓN

Actividades en grupos pequeños

La estructura básica de esta capacitación se basa en el método de las Actividades en Grupos Pequeños. La capacitación está dividida en cuatro secciones, y cada sección tiene una estructura común:

Tareas en Grupos Pequeños

La capacitación siempre opera con las personas trabajando en grupos pequeños en las mesas. Las tareas requieren que los grupos utilicen su experiencia, el Manual Para Trabajadores, y los Folletos Informativos para contestar a los escenarios presentados en los videos y los fotos de peligros.

Los Informes: Presentaciones a la Clase

Para desarrollar habilidades de liderazgo y hablar en publico, cada grupo presentará los resultados de sus tareas en grupo. Para cada tarea, el grupo debe escoger un escritor y un presentador diferente, cuyos trabajo es tomar notas y informar a la clase entera.

El Resumen

Antes de concluir la discusión de tema, el facilitador ofrece un resumen, destacando los puntos claves, y mencionar cualquier tema o punto que se pudo haber pasado por alto durante los informes.



EL MÉTODO DE LA CAPACITACIÓN

Los 3 intercambios básicos

Aprendizaje no es una calle unidireccional que va del facilitador a trabajador. Con el método de Actividades en Grupos Pequeños, la clase es un lugar donde se comparte el aprendizaje. Más bien, este método es un proceso de aprendizaje en grupo que permite cada persona compartir. Se basa en tres intercambios:

De Trabajador a Trabajador

Permite que los participantes aprendan unos de otros resolviendo problemas en sus grupos pequeños. Este intercambio ocurre durante las actividades en grupos pequeños.

De Trabajador a Facilitador

Reconoce que los facilitadores también tienen mucho que aprender, y en muchos temas cualquier grupo de trabajadores tendrá igual o más conocimiento colectivo. Este intercambio ocurre durante los informes.

De Facilitador a Trabajador

Sirve para aclarar confusiones y recalcar los puntos que son claves. Este intercambio ocurre durante el resumen.



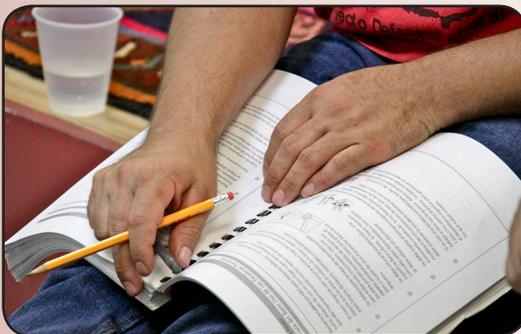
¡PREPÁRESE!

Sea preparado antes de realizar la capacitación

Una capacitación de 2 horas puede ser una manera muy eficiente de comunicarles información sobre salud y seguridad a los trabajadores en construcción. Para comunicar la información eficazmente es necesario prepararse y tener un verdadero deseo de involucrar a los trabajadores en la salud y seguridad.

En esta guía encontrará algunos consejos para los facilitadores, que pueden ayudar a animar discusiones y habilitar a los trabajadores para promover la seguridad. Siga estos 4 pasos para prepararse:

- Lea y familiarícese con el Manual Para Trabajadores. Este Manual le puede ayudar a realizar la capacitación, contestar preguntas y cumple con los requisitos de OSHA.
- Lea y familiarícese con esta Guía de Capacitación. Esta Guía le servirá para realizar la capacitación. Tiene instrucciones sobre cada sección de la capacitación.
- No olvide pedirles a todos que firmen una lista de asistencia para tener un buen registro de las personas que recibieron capacitación.
- No olvide informarles de Proyecto Defensa Laboral, los beneficios de ser miembro, y cómo puedan involucrarse en las capacitaciones de seguridad.



