Elementos mínimos para el cuidado de espacios sanitarios

En colaboración:

Gobernación de Norte de Santander

ALCALDÍA DE SAN JOSE DE CUCUTA

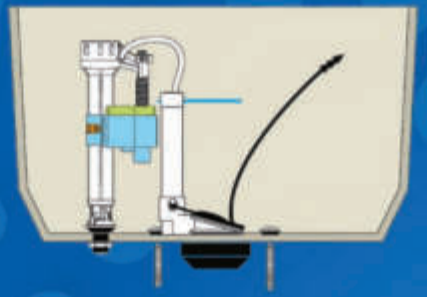
BIENESTAR FAMILIAR

Corprodinco

SANITATION FOR MILLIONS

giz

Elementos mínimos para el cuidado de espacios sanitarios



En colaboración:

Gobernación de Norte de Santander

ALCALDÍA DE SAN JOSE DE CUCUTA

BIENESTAR FAMILIAR

Corprodinco

SANITATION FOR MILLIONS

german

giz

En colaboración:

Gobernación de Norte de Santander

BIENESTAR FAMILIAR

Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario

SANITATION FOR MILLIONS

Apoyado por:

german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT

Implementado por:

giz

En colaboración:

Gobernación de Norte de Santander

BIENESTAR FAMILIAR

Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario

SANITATION FOR MILLIONS

Apoyado por:

german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT

Implementado por:

giz

¿Qué deberías hacer si observas que alguien dejó la llave del agua abierta en el baño?

A) Ignorarla.
B) Cerrarla.
C) Decirle a alguien más que la cierre.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

¿Qué es lo primero que deberías hacer después de usar el inodoro, retrete o sanitario?

A) Limpiarse adecuadamente y bajar la cadena del inodoro.
B) Salir del baño y cerrar la puerta.
C) Lavarse las manos con agua y jabón.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

¿Cuáles son los pasos esenciales para el uso adecuado de el inodoro, retrete o sanitario?

A) Verificar que la puerta esté bien cerrada y el seguro sea accesible, garantizando privacidad y seguridad personal.
B) Inspeccionar la limpieza del sanitario/retrete/inodoro antes de usarlo, asegurando que la superficie del asiento esté en condiciones higiénicas adecuadas.
C) Asegurar la correcta disposición de residuos en la papelera correspondiente, manteniendo el orden y funcionalidad de las instalaciones.
D) Todas las anteriores son pasos fundamentales para un uso responsable y seguro de las instalaciones sanitarias.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

¿Cómo nos afecta el mal uso de la papelera en instalaciones sanitarias?

A) El papel y residuos en el piso generan malos olores, atraen insectos y pueden causar problemas de salud para todos los usuarios.
B) El papel higiénico arrojado al inodoro puede causar obstrucciones, daños en las tuberías y gastos adicionales de mantenimiento que afectan a toda la comunidad.
C) Un baño desordenado y sucio por el mal uso de la papelera crea un ambiente desagradable y puede provocar que otros usuarios también tengan malas prácticas.
D) Todas las anteriores son consecuencias que afectan el bienestar y la convivencia de la comunidad.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
Implementado por:
giz

¿Qué hacer si no encuentras una papelera en el baño para desechar productos menstruales?

A) Dejarlos en cualquier lugar visible.
B) Arrojarlos al inodoro ya que no hay otra opción.
C) Guardarlos envueltos en papel higiénico o su empaque original y buscar un contenedor apropiado.
D) Esconderlos detrás del inodoro.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

¿Qué harías si ves mensajes o dibujos en las paredes del baño que pueden hacer sentir mal a otros compañeros?

A) Dibujar más mensajes en la pared.
B) Contarle a tu profesor/a o a un adulto/a de confianza.
C) No decir nada porque no es importante.
D) Borrar los mensajes tú mismo.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

Si ves a alguien realizando acciones peligrosas en el baño (como subirse sobre el sanitario o lavamanos), ¿qué debes hacer?

A) Grabar un video para compartirlo.
B) Informar inmediatamente a un adulto/a responsable para prevenir accidentes y daños.
C) Esperar a ver si se lastima.
D) Darle consejos sobre cómo subirse mejor.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

¿Qué debemos hacer para usar el baño público de forma segura?

A) Antes de entrar, mirar que el baño esté bien iluminado y que sea un lugar que nos haga sentir tranquilos/as.
B) Elegir baños que estén cerca de zonas donde transiten personas.
C) Verificar que la puerta cierre bien y que podamos usar el seguro fácilmente.
D) Todas las anteriores son importantes para cuidarnos cuando usamos el baño.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

¿Cómo podemos ayudar a una niña, joven o mujer si notamos que tiene una emergencia relacionada con la menstruación?

A) Ignorar la situación y no hacer nada.
B) Comentarlo con compañeras/os y hacer bromas al respecto.
C) Acercarnos discretamente para ofrecer ayuda, buscar a una profesora o enfermera, y mantener la privacidad de nuestra compañera.
D) Señalar la situación frente a los demás.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
Implementado por:
giz

¿Cuáles son las herramientas y accesorios mínimos que deben estar disponibles para el mantenimiento adecuado de los espacios sanitarios?

