

# GUERRERO SEMANAL

Boletín Oficial de la Escuela Preparatoria de Philomath

## Estudiantes de profesiones de la salud exploran la formación médica en la Universidad Western

Los estudiantes de nuestra clase de Profesiones de la Salud tuvieron recientemente la oportunidad de visitar la Universidad Western de Ciencias de la Salud, aquí mismo en Lebanon, Oregón, y obtener una perspectiva práctica sobre lo que se necesita para convertirse en Doctor en Medicina Osteopática (DO).

La visita de dos horas brindó a los estudiantes una visión interna de la educación médica. Comenzamos con una hora en el laboratorio de anatomía, donde observamos cadáveres humanos reales utilizados en la formación de futuros médicos. Esta oportunidad única permitió a los estudiantes ver de primera mano el conocimiento anatómico detallado que se requiere en la práctica médica. Luego, aprendimos qué hace que la medicina osteopática sea única. Si bien los DO reciben la misma formación que los médicos, también estudian Medicina Manipulativa Osteopática (OMM), un enfoque práctico que utiliza el tacto para diagnosticar y tratar a los pacientes. Un médico demostró estas técnicas, mostrando cómo los DO incorporan este conjunto de habilidades adicionales en la atención al paciente.

Nuestro recorrido concluyó en el Laboratorio de Simulación, donde vimos la tecnología de vanguardia utilizada para preparar a los estudiantes de medicina para situaciones del mundo real. Los maniqués de alta fidelidad eran notablemente realistas, con pulso y la capacidad de respirar, hablar, sangrar, orinar e incluso simular un parto. Estas sofisticadas herramientas de capacitación permiten a los estudiantes practicar habilidades críticas en un entorno seguro y controlado antes de trabajar con pacientes reales.

La visita proporcionó una valiosa experiencia en el campo de la medicina e inspiró a los estudiantes que consideran carreras en el sector de la salud. Agradecemos a la Universidad Western de Ciencias de la Salud por recibirnos y compartir sus impresionantes instalaciones y programas.



*Gradúe a CADA estudiante y haga que cada uno de ellos obtenga un trabajo, una capacitación o una universidad.*



Follow us on  
Instagram  
@phswarriornation

# Fechas Para Recordar

1/26 No School

## Desafío Familia vs. Estudiante:

*¿Qué Prefieres?*

Nuestra pregunta de la semana pasada fue: **¿Preferirías ser corista en una banda o tocar la campana (cowbell) en una banda?**

¡Esto es lo que dijeron los participantes!

La mayoría estuvo de acuerdo en que tocar la campana parecía más divertido.

Nuestra pregunta de esta semana es: **¿Preferirías ser un perro o un gato?**

**¡Usa el código QR para participar!**





¡Es hora del Salto Polar!



¡El Salto Polar está a la vuelta de la esquina! El dinero recaudado en este evento se destina a Special Olympics Oregon. Las donaciones siempre son bienvenidas, ¡y la participación también!

DONA O  
INSCRÍBETE AQUÍ



YOUSCIENCE ES UNA PLATAFORMA DE PREPARACIÓN UNIVERSITARIA Y PROFESIONAL QUE UTILIZAMOS PARA AYUDAR A LOS ESTUDIANTES A DESCUBRIR SUS FORTALEZAS, EXPLORAR OPCIONES PROFESIONALES Y PLANIFICAR SU FUTURO. AL USAR ESTE ENLACE, PARTICIPARÁ EN EL PROGRAMA PILOTO DEL PORTAL PARA PADRES DE YOUSCIENCE, QUE PERMITE A LAS FAMILIAS VER LOS INTERESES, APTITUDES Y EL PROGRESO DE SUS HIJOS EN LA EXPLORACIÓN DE CARRERAS. ESTE ACCESO DE SOLO LECTURA AYUDA A LOS PADRES A MANTENERSE INFORMADOS Y FACILITA CONVERSACIONES IMPORTANTES EN CASA SOBRE CURSOS, TRAYECTORIAS PROFESIONALES Y OPCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR.

