

VOL. 1, NO.1

MAY/JUNE 1995

Farmworker News: May/June 1995: Welcome to All!



# CALL FOR HEALTH

FARMWORKER NEWS

NOTICIAS PARA LOS  
TRABAJADORES DEL CAMPO**WELCOME TO ALL !!**

This is the first issue of the **CALL FOR HEALTH Farmworker News** by NMRP (National Migrant Resource Program). This newsletter belongs to you, the Farmworker, so that it can serve you as entertainment and as a means for information and communication with other Farmworkers across the country. We hope that you will contribute to issues of **CALL FOR HEALTH** by sending us your comments, poetry, news, and more...

The **CALL FOR HEALTH** project, besides publishing a bi-monthly newsletter, also includes a toll free telephone number. This number provides information that you may need to find health services that are located in areas traveled by Migrant Farmworkers.

This "1-800" number is backed by a bank of information that is located in the NMRP offices, and the phones are answered by information specialists that speak several languages. This telephone number already provides services during the business hours of (8:00a.m. to 5:00p.m. C.S.T.) with plans of extending these hours in the future to provide longer services, depending on the demand.

**¡¡ BIENVENIDOS AMIGOS !!**

Esta es la primera edición de la noticia informativa del programa "**CALL FOR HEALTH**" creada por NMRP (Programa Nacional de Recursos para los Trabajadores Migrantes). Este boletín te pertenece a ti Trabajador Migrante del campo para que lo utilices como entretenimiento o como medio de información y comunicación con otros trabajadores a lo largo de todo el país. Nos gustaria que colaboraras con esta hoja informativa enviandonos tus comentarios, poesias, noticias, y mas...

El proyecto "**CALL FOR HEALTH**" incluye además de este boletín informativo bimensual, una línea telefonica gratuita que te ofrece información que necesitas para encontrar servicios medicos ubicados cerca de donde viajan los Trabajadores Migrantes del Campo.

Esta línea "1-800" esta respaldada por un banco de información en las oficinas de NMRP y atendido por especialistas en información multilingue. Esta línea telefonica ya esta en servicio durante horas de oficina (8:00a.m. a 5:00p.m. C.S.T) con planes de extender las horas proxicamente para un mas amplio servicio, dependiendo de la necesidad.

## CALL FOR HEALTH



TOLL FREE

INFORMATION LINE

# 1-800-377-9968



LLAMADA GRATIS

LINEA DE INFORMACIÓN

YOUR VOICE CAN BE HEARD!

Did you know how easy it is to have your words reach the house of the President of the United States? For the price of a 32 cent stamp, a letter with your comments will arrive in the White House offices in Washington and be read by the President's staff. Maybe you have seen a change for the better or maybe you have a suggestion for how to improve something.

Write to the following address:

President Bill Clinton  
1600 Pennsylvania Ave.  
Washington, D.C 20500



YOUR VOICE IS IMPORTANT!

¡TU VOZ SE PUEDE ESCUCHAR!

¿Sabías que puedes hacer llegar fácilmente tus palabras a la casa del Presidente de los Estados Unidos? Por solo los 32 centavos que cuesta un timbre de correo, tu carta con comentarios que quieres hacer, llegará a las oficinas de La Casa Blanca en Washington y será leída por los ayudantes del Presidente. Tal vez has visto un cambio bueno o tienes una sugerencia para como mejorar algo.

Escribe a la siguiente dirección:

President Bill Clinton  
1600 Pennsylvania Ave.  
Washington, D.C. 20500

¡TU VOZ ES IMPORTANTE!

What happened to Prop. 187?



**W**e think that it is important to let you know that Proposition 187 of California is "frozen" for the moment, at least until it goes to court in California. This proposition would prohibit immigrants without papers from using health and education services. As long as there is not a final decision on Proposition 187, no person can be turned away from receiving health or education services--even if you don't have any papers. There should not exist any fear of being reported to the office of Immigration and Naturalization (INS) by people in health services, at least not while Proposition 187 is being decided.

It is very important to point out that there also exists a federal proposition called the Personal Responsibility Act, which began because of interest in Proposition 187. This act also wants to prohibit the use of health and education services by both immigrants without papers and with papers. This act will be sent to the federal legislature around the beginning of July of this year. Do not allow your health to be affected by a lack of information! You still have a legal right to receive medical attention in the health clinics!