Las 4 secciones del manual

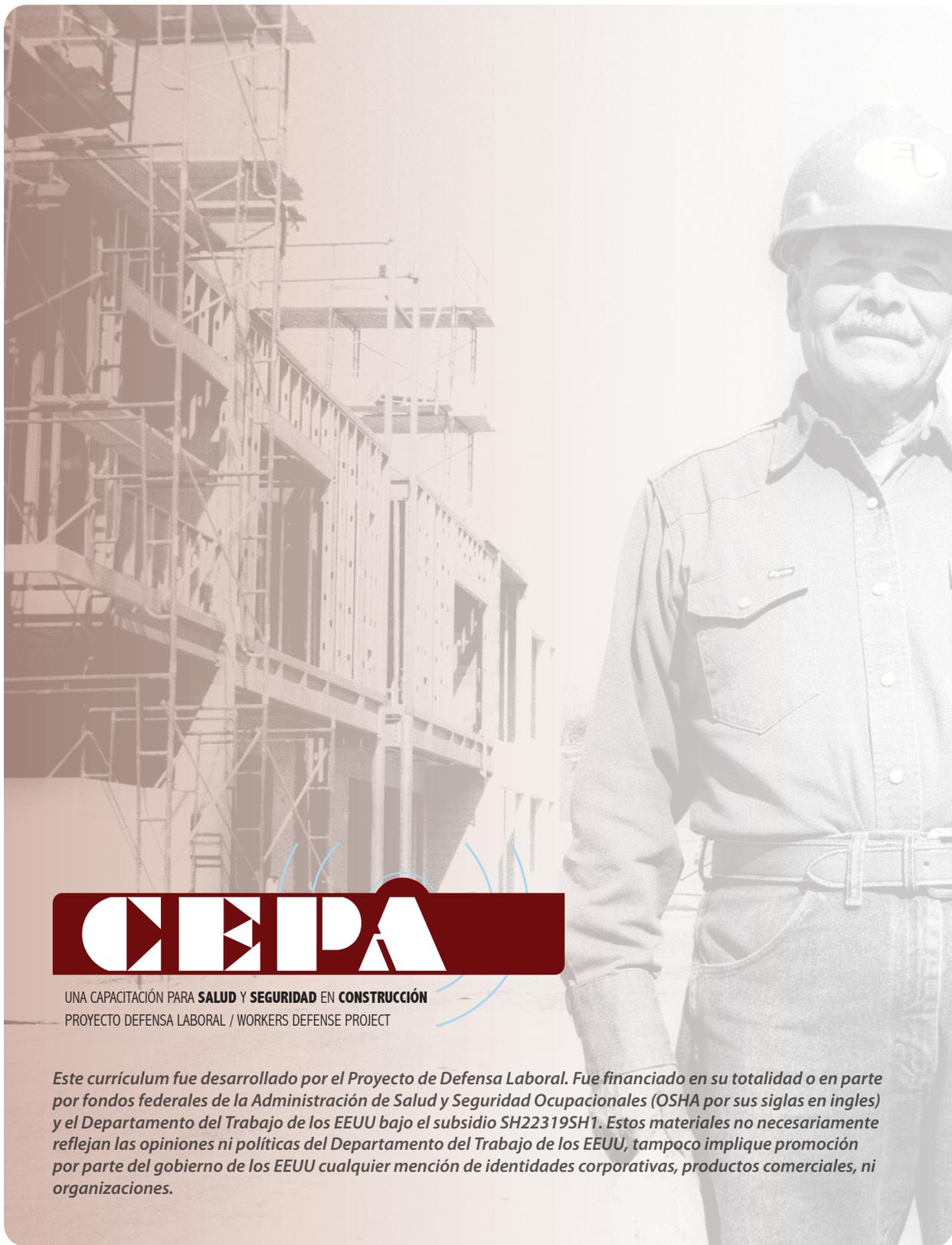
El Manual para Facilitadores está escrita para que la capacitación sea fácil de realizar. Está dividida en cuatro secciones de 30 minutos.

- **Controlar Peligro:** Incluso una discusión de estrés por calor
- **Electricidad:** Protéjase de los Peligros de Electricidad
- **Protéjase:** Derechos y Responsabilidades bajo OSHA
- **Alturas:** Protéjase de los Peligros de Caídas

Una Estructura Común:

Cada Sección tiene la misma estructura, la cual se base en el método de actividades en grupos pequeños.

- Cada sección tiene un video de seguridad de 5-7 minutos.
- Cada sección tiene dos tareas en grupos pequeños. Para realizar la capacitación, usted dirigirá una discusión, en la cual hará preguntas y animará los participantes.
- Hay instrucciones de cómo facilitar cada sección. Las instrucciones para el facilitador aparecen en TEXTO NEGRO.
- Las respuesta posibles a las preguntas y los puntos principales aparecen en CAJAS BLANCAS con TEXTO ROJO.
- Al fin de cada sección hay algunos consejos para facilitadores que se debe tomar en cuenta.



UNA CAPACITACIÓN PARA **SALUD Y SEGURIDAD EN CONSTRUCCIÓN**
PROYECTO DEFENSA LABORAL / WORKERS DEFENSE PROJECT

Este currículum fue desarrollado por el Proyecto de Defensa Laboral. Fue financiado en su totalidad o en parte por fondos federales de la Administración de Salud y Seguridad Ocupacionales (OSHA por sus siglas en inglés) y el Departamento del Trabajo de los EEUU bajo el subsidio SH22319SH1. Estos materiales no necesariamente reflejan las opiniones ni políticas del Departamento del Trabajo de los EEUU, tampoco implique promoción por parte del gobierno de los EEUU cualquier mención de identidades corporativas, productos comerciales, ni organizaciones.