# Fomentando hábitos de asistencia saludables:

## EL ÉXITO FUTURO DE SU HIJO/A COMIENZA AHORA.



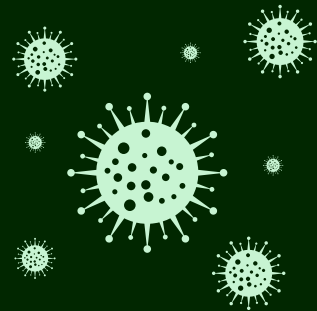
Cuando hablamos de la importancia de la asistencia, no solo nos preocupa que se pierdan clases, sino que también queremos ayudar a su hijo/a a desarrollar hábitos que le serán útiles durante toda su vida, especialmente en el ámbito laboral.

Los hábitos que su hijo/a desarrolle ahora sobre cuándo esforzarse a pesar de pequeñas molestias y cuándo quedarse en casa por una enfermedad real se reflejarán directamente en su ética de trabajo en el futuro. Los empleadores valoran la asistencia regular como una de las cualidades más importantes en los empleados de todos los sectores. Aprender a ser constante y responsable, incluso cuando no siempre es fácil, es una habilidad fundamental que le beneficiará en todos los trabajos que tenga a lo largo de su vida.

### ¿Cuándo deben quedarse sus hijos en casa?

Por favor, mantenga a sus hijos en casa si tiene:

- Fiebre (38 °C o superior)
- Vómitos o diarrea
- Síntomas que les impiden participar en sus actividades habituales



Ante molestias leves como dolor de cabeza, síntomas leves de resfriado o cansancio general, los niños deben asistir a la escuela. Estas mismas situaciones no eximen a los adultos de sus responsabilidades laborales, y aprender a sobrellevar las molestias menores fomenta la resiliencia y la responsabilidad.

Al apoyar la asistencia regular a la escuela, le está brindando a su hijo una ventaja invaluable para su futuro. La responsabilidad que demuestren como estudiantes será la base de su éxito como empleados y en todos los ámbitos de la vida adulta.



# Mujeres en Auto/Diésel

## INFORMACIÓN DEL EVENTO



- Habla con estudiantes actuales y mujeres locales de la industria.
- Información sobre programas de grado y certificación en LBCC.
- Exploración de carreras en Automotriz y Equipo Pesado/Diésel.
- Recorridos por las instalaciones y sesión de preguntas y respuestas con el profesorado actual y empresas locales.
- Detalles sobre inscripción anticipada y becas exclusivas.



**11 DE FEBRERO • 6–8 p. m.**  
CENTRO DE TECNOLOGÍA  
AVANZADA EN TRANSPORTE

**2000 W Oak St, Lebanon**

Escanea el código para registrarte:



**¿Preguntas?**  
**541-917-4506**  
**leblanm@linnbenton.edu**

Para solicitudes de adaptaciones, comunícate con Accessibility Resources al 541-917-4789 o por correo electrónico a [accessibility@linnbenton.edu](mailto:accessibility@linnbenton.edu) al menos tres días hábiles antes. LBCC no discrimina por ningún estado protegido en sus programas o actividades. Para más información, visita [linnbenton.edu/nondiscrimination](http://linnbenton.edu/nondiscrimination).

# Active Parenting of Teens

## FREE Virtual Class

Learn & laugh with other parents as you turn the challenges of raising a teenager into opportunities for growth.

**Wed. 5:30–7:20 p.m.**  
**Jan. 7<sup>th</sup> – Feb. 25<sup>th</sup>**  
**(8 sessions)**

\*will need access to an internet device with a camera and microphone\*

Discover positive ways to relate to your teen, and gain a better understanding of their behavior at this tricky developmental stage.

Scan here to register  
or for more info.:



Discussions will include methods of respectful discipline, honest communication, concrete ways to prevent risky behavior, and how to be an encouraging parent.

