



UNITED WAY OF GREATER LOS ANGELES

LAS 10 COSAS MAS IMPORTANTES QUE DEBE SABER TODO ESTUDIANTE DE COLEGIO COMUNITARIO

Consejos prácticos y recursos
para estudiantes de colegios
comunitarios y técnicos en el
Condado de Los Angeles



Lo entendemos; el colegio comunitario puede ser confuso.

¡Aquí tienes 10 cosas para hacer que tu viaje sea un poco más fácil!

Esta guía se ha creado para TI, el estudiante de primera generación, el estudiante que trabaja, el que se tomó una pausa y ha regresado, el estudiante que acaba de graduarse de preparatoria, la madre soltera, el padre soltero, el que TODAVÍA no está seguro de lo que quiere ser cuando “sea mayor”, el que quiere hacer la transferencia a su escuela soñada de cuatro años. **Te vemos, y estamos muy felices de que estés aquí.**

Vamos a compartir contigo un pequeño secreto: el sistema de colegios comunitarios de LA es realmente genial. La red del condado de 19 colegios comunitarios públicos ofrece opciones sin límites para obtener una educación sólida que te dará acceso a puestos de trabajo bien pagados y con posibilidad de ascensos. El colegio comunitario cuesta menos que las universidades de cuatro años, tiene más opciones de títulos y certificados, y tiene conexiones más fuertes entre lo que estudias y puestos de trabajo reales. Además, las clases son más pequeñas, así que los profesores y el personal te conocen de verdad.

¿Lo sabías?

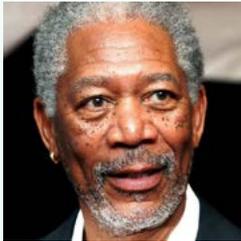
- The California Community Colleges system is the *largest job-training provider in the country*, educating over 2 million people a year.
- *1 de cada 3 estudiantes en los EE.UU.* está inscrito en un colegio comunitario.
- El sistema de Colegios Comunitarios de California es el *proveedor más grande de capacitación laboral del país*, y ofrece educación a más de 2 millones de personas al año.
- Como promedio, una persona con un título de colegio gana *\$1 millón más a lo largo de su vida* que alguien sin educación superior.
- Para 2027, *el 70% de todos los puestos de trabajo* requerirán algún tipo de educación o capacitación superior. Obtener un título o un certificado puede ayudarte a competir por esos puestos de trabajo.
- Las personas con más educación tienen *menos probabilidad de reportar condiciones* como enfermedades cardíacas, presión sanguínea alta, diabetes, ansiedad y depresión.

El colegio comunitario tiene realmente el potencial de cambiar tu vida. Puede ayudarte a desarrollar una base académica sólida, mientras también desarrollas las habilidades y conexiones profesionales que llevarás contigo el resto de tu vida. Esta guía ha sido creada con aportaciones de estudiantes reales, personal de colegios comunitarios, líderes de organizaciones sin fines de lucro y funcionarios gubernamentales de todo el Condado de LA, para ayudarte a encontrar la información que necesitas para tener éxito. Esperamos que estos consejos sean útiles, y ¡tenemos muchos deseos de ver las cosas increíbles que harás!

Propósito de esta guía: Ofrecerte consejos prácticos y recursos que te ayudarán a aprovechar al máximo tu tiempo en el colegio comunitario y alcanzar tus metas educativas y profesionales.

GENTE FAMOSA QUE FUE A UN COLEGIO COMUNITARIO

Como estudiante de colegio comunitario, perteneces a un grupo exclusivo con personas como:



MORGAN FREEMAN

Actor
LACC



STEVE JOBS

Fundador, Apple
De Anza College



CARDI B

Rapera
Borough of
Manhattan CC



DOLORES HUERTA

Activista Laboral
San Joaquin Delta
College



FRANK CRUZ

Fundador, Telemundo
ELAC



HALLEE BERRY

Actriz
Cuyahoga
Community College



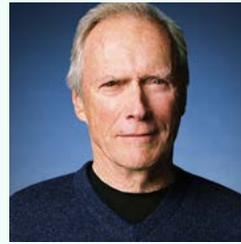
JEFFERY SEBELIA

Diseñador de Moda
LATTC



ALBERT PUJOLS

Jugador de Béisbol
Maple Woods CC



CLINT EASTWOOD

Actor
LACC



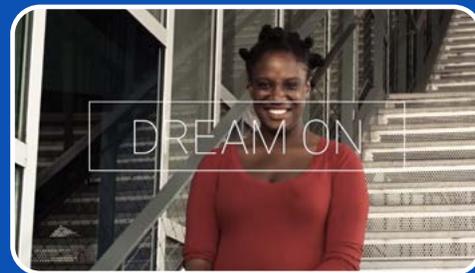
KEVIN HART

Actor / Cómic
Community College
of Philadelphia



VOCES DE ESTUDIANTES Y GRADUADOS

Haz clic para explorar puntos de vista de estudiantes sobre el impacto de asistir a un colegio comunitario.



Sigue viendo: *Roadtrip Nation*—un documental en el que tres estudiantes de colegio comunitario viajan por todo el país, entrevistando durante su recorrido a estudiantes exitosos de colegios comunitarios anteriores y actuales.

¡Conoce tus derechos y comunica lo que necesites!

La historia de tu vida es única al 100%, y por eso también son únicas las cosas que necesitas para tener éxito en el colegio. Es importante que sepas esto desde el principio, para que puedas defender tus derechos y pedir lo que necesites. Este proceso se llama “defenderse a uno mismo.”

¿Qué es “defenderse a uno mismo”? Defenderse a uno mismo es la capacidad de pedir lo que quieres para cubrir tus necesidades. Las habilidades de defenderse a uno mismo te pueden ayudar a enfrentarte a los retos que se presenten durante tu viaje educativo y a crear el futuro que deseas.

PASOS PARA DEFENDERSE A UNO MISMO CON ÉXITO:

1. **¡Pide lo que necesites!** El proceso de pedir lo que quieres puede parecer extraño y dar miedo. Pero recuerda que el personal y los departamentos de los colegios comunitarios están ahí para servirte A TI. Tu colegio tiene toneladas de recursos para ti, así que, ¡pídelos!
2. **Que tu petición sea simple y directa.** Si necesitas una computadora, di eso. Si necesitas más tiempo para completar tu examen porque tienes TDAH, di eso. Si necesitas cambiar tus clases porque tienes que trabajar, di eso. No hay petición demasiado pequeña, pero para recibir ayuda, tienes que decir con claridad qué necesitas exactamente.
3. **Si pides algo y no sucede nada, pídelo OTRA VEZ.** Los colegios comunitarios tienen miles de recursos, pero a veces están distribuidos entre muchos departamentos, edificios y personas. Así que, si pides algo y no sucede nada, eso **NO SIGNIFICA QUE NO HAY NADIE QUE PUEDA AYUDARTE**. Significa que tienes que preguntar a otra persona o pedirlo de forma diferente. A veces tienes que preguntar a muchas personas hasta llegar a la persona que puede ayudar.

SUPERCONSEJO

Encuentra un **SER HUMANO** al que conectar. Sabemos que, cuando necesitas ayuda, parece que no hay nadie para ayudarte. Pero recuerda esto: detrás de cada organización y programa, hay personas reales. Cuando estés intentando obtener un recurso o consejos, ¡no dejes de ser persistente y sigue insistiendo hasta que puedas conectar con una persona real que trabaje en la organización!

RECUERDA: Nadie sabe lo que necesitas mejor que TÚ. Conseguir lo que necesitas no siempre es fácil, ni rápido. A veces hacen falta muchos intentos y hablar con muchas personas diferentes. **Sigue haciendo fuerza para conseguir lo que necesitas y quieres. ¡Te lo mereces!**

CONOCE TUS DERECHOS

Como estudiante de colegio comunitario en LA, tienes legalmente derecho a muchas cosas. Activa tus habilidades para defenderte a ti mismo, para asegurarte que las consigues. Algunos derechos importantes que debes conocer son estos:

- **Derecho a Servicios de Necesidades Básicas (AB 132)**
Todos los Colegios Comunitarios de California deben tener un centro de necesidades básicas con un coordinador que pueda ayudar a los estudiantes a conectar a recursos dentro y fuera del campus. Estos centros de atención única a menudo son la forma más rápida para obtener ayuda con cosas que afectan a tu vida diaria, como acceso a comida y vivienda. [Más información sobre AB 132.](#)
- **Derecho a Colocación Equitativa (AB 705)** “Colocación Equitativa” significa que tienes derecho a inscribirte directamente en clases de matemáticas y de inglés de nivel de transferencia. Tu colegio no puede obligarte a tomar un curso de recuperación de matemáticas o de inglés que no cuentan para créditos de graduación. Si te colocan en una clase de recuperación, reúnete con tu consejero para cambiarla. [Más información sobre AB 705.](#)
- **El Derecho al Dinero de tu Beca (AB 288)** La ley prohíbe el desplazamiento de becas, y se asegura que, cuando un estudiante obtiene una beca, el colegio no puede reducir otra ayuda financiera que iba a dar. Esta ley permite a los estudiantes permitirse la educación superior y aprovechar al máximo los dólares de las becas. [Obtén más información sobre AB 288](#) y [cómo usarla para ti.](#)
- **Los Estudiantes Indocumentados tienen Derecho a Pagar lo Mismo que los del Estado (AB 540/SB 68)** Todos los estudiantes que cumplen criterios específicos, incluyendo los estudiantes indocumentados, tienen derecho a pagar como si vivieran en el Estado en los colegios y universidades públicos de California (colegios comunitarios de California, CSU y UC). [Obtén más información sobre AB 540](#), y [consulta si tú calificas para precios para residentes en el estado.](#)
- **Los estudiantes con Discapacidades tienen Derecho a Acomodaciones Conforme a la ley federal**, los estudiantes con discapacidades tienen derecho a recibir apoyo extra en los estudios superiores para ayudarles a tener éxito. El apoyo podría incluir una persona para tomar notas en clase, más tiempo para hacer las pruebas, acceso a libros de texto en audio y más. Si te identificas como estudiante con discapacidad, [contacta a la oficina de Programas y Servicios para Estudiantes Discapacitados \(DSPS\)](#) para más información.
- **Estudiantes que están Criando Hijos, Indigentes, Veteranos de Guerra o Jóvenes en Crianza tienen Derecho a Inscripción Prioritaria (AB 2881-Crianza de Hijos, AB 801-Indigentes, AB194-Jóvenes en Crianza)** “Inscripción prioritaria” significa que tú puedes inscribirte en tus clases antes que otros estudiantes. Esto incrementa tus posibilidades de entrar en las clases que necesitas y te ayuda a crear un horario que se adapta a tu vida y a tus necesidades. [Consulta aquí una lista completa de grupos de estudiantes que tienen derecho a inscripción prioritaria.](#)

¿Quieres influir en el cambio en tu campus? Consulta las [Herramientas de Defensa Legislativa](#) del Senado de Estudiantes del Colegio Comunitario de California (SSCCC), o solicita convertirte en [Becario “FIERCE”](#) Ed Trust-West!



