



COMMITMENT * INTEGRITY * QUALITY * TEAMWORK * BALANCE

Apprenticeship News

Hello Apprentices –

Winter is traditionally a slow time in construction, but for apprentices it's the perfect time to take some classes. You already know that you need to take the one-week Safety Certification course along with the two-week Fundamentals of Construction course as part of your apprenticeship, so talk to your coordinator and get signed up for one or both this winter. If you've been in the Program for a while now and have already taken those courses, then sign up for some classes that you think will further your career. If you're not sure which classes to take, contact your coordinator for guidance.

Certifications are becoming more and more important these days. If you want to make sure you are eligible to get dispatched to projects that require one or more certifications, don't hesitate. Get signed up for class. One thing to keep in mind – winter is a busy time at the Training Center and classes routinely get filled up. Don't be that apprentice who gets pulled off a job in the summer to take a class you should have taken in the winter when work slows down.

If you're working for a company that plans on keeping you busy all winter long, look into weekend classes. They are taught all over northern California. Ask your local union representatives if they have anything scheduled. Again, talk to your coordinator about these opportunities as well.

As always, be safe – and this winter, be proactive. Get those classes out of the way. Trust me, every completion certificate you receive along with every certification you earn makes you that much more valuable.

Jeff Armstrong

Noticias de Aprendizaje

Hola Aprendices:

El invierno es tradicionalmente un tiempo lento en la construcción, pero para los aprendices es el tiempo perfecto para aumentar sus conocimientos tomando clases. Ustedes ya saben que necesitan tomar el curso de Certificación de Seguridad de una semana junto con el curso de fundamentos de la construcción de dos semanas como parte de su aprendizaje, así que hablen con su Coordinador e inscribanse en uno o ambos en este invierno.

Si ya han estado en el programa por un tiempo y han tomado los cursos anteriores, entonces inscribanse en otras clases que mejorarán las oportunidades de trabajo en sus carreras. Si no están seguros de qué clases tomar, póngase en contacto con su Coordinador para que les de ayude con dirección.

Los Certificados son cada vez más importantes. Si quieren asegurarse de que ustedes son elegibles para ser despachados a proyectos que requieren una o más certificaciones, no vacilen e inscribanse en las clases necesarias. Una cosa a tener en cuenta – el invierno es un tiempo muy ocupado en el Centro de Capacitación y las clases se llenan habitualmente. No sean como aquellos aprendices que tienen que dejar su trabajo en el verano por no haber tomado los cursos necesarios en el invierno cuando el trabajo esta despacio.

Si estan trabajando para una compañía que planea conservarlos trabajando durante el invierno, sean precavidos y tomen los cursos durante los fines de semana. Las clases son disponibles en muchos lugares del Norte de California. Pregunten a sus representantes sindicales si tienen clases programadas. Repito, tambien hablen con sus coordinadores acerca de estas oportunidades.

Como siempre, en este invierno mantenganse seguros y sean proactivos en su educacion, ustedes son mas valiosos para sus contratistas con cada certificado nuevo que ustedes obtienen.

Jeff Armstrong
Director del Programa de Aprendizaje



Terence J. O'Sullivan Laborers Training Center

Our Mission

The Laborers' Training Center provides Union Laborers comprehensive quality training emphasizing safety, skills and knowledge to increase their marketability and value to themselves, the Signatory Contractors and the Construction Industry.

COMMITMENT * INTEGRITY * QUALITY * TEAMWORK * BALANCE

Spiritual Wellness: What Is Your Meaning and Purpose?

Spiritual wellness has the power and capability to make our decisions and choices easier, ground us during periods of change and give us the resiliency to survive with grace and inner peace in the face of adversity. Having a spiritual element in our lives may even help us heal when suffering from a physical or mental condition.

Personal Reflection

Take a moment to assess your own spiritual wellness by asking yourself the following questions.

1. What gives my life meaning and purpose?
2. What gives me hope?
3. How do I get through tough times? Where do I find comfort?
4. Am I tolerant of other people's views about life issues?
5. Do I make attempts to expand my awareness of different ethnic, racial and religious groups?
6. Do I make time for relaxation in my day?
7. Do my values guide my decisions and actions?