A) Chupa, llave de manos, tubo de desagüe, unión macho y hembra y árbol flotador.

B) Papelera, dispensador de jabón, dispensador de toallas de manos, asiento sanitario y tapón en PVC.

C) Chupa, teflón, pegante P.V.C, árbol flotador y tubo de desagüe.

D) Todas las anteriores.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
Implementado por:
giz

¿Cómo debes usar tus sentidos para verificar que un espacio sanitario es seguro?

A) Vista: Observando si hay elementos para la higiene y revisando que no existan ranuras, grietas o fisuras que afecten la privacidad.
B) Oído: Escuchando si hay ruidos inusuales que provoquen alerta o incomodidad.
C) Tacto: Comprobando que el seguro de la puerta funcione.
D) Todas las anteriores.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

¿Qué debemos hacer si vemos a una persona desconocida en el baño?

A) Salir rápidamente del baño, avisar a un adulto de confianza y si no puedes salir del baño o te sientes muy inseguro/a, trata de llamar la atención de otras personas pidiendo ayuda.

B) Quedarnos en el baño y no decir nada.

C) Hablar con la persona desconocida para preguntarle qué hace ahí.

D) Vigilar los movimientos de la persona.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

¿Cómo debes usar tus sentidos para verificar que un espacio sanitario es adecuado?

A) Oído: escuchando que no existen sonidos asociados a derrames de agua o goteos de líquidos.
B) Vista: observando que las instalaciones cuentan con ventilación adecuada, estén limpias, libres de derrames, material biológico expuesto, tuberías libres de atascos y, además, que cuenten con insumos mínimos como: jabón, papel higiénico, entre otros que permitan la limpieza genital y de manos.
C)Tacto: comprobando como mínimo el funcionamiento de la llave del lavamanos, palanca del taque sanitario/retrete/inodoro.
D) Olfato: identificando que no existan olores fuertes asociados a material biológico acumulado o a la inadecuada disposición de residuos, humedades, y/o tuberías con atascos en los espacios sanitarios.
E) Todas las anteriores son correctas.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
Implementado por:
giz

¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor la gestión adecuada de la higiene menstrual en espacios sanitarios?

A) La gestión se limita a proporcionar contenedores específicos para productos menstruales y mantener los espacios sanitarios limpios, sin considerar otros aspectos de infraestructura o privacidad.

B) El manejo correcto incluye solo la provisión de productos de higiene menstrual como toallas y tampones, junto con información educativa sobre su uso adecuado.

C) La gestión integral involucra instalaciones básicas funcionales (inodoros/sanitarios/retretes, lavamanos, iluminación), disponibilidad de productos de higiene, mantenimiento regular, condiciones de privacidad (espacio suficiente, ganchos, superficies limpias) y educación mediante señalización apropiada sobre disposición de productos e higiene básica.

D) El manejo se centra exclusivamente en la limpieza frecuente de las instalaciones y el vaciado regular de contenedores, sin contemplar aspectos como la privacidad o la educación.

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

¿Cómo debes usar tus sentidos para verificar que un espacio sanitario es accesible?

A) Tacto: Comprobando que las instalaciones cuentan con barras de apoyo horizontales y verticales firmes en la entrada de los baños que permitan un agarre seguro.
B) Tacto: Comprobando que las instalaciones cuentan con barras de seguridad firmes, (fijas o plegables) al del lado del inodoro/retrete/ sanitario que permitan un agarre seguro.
C) Vista: Observando si existe al menos un lavamanos, Jabón, papel o toalla a una altura cómoda y al alcance de una persona en condición de discapacidad.
D) Vista: Observando si existen puertas corredizas o de apertura hacia afuera y verificando que los pisos seas antideslizantes.
E) Todas las anteriores

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

Desafío

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

Desafío

Enfrenten en equipo situaciones de emergencia simulada en un espacio sanitario, tomen decisiones rápidas y efectivas para resolverlas.

Derrame de agua: un grifo o tubería tiene una fuga y el suelo está mojado.

Problema de plomería: el inodoro no funciona correctamente o hay un atasco.

Escojan una de las dos situaciones y utilicen la caja de herramientas con los elementos mínimos para el mantenimiento de espacios sanitarios disponibles en el juego. Clasifiquen estos elementos según sea necesario para cada caso y expliquen como los usarían.

Desafío

Jugadores, juntos observarán las láminas con imágenes de los elementos para el mantenimiento de espacios sanitarios. Algunas láminas contienen imágenes que no corresponden, identifiquen las que no son correctas.

Desafío

¡Equipo, este es el momento de actuar! Que harían si ven a un desconocido observando de manera sospechosa alrededor de los espacios sanitarios. Simulen la situación.

Desafío

Jugadores, vamos a evaluar el espacio sanitario más cercano para determinar si es verdaderamente accesible para todas las personas.