**STAY INFORMED!  
STAY HEALTHY!  
STAND UP FOR YOUR RIGHTS!**

¿Que ha pasado con el 187?



**P**ensamos que es importante comunicarles que, la Proposición 187 del Estado de California, se encuentra "congelada" por el momento, por lo menos hasta el 5 de Septiembre de este año, fecha en que se llevará a juicio en una corte de California. Esta proposición prohibiría el uso de programas de salud y educación para los inmigrantes sin documentos. Mientras no haya una decisión final sobre la Proposición 187, ninguna persona puede ser rechazada de obtener servicios de salud o educación (aun sin tener documentos). No debe existir tampoco ningún temor de ser reportado a la oficina de Inmigración y Naturalización ("La Migra") por empleados publicos o personas de servicios de salud por lo menos mientras la Proposición 187 esté detenida.

Es muy importante señalar que existe tambien una proposición federal nacida por el interes en la Proposición 187, que se llama "El Acto de Responsabilidad Personal" (Personal Responsibility Act). Este acto, propone tambien la prohibición del uso de servicios de salud y educación para los inmigrantes sin documentos y tambien con documentos. Este acto se llevará a la legislación federal a principios de Julio de este año. No permitas que tu salud se afecte por falta de información! Usted todavia tiene derecho legal a recibir atención medica en las clínicas de salud!

**¡MANTENGASE INFORMADO!  
¡MANTENGASE EN BUENA SALUD!  
¡EXIJA SUS DERECHOS!**

**ASK YOUR DOCTOR,  
DOCTOR MEL...**



**QUESTION:**

When I go to see my doctor, how much should I tell him?

**ANSWER:**

Well, when you go and see your doctor, be honest and tell him exactly what is hurting. If you smoke, drink, or use drugs your doctor needs to know that. Remember that what takes place during your visit with the doctor is totally confidential. The more informed your doctor is, the more he can help you.

Dr. Mel Milosevic practices medicine in the Clinicas Del Norte located in California.

**PREGUNTALE A TU  
DOCTOR, DOCTOR MEL...**



**PREGUNTA:**

¿Cuando yo voy a ver a mi doctor, que tanto le debiera decir?

**RESPUESTA:**

Cuando vaya a ver su Médico sea franco y cuénteles sobre sus dolores. Si fuma o toma o utiliza drogas su doctor necesita saberlo. Le recuerdo que su cita con el médico es confidencial: tanto mejor informado este su médico tanto mejor podrá atenderlo.

Dr. Mel Milosevic practica la medicina general en Las Clínicas Del Norte del estado de California.

**ASK YOUR PSYCHOLOGIST,  
DOCTOR ROBERTO**



**QUESTION:**

Can my moods and emotions affect my physical health?

**ANSWER:**

Keeping your emotions bottled up inside of you can cause you physical problems. The anger that we keep inside is going to find a way of getting out some way or another. It can be released through your head in the form of headaches or through your stomach, as an ulcer. The healthiest way to release our emotions is to tell how you feel without hurting anyone else.

Dr. Roberto Dansie is a Psychologist that has taught health classes in the United States for the last 8 years. He is also Assistant Director of the Clinicas Del Norte located in California.

**PREGUNTALE A TU PSICOLOGO,  
DOCTOR ROBERTO**



**PREGUNTA:**

¿Pueden mis emociones afectar mi salud física?

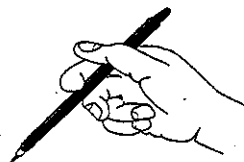
**RESPUESTA:**

Guardarse las emociones puede traerle problemas físicos. El coraje que nos aguantamos va a salir de algún modo. Puede salir por la cabeza (con dolores de cabeza) y por el estómago como úlcera. Lo más sano es decir lo que sentimos sin dañar a los demás.

Dr. Roberto Dansie es un Psicólogo que ha impartido cursos de salud en los E.U. por los últimos 8 años. También es Vice Director de Las Clínicas Del Norte de estado de California.