ESTUDIANTES QUE SE DEFIENDEN A SÍ MISMOS.

¡Lee y escucha puntos de vista de estudiantes de colegio como tú!



Consejo
02.

Si puedes soñarlo, puedes hacerlo, pero necesitas un plan!

La clave para tener éxito en el colegio comunitario es tener una idea clara de lo que significa el éxito para ti. ¿Qué esperas lograr durante tu tiempo aquí? ¿Cuáles son tus sueños? Una vez tengas una idea de lo que quieres, puedes fijarte metas claras y hacer un plan educativo para ayudarte a llegar ahí.

EXPLORA TUS OPCIONES

Los colegios comunitarios ofrecen una variedad de programas alineados con las oportunidades laborales locales, que te dan las habilidades y los conocimientos que necesitas para poner tu carrera profesional en marcha. Tómate tu tiempo para aprender sobre algunas de las opciones de recorridos de títulos e industriales, y escoge un recorrido que te parezca adecuado. Recuerda, no hay recorridos correctos ni incorrectos. ¡Lo importante es guiarte por tus intereses y encontrar algo que ames!

Las opciones que puedes escoger en el colegio comunitario incluyen:

- Completar una sola clase
- Completar un programa de certificado
- Completar un programa de grado de asociado
- Completar un programa de aprendizaje (gana dinero mientras aprendes)
- Trasladarte a una universidad de títulos de cuatro años y obtener tu licenciatura
- Inscribirte en un programa de licenciatura (*puedes ver aquí qué colegios comunitarios ofrecen esto)

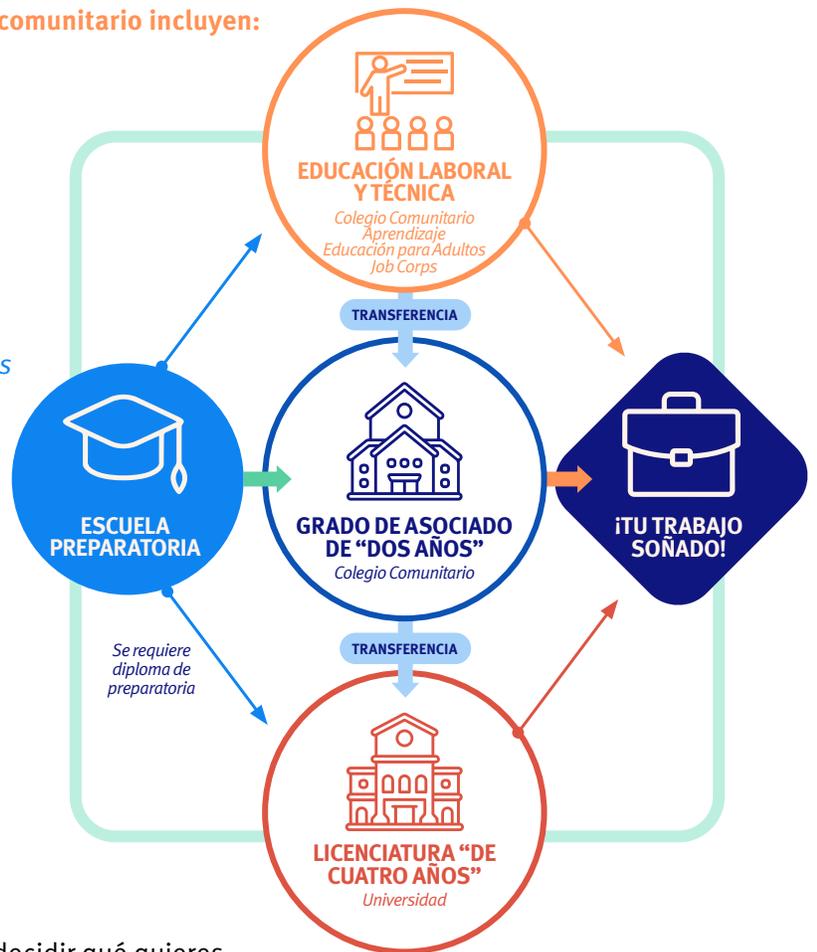
SUPERCONSEJO

Si no estás seguro de lo que quieres hacer, mantén tus opciones abiertas trabajando para obtener un *Grado de Asociado para Transferencia* (ADT, por sus siglas en inglés). ¡El ADT te prepara para admisión garantizada en *CSU* y *otras escuelas de cuatro años*!

RECURSOS DE EXPLORACIÓN DE CARRERAS PROFESIONALES:

Además de aprender sobre las opciones de títulos en tu escuela, piensa en la forma en que esos títulos conectan a carreras profesionales en el mundo real. Explora industrias diferentes, recorridos laborales, y puestos de trabajo para decidir qué quieres alcanzar. ¡Piensa en cuánto se paga en esos trabajos, para que puedas prepararte para tener éxito financiero en el futuro! Las siguientes herramientas pueden ayudarte a aprender más:

- [Salary Surfer](#) de los Colegios Comunitarios de California
- [MyPath](#) de los Colegios Comunitarios de California



- [Información sobre el Mercado Laboral](#) del Departamento de Desarrollo Económico de California (EDD)
- [Gladeo para LA](#) de la plataforma de exploración de carreras laborales, Gladeo
- [Manual de Perspectivas Laborales](#) de la Oficina de Perspectivas Laborales de los EE.UU.
- [My Next Move](#) del Departamento de Trabajo de los EE.UU.

FÍJATE METAS CLARAS

Una vez que tengas una idea de qué recorridos profesionales o título te gustan, ¡puedes comenzar a fijarte metas! Si aún no sabes exactamente lo que quieres hacer, ¡no pasa nada! NO es necesario que conozcas todos los detalles para fijarte buenas metas. Basta con que escojas algo en lo que quieras trabajar para lograrlo en el presente. Después, fíjate otra meta después de alcanzar esa. Por ejemplo, tu meta durante tu primer semestre en el colegio podría ser: “Quiero tener claro para el final del semestre si quiero un título de arquitectura o enfermería.” Cuando llegues al segundo semestre, ¡puedes fijarte otra meta basándote en qué camino has escogido!

Cómo Fijarse Metas. Las metas funcionan mejor cuando son sencillas y claras. Una forma sencilla de fijarse metas es utilizar el *método SMART*. Otra forma se describe en este video. No importa qué método uses, ¡**ANOTA** tus metas y ponlas en algún sitio en que puedas verlas todos los días!

CREA UN PLAN DE EDUCACIÓN

Una vez que sepas cuáles son tus metas, necesitas crear un **PLAN DE EDUCACIÓN** para poder progresando sin parar hasta alcanzarlas. *No es necesario que esto lo hagas solo*. Hay muchas personas que pueden ayudarte a planear tu educación y tu recorrido profesional. Un lugar ideal para comenzar es reunirse con un *consejero del colegio* que pueda ayudarte a crear un plan de educación que te ayudará a descubrir las cosas más pequeñas que debes hacer cada día, cada semana, cada mes y cada semestre, para ayudarte a alcanzar tus metas. Consulta los recursos específicos de cada campus al final de esta guía para encontrar información de contacto de la Oficina de Servicios de Consejería de tu escuela.

¡Un Plan de Educación es el Mapa que te Guía hasta tus Metas!

Imagina manejar tu coche sin saber a dónde vas. Probablemente darías vueltas en círculo, perdiendo mucho tiempo y energía (¡y combustible). Pero si introduces un destino en tu GPS, puedes manejar con mucha más facilidad y saber exactamente a dónde vas. Piensa en tus metas como el destino de tu GPS. Tu plan de educación ofrece instrucciones paso a paso sobre cómo llegar allí.

El viaje de cada persona es único, y tu recorrido tendrá algunos giros y vueltas a lo largo del camino. Mantén la cabeza alta, no te compares con los demás, y no dejes de avanzar hacia TUS metas.

Si te desvías del camino, ¡no pasa nada! Tómate un respiro, vuelve a centrarte, y márcate metas nuevas para ti mismo. Suena cursi, pero la lección más importante es no dejar de avanzar y no dejar nunca de creer en ti mismo.

¡Hazlo divertido utilizando un cuestionario de carreras profesionales! Los cuestionarios pueden ayudarte a descubrir tus intereses personales y ver cómo se corresponden con profesiones diferentes. Estos son 3 de nuestros favoritos:

- [Cuestionarios de Carreras Profesionales “Puedo ir al Colegio”](#)
- [Evaluación de Intereses sobre Carreras en un Solo Cuestionario](#)
- [Perfilador de Intereses O*Net](#)

Ventaja añadida: ¡Las páginas en las que están alojados esos cuestionarios tienen también información buenísima sobre carreras!