Utilicen sus sentidos y evalúen:
Tacto: ¿Se pueden abrir puertas hacia afuera, los pisos son antideslizantes?
Vista: ¿Tienen un baño suficientemente amplio para que las personas con discapacidad se puedan movilizar adecuadamente?

Al volver, informe sobre los hallazgos identificados en temas de accesibilidad.

Desafío

¡Observación sanitaria! visita rápidamente el baño más cercano y busca tres elementos esenciales para el lavado de manos (jabón, agua, toallas/secador). Anota si están presentes o ausentes y prepárate para explicar al grupo por qué cada uno es fundamental para la higiene y salud pública en este espacio compartido. ¡El participante más observador y con la mejor explicación gana un punto para su equipo!

Desafío

Jugadores, en este momento mostrarán sus habilidades de superhéroes. Deben ir rápidamente al espacio sanitario más cercano. Analícenlo y activen sus megas sentidos (oído, vista, olfato y tacto) para identificar si las instalaciones son adecuadas y seguras. tienen 3 minutos para ir al espacio sanitario y volver a la zona de juego.
Al regresar contesten las siguientes preguntas:

Olfato: ¿Qué olores predominan en el ambiente? ¿Huelen productos de limpieza o algo desagradable como humedad o residuos? ¿Los olores les resultan frescos y agradables o provocan incomodidad?

Vista: ¿Qué observan en el baño? ¿Está limpio o sucio? ¿Hay manchas o moho en las paredes o el suelo? ¿El espacio está bien iluminado? ¿Notan algo que destaque, como señales de deterioro o falta de insumos (papel, jabón, etc.)? ¿Hay letreros agresivos que te haga sentir incomodo/a.

Tacto: Toquen algunas superficies: ¿los lavamanos, puertas o grifos están en funcionamiento?
¿La temperatura del espacio es adecuada o resulta incómoda?

Oído:¿Hay ruidos de agua corriendo, llaves o grifos goteando y/o inodoros/retretes/sanitarios están adecuado funcionamientos?

Desafío

Los equipos disponen de 3 minutos para identificar elementos de higiene menstrual en espacios sanitarios. El guía entregará papel y lápiz para anotar palabras que inicien con las letras T, L, C, S, P y B.

Tenga en cuenta el siguiente ejemplo:

T	L	C	S	P	B
Toallas sanitarias					
Tampones					

Desafío

Equipo, llegó el momento de usar los conocimientos y la imaginación. Pida al guía del juego una hoja de papel, junto a su equipo diseñe un baño ideal para niños o niñas. No olviden lo aprendido sobre espacios sanitarios seguros y adecuados para obtener la recompensa.

Desafío

Usen el poder musical, en 3 minutos compongan en equipo un coro que promueva el buen uso y disfrute de los espacios sanitarios.

Desafío

Ensamblaje del sifón: el equipo dispone de 3 minutos para demostrar sus habilidades de plomería. Deben seleccionar y organizar el tubo curvo, teflón y conexiones necesarias, ensamblar correctamente el sifón y explicar su función en el sistema sanitario para prevenir malos olores (los elementos los encontrarán en la caja de herramientas).

En colaboración:

Gobernación de Norte de Santander

BIENESTAR FAMILIAR

Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario

SANITATION FOR MILLIONS

Apoyado por:

german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT

Implementado por:

giz

Retrocede dos casillas

En colaboración:
Gobernación de Norte de Santander
BIENESTAR FAMILIAR
Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario
SANITATION FOR MILLIONS
Apoyado por:
german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT
Implementado por:
giz

Cede el turno

En colaboración:

Gobernación de Norte de Santander

BIENESTAR FAMILIAR

Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario

SANITATION FOR MILLIONS

Apoyado por:

german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT

Implementado por:

giz

Wash Club: caja de recursos de transferencia del conocimiento N°3

Instructivo de juego herramienta para facilitadores

“Superhéroes de la higiene en entrenamiento”

En colaboración:

Gobernación de Norte de Santander

Alcaldía de San José de Cúcuta

Bienestar Familiar

Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario

SANITATION FOR MILLIONS

Apoyado por:

german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT

Implementado por:

giz

Wash Club: caja de recursos de transferencia del conocimiento N°3

Instructivo de juego herramienta para facilitadores

"Superhéroes de la Higiene en Entrenamiento"

Objetivo del juego: Promover el conocimiento y la corresponsabilidad en el mantenimiento y uso adecuado de los espacios sanitarios, con un enfoque especial en la higiene menstrual y el género.

Contenido de juego:

- Tapete de juego con 32 casillas (tapete con imágenes de espacios sanitarios, símbolos de penalización y desafíos).
- Baraja del juego. (15 cartas de preguntas, 10 cartas de desafíos, 3 cartas de comodines, 2 cartas de penalización).
- 3 pines de juego.
- 1 reloj o cronómetro.
- Dado numérico.
- Hojas en blanco (de los recursos disponibles a su alrededor prepare hojas donde puedan escribir, incluso puede ser papel reciclado).
- Caja de herramientas con los elementos mínimos para el mantenimiento de espacios sanitarios.
- 2 láminas con imágenes de elementos para mantenimiento de sanitarios.