*"Whatever you do may seem insignificant, but it is most important that you do it."*

*-Gandhi-*



*"Life does not consist of simply living, but also of being healthy."*

*-Martial-*

*"Lo que hagas quizá te parezca insignificante, pero es importante que lo hagas."*

*-Gandhi-*

*"La vida no consiste simplemente en vivir, sino en estar sano."*

*-Martial-*

NIOSH



NIOSH

### DO YOU FEEL SAFE AT WORK?

Are you wondering if you are wearing the right clothing for the types of pesticides that you are using? Maybe you are wondering why you get dizzy or really weak when you are in the fields. Well, there is a new FREE telephone number that you can call with your questions about safety and health at work! This is answered by the good people at NIOSH, which stands for the National Institute for Occupational Safety and Health. You can ask them to send you information about specific hazards like skin cancer, heat exhaustion, or pesticides or you can choose to listen to recorded information about all kinds of topics. Even if you are not sure what is causing you to be ill at work, NIOSH can listen and suggest to you what might be wrong or even visit your workplace to determine the level of safety that exists in the kind of work that you do. At the moment this service is only available in English but NIOSH hopes to add Spanish later on.

### ¿TE SIENTES SEGURO EN EL TRABAJO?

¿Se ha preguntado usted si está usando ropa adecuada para protegerse de pesticidas en su trabajo? Quizá a usted le extraña porque se siente mareado y debil cuando se encuentra trabajando en el campo. Permitanos decirle que ya hay un numero telefonico al que usted puede llamar gratuitamente para aclarar sus dudas sobre su seguridad y bienestar en el trabajo. Sus amigos del Instituto Nacional de Salud y Seguridad Ocupacional (NIOSH) le responderán con gusto a todas sus llamadas. Usted podrá pedirles que le envíen información sobre varios problemas de salud como el cancer de la piel, la insolación, el manejo de los pesticidas y mucho mas. Usted puede pedir y escuchar información sobre muchos otros temas que están grabados. Si usted no está seguro de que le está causando malestares fisicos en el trabajo, NIOSH puede proporcionarle sugerencias a seguir o incluso ellos pueden visitar su sitio de empleo para determinar el grado de seguridad que existe en el lugar donde usted trabaja. En este momento los servicios solamente se ofrecen en inglés pero NIOSH espera poder agregar el español despues.

NIOSH

**CALL THEM TODAY AT 1-800-35-NIOSH!**

**¡LLAMENLOS AL 1-800-35-NIOSH!**

NIOSH

#### **NATIONAL MIGRANT RESOURCE PROGRAM, INC.**

1515 Capital of Texas Hwy. S., Suite 220 • Austin, TX 78746

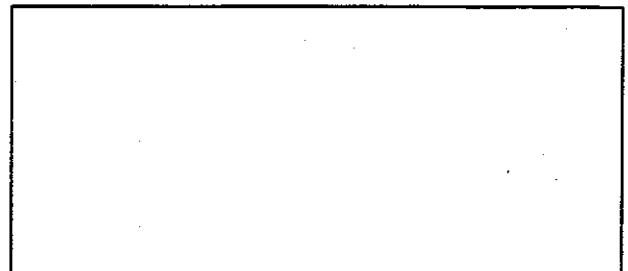


The Call For Health Farmworker News has been distributed with the cooperation and help of:

CALL FOR HEALTH is published by the National Migrant Resource Program, Inc. The opinions expressed herein do not necessarily reflect the position or policy of NMRP, BPHC, NIOSH, or any agency of the federal government. NMRP is pleased to provide Farmworker News at no charge to our readers throughout the country, and we encourage readers to submit articles and comments for review or publication. Copyright © 1995 by National Migrant Resource Program, Inc., 1515 Capital of Texas Hwy. South, Ste. 220, Austin, TX 78746, (512) 328-7682.

Barbara H. Garrison, FNP-C ..... President, NMRP Board of Directors  
 E. Roberta Ryder ..... Executive Director  
 Bernardo Fernandez Christlieb ..... Call For Health Editors  
 Darío Oliphant

This publication was made possible through funding from the Migrant Health Program, Bureau of Primary Health Care, U.S. Department of Health and Human Services; N.I.O.S.H., Centers for Disease Control and Prevention, U.S. Department of Health and Human Services.



HEALTH CENTER STAMP