SUPERCONSEJO

¡Comparte tus metas con tus padres, tu familia, tus amigos y profesores para que puedan apoyarte y celebrar tus logros conforme recorres tu viaje!

SUPERCONSEJO

Ten mentalidad de Crecimiento. El colegio comunitario puede ser un reto, pero puedes hacer cualquier cosa que te propongas. La mitad de la batalla es creer en ti mismo, así que ¡ánimate y bloquea cualquier pensamiento negativo!

No tienes que elegir entre el trabajo y la escuela.

Créate un horario que te proporcione la combinación definitiva de equilibrio vital entre la vida, el trabajo y la escuela.

El colegio comunitario es genial, porque es flexible y te permite avanzar a tu propio ritmo y crear un horario que se adapte a tu vida. Combinar las clases del colegio, trabajar en un sitio (o quizá en varios) y otras responsabilidades, como cuidar de hijos o familiares, puede ser agotador y abrumador.

Aunque a veces puede parecer imposible, compaginar la escuela, el trabajo y la vida puede ser posible con una gestión eficaz del tiempo (¡lo más importante), buenos hábitos, y apoyo de tu red.

TRUCOS PARA EL EQUILIBRIO ENTRE LA ESCUELA + EL TRABAJO + LA VIDA

- **Usa una Aplicación de Calendario** Un calendario en línea te puede ayudar a hacer seguimiento de plazos máximos y tareas. Nuestro favorito es Google Calendar porque es fácil de utilizar, desde una computadora portátil o un teléfono. Añade todas tus clases, horarios de trabajo y actividades a tu calendario, para que te sea fácil ver lo que tienes cada día. Crea alertas y recordatorios para no perderte plazos importantes.
- **Sigue un Horario** Créate un horario semanal que incluya actividades como tiempo de clase, tiempo de estudio, trabajo, responsabilidades en casa, etc. ¡No olvides incluir tiempo para relajarte y cuidar de ti mismo!
- **No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy.** Acaba pronto las tareas para evitar estresarte. ¡Aquí tienes [ocho consejos sobre cómo](#) hacerlo!
- **Comunícate con todos.** Haz que tu jefe sepa que estás estudiando, y que tus profesores sepan que estás trabajando. ¡Esto les ayudará a apoyarte! Por ejemplo, puede que tu jefe te exija menos en el trabajo si sabe que tienes una prueba importante o un examen final pronto.
- **Consigue Ayuda** Si necesitas ayuda adicional con las clases, ¡consíguela! Hay apoyo académico y tutores gratuitos en el campus disponible para la mayoría de áreas de estudio. ¡No hay nada vergonzoso en absoluto en usar estos recursos!
- **Pide una Extensión** Si alguna vez necesitas más tiempo para acabar una tarea, normalmente pedirselo al profesor será suficiente. La mayoría de las veces los profesores son compasivos y te darán una extensión. No vale la pena acabar con tu salud mental intentando acabar algo.

COMBINAR TRABAJO + ESTUDIAR

Una forma excelente de encontrar el equilibrio entre los estudios y el trabajo es escoger programas que combinen las dos cosas.

CONSIGUE UN TRABAJO PAGADO EN EL CAMPUS

¿Sabías que tu campus tiene programas de trabajo+estudio que pueden ayudarte a conseguir trabajo en el campus? Conseguir un trabajo en el campus te hará mucho más fácil moverte entre el trabajo y la escuela. También tiene la ventaja añadida de que te ayuda a sentirte más conectado con la comunidad de tu campus, ¡lo cual incrementa tus posibilidades de graduarte a tiempo!

Averigua más sobre oportunidades de trabajo en el campus visitando el Centro de Carreras Profesionales de tu campus.

INSCRÍBETE EN UN PROGRAMA DE APRENDIZ

Hay muchos programas de aprendiz en el Condado de LA en los que TE PAGAN por aprender en el trabajo. Los programas de aprendiz se han ampliado en la última década, y ahora incluyen carreras profesionales en tecnología, diseño gráfico, logística y otros campos, además de trabajar como aprendiz en oficios especializados (plomaría, construcción, electricidad, etc.

¡Averigua más sobre programas como aprendiz y búscalos en tu área!



Pide ayuda financiera, ¡incluso si crees que no la vas a conseguir!

¿Qué es la ayuda financiera? La ayuda financiera es dinero que se recibe de una fuente externa, como el gobierno o prestamistas privados, para ayudar a pagar los estudios superiores. Puede cubrir costos como el precio y las tasas de las clases, libros, materiales, transporte y otros gastos de vida. [Más información sobre ayuda financiera.](#)

Los estudiantes de colegios comunitarios de LA tienen acceso a muchas oportunidades de ayuda financiera que pueden ayudar a pagar la educación. De hecho, cada año se quedan sin usar millones de dólares de ayuda financiera porque los estudiantes creen que no van a calificar, así que ni siquiera la solicitan. Puedes romper este ciclo presentando tu solicitud de ayuda financiera dentro de plazo cada año. No importa cuál sea tu situación financiera, solicitarla siempre es gratis, ¡y vale la pena para ver qué puedes conseguir!

CÓMO SOLICITAR AYUDA FINANCIERA

Completa la FAFSA o la Solicitud de la Ley del Sueño de California

- Los estudiantes que sean ciudadanos de los EE.UU. deben completar la FAFSA, mientras que los estudiantes indocumentados deben usar en su lugar la Solicitud de la Ley del Sueño de California (CADAA, por sus siglas en inglés). [Más información acerca de las diferencias entre FAFSA y CADAA.](#)
- Entrega la solicitud a más tardar en la fecha prioritaria del **2 DE MARZO CADA AÑO**. Las solicitudes ya están abiertas el 1 de octubre para el año siguiente. Si la solicitas después de la fecha máxima, ¡es normal que obtengas menos ayuda!
- Debes volver a solicitar ayuda financiera cada año.

Créate una cuenta en WebGrants4Students para manejar becas con facilidad. Esta cuenta te permite manejar tu Beca Cal, tu Beca Chafee, y otras becas en línea, ver actualizaciones, hacer cambios y presentar peticiones.

Busca becas privadas y presenta tus solicitudes. Trabaja con tu consejero escolar para solicitar becas adicionales privadas.

DÓNDE CONSEGUIR AYUDA CON LAS SOLICITUDES DE AYUDA FINANCIERA

A veces entender las ayudas financieras y solicitarlas puede ser un poco abrumador. Afortunadamente, hay disponible ayuda. Prueba estos recursos:

Ve a la Oficina de Ayuda Financiera de tu Escuela

Obtén apoyo individualizado, incluyendo ayuda para completar tus solicitudes de ayuda financiera, navegar por los portales en línea, presentar apelaciones, solicitar un préstamo para estudiante, o cualquier otro proceso relacionado con tu ayuda financiera. Puedes encontrar [aquí la Oficina de Ayuda Financiera](#) de tu escuela. Además, puedes encontrar más consejos sobre cómo solicitar ayuda financiera [en este video](#).

Ayuda de Dinero para el Colegio de LA (LA Cash for College Assistance)

LA Cash for College es un programa que proporciona talleres y apoyo práctico para ayudarte a completar tus solicitudes de ayuda financiera. Como ventaja añadida, ¡Cash for College tiene un programa de becas para cualquiera que asista a sus eventos de talleres de FAFSA! El programa lo organizan UNITE-LA y sus colaboradores. [Aprende más e insíbete en un taller.](#)

OPORTUNIDAD DE DEFENDERTE A SÍ MISMO: Apelaciones de Ayuda Financiera

Presentar una *apelación* es una manera formal de decirle a tu escuela que quieres que vuelvan a evaluar tu paquete de ayuda financiera. ¡Puedes utilizar aplicaciones como *SwiftStudent* para escribir una carta de apelación de ayuda financiera gratis!

TIPOS DE AYUDA FINANCIERA

Hay cuatro tipos principales de ayuda financiera. Cuando estés decidiendo qué ayuda aceptar, presta atención a de qué tipo es, si tienes que devolverla, y de dónde viene. Algunas organizaciones actúan como si buscaran lo mejor para ti, ¡pero solo son negocios que quieren ganar dinero gracias a ti! Ten cuidado con préstamos privados con intereses altos que pueden enterrarte en deudas por préstamos a estudiantes. ¡Tú mismo te lo agradecerás en el futuro!

Subvenciones *Ayuda que NO tienes que devolver.*

Una subvención (grant) es dinero gratuito que se entrega a los estudiantes que estudian un título superior, normalmente basada en ingresos o necesidades financieras. Cuando solicitas una FAFSA o una CADAA, ¡automáticamente eres considerado para la mayoría de las subvenciones! Recuerda comprobar y asegurarte, porque ¡para algunas subvenciones sí hay que presentar una solicitud!

Ayudas comunes:

- *Subvención Pell* para estudiantes de bajos ingresos
- *Subvención Chafee* para jóvenes en crianza
- *Subvención Cal* para estudiantes de bajos ingresos
- *Subvención Promesa de Colegio de California (CCPG)* cubre el costo de tasas de inscripción
- *Promesa de Colegio de LA (LACP)* proporciona dos años de inscripción gratuita para estudiantes a tiempo completo de LACCD por primera vez y que se reincorporen, independientemente de su edad, ingresos, situación académica o situación de inmigración. *Solicítala ahora*

Programas De Trabajo Y Estudio *Ayuda que tú ganas y NO tienes que devolver.*

Puede que se te permita ganar una parte del dinero que te concedan como ayuda financiera mediante trabajos a tiempo parcial de trabajo y estudio que sean en el campus o en la comunidad. Para saber más, contacta a la oficina de ayuda financiera de tu colegio.