Preparación de juego:

1. Organice sobre una superficie plana el tapete de juego.
2. Entregue a cada equipo un pin de juego de diferente color.
3. Distribuya las barajas en 4 mazos boca abajo de la siguiente manera:

a. Mazo de la baraja de preguntas (15 cartas)
b. Mazo baraja desafíos (10 cartas)
c. Mazo baraja de comodines (3 cartas)
d. Mazo baraja de penalización (2 cartas)

4. Organice que las láminas y la caja de herramientas para el mantenimiento de sanitarios manera visible alrededor del tapete de juego.

Antes de iniciar el juego:

Es necesario contar con al menos dos participantes: uno que asumirá el rol de guía y otro como jugador. Si el grupo es más numeroso, se pueden organizar equipos equilibrados, permitiendo un máximo de tres equipos para garantizar una dinámica fluida.

Nota:

- El guía puede omitir las cartas de color rojo incluidas en la baraja de preguntas, si el contexto en el que se desarrolla el juego no es propicio.
- Para asegurar el desarrollo adecuado del juego, se contará con un guía que lo dirija. Cada equipo podrá elegir un nombre que les identifique, ¡esto hará más divertido el juego!

Movimiento del tablero:

Explique a los equipos que cada jugador o jugadora al iniciar su turno podrá lanzar el dado y mover el pin por el tapete según el número obtenido. Al caer en una casilla, deberá enfrentar lo que esta indique: puede ser una pregunta que responder, un desafío que superar, un comodín que aprovechar o una penalización que cumplir. El juego continúa por turnos mientras los jugadores avanzan hacia la meta.

Recompensas y penalizaciones:

Comunique a los jugadores que en el mazo de comodines encontrarán cartas con recompensas que les permitirán avanzar más rápido, mientras que en la baraja de penalizaciones hallarán obstáculos que dificultarán su avance hacia la meta.

Reglas especiales:

- Indique a los equipos que durante el juego deben mostrar apoyo mutuo y respeto entre los jugadores y el guía del juego.
- Indique a los equipos en caso de caer en las casillas 8 y 26 tendrá que retroceder por el tobogán a las casillas 3 y 21.
- Explique que durante el juego se supervisará el cumplimiento de las reglas para generar la continua colaboración y un ambiente positivo.
- Si el juego debe terminar antes de completar todas las casillas, el equipo ganador será el que se encuentre más cerca de la meta.

Tarjetas de preguntas:

1. ¿Qué deberías hacer si observas que alguien dejó la llave del agua abierta en el baño?
A) Ignorarla.
B) Cerrarla.
C) Decirle a alguien más que la cierre.
Respuesta correcta: B) Cerrarla

Tip: ¡Recuerda! cuidar el medio ambiente es importante, con pequeñas acciones puedes ayudar. Dejar la llave abierta durante cinco minutos puede gastar hasta 40 litros de agua.

2. ¿Qué es lo primero que deberías hacer después de usar el inodoro, retrete o sanitario?
A) Limpiarse adecuadamente y bajar la cadena del inodoro.
B) Salir del baño y cerrar la puerta.
C) Lavarse las manos con agua y jabón.
Respuesta correcta: A) Limpiarse adecuadamente y bajar la cadena del inodoro

Tip: para una higiene adecuada después de defecar debe limpiarse con papel higiénico de adelante hacia atrás. Usar cantidad suficiente de papel hasta que quede limpio.

3. ¿Cuáles son los pasos esenciales para el uso adecuado de el inodoro, retrete o sanitario?
A) Verificar que la puerta esté bien cerrada y el seguro sea accesible, garantizando privacidad y seguridad personal.
B) Inspeccionar la limpieza del sanitario/retrete/inodoro antes de usarlo, asegurando que la superficie del asiento esté en condiciones higiénicas adecuadas.
C) Asegurar la correcta disposición de residuos en la papelera correspondiente, manteniendo el orden y funcionalidad de las instalaciones.
D) Todas las anteriores son pasos fundamentales para un uso responsable y seguro de las instalaciones sanitarias.
Respuesta correcta: D) Todas las anteriores son pasos fundamentales para un uso responsable y seguro de las instalaciones sanitarias.

Tip: usar el baño de manera adecuada y mantenerlo limpio e higiénico previene hongos, virus y bacterias perjudiciales para la salud.

4. ¿Cómo nos afecta el mal uso de la papelera en instalaciones sanitarias?
A) El papel y residuos en el piso generan malos olores, atraen insectos y pueden causar problemas de salud para todos los usuarios.
B) El papel higiénico arrojado al inodoro puede causar obstrucciones, daños en las tuberías y gastos adicionales de mantenimiento que afectan a toda la comunidad.
C) Un baño desordenado y sucio por el mal uso de la papelera crea un ambiente desagradable y puede provocar que otros usuarios también tengan malas prácticas.
D) Todas las anteriores son consecuencias que afectan el bienestar y la convivencia de la comunidad.