Practice Spiritual Wellness

When striving to develop and practice your own spiritual wellness, it is best to find the technique and approach that works for you; similar to the other dimensions of wellness, there is no "one size fits all" approach.

Your journey to spiritual wellness may involve the following:

- Practicing meditation or yoga
- Praying or taking part in organized religion
- Spending quiet time alone pondering the meaning of life
- Building awareness through journaling
- Serving your community, spending time in nature, appreciating music and the arts

<http://www.lhsfna.org/index.cfm/lifelines/september-2016/spiritual-wellness-what-is-your-meaning-and-purpose/>

Bienestar espiritual: ¿Cuál es tu significado y propósito?

El bienestar espiritual tiene el poder y la capacidad de facilitar nuestras decisiones y elecciones y nos mantiene centrados durante períodos de cambio; también nos da resistencia para sobrevivir con gracia y paz interior ante la adversidad. El tener un elemento espiritual en nuestras vidas puede incluso ayudarnos a sanar cuando estamos sufriendo de una condición física o mental.

Reflexion Personal

Tome un momento para evaluar su propio bienestar espiritual preguntando a si mismo lo siguiente:

1. ¿Que le da a mi vida significado y propósito?
2. ¿Que me da esperanza?
3. ¿Cómo supero los tiempos difíciles? ¿Dónde puedo encontrar alivio?
4. ¿A caso soy tolerante de las opiniones de otras personas sobre temas de la vida?
5. ¿A caso intento ampliar mi conocimiento de los diferentes grupos étnicos, raciales y religiosos?
6. ¿Practico tiempo libre para el descanso mental durante el día?
7. ¿Procuro que mis valores y principios guíen mis decisiones y acciones?

Práctica el Bienestar Espiritual

Cuando estés tratando de desarrollar y practicar tu propio bienestar espiritual, lo mejor es encontrar la técnica y el acercamiento que mejor funciona para tí; igual que otras dimensiones de bienestar, no hay una sola solución que funcione para todos.

Tu viaje para el bienestar espiritual puede incluir lo siguiente:

- El practicar yoga o meditación
- Orando o tomando parte en religión organizada
- Pasar tiempo en silencio, solo pensando en el significado de la vida
- Documentar lo que sucede a través de un diario
- Servir a tu comunidad, pasar tiempo en la naturaleza, apreciando la música y las artes

<http://www.lhsfna.org/index.cfm/lifelines/september-2016/spiritual-wellness-what-is-your-meaning-and-purpose/>

TRAINING NEWS



Terence J. O'Sullivan Laborers Training Center

Our Mission

The Laborers' Training Center provides Union Laborers comprehensive quality training emphasizing safety, skills and knowledge to increase their marketability and value to themselves, the Signatory Contractors and the Construction Industry.

COMMITMENT * INTEGRITY * QUALITY * TEAMWORK * BALANCE

Laborers' Pre-Apprenticeship Program

By Tony Castillo

Why is pre-apprenticeship promoted by the Northern California Laborers?

Pre-apprenticeship streamlines the recruitment process into apprenticeship by pre-screening a qualified, job-ready apprentice pool that is made up of a diverse pool of prepared candidates that are already trained with apprenticeship standards (pre-apprenticeship classes are taught by Laborers Training Center (LTC) instructors under the supervision and quality control overview of the LTC training director.

The Laborers' pre-apprenticeship program is operated by local community based organizations (CBOs) and is designed to prepare individuals to enter and succeed in the Laborers' Apprenticeship Program. Pre-apprenticeship is intended to expand participants career pathway opportunities with industry-based training coupled with classroom instruction.

Applicants into pre-apprenticeship have to meet the same minimum standards for selection into the regular apprenticeship: 18 years of age or older, valid California Driver License, physically able to work in construction, drug free and reliable transportation. Once they get selected, participants explore and learn about careers in construction by building their literacy, math, English, and work-readiness skills employers desire. Once they graduate from the program, they get physically assessed to ensure they meet the requirements of the job site.