Programas más importantes de trabajo y estudio que debes conocer:

- *Trabajo-Estudio Federal (FWS)*—con fondos del gobierno general
- *LAEP*—versión de California de trabajo-estudio
- *Programa de Becas de Incentivos a Servicios de la Ley del Sueño*—puedes ver esto como trabajo-estudio para estudiantes indocumentados

Becas *Ayuda que NO tienes que devolver*

Una beca (*scholarship*) es dinero gratuito que se entrega a estudiantes que estudian un título superior, que normalmente se basa en méritos. Puedes obtener becas por muchas razones diferentes, como tus calificaciones, capacidad atlética, raza/identidad, género, campo de estudio, etc. Para obtener una beca, normalmente hay que solicitarla por separado.

Explora Oportunidades de Becas:

- *Página de Becas Life Prep Academy*
- *Beca America*
- *Becas para jóvenes en crianza*
- *Becas para estudiantes indocumentados*
- *Becas para estudiantes LGBTQ*
- *Becas para estudiantes negros*
- *Becas para estudiantes hispanos*
- *Becas para estudiantes asiáticos /AAPI*
- *Sociedad de Honores Phi Theta Kappa*

¡Busca oportunidades de beca disponibles a través de la fundación de tu colegio!

- *Fundación LATTC / Fundación LACC*
- *Fundación de CC de Los Angeles* (Distrito)
- *Fundación de CC de California* (Estado)

Préstamos Para Estudiantes *Ayuda que SÍ tienes que devolver*

Los préstamos para estudiantes pueden ser útil para cubrir carencias financieras cuando las becas, subvenciones y demás tipos de ayuda no son suficientes. Lo único malo es que hay que devolverlos en su totalidad, ¡con intereses! Asegúrate de que piensas en todas las demás oportunidades de ayuda financiera antes de contraer una deuda por un préstamo para estudiantes.

Ve con cuidado acerca de qué préstamos decides suscribir; busca préstamos federales de interés bajo, y, si es posible, intenta evitar los préstamos privados de interés alto. ¡Tú mismo te lo agradecerás en el futuro!

Aprende más sobre préstamos para estudiantes:

- *Los distintos tipos de préstamos para estudiantes*, incluyendo federales frente a privados y subvencionados frente a no subvencionados
- *Cómo entender los tipos de interés* en diferentes tipos de préstamos

No luches solo; hay toneladas de recursos para ayudarte con vivienda, salud mental, alimentos y otras necesidades básicas.

Si estás mal de dinero o te está resultando difícil llegar a fin de mes, no estás solo. Todos necesitamos a veces un poco de ayuda, ¡y no hay nada de qué avergonzarse! De hecho, 2 de cada 3 estudiantes de colegio tienen dificultades financieras.

Afortunadamente, tu colegio y tu comunidad tienen una gran variedad de programas de apoyo para ti relacionados con vivienda, alimentos, materiales escolares, y otras cosas que puedes necesitar para tener éxito. ¿Lo más interesante? **Ya estás pagando por ellos.** El dinero de tus clases y el de tus impuestos es lo que hace posibles muchos de estos programas. Así que infórmate y ¡saca el mayor partido a tu dinero!

¿LO SABÍAS? Todos los colegios comunitarios de California están obligados por ley a tener una **Oficina de Necesidades Básicas** que pueda ayudar a los estudiantes a conectar con recursos esenciales. Este es un lugar ideal para comenzar si necesitas ayuda. Consulta la lista específica para cada campus al final de esta guía para más información sobre la Oficina de Necesidades Básicas de tu escuela y servicios.

REPASO DE RECURSOS DE NECESIDADES BÁSICAS

VIVIENDA Y ALQUILER

Estos son algunos programas que ofrecen asistencia para estudiantes de colegios comunitarios que se enfrentan a indigencia o inseguridad para vivienda:

- Viviendas Hope para Estudiantes: www.hopehousingforstudents.org/ o llama al (626) 999-1856
- Proyecto de Vivienda Seed: seedhouseproject.org/ o llama al (818) 351-9718
- Iniciativa de Jóvenes para el Éxito en los Estudios Superiores: jovenesinc.org/college-housing/ o llama al (323) 260-8035
- LA Room & Board: larnb.org/ o escribe un correo electrónico a hello@larnb.org
- Refugio Trojan y Refugio Bruin: refugios sin pagar alquiler creados y operados por estudiantes de USC y UCLA. Cualquier estudiante superior (incluyendo los de colegios comunitarios) puede [solicitar quedarse aquí](#)
- Safe Place for Youth: www.safeplaceforyouth.org/ o llama al (310) 902-2283
- Encuentra recursos adicionales a través de la Autoridad de Servicios para Indigencia de LA (LAHSA) [aquí](#)

SALUD MENTAL

¡No ignores tus necesidades de salud mental! La mayoría de los colegios comunitarios tienen centros de salud en el campus o acuerdos con proveedores locales de salud para asegurarse que todos los estudiantes pueden tener acceso fácil a lo que necesiten para mantenerse sanos, incluyendo terapia/ servicios de salud mental gratuitos o de bajo costo.

- Todos los estudiantes de colegios comunitarios de California tienen acceso a terapia virtual gratuita utilizando [Timelycare](#)
- Immigrants Rising tiene el [programa Mental Health Connector](#) para estudiantes indocumentados
- Encuentra recursos adicionales a través del Departamento de Salud Mental del Condado de LA [aquí](#)

ALIMENTOS

- Encuentra una despensa de alimentos utilizando el [localizador de despensas de alimentos del Banco Regional de Alimentos de Los Angeles](#).
- También hay dinero gratis para comprar alimentos a través del programa [CalFresh](#)

TRANSPORTE

- Viajes gratuitos en Metro disponibles a través del programa [Las Tarifas para Ingresos Bajos son Fáciles \(LIFE\)](#)
- Metro también ofrece [GoPass](#) para todos los estudiantes de colegios comunitarios de LACCD, independientemente de sus ingresos

LIBROS DE TEXTO

- Ahorra dinero alquilando libros de texto en lugar de comprarlos, utilizando sitios como [Chegg.com](#)
- Comprueba si tus libros de texto están disponibles gratis en la [Biblioteca Abierta de Libros de Texto](#) o en su [biblioteca pública local](#)

COMPUTADORAS PORTÁTILES E INTERNET

- Internet móvil CA Connects: [shop.collegebuys.org/articles/calconnects_landing.htm](#)
- EveryoneOn: [www.everyoneon.org/find-offers](#)
- Programa de Conectividad Asequible de FCC (ACP): [www.getinternet.gov/apply?ln=RW5nbGlzaA%3D%3D](#)

GUARDERÍAS

- Red de Recursos y Remisiones de Guarderías de CA: [rrnetwork.org/family-services/find-child-care](#)
- My Child Care Plan California: [mychildcareplan.org/](#)
- Pathways LA: [pathwaysla.org/](#) o llama al (213) 427-2700
- Crystal Stairs: [crystalstairs.org/](#) o llama al (323) 299-8998

¿NECESITAS MÁS RECURSOS?

Utiliza herramientas de directorio de búsqueda como [One Degree](#) o [211 LA](#) para encontrar recursos adicionales en tu comunidad.

¡Aprovecha los beneficios públicos! Si eres un estudiante de ingresos bajos, puedes acceder a programas de ayuda gubernamental como [CalFresh](#) (alimentos), [Medi-Cal](#) (atención sanitaria) y [CalWORKs](#) (para familias con niños). No debe avergonzarte nunca aceptar ayuda pública. Después de todo, estos programas se pagan con dinero de TUS impuestos; ¡mereces usarlos! Usa el sitio web [BenefitsCal.com](#) para solicitar todos los beneficios públicos desde un único lugar centralizado.

¿Emergencia familiar o personal? ¡No dejes que afecte a tu promedio de calificaciones!

Presenta una Retirada de Emergencia (EW, por sus siglas en inglés)

A veces suceden cosas en la vida que no podemos controlar, como un fallecimiento en la familia o cualquier otro evento importante que pone nuestro mundo del revés. Durante momentos así puede ser difícil centrarse en los estudios. Afortunadamente, la mayoría de los colegios comunitarios ofrecen una opción de Retirada de Emergencia (EW), que te permite retirarte de una clase sin que eso afecte negativamente a tu promedio de calificaciones con vistas a transferencias o tu título. Para utilizar una EW, normalmente has de presentar un formulario de petición. ¡Contacta con un consejero académico para más detalles sobre el proceso y formularios específicos necesarios para tu escuela!

Consejo
06.

La selección de cursos importa; ¡no escojas clases que no necesitas!

Escoger en qué cursos inscribirse es probablemente la decisión más importante que tomarás como estudiante de colegio comunitario. Asegúrate que sabes cuántos créditos tomar, y comprueba dos veces (y tres) que todos los cursos servirán para transferencia o contarán para los requisitos de un título en la forma en que lo esperas. Si eres cuidadoso y escoges con intención tus cursos ahora te evitarás dolores de cabeza y sufrimiento económico más tarde. ¡Te lo agradecerás a ti mismo en el futuro!

CONSEJOS PARA ESCOGER TUS CLASES

¡Reúnete con un consejero ANTES de inscribirte! Son expertos que ya han hecho esto antes, y pueden ayudarte a decidir qué clases tomar basándose en tu plan de educación único.

Presta atención al número de unidades Asegúrate que tienes la cantidad correcta de unidades para mantenerte en el camino hacia tus metas y cumplir los requisitos de ayuda financiera. Un estudiante a tiempo completo toma aproximadamente entre 12 y 15 unidades cada semestre. Recuerda calcular también el tipo de estudio; una unidad = entre dos y tres horas de estudio.