Respuesta correcta: D) Todas las anteriores son consecuencias que afectan el bienestar y la convivencia de la comunidad.

Tips: ¡No dejes que la basura se acumule! da un paso en promoción ante la acción depositando los residuos en la papelera o caneca. De esta manera estas ayudando y promoviendo espacios sanitarios limpios, ordenados. Así evitas que este comportamiento de observar y no actuar sea eliminado. ¡Recuerdes ten presente que Los espacios sanitarios limpios y ordenados ayudan a que se respire un ambiente sano!

5: ¿Qué hacer si no encuentras una papelera en el baño para desechar productos menstruales?
A) Dejarlos en cualquier lugar visible.
B) Arrojarlos al inodoro ya que no hay otra opción.
C) Guardarlos envueltos en papel higiénico o su empaque original y buscar un contenedor apropiado.
D) Esconderlos detrás del inodoro.

Respuesta correcta: C) Guardarlos envueltos en papel higiénico o su empaque original y buscar un contenedor apropiado.

Tip: Garantizar una correcta gestión de desechos menstruales es importante para mantener espacios limpios y seguros. La disposición de canecas o botes d en espacios sanitarios facilita este proceso.
Por lo tanto, deberá acompañarse de sensibilización y educación a estudiantes para disponer los residuos de forma correcta.

6: ¿Qué harías si ves mensajes o dibujos en las paredes del baño que pueden hacer sentir mal a otros compañeros/as?
A) Dibujar más mensajes en la pared.
B) Contarle a tu profesor/a o a un adulto/a de confianza.
C) No decir nada porque no es importante.
D) Borrar los mensajes tú mismo.

Respuesta correcta: B) Contarle a tu profesor o a un adulto de confianza para que pueda ayudar a que todos se sientan bien y seguro

Tip: es importante entender que cuando vemos mensajes o dibujos que pueden hacer sentir mal a otros compañeros, no son simplemente bromas divertidas. Así como no nos gustaría que alguien nos hiciera sentir tristes o asustados, tampoco debemos permitir que otros compañeros pasen por eso. Cuando le contamos a un profesor o adulto de confianza sobre estas situaciones, no lo hacemos para meter en problemas a nadie, sino porque queremos que nuestra escuela sea un lugar donde todos podamos sentirnos felices y seguros.

7: Si ves a alguien realizando acciones peligrosas en el baño (como subirse sobre el sanitario o lavamanos), ¿qué debes hacer?
A) Grabar un video para compartirlo.
B) Informar inmediatamente a un adulto/a responsable para prevenir accidentes y daños.
C) Esperar a ver si se lastima.
D) Darle consejos sobre cómo subirse mejor.

Respuesta correcta: B) Informar inmediatamente a un adulto/a responsable para prevenir accidentes y daños.

Tip: Cuando vemos a un compañero/a haciendo algo que podría lastimarlo en el baño, como subirse a los sanitarios o jugar de forma peligrosa, es muy importante buscar ayuda de una persona adulta rápidamente. Los baños son espacios que compartimos todos en la escuela y, si se dañan porque alguien los usa mal, nadie podrá utilizarlos. Recuerda que ser un buen compañero/a significa cuidarnos entre todos/as y mantener seguros nuestros espacios compartidos.

8: ¿Qué debemos hacer para usar el baño público de forma segura?
A) Antes de entrar, mirar que el baño esté bien iluminado y que sea un lugar que nos haga sentir tranquilos/as.
B) Elegir baños que estén cerca de zonas donde transiten personas.
C) Verificar que la puerta cierre bien y que podamos usar el seguro fácilmente.
D) Todas las anteriores son importantes para cuidarnos cuando usamos el baño.

Respuesta correcta: D) Todas las anteriores son importantes para cuidarnos cuando usamos el baño.

Tip: la seguridad en el baño es importante para todos y todas. Cuando entramos a un baño público, usemos nuestros ojos para verificar que haya buena luz, nuestros oídos para asegurarnos que hay personas cerca que puedan ayudarnos, y nuestras manos para comprobar que el seguro de la puerta funciona bien. Con estos tres pasos, nos convertimos en expertos para usar el baño de forma segura. Y recuerda, si algo no te hace sentir cómodo/a, siempre puedes buscar otro baño o pedir ayuda a un adulto/a de confianza.

9. ¿Cómo podemos ayudar a una niña, joven o mujer si notamos que tiene una emergencia relacionada con la menstruación?
A) Ignorar la situación y no hacer nada.
B) Comentarlo con compañeras/os y hacer bromas al respecto.
C) Acercarnos discretamente para ofrecer ayuda, buscar a una profesora o enfermera, y mantener la privacidad de nuestra compañera.
D) Señalar la situación frente a los demás.

Respuesta correcta: C) Acercarnos discretamente para ofrecer ayuda, buscar a una profesora o enfermera, y mantener la privacidad de nuestra compañera.