Questions? Reach out to  
[parentinged@linnbenton.edu](mailto:parentinged@linnbenton.edu) or  
call us at 541-917-4844

In Partnership with:



For accommodation requests, contact Accessibility Resources (CFAR) at 541-917-4789 or [accessibility@linnbenton.edu](mailto:accessibility@linnbenton.edu) at least three business days in advance. LBCC does not discriminate based on any protected status in its programs or activities. For more information, visit [linnbenton.edu/nondiscrimination](http://linnbenton.edu/nondiscrimination).

# ***Solo un recordatorio rápido sobre nuestra próxima Noche de Becas, organizada por LBLESD Grow Your Own.***

La Noche de Becas es una excelente oportunidad para aprender más sobre ayuda financiera, becas y formas de apoyar la educación postsecundaria. Contaremos con equipos de admisiones de OSU, WOU y LBCC, además de apoyo en ayuda financiera para responder preguntas o incluso comenzar solicitudes de FAFSA/ORSAA. También se brindará apoyo bilingüe.

Incluso si ya han escuchado esta información antes, siempre es útil refrescarla y explorar nuevas oportunidades.

***Regístrese aquí para la Noche de Becas***

*Detalles del evento:*



*Fecha: Miércoles, 21 de enero de 2026*



*Hora: 5:00 p. m. – 7:30 p. m.*



*Lugar: 905 4th Ave SE, Albany, Oregon 97321*

# ATLETISMO Y ACTIVIDADES

## Baloncesto femenino



Photo Credit Philomath News

El equipo femenino comenzó la temporada de la Conferencia Oregon West con una contundente victoria de 55-20 sobre Sweet Home, tomando una gran ventaja desde el principio gracias a una anotación equilibrada y un buen manejo del balón, tras una pretemporada difícil. Reagan Heiken lideró al equipo con 12 puntos, y las Guerreras contaron con tres jugadoras con anotaciones de dos dígitos.

## Baloncesto masculino



Photo Credit Philomath News

El equipo masculino comenzó la temporada de la Conferencia Oregon West con una emocionante victoria en casa de 52-49 sobre Sweet Home, remontando una desventaja de ocho puntos en el último cuarto con una racha decisiva de 10-0. El junior Esias Sapp lideró la remontada con 18 puntos.

## Lucha libre



Photo Credit Philomath News

Philomath se impuso en los cuatro enfrentamientos en el torneo Cottage Grove Senior Night Duals, con el equipo masculino venciendo a Newport 41-22 y a Cottage Grove 45-36, mientras que el equipo femenino ganó sus seis combates individuales. Los Guerreros lograron múltiples victorias por inmovilización y superioridad técnica en ambas categorías.

## Natación



Photo Credit Philomath News

Los equipos de natación de Philomath tuvieron una destacada actuación en un encuentro a tres bandas, con el equipo masculino ganando nueve de las once pruebas para conseguir el primer lugar y el equipo femenino empatando con Sisters en el primer puesto. El equipo masculino se destacó por múltiples victorias individuales y en relevos, mientras que el equipo femenino obtuvo puntuaciones consistentes en todas las pruebas para asegurar el empate.

## Información

A continuación, encontrará enlaces a los sitios web correspondientes que le proporcionarán información actualizada sobre deportes y actividades.

### OSAA

- Horarios de juegos, horarios de salida, partida y regreso, listas de jugadores, información de contacto de los entrenadores, etc.

### PHS Athletics Page

- Calendario, inscripción deportiva, formularios deportivos, manual y políticas deportivas, recaudación de fondos deportivos, etc.

### Athletic.net

- Información sobre encuentros de XC y atletismo.

### Philomath News

- Cobertura local de los deportes de Warriors.

**Tenga en cuenta que los horarios de los partidos están sujetos a cambios, así que consulte los horarios antes de los eventos programados.**

### **Mike Hood**

Subdirector/Director deportivo  
541-929-3211

mike.hood@philomath.k12.or.us

### **Ashley Toombs**

Asistente Administrativa de Atletismo y Actividades

541-929-2043

ashley.toombs@philomath.k12.or.us