UNIDADES (CURSO)	LECTURA/TIEMPO EN CLASE	ESTUDIO <small>(e.g leyendo, revisando notas, escribiendo ensayos, estudiando para exámenes, etc.)</small>	TOTAL DE TIEMPO ACADÉMICO POR SEMANA
1 UNIDAD	1 hora	2-3 horas	3-4 horas
3 UNIDADES = aproximadamente 1 CLASE (tiempo parcial)	3 horas	6-9 horas	9-12 horas
6 UNIDADES = aproximadamente 2 CLASES (medio tiempo)	6 horas	12-18 horas	18-24 horas
12 UNIDADES = aproximadamente 4 CLASES (tiempo completo)	12 horas	24-36 horas	36-48 horas
15 UNIDADES = aproximadamente 5 CLASES (tiempo completo)	15 horas	30-45 horas	45-60 horas

SUPERCONSEJO

La carga en unidades influye la ayuda financiera. Estudiantes inscritos en menos de 12 unidades recibirán menos dinero.

NOTA: La tabla anterior ha sido adaptada de *Consejos para Inscribirse y Tener Éxito en Clases de Colegio* de John Burton Advocates for Youth (JBAY).

Sé realista Piensa en tu horario en general fuera de la escuela. ¿Trabajas, o tienes niños pequeños que cuidar? Piensa bien en tu horario de cursos, para no abarcar demasiado.

Escoge instructores que te encantarán Utiliza la herramienta *Evalúa a Mis Profesores* para saber más sobre tus instructores antes de inscribirte en una clase. Prepárate para el éxito escogiendo instructores cuyos estilos de enseñanza se ajusten a tu estilo de aprendizaje.

CONSEJOS PARA ENTRAR EN LAS CLASES QUE QUIERES

Hay algunas clases de colegios en las que es difícil entrar; o bien no están disponibles en el campus, o siempre están llenas. ¡Pero no te preocupes! Utilizando la autodefensa y algunos trucos útiles, suele haber una forma de entrar en las clases que necesitas.

¡Aprovecha la inscripción prioritaria! La inscripción prioritaria significa que consigues inscribirte en las clases antes que otros estudiantes. Esto incrementa tus opciones de conseguir el programa de clases exacto que quieres. Normalmente los siguientes grupos reciben inscripción prioritaria:

- Estudiantes embarazadas o estudiantes que son padres o madres con niños menores de 18 años
- Jóvenes en crianza actualmente o en el pasado
- Estudiantes que sufren indigencia
- Veteranos de guerra o miembros de las fuerzas armadas
- Estudiantes con discapacidades
- Estudiantes de Programas y Servicios de Oportunidad Extendidas (EOPS, por sus siglas en inglés)
- Si perteneces a uno o más de estos grupos, habla con un consejero para conseguir acceso a inscripción prioritaria. Normalmente no es automática, así que deberás contactar tú para que ocurra así.

Escribe un correo electrónico al profesor para preguntar si te deja asistir a clase mientras esperas que haya una plaza libre. A veces se producen vacantes durante el periodo de modificaciones, o ¡puede que el profesor añada un asiento extra solo para ti!

Toma las clases en línea en el *Campus Virtual de California (CVC)* de los Colegios Comunitarios de California. El CVC es uno de los secretos mejor guardados del sistema de colegios comunitarios. Puedes tomar las clases en línea y hacer que cuenten para créditos para cumplir los requisitos del título.

Toma las clases en otro colegio comunitario. ¿Lo sabías? Si una clase no está disponible en tu colegio, puedes tomar clase en otro colegio comunitario de California y transferir tus créditos de vuelta a tu



¿QUÉ PASA CON LOS ESTUDIANTES DE TRANSFERENCIA?

Si estás trabajando para transferencia a un campus de la University of California (UC), un campus de la California State University (CSU) u otra universidad de cuatro años, ¡esta sección es para ti!

¿LO SABÍAS? *Tres de cada cuatro* estudiantes de transferencia que solicitan entrar en la UC lo consiguen. ¡Lo has entendido!

CONSEJOS ADICIONALES si tienes planes de transferir a una universidad de cuatro años Además de lo demás que hemos dicho:

- Usa [Assist.org](https://www.assist.org) para entender qué clases cuentan para créditos en qué colegios. Recuerda, esto no reemplaza a reunirse con tu consejero; ¡debes hacer LAS DOS COSAS!
- **Haz la solicitud un año antes de cuando quieras comenzar** Solicita la admisión de transferencia el otoño ANTES del año en el que realmente quieras comenzar a ir a tu nueva escuela. Por ejemplo, si quieres hacer la transferencia en otoño de 2025, tienes que solicitarla a más tardar el 30 de noviembre de 2024.
- **Aprovecha la admisión garantizada** Los colegios comunitarios de California tienen tres recorridos con admisión garantizada para los estudiantes que quieran hacer la transferencia a una universidad de cuatro años. La admisión garantizada significa que tu plaza en la universidad está reservada y esperándote.



Los tres recorridos son:

Grado de Asociado para Transferencia (ADT)

Transferencia a escuelas de la CSU o a otros colegios en todo el país.
[Aprende más y solicítalo.](#)

Garantía de Admisión de Transferencia (TAG)

Transferencia a escuelas de la UC.
[Aprende más y solicítala.](#)

NUEVO! Recorrido de Éxito en la Transferencia a CSU

Programa dual de admisión disponible solo a estudiantes nuevos que entren en el colegio comunitario este otoño. [Aprende más y solicítalo.](#)

GUÍA RÁPIDA PARA TRANSFERENCIA A ESCUELAS DE CSU + UC:

	 The California State University California State University (CSU)	 University of California (UC)
¿Qué clases debo tomar para la transferencia?	<i>General Education-Breadth (GE-Breadth) –o– IGETC</i>	<i>Currículo de Transferencia de Educación General Inter-Segmental (IGETC)</i>
Periodo de Solicitudes (para transferencia en otoño)	<i>Apertura de solicitudes: 1 de octubre Plazo Máximo: 30 de noviembre</i>	<i>Apertura de solicitudes: 1 de octubre Plazo Máximo: 30 de noviembre</i>
¿Hay disponible admisión garantizada?	<i>Grado de Asociado para Transferencia Itinerario para Éxito en la Transferencia</i>	<i>Garantía de Admisión de Transferencia</i>
Para saber más	<i>www.calstate.edu/attend/transfer</i>	<i>admission.universityofcalifornia.edu/how-to-apply/applying-as-a-transfer/</i>
Herramientas de Planificación	<i>Planificador de Transferencias de CSU</i>	<i>Herramientas de Planificación de Transferencia</i>

ENFOQUE SOBRE REDES SOCIALES Si quieres Consejos para Estudiantes de Transferencia, sigue estas cuentas.

- TikTok: EdVisorly | Consejos para el Colegio, [@joinedvisorly](#)
- TikTok: Cassidy | Consejos para el Colegio, [@academicqueen](#)
- TikTok: Hannah Shirley, [@hannahshirleyy](#)
- Youtube: Hailey Dollar, [@haileydollargoestocollege](#)

Consejo
07.

Encuentra TU comunidad y conéctate en el campus.

¡Las relaciones importan! No te conformes con solo ir a las clases y regresar a casa.

Esto es lo que nadie te dice sobre los estudios superiores y la vida: lo que realmente importa es la gente. El colegio no es solo cuestión de clases y tareas; se trata de conectar con personas estupendas que serán tus amigos, mentores y red de apoyo para la vida. Piénsalo así: dentro de 10 años, la calificación que obtuviste en una prueba de matemáticas no importará, pero el amigo que conociste en la clase de matemáticas puede que te ayude a conseguir tu trabajo soñado. ¡Así que sal y encuentra a tu gente!



No es que te lo digamos nosotros: Consejos de la antigua primera dama Michelle Obama sobre crear relaciones en el campus. Puedes oírlo también desde la perspectiva de un estudiante, al TikToker Rey en @commcollegchronicles

CÓMO COMENZAR A CONSTRUIR TU COMUNIDAD:

- **Estudia en el Campus** Este es un lugar excelente para comenzar si eres tímido a la hora de hablar con personas nuevas. En lugar de irte a casa inmediatamente después de las clases, encuentra un lugar tranquilo para estudiar, como la biblioteca del campus. Pasar más tiempo en el campus es una forma sencilla para crear un sentido más fuerte de conexión.
- **Hazte un Amigo en Clase** ¡Hazte un amigo en cada clase! Una forma sencilla de hacer esto es volverte hacia la persona que se sienta a tu lado y presentarte. Tú y tu amigo de clase podéis compartir notas si alguna vez tienes que faltar a una clase, estudiar para exámenes finales, y podéis manteneros al día uno al otro para aprobar la clase.
- **Créate un Grupo de Estudio** Reúne a un grupo pequeño de personas de tu clase para estudiar juntos. ¡Reuníos en el mismo lugar y en el mismo sitio cada semana para no perder el impulso!
- **Encuentra un Espacio de Reunión** Tu campus tiene espacios dedicados donde pueden reunirse estudiantes con contextos y experiencias vitales compartidos. Encuentra espacios que se ajusten



¿LO SABÍAS?