Tip: La menstruación es algo natural que les ocurre a las niñas, jóvenes y mujeres adultas. Cuando sucede una emergencia relacionada con la menstruación, es importante mostrar amabilidad y respeto. Si vemos que una niña, joven o mujer necesita ayuda, podemos acercarnos discretamente y preguntarle si necesita algo.

10. ¿Cuáles son las herramientas y accesorios mínimos que deben estar disponibles para el mantenimiento adecuado de los espacios sanitarios?
A) Chupa, llave de manos, tubo de desagüe, unión macho y hembra y árbol flotador.
B) Papelera, dispensador de jabón, dispensador de toallas de manos, asiento sanitario y tapón en PVC.
C) Chupa, teflón, pegante P.V.C, árbol flotador y tubo de desagüe.
D) Todas las anteriores.
Respuesta correcta: D) Todas las anteriores.

Tip: Para el mantenimiento adecuado de los espacios sanitarios, es importante que las herramientas y accesorios estén ubicados en un lugar visible y de fácil acceso, permitiendo dar solución rápidamente. Si no sabes cómo dar uso correcto no dudes en llamar o ubicar al personal de la limpieza o mantenimiento.

11. ¿Cómo debes usar tus sentidos para verificar que un espacio sanitario es seguro?
A) Vista: observando si hay elementos para la higiene y revisando que no existan ranuras, grietas o fisuras que afecten la privacidad.
B) Oído: escuchando si hay ruidos inusuales que provoquen alerta o incomodidad.
C) Tacto: comprobando que el seguro de la puerta funcione.
D) Todas las anteriores.

Respuesta correcta D) Todas las anteriores.

Tips: Como medida preventiva, es importante llevar siempre con nosotros elementos de higiene mínimos como: papel higiénico, gel desinfectante, toallas húmedas, entre otros elementos que puedan permitirte el uso de espacios sanitarios de manera adecuada.
¡Haz uso inteligente de tus sentidos!

12. ¿Qué debemos hacer si vemos a una persona desconocida en el baño?
A) Salir rápidamente del baño, avisar a un adulto de confianza y si no puedes salir del baño o te sientes muy inseguro/a, trata de llamar la atención de otras personas pidiendo ayuda.
B) Quedarnos en el baño y no decir nada.
C) Hablar con la persona desconocida para preguntarle qué hace ahí.
D) Vigilar los movimientos de la persona.

Respuesta correcta: A) Salir rápidamente del baño, avisar a un adulto de confianza y si no puedes salir del baño o te sientes muy inseguro/a, trata de llamar la atención de otras personas pidiendo ayuda.

Tip: Cuando usamos un baño público, es importante estar atentos a nuestra seguridad. Si ves a alguien que te hace sentir incómodo/a o que no debería estar ahí, lo mejor es salir con calma y buscar ayuda. No necesitas resolver la situación tú solo/a - siempre hay adultos que pueden ayudar, como profesores, padres, familiares, guardias de seguridad o personal del lugar.

13. ¿Cómo debes usar tus sentidos para verificar que un espacio sanitario es adecuado?
A) Oído: escuchando que no existen sonidos asociados a derrames de agua o goteos de líquidos.
B) Vista: observando que las instalaciones cuentan con ventilación adecuada, estén limpias, libres de derrames, material biológico expuesto, tuberías libres de atascos y, además, que cuenten con insumos mínimos como: jabón, papel higiénico, entre otros que permitan la limpieza genital y de manos.
C)Tacto: comprobando como mínimo el funcionamiento de la llave del lavamanos, palanca del taque sanitario/retrete/inodoro.
D) Olfato: Identificando que no existan olores fuertes asociados a material biológico acumulado o a la inadecuada disposición de residuos, humedades, y/o tuberías con atascos en los espacios sanitarios.
E) Todas las anteriores son correctas.

Respuesta correcta: E) Todas las anteriores son correctas

Tip: Hacer una revisión preventiva en los espacios sanitarios de manera periódica, ayuda a mantenerlos en condiciones seguras y adecuadas.
Para evitar los malos olores en los espacios sanitarios, mantén una limpieza y desinfección regular de inodoros, lavamanos, pisos y superficies. Ventila adecuadamente abriendo ventanas o usando extractores. Repara fugas para prevenir la humedad que favorece el crecimiento bacteriano ¡Haz uso inteligente de tus sentidos!

14. ¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor la gestión adecuada de la higiene menstrual en espacios sanitarios?
A) La gestión se limita a proporcionar contenedores específicos para productos menstruales y mantener los espacios sanitarios limpios, sin considerar otros aspectos de infraestructura o privacidad.
B) El manejo correcto incluye solo la provisión de productos de higiene menstrual como toallas y tampones, junto con información educativa sobre su uso adecuado.
C) La gestión integral involucra instalaciones básicas funcionales (inodoros/sanitarios/retretes, lavamanos, iluminación), disponibilidad de productos de higiene, mantenimiento regular, condiciones de privacidad (espacio suficiente, ganchos, superficies limpias) y educación mediante señalización apropiada sobre disposición de productos e higiene básica.
D) El manejo se centra exclusivamente en la limpieza frecuente de las instalaciones y el vaciado regular de contenedores, sin contemplar aspectos como la privacidad o la educación.