Why is pre-apprenticeship beneficial to the Laborers' Apprenticeship Program?

Our quality pre-apprenticeship programs contribute to the development of a diverse and skilled workforce by preparing participants to meet the basic qualifications for entry into the Laborers Apprenticeship Program. Through a variety of unique designs and approaches, pre-apprenticeship programs can be adapted to meet the needs of differing populations being trained, the various employers and sponsors they serve, and specific opportunities within the local labor market.

The pre-apprenticeship program provides hands-on training to individuals in a simulated lab experience or through volunteer opportunities, when possible, neither of which supplants a paid employee but accurately simulates the industry and occupational conditions of regular Apprenticeship while observing proper supervision and safety protocols.

Finally, direct entry pre-apprenticeship programs have formalized agreements with the Laborers Union that enable individuals who have successfully completed their approved program to enter directly into the Registered Laborers Apprenticeship Program and includes articulation agreements for earning advanced credit/placement for skills and competencies already acquired.

Tony Castillo
Workforce Development

TRAINING NEWS



Terence J. O'Sullivan Laborers Training Center

Our Mission

The Laborers' Training Center provides Union Laborers comprehensive quality training emphasizing safety, skills and knowledge to increase their marketability and value to themselves, the Signatory Contractors and the Construction Industry.

COMMITMENT * INTEGRITY * QUALITY * TEAMWORK * BALANCE

Programa de Pre-Aprendizaje de la Unión de los Obreros Por Tony Castillo

¿Por qué el pre-aprendizaje es promovido por los Obreros del Norte de California?

El pre-aprendizaje simplifica el proceso de reclutamiento en el aprendizaje mediante la preselección de un grupo de candidatos diverso y que ya vienen preparados en los estándares de aprendizaje de los Obreros - las clases de pre-aprendizaje son enseñadas por instructores del Laborers Training Center (LTC) - bajo la supervisión y el control de calidad del director de capacitación de LTC.

El programa de pre-aprendizaje de los Obreros es operado por organizaciones comunitarias locales (CBOs) y está diseñado para preparar a individuos para entrar y tener éxito en el Programa de Aprendizaje de los Obreros. Pre-aprendizaje tiene la intención de ampliar las oportunidades de empleo en la construcción basada en la práctica junto con la instrucción en el aula.

Los aspirantes a pre-aprendizaje deben cumplir con los mismos requisitos mínimos para la selección en el aprendizaje regular, esto es: tener 18 años de edad o más, licencia de conducir válida de California, físicamente capaz de trabajar en la construcción, transporte confiable y estar libre del uso de drogas. Una vez que se seleccionan, los participantes exploran y aprenden sobre las carreras en la construcción. Los contratistas buscan que los graduados mejoren sus habilidades de seguridad, alfabetización, matemáticas, Inglés y preparación para el trabajo. Una vez que los participantes se gradúan del programa, estos se evalúan físicamente para asegurar que cumplen con los requisitos del sitio de trabajo.

Nuestros programas de pre-aprendizaje son de alta calidad y contribuyen al desarrollo de una mano de obra diversa y especializada, preparando a los participantes para que cumplan con los requisitos básicos para ingresar al Programa de Aprendizaje de los Obreros. A través de una variedad de diseños y enfoques únicos, los programas de pre-aprendizaje se adaptan a las necesidades de nuestras comunidades, los diferentes empleadores y patrocinadores y a oportunidades específicas dentro del mercado de trabajo local.

El programa de pre-aprendizaje proporciona entrenamiento práctico a individuos en una experiencia de laboratorio simulada o a través de oportunidades de trabajo voluntario siempre y cuando no se suplante a ningún empleado pagado, y que simula con precisión las condiciones laborales y profesionales del Aprendizaje regular y siempre observando protocolos de seguridad adecuados.

Finalmente, los programas aprobados de pre-aprendizaje han formalizado acuerdos con el Sindicato de los Obreros que permiten a las personas que han completado exitosamente a entrar directamente en el Programa de Aprendizaje de los Obreros y obtener crédito por algunas de las clases previas del programa de pre-aprendizaje.

Tony Castillo
Workforce Development