El programa exitoso de TV "Community" se centra en un grupo de amigos que se conocieron crearon un grupo para estudiar español. El programa tiene lugar en el "Greendale Community College," inspirado por la experiencia de su creador, Dan Harmon, en el Glendale Community College del Condado de LA.

a ti y frecuéntalos para conectar con tu comunidad. Por ejemplo:

- › Centros del Sueño para estudiantes indocumentados
- › Oficinas de Programas y Servicios para Estudiantes Discapacitados (DSPS)
- › Centros de diversidad de género para estudiantes LGBTQIA+
- › Centros de veteranos de guerra para los que han servido en el ejército

SUPERCONSEJO

¡Encuentra tu PUNTO DE REFERENCIA! Hay tantos clubs y programas en el campus que puede ser algo abrumador. Sugerimos escoger UN SOLO club, programa de apoyo, u otra oportunidad en el campus para introducirse a fondo. Este programa y la gente que haya en él será tu referencia en el campus y te ayudará a hacerte responsable para alcanzar tus objetivos.

- **Únete a un Club** Los Clubs son grupos dirigidos por estudiantes relacionados con una comunidad o con intereses específicos. Unirse a un club es una forma excelente de explorar tus pasiones, conocer a nuevos amigos y completar tu currículum, al tiempo que lo pasas bien. Ventaja añadida: los clubs quedan genial en tu currículum cuando solicitas un puesto de trabajo, haces transferencia a otro colegio o solicitas becas. Muchos estudiantes participan en un club y más tarde asumen roles de liderazgo, como presidentes del club.

¡Comienza a conectar con tu futuro campus también! Si tienes planeado hacer la transferencia, tómate el tiempo para crear conexiones con antiguos alumnos de tu colegio comunitario que han hecho la transferencia con éxito. Ellos han estado en tu situación y pueden compartir consejos sobre cómo tener éxito. Algunos centros, como UCLA, tienen clubs formales de transferencia con los que puedes conectar: *STOMP: Programa de Difusión y Mentores Estudiantes que ayuda a estudiantes de transferencia.*

- **Únete a un Programa de Apoyo a Estudiantes** Piensa en los programas de apoyo a estudiantes como versiones mejoradas de los clubs. Son programas dedicados, organizados por tu colegio o por colaboradores sin fines de lucro, que proporcionan servicios intensivos de apoyo académico y general a un grupo pequeño de estudiantes. Los programas de apoyo suelen incluir consejeros dedicados y servicios de tutores, mentores, subvenciones y becas, y otros beneficios como bonos para libros y comidas. Los programas clave de apoyo en los colegios comunitarios de LA incluyen los siguientes:

Nombre del Programa	¿Para quién es?	Enlace General
	JÓVENES EN CRIANZA que fueron o siguen siendo parte del programa de cuidado de crianza	www.cccco.edu/About-Us/Chancellors-Office/Divisions/Educational-Services-and-Support/Student-Service/What-we-do/Extended-Opportunity-Programs-and-Services
	JÓVENES EN CRIANZA que estuvieron fuera del programa de cuidado de crianza a los 13 años de edad o mayor, y de 26 años o menor antes de empezar el año escolar	nextup.cccco.edu
	Estudiantes LATINOS	www.thepuenteproject.org/community-college-programs
	Estudiantes NEGROS	umojacommunity.org
EOPS (Programas y Servicios de Oportunidades Extendidas)	Estudiantes de INGRESOS BAJOS	www.cccco.edu/About-Us/Chancellors-Office/Divisions/Educational-Services-and-Support/Student-Service/What-we-do/Extended-Opportunity-Programs-and-Services
Servicios de Apoyo a Estudiantes TRIO	Estudiantes de INGRESOS BAJOS	www2.ed.gov/about/offices/list/ope/trio/index.html
Programas Rising Scholars	Estudiantes INVOLUCRADOS CON LA JUSTICIA	risingscholarsnetwork.org

Consejo
08.

¡Ve a las horas de oficina! Construye relaciones con adultos con los que confíes.

Construir relaciones con adultos en los que confíes, como tus profesores y consejeros del campus, puede tener una influencia ENORME en tu futuro.

Una de las formas más sencillas en las que puedes prepararte para el éxito en los estudios, la carrera profesional y la vida es conocer a tus profesores, consejeros y otros adultos en el campus. Estas personas pueden actuar como mentores valiosos y aconsejarte sobre cómo navegar las clases, ayudarte a encontrar prácticas en empresas y oportunidades de trabajo, y conectarte con apoyo cuando lo necesites. La mayoría de los estudiantes no entienden qué tan valiosas son estas relaciones hasta que es demasiado tarde. ¡Comienza con ventaja, invirtiendo en estas relaciones ya!



Morgan Freeman habla de cómo le influyó su profesor del colegio en LACC. Puedes ver el video aquí.

VE A VER A TU PROFESOR EN HORARIO DE OFICINA

SUPERCONSEJO

¡No esperes hasta que estés en una crisis para reunirte con tu consejero! Programa una cita regular cada mes para que vea cómo vas y ponerlo al día.

Ir al horario de oficina es una de las mejores estrategias de vida que puedes usar como estudiante. Todos los profesores tienen un horario de oficina, en el que están allí sentados esperando que TÚ entres a hablar con ello. Así que, ¡entra y preséntate! Los profesores de colegios comunitarios están allí porque realmente les importa hacer la diferencia en la vida de los estudiantes. Tus profesores pueden ayudarte a superar con éxito clases difíciles, darte consejos sobre carreras profesionales, y escribir para ti cartas de recomendación arrasadoras que puede que necesites para solicitudes de puestos de trabajo o transferencia.

REÚNETE REGULARMENTE CON UN CONSEJERO O ASESOR ACADÉMICO

Lo entendemos; concertar citas con tu consejero del colegio puede que no sea muy atractivo. ¡Pero te prometemos que vale la pena! Los consejeros entienden lo que es necesario para graduarse del colegio y pueden ayudarte a escoger las clases adecuadas, para asegurarte que no te desvías de tu plan de educación. También te ayudarán al lenguaje complicado, políticas confusas y procedimientos ineficaces que puede que tenga tu colegio, para que puedas alcanzar tus metas.

Preguntas para hacer a tu **consejero** durante tu cita para asesoramiento:

1. ¿Puedes ayudarme a decidir qué clases debo tomar? Quiero asegurarme que estoy en el camino adecuado para graduarme.
2. ¿Qué tipo de carreras profesionales puedo seguir con un título con esta especialización principal?
3. ¿Conoces alguna beca o forma de obtener dinero extra para el colegio?
4. ¿Hay algún club o prácticas que estén bien, que me recomiendes explorar?
5. ¿Qué debo hacer para prepararme para la vida después del colegio? ¿Algún consejo para búsqueda de empleo o solicitudes de transferencia?
6. ¿Qué otros recursos del campus me sugieres que use?

Ascender a Nivel de Mentor

Con el tiempo, tus relaciones con tus profesores, consejeros y otros adultos que conocerás por el camino (alumnos, jefes en el trabajo, etc.) crecerán y se desarrollarán. Algunas de esas relaciones se harán más fuertes que otras, y los adultos con los que tengas las conexiones más fuertes ascenderán de nivel para convertirse en tus MENTORES.

Un **MENTOR** es una persona con experiencia que te proporciona consejos y orientación valiosos y que tiene una poderosa influencia positiva en tu vida. Tu mentor te ayuda a empujarte fuera de tu zona de confort y ayuda a conectarte activamente con oportunidades de crecimientos. Explora este [recurso de Coursera](#) y [este de The Muse](#) para aprender sobre mentores.

CONSTRUYE UNA RED QUE TE LLEVARÁS CONTIGO DESPUÉS DE DEJAR EL COLEGIO

El colegio es una gran oportunidad para crear conexiones y construir tu red de personas de apoyo. ¡Tu red de personas puede ayudarte en el futuro, y lo hará!

Ventajas de Construir Relaciones

- Obtener apoyo, consejos y orientación adicionales
- Obtener ayuda adicional con clases, incluyendo crédito extra y extensiones de plazos
- Conectar con los recursos que necesitas para abordar cualquier dificultad a la que te enfrentes
- Tener a alguien pendiente de ti y de tus necesidades
- Obtener cartas de recomendación para puestos de trabajo y solicitudes de transferencia
- Encontrar mentores que te conectarán con más oportunidades

Cuando tienes de tu lado a adultos de confianza, no solo estás sobreviviendo al colegio; estás prosperando y preparándote para un futuro mejor.

Así que, ¡comienza ya! Has una lista de los adultos en que confías o personas que crees que son exitosas e interesantes, y comienza a construir relaciones con ellos. Si piensas que no tienes una red social, construye una; no seas tímido. Algunas personas con las que puedes contactar incluyen:

- Consejeros de la escuela
- Entrenadores deportivos
- Familiares y miembros de familia extendida; no te olvides de tu tía y tus primos segundos
- Vecinos
- Padres y familiares de amigos
- Líder de un centro recreativo al que has asistido

Preguntas para hacer a tu **profesor** durante su horario de oficina:

7. ¿Puede explicar este tema de forma diferente? Me está resultando difícil de entender.
8. ¿Tiene algún recurso adicional o consejo de estudio para esta materia?
9. ¿Puede repasar mi última prueba/tarea y ayudarme a entender mis errores?
10. ¿Hay disponible algún puesto de ayudante de investigación en su departamento?
11. ¿Qué pasos puedo dar ahora para prepararme para posibles prácticas en nuestro campo?
12. ¿Hay alguna organización o club de estudiantes relacionado con nuestra área de estudio al que me recomiende unirme?



Un mentor es alguien que ve más talento y capacidad en ti de la que tú mismo ves, y que ayuda a que salga a la superficie”

Bob Proctor

Autor y Conferenciante de Autoayuda

Consejo
09.

Obtener tu primer trabajo en un campo nuevo será difícil, ¡pero PUEDES hacerlo!