Respuesta correcta: La gestión integral involucra instalaciones básicas funcionales (inodoros/sanitarios/retretes, lavamanos, iluminación), disponibilidad de productos de higiene, mantenimiento regular, condiciones de privacidad (espacio suficiente, ganchos, superficies limpias) y educación mediante señalización apropiada sobre disposición de productos e higiene básica.

Tip: Practica el lavado correcto de manos Lávate las manos con agua y jabón antes y después de cambiar productos menstruales. Usa toallas de papel desechables para secarte y cerrar grifos. Esto reduce significativamente el riesgo de infecciones.
Mantén un kit de emergencia menstrual Incluye toallas/tampones extra, ropa interior de repuesto, toallitas húmedas y analgésicos en un estuche discreto. Esto te ayudará a manejar situaciones imprevistas durante tu ciclo menstrual.

15. ¿Cómo debes usar tus sentidos para verificar que un espacio sanitario es accesible?
A) Tacto: Comprobando que las instalaciones cuentan con barras de apoyo horizontales y verticales firmes en la entrada de los baños que permitan un agarre seguro.
B) Tacto: Comprobando que las instalaciones cuentan con barras de seguridad firmes, (fijas o plegables) al del lado del inodoro/retrete/ sanitario que permitan un agarre seguro.
C) Vista: Observando si existe al menos un lavamanos, Jabón, papel o toalla a una altura cómoda y al alcance de una persona en condición de discapacidad.
D) Vista: Observando si existen puertas corredizas o de apertura hacia afuera y verificando que los pisos seas antideslizantes.
E) Todas las anteriores.

Respuesta correcta: E) Todas las anteriores.

Tip: Puedes ayudar a las personas en condición de discapacidad a tener un acceso significativo en el espacio sanitario, retirando elementos innecesarios en las áreas de circulación, como papeleras mal ubicadas, muebles o cualquier otro elemento manteniendo los pasillos y entradas despejados para garantizar un tránsito seguro.

© 2025 Sanitation for Millions.
Todos los derechos reservados.

Supervisión Carolina Rangel G.
Asesora técnica Sanitation for Millions.

Consultoría CORPRODINCO

Dirección María Estela Contreras Antolínez

Equipo técnico y creativo Angélica María Ríos Lindarte
Cielo Andreina Lizarazo Rueda
Rosa Milena López Peñaranda
Anyela Marcela Quintero Lemus
Camilo Andrés Chaustre Gutiérrez

En colaboración Gobernación del Norte de Santander
Alcaldía de Cúcuta
ICBF - Instituto Colombiano de Bienestar Familiar

Información Bibliográfica Primera edición
Sanitation for Millions (2025)
ISBN

Implementado por:

Published by Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) Gmbh

Registered offices Bonn and Eschborn, Germany

Sanitation for Millions
Dr Bärbel Schwaiger
E S4M@giz.de
I www.sanitationformillions.org

Authors Sanitation for Millions

As at March 2025

On behalf of Federal Ministry for Economic Cooperation and Development (BMZ)

Division Division 121 - Water and Circular Economy

Postal address of BMZ offices

BMZ Bonn
Dahlmannstrabe 4
53113 Bonn, Germany
T +49 228 99 535 - 0
F +49 228 99 535 - 3500

BMZ Berlin
Stresemannstrabe 94
10963 Berlin, Germany
T +49 30 18 535 - 0
T +49 30 18 535 - 0

poststelle@bmz.bund.de
www.bmz.de

GIZ is responsible for the content of this publication

Wash Club: caja de recursos de transferencia del conocimiento N°3

Instructivo de juego herramienta para participantes

“Superhéroes de la higiene en entrenamiento”

En colaboración:

Gobernación de Norte de Santander

ALCALDÍA DE SAN JOSÉ DE CÚCUTA

BIENESTAR FAMILIAR

Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario

SANITATION FOR MILLIONS

Apoyado por:

german cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT

Implementado por:

giz

Wash Club: caja de recursos de transferencia del conocimiento N°3

Instructivo de juego herramienta para participantes

"Superhéroes de la Higiene en Entrenamiento"

Misión del juego

¡Superhéroes bienvenidos a la misión! vamos a descubrir cómo cuidar y disfrutar de los espacios sanitarios.

Contenido de juego:

- Tapete de juego con 32 casillas (tapete con imágenes de espacios sanitarios, símbolos de penalización y desafíos).
- Baraja del juego. (15 cartas de preguntas, 10 cartas desafíos, 3 cartas de comodines, 2 cartas de penalización).
- 3 pines del juego.
- Reloj o cronómetro.
- Dado numérico.
- Hojas en blanco (de los recursos disponibles a su alrededor prepare hojas donde puedan escribir, incluso puede ser papel reciclado).
- 2 Láminas con imágenes de elementos para mantenimiento de sanitarios.

¡Superhéroes preparémonos para comenzar!

1. Coloquen sobre una superficie plana el tapete de juego. Tomen uno de los pines de colores disponibles y ubíquenlo en la zona de salida.

2. Verifiquen que las barajas estén distribuidas en 4 mazos boca abajo de la siguiente manera:

a. Mazo de la baraja de preguntas (15 cartas)

b. Mazo baraja desafíos (10 cartas)

c. Mazo baraja de comodines (3 cartas)

d. Mazo baraja de penalización (2 cartas)

Verifiquen que las láminas y la caja de herramientas para el mantenimiento de sanitarios se encuentren visibles alrededor del tapete de juego.

Antes de iniciar con la misión activa tus súperpoderes teniendo en cuenta lo siguiente:

Para comenzar esta divertida aventura, necesitaremos un guía que nos ayudará a navegar por el juego y asegurará que todos sigan las reglas correctamente. Se requiere un mínimo de dos participantes, y si hay más jugadores, pueden organizarse en equipos equilibrados, con un máximo de tres equipos. El guía actuará como nuestro capitán, explicando las reglas, resolviendo dudas y manteniendo el orden durante en el juego.

Nota:

- Elige junto a tu equipo un nombre que les identifique.
- Las cartas rojas de la baraja de preguntas pueden ser sustituidas por nuevas preguntas y desafíos creados por los equipos.

¡Esto hará el juego más emocionante!

Como llegarás a la meta

- Serás un superhéroe de la higiene en entrenamiento si cumples con las misiones que encontraras en el camino.
- Movimiento en el tapete: Superhéroes, podrán lanzar el dado y mover el pin por el tapete según el número obtenido. Al caer en una casilla, deberán enfrentar lo que esta indique: puede ser una pregunta que responder, un desafío que superar, un comodín que aprovechar o una penalización que cumplir. El juego continúa por turnos mientras los jugadores avanzan hacia la meta.

Reglas especiales

- ¡Atención, superhéroes! Si el juego debe terminar antes de completar todas las casillas, el ganador será el equipo jugador que se encuentre más cerca de la meta. ¡Es hora de comenzar, prepárense para la aventura!

Trabajo en equipo:

- Superhéroes, si necesitas ayuda, tus compañeros pueden ser tus aliados.

- Ayuda a los superhéroes de tu equipo a aumentar las posibilidades de llegar a la meta.

¡Diviértete y aprende mientras juegas!

Recuerda que cada casilla en el juego te ayudará a conocer mejor cómo cuidar y disfrutar de los espacios sanitarios de tu escuela.

¡La salud y la diversión van de la mano!

© 2025 Sanitation for Millions.
Todos los derechos reservados.

Supervisión Carolina Rangel G.
Asesora técnica Sanitation for Millions.

Consultoría CORPRODINCO

Dirección María Estela Contreras Antolínez

Equipo técnico y creativo Angélica María Ríos Lindarte
Cielo Andreina Lizarazo Rueda
Rosa Milena López Peñaranda
Anyela Marcela Quintero Lemus
Camilo Andrés Chaustre Gutiérrez

En colaboración Gobernación del Norte de Santander
Alcaldía de Cúcuta
ICBF - Instituto Colombiano de Bienestar Familiar

Información Bibliográfica Primera edición
Sanitation for Millions (2025)
ISBN

Implementado por:

Published by Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) Gmbh

Registered offices Bonn and Eschborn, Germany

Sanitation for Millions
Dr Bärbel Schwaiger
E S4M@giz.de
I www.sanitationformillions.org

Authors Sanitation for Millions

As at March 2025

On behalf of Federal Ministry for Economic Cooperation and Development (BMZ)

Division Division 121 - Water and Circular Economy

Postal address of BMZ offices

BMZ Bonn
Dahlmannstrabe 4
53113 Bonn, Germany
T +49 228 99 535 - 0
F +49 228 99 535 - 3500

BMZ Berlin
Stresemannstrabe 94
10963 Berlin, Germany
T +49 30 18 535 - 0
T +49 30 18 535 - 0

poststelle@bmz.bund.de
www.bmz.de

GIZ is responsible for the content of this publication

“SUPERHÉROES DE LA HIGIENE EN ENTRENAMIENTO”

Wash Club: caja de recursos de transferencia del conocimiento n°3

Salida

1

2

3

4

5

Desafío

6

7

8

9

Desafío

10

11

Desafío

12

13

14

15

Desafío

16

17

18

19

Desafío

20

21

Desafío

22

23

Desafío

24

25

26

27

28

Desafío

29

30

31

32

Desafío

Llegada

En colaboración:

Gobernación de Norte de Santander

ALCALDÍA DE SAN JOSE DE CÚCUTA

BIENESTAR FAMILIAR

Corprodinco
Corporación de Profesionales para el Desarrollo Integral Comunitario

SANITATION FOR MILLIONS

Apoyado por:

german cooperation

Implementado por:

giz