¿Así que quieres hacerte con unas prácticas en verano o conseguir tu primer trabajo en el campo en el que estás estudiando? Poner el pie en la puerta puede ser difícil porque los empleadores quieren trabajadores que tengan experiencia laboral. ¿Pero cómo puedes obtener experiencia laboral sin conseguir primero un puesto de trabajo? Esto hace que conseguir tu primer trabajo sea un reto interesante. ¿Pero sabes una cosa? Tu superpoder es tu persistencia. El puesto de trabajo perfecto para ti está ahí fuera; solo es necesario que trabajes un poco más duro para obtener tu primera oportunidad. Afortunadamente, NO tienes que buscar trabajo solo.



SUPERCONSEJO

PASOS EN LA BÚSQUEDA DE TRABAJO:

1. Decide el tipo de trabajo que quieres.
2. Crea un curriculum vitae.
3. Haz una búsqueda de puestos de trabajo utilizando herramientas como LinkedIn.
4. Solicita puestos de trabajo.
5. Entrevista; ¡puede haber muchas rondas!
6. Acepta o rechaza la oferta de trabajo.

Truco para tu CV: utiliza IA para ayudarte a crear tu

Utiliza inteligencia artificial (IA) para que escriba tu curriculum para ti. Páginas web como [MyPerfectResume.com](https://www.myperfectresume.com) pueden ayudarte a crear un curriculum profesional en apenas unos minutos. Asegúrate de corregir cualquier documento escrito que crees con IA. Guarda el curriculum en PDF, y estás listo para comenzar a solicitar puestos de trabajo.

Para una guía completa sobre cómo solicitar un puesto de trabajo, incluyendo redactar un curriculum vitae, escribir una carta de acompañamiento que cause impacto, y hacerlo genial en la entrevista, consulta este gran recurso del Colaborativo de Oportunidades para Jóvenes de LA: [Promoviendo Carreras Profesionales: Hoja de Ruta hacia tu Primer Puesto de Trabajo](#).

OBTÉN AYUDA CON TU BÚSQUEDA DE TRABAJO:

Activa tu red. ¿Has oído alguna vez decir, “No solo es qué conoces, sino a quién conoces”, y “Tu red es tu valor neto”? *Hay investigación que demuestra* que tener una red social ayuda a abrir puertas, que te pueden conseguir unas prácticas o una entrevista de trabajo que de lo contrario no habrías conseguido. ¡Así que, contacta con las personas de tu red para que sepan el tipo de trabajos que buscas!

Utiliza el centro de carreras profesionales de tu colegio.

Los consejeros de carreras profesionales y el personal del centro de carreras te pueden ayudar a encontrar oportunidades y navegar por el proceso de búsqueda de trabajo. Los centros de carreras profesionales también organizan eventos como talleres de curriculum vitae y ferias de contratación, que pueden ayudarte a subir de nivel y hacer conexiones. Contacta con el Centro de Carreras Profesionales de tu campus visitando su sitio de internet, y síguelos en redes sociales para mantenerte al día sobre eventos y oportunidades.

SUPERCONSEJO

Sube de Nivel utilizando LinkedIn

LinkedIn es una plataforma popular de redes sociales centrada en las redes profesionales; *el 72% de los reclutadores acuden* a LinkedIn cuando pretenden contratar talento nuevo. ¡Créate hoy tu perfil en LinkedIn y comienza a aprovechar este valioso recurso!

Conecta con recursos de desarrollo de la fuerza laboral en la comunidad. ¿Sabías que hay todo un sistema público centrado en ayudar a las personas a obtener buenos puestos de trabajo y a aprender habilidades nuevas para conseguir trabajos mejores? Este sistema, llamado “Sistema de Desarrollo de la Fuerza Laboral”, tiene apoyo y recursos dedicados para personas que buscan trabajo, como tú. Puedes aprender más visitando una ubicación local de [WorkSource Center](#) o de [America’s Job Center of California \(AJCC\)](#) .

RECURSOS PARA BUSCAR TRABAJO:

Itinerarios Laborales de la Ciudad de Los Angeles

es un programa de prácticas remuneradas de 12 meses, de 1000 horas, específicamente para estudiantes del Distrito de Colegios Comunitarios de Los Angeles (LACCD). Se coloca a los participantes en departamentos de la ciudad para permitir a los estudiantes explorar itinerarios laborales dentro del gobierno local. <https://docs.google.com/forms/u/1/d/e/1FAIpQLSfGjKY1Hvrd8OWvRO8QOb625aMylCTYzwUS2dyZLAVedJbx9Q/viewform>

Programa de Contratación Juvenil de Prácticas de Verano de LA

Coloca a adultos jóvenes en empresas locales de LA. Los jóvenes deben trabajar un mínimo de 100 horas, y reciben capacitación laboral antes de llegar el primer día, incluyendo la oportunidad de obtener un Certificado de Preparación Laboral avalado por la Cámara de Comercio del área de LA y otros colaboradores. Más información y solicitud: <https://www.hirelayouth.com/>

Programa de Trabajadores Estudiantes del Condado de LA

proporciona capacitación y experiencia en el puesto de trabajo al tiempo que anima a los participantes a obtener sus títulos educativos o certificaciones profesionales. Los estudiantes obtienen experiencia trabajando en el condado más grande de la nación, al tiempo que desarrollan habilidades laborales, crean una red profesional, y continúan su educación. Más información y solicitud: : hr.lacounty.gov/student-worker-program

Programa Youth@Work del Condado de LA

proporciona a los jóvenes de 14 a 24 años un menú de servicios que ofrecen acceso a aprendizaje remunerado basado en trabajo, preparación laboral, capacitación para enriquecimiento personal, y servicios avanzados de carreras profesionales. Más información y solicitud: www.ajcc.lacounty.gov/job-seekers/population-specific-placement-services/youth-work-ages-14-24

FOCO EN REDES SOCIALES: ¡Sho Dewan es nuestra coach/influencer laboral favorita, y tiene más de 15 millones de “me gusta” en TikTok! No te pierdas los videos de Sho, que ofrecen consejos sobre cómo conseguir el trabajo de tus sueños: [@workhap](https://www.tiktok.com/@workhap)

¡La experiencia vital cuenta! Cualquier experiencia que hayas tenido en tu vida, ya sea proyectos de clase, clubs y grupos estudiantiles, trabajo como voluntario en la comunidad, o trabajo a tiempo parcial, te ha equipado con habilidades valiosas que puedes aplicar a otros entornos. Cuando estés cambiando de carrera profesional o comenzando en un campo nuevo, mejora tu currículum destacando tus *habilidades transferibles*.

Consejo
10.

¡Aprende a hacer que el dinero trabaje para ti!

Parte del mejor asesoramiento que podemos darte es aprender cómo funciona el dinero: cómo ganarlo, cómo ahorrarlo, cómo pedirlo prestado, y cómo invertirlo. La alfabetización financiera te prepara para el éxito como estudiante y en la vida después del colegio. La alfabetización financiera incluye toneladas de temas, así que hemos decidido destacar aquí tres conceptos importantes: (1) impuestos, (2) crédito, (3) ahorros e inversiones.

¿QUÉ SON LOS IMPUESTOS?

Los impuestos son fondos que aportamos al gobierno para financiar servicios públicos esenciales como educación, atención sanitaria, bibliotecas, seguridad en la calle y programas de asistencia social. Hay tipos distintos de impuestos que financian a nuestro gobierno, a los que todos aportamos:

- Cuando ganas una nómina, tu empleador retiene (resta) los impuestos de tu cheque de nómina.
- Tú pagas impuestos de ventas sobre las cosas que compras.
- Cuando tienes propiedades, pagas impuestos sobre propiedades.

Cosas importantes que debes saber:

- Los adultos que trabajan deben presentar su declaración de impuestos para el **15 de abril** cada año.
- Para presentar tus impuestos, necesitarás **formularios de verificación de empleo** de tu trabajo (**W2** o **1099**).
- Ve estos videos de Youtube para aprender más sobre cómo hacer tu declaración de impuestos por primera vez:
 - › www.youtube.com/watch?v=71vwVX67KNM
 - › www.youtube.com/watch?v=Cox8rLXYAGQ
- Hay organizaciones que proporcionan servicios gratuitos de preparación para impuestos:
 - › [Presentación de declaraciones y Créditos Fiscales: Recursos informativos](#) y [Lista de citas](#) de John Burton Advocates for Youth (JBAY)
 - › [Página web de Cal EITC \(Crédito Fiscal por Ingresos del Trabajo\)](#)

¡NO DEJES DE APRENDER! ¡La alfabetización financiera es mucho más de lo que podemos cubrir aquí! Usa estos recursos para seguir aprendiendo:

- [Videos de alfabetización financiera de la Khan Academy](#)
- Insíbete para la [serie de boletines Money 101 de la CNBC](#)
- Ve la serie “Cómo hacerse rico” en Netflix para aprender más sobre finanzas personales y ver las experiencias de personas reales

¿QUÉ ES UNA CALIFICACIÓN CREDITICIA?

Tu **calificación crediticia** es una puntuación de tres dígitos, de 300 a 850, que hace una estimación de la probabilidad de que devuelvas el dinero que te presten. Tu calificación crediticia es superimportante, porque afecta directamente a los recursos a los que tendrás acceso en el futuro. Por ejemplo, las personas comprueban tu calificación crediticia antes de dejarte alquilar un apartamento, y los bancos comprueban tu calificación crediticia antes de darte un préstamo. ¡Cuanto más alta sea tu calificación crediticia, más probabilidad tendrás de que te aprueben las cosas que quieras!



Acumular crédito puede ser complicado. Si no tienes historial de crédito, es difícil conseguir un préstamo, una tarjeta de crédito, o incluso un apartamento.

Qué puedes hacer si no tienes historial de crédito:

- Obtén una tarjeta protegida (una tarjeta que tiene más protecciones que te permite acumular crédito).
- Obtén crédito pagando a tiempo las facturas mensuales de servicios y teléfono celular.
- Toma un préstamo que acumule crédito.
- Conviértete en usuario autorizado de la tarjeta de un familiar o un amigo.

Consigue una copia gratuita de tu informe de crédito y ve cuál es tu calificación crediticia actual en www.annualcreditreport.com/index.action.

Una vez tengas tarjeta de crédito, practica buenos hábitos para incrementar y mantener alta tu calificación crediticia, porque una vez baja, es muy difícil hacer que vuelva a subir.

- Haz compras pequeñas y págalas rápidamente.
- Paga **A TIEMPO** tus pagos de préstamos y tarjeta de crédito.
- **Sigue aprendiendo;** [Cómo Acumular Crédito - NerdWallet](#)

¿QUÉ SON LOS AHORROS Y LAS INVERSIONES?

Los ahorros y las inversiones son formas de guardar tu dinero para usar más tarde, de forma que le das tiempo a ese dinero para multiplicarse. Los ahorros son esenciales porque la vida no siempre va como planeas; puede que te rompas una pierna y debas comprar muletas, tengas un pinchazo en un neumático del coche, o necesites comprarte un uniforme para tu trabajo. Cuando inviertes tu dinero, pones tu dinero a trabajar, haciendo más dinero mientras esperas.

Formas Sencillas de Ahorrar Dinero (para que puedas guardar más para inversiones y ahorros)

- **Has un Presupuesto** Créate un presupuesto que cubra todos los gastos, desde clases y libros a alquiler y comida. No te apartes de tu presupuesto, para evitar exceso de gasto y deudas innecesarias. Utiliza [aplicaciones de presupuesto](#), [hojas de trabajo](#) u [hojas de cálculo](#) para ayudar a simplificar el proceso.
- **Usa Descuentos para Estudiantes** Lleva siempre contigo tu identificación de estudiante para aprovechar descuentos para estudiantes. Algunos ejemplos de descuentos incluyen: [Spotify Premium](#) y 50% de descuento en [Amazon Prime](#).
- **Cocina en Casa** Comer fuera te puede agotar el presupuesto rápidamente. Cocinar en casa, llevar las comidas preparadas desde casa o comprar un plan de comidas en el colegio te puede ahorrar mucho dinero con el tiempo.
- **No Compres Libros de Texto** Alquila tus libros de texto, o usa una copia digital para ahorrar en materiales de clase. También puedes ahorrar dinero tomando libros prestados de tu biblioteca local.

Aprende a Hacer Crecer tu Dinero

Un equilibrio entre ahorros e inversiones en el mercado de valores puede ayudar a hacer que crezca tu valor neto con el tiempo.

- **Guarda el Dinero en un Banco** Los bancos tienen cuentas de ahorro que dan intereses, que ayudan a tu dinero a crecer con el tiempo, a un ritmo entre el 1% y el 2%. Así, por cada \$100 que ingreses, ganas entre \$1 y \$2.
- **Invierte en el Mercado de Valores** Las inversiones en el mercado de valores tienen el potencial de rendimientos mucho más altos, pero tienen también un riesgo más alto porque podrías perder el dinero si hay un colapso del mercado de valores. Las inversiones en el mercado de valores obtienen un promedio de rendimiento anual de aproximadamente 7% a 10%. Así, por cada \$100 que inviertes, ganas entre \$7 y \$10. Invertir en fondos indexados, como el S&P 500, suele ser una apuesta segura.
- **Invierte en un Plan de Jubilación 401(k)** Algunas empresas proporcionan a sus empleados una cuenta de inversión 401(k) que ayuda a asegurar que algún día tendrán bastantes ahorros para jubilarse. Cada mes añades dinero a tu 401(k), que invierte ese dinero en el mercado de valores. Muchos empleadores también hacen una aportación por la misma cantidad, lo cual significa que añadirán dinero a tu 401(k) basándose en cuánto aportes tú.



¡No dejes de explorar para encontrar otros recursos y oportunidades!

A lo largo de toda esta guía, hemos compartido consejos y recursos que puedes utilizar para aprovechar al máximo tu tiempo en el colegio comunitario... ¡pero hay aún MÁS ahí fuera! Haz tu propia investigación y pregunta a tu red por programas o recursos adicionales que puedan adaptarse bien a ti.

Nuestros Recursos Favoritos para Seguir Explorando:

- Sitio [I Can Go to College](#) de la Oficina del Rector de los Colegios Comunitarios de California
- Sitio [Let's Go to College](#) de SoCal CAN, o síguelos en Instagram [@gotocollegeca](#)
- Sitio [Itinerarios de Colegios de California](#) de John Burton Advocates for Youth (JBAY)
- La serie [College Voices](#) de CNBC proporciona consejos financieros y sobre carreras profesionales
- [Herramientas sin Filtros para Colegios](#) creado por estudiantes para estudiantes
- [Recursos para Estudiantes de Primera Generación](#) del Centro para el Éxito de Estudiantes de Primera Generación
- [Recursos para Estudiantes Indocumentados](#) de Immigrants Rising, o síguelos en Instagram
- [Recursos para Jóvenes en Crianza](#) de John Burton Advocates for Youth (JBAY)
- [Recursos para Estudiantes LGBTQIA+](#) del Centro LGBT de LA

Recursos de UWGLA

La guía ha sido desarrollada por [United Way of Greater Los Angeles](#), en colaboración con estudiantes, colegios comunitarios locales, organizaciones de defensa, Cause IMPACTS Consulting y otros colaboradores.

La misión de United Way es cubrir la brecha de prosperidad para las personas en el Condado de LA. Tenemos una serie de nuevos programas próximos para estudiantes de colegios comunitarios. Para saber más acerca de estos programas, por favor, contacta a Martha Maciel Serratos en mserratos@uwgla.org.

- Subvenciones FlexFund
- Programa Flex Fund de Emergencia
- Programa de Mentores
- Programa de Prácticas
- Oportunidades de Contactos

¡UNA LISTA RÁPIDA DE LAS 10 COSAS QUE DEBES SABER + COSAS QUE PUEDES HACER HOY PARA PONER LOS CONSEJOS EN PRÁCTICA!

#	Cosas que Debes Saber	Acción Rápida para HOY
1	¡Conoce tus derechos y comunica lo que necesitas!	Repasa la lista de leyes en “Conoce tus Derechos” para incrementar tus conocimientos.9-1
2	Si puedes soñarlo, puedes hacerlo... ¡pero necesitas un plan!	¡Haz un Cuestionario Profesional para aprender más sobre posibles recorridos que podrías hacer!
3	No tienes que escoger entre el trabajo y la escuela.	Crea un Google Calendar e incorpora todos tus plazos de tareas de clase y fechas de exámenes para el trimestre. Tutorial sobre cómo hacerlo
4	¡Solicita ayuda financiera incluso si piensas que no la vas a conseguir!	Inscríbete para recibir alertas por correo electrónico de la fundación de tu colegio.
5	No luches solo; hay toneladas de recursos disponibles para ayudarte con vivienda, salud mental, comida y otras necesidades básicas.	Visita la oficina de necesidades básicas o la despensa de alimentos de tu campus, para saber dónde está.
6	La selección de cursos importa; ¡no tomes clases que no necesitas!	Programa una cita con un consejero para revisar tu plan de educación.
7	Encuentra TU comunidad y mantente conectado en el campus.	Habla con la persona que tienes a tu lado en clase e intercambia números de teléfono (crédito extra: ¡compárte este recurso con él!).
8	Ve a horarios de oficina y crea relaciones con adultos en los que confíes.	Di “hola” y platica con un profesor después de la clase o durante horario de oficina.
9	Conseguir tu primer trabajo en un campo nuevo será difícil, ¡pero PUEDES hacerlo!	Créate un perfil en LinkedIn y añade cinco contactos a tu red. Tutorial sobre cómo hacerlo
10	¡Aprende a hacer que el dinero trabaje para ti!	¡Haz el Cuestionario de Conocimientos Financieros para ver cuál es tu resultado!

LISTA DE RECURSOS ESPECÍFICA PARA CADA CAMPUS

A lo largo de toda esta guía hemos mencionado varios recursos en el campus que te pueden ayudar en tu viaje. Aquí tienes una lista de referencia rápida de estos recursos en el campus, todo en una página.

- [Lista de LATTC](#)
- [Lista de LACC](#)

Reconocimientos

En primer lugar, un enorme aplauso a nuestros participantes en el Grupo Focal de Estudiantes de Los Angeles City College y Los Angeles Trade-Tech. Sus perspectivas proporcionaron ideas valiosas sobre qué recursos son más importantes y necesarios para los estudiantes.

Nos gustaría también reconocer y dar las gracias a todas las organizaciones y expertos especializados que se tomaron el tiempo para reunirse con nosotros y compartir sus perspectivas en entrevistas individuales.

Kelly King–Distrito de Colegios Comunitarios de Los Angeles (LACCD)

Lauri Collier–Colaborativo Juvenil de Oportunidades de Los Angeles (OYC)

Karla Villalobos–Consortio Regional de Los Angeles (LARC)

Adam Gottlieb, Matthew Moor y Maria Marquez Alvarez–UNITE-LA

Nichloas Shafer y Leia Yen–Transferencias Globales de Colegios Comunitarios

Diane Schorr y Deana Waintraub–Centro para el Éxito de Estudiantes de Primera Generación

Benjamin Fresquez–Aspen Institute, Programa de Excelencia en el Colegio

Eric Moore–Educate CA

Finalmente, queremos hacer llegar también nuestro agradecimiento más profundo a todas las organizaciones que han colaborado. Cada colaborador asistió a una serie de reuniones de grupos de trabajo colaborativos y participó intensamente para hacer posible este recurso. ¡Gracias!





UNITED WAY OF GREATER LOS ANGELES

1150 S OLIVE STREET, LOS ANGELES, CA 9001