

BOLETIN DE CAPMC HEAD START

Agosto 2024

Este mes, compartiremos consejos sobre cómo las familias pueden dedicar tiempo al liderazgo. Los padres pueden convertirse en líderes y defensores que puedan influir en cuestiones estatales o nacionales. El liderazgo puede darse en su hogar, en el programa Head Start o Early Head Start y dentro de su comunidad. Puede unirse a otras personas o considerar la posibilidad de convertirse en mentor si tiene más experiencia en liderazgo. Los pequeños pasos pueden llevar a pasos más significativos. A continuación, se ofrecen algunas ideas para ayudarlo a comenzar.

Si tienes tiempo puedes:

- Deténerte y hablar con el maestro de su hijo. Comparta lo que aprecia de ella. Pregúntele qué puede hacer para contribuir en el salón.
- Pregúntarle al maestro de su hijo sobre la posibilidad de organizar una reunión con el futuro maestro de Kinder de su hijo para prepararse para esa transición.
- Hablar con otros padres para averiguar qué preguntas, inquietudes o sugerencias tienen sobre el programa Head Start. Pregunte al personal del programa sobre oportunidades para expresar estos pensamientos e ideas
- Preguntar sobre los problemas de la comunidad que preocupan a otros padres cuando los vea en el parque o en otros lugares. Intercambien ideas sobre soluciones y medidas a tomar.
- Descubrir quiénes son sus legisladores. Sígalos en las redes sociales para conocer sus prioridades para los niños y las familias.
- Comuníquese con sus representantes o senadores locales para decirles lo que piensa sobre los problemas actuales que son importantes para usted.



- Ofrecerte como voluntario en el salón de clases de su hijo o asista a un evento en su programa Head Start o Early Head Start. Haga sugerencias u ofrézcase para dirigir una actividad.
- Únirse a un Comité de Padres de Head Start o asista a una reunión del Consejo de Políticas para compartir pensamientos e ideas sobre el programa con el personal del programa y los miembros de la comunidad.
- Escriba una carta o un correo electrónico al editor de su periódico local, o publíquelo en las

redes sociales y exprese su preocupación sobre un tema comunitario que necesita más atención y acción.

- Participe en los esfuerzos de su programa Head Start o Early Head Start para influir en la política estatal compartiendo su historia. Si está interesado en participar en su programa, comuníquese con el defensor del salón de clases de su hijo.



RECURSOS PARA PADRES



Agosto 2024

MODELO PIRÁMIDE – ESTRATEGIA DEL MES

Este mes, compartiremos algunos consejos sobre cómo ayudar a su hijo a dejar de golpear y empujar:

1. Enséñele a su hijo sobre sus emociones. Perciba y clasifique una variedad de emociones. Por ejemplo, “Veo que te estás enojando. ¡Tienes tus manos empuñadas y veo que tu cara está arrugada! Me puedes decir que estás enojado, pero no puedes golpear.”
2. Delinea las manos de su hija en un pedazo de papel y colóquelas sobre la pared. Enséñele a que empuje el papel que está colocado en la pared cuando ella se sienta frustrada o decepcionada. Con entusiasmo, dígame, “¡Estas sacando la frustración de tu cuerpo! ¡Qué manera tan buena de lidiar con tus emociones!”



Para obtener más información escanee el código QR de arriba.

NIÑOS DE BRIGHTLIFE

Obtenga apoyo con las situaciones difíciles y ayude a su hijo a prosperar. Sin costos asociados. No se requiere seguro. No se necesitan referencias.

Creado por Brightline (un líder de la industria en salud mental pediátrica). El coaching se realiza en sesiones privadas de video 1:1 y a través de un chat seguro.

Coaching en inglés y español disponible. Para más información escanea el código QR.



CALKIDS

Es un nuevo programa estatal de California que ofrece fondos universitarios gratuitos a familias que reúnen los requisitos. Los recién nacidos de California pueden recibir hasta \$175 y los estudiantes de escuelas públicas pueden recibir hasta \$1,500.

Para obtener más información, escanee el código QR para ver si su hijo califica y comience a ahorrar para su futura educación universitaria.



TRIPLE P PROGRAMA DE CRIANZA POSITIVA

El programa de crianza positiva Triple P es uno de los programas de crianza más efectivos. Disponible para padres o cuidadores con niños de hasta 12 años.

Las clases son en español y están disponibles a través de Zoom o en persona en
325 South Pine St. Suite #103 Madera

Para inscribirse, comuníquese con Carlos Reyes al (559) 416-5655

PURIFICADOR DE AIRE GRATUITO

Ahora disponible para hogares de bajos ingresos. Los suministros son limitados y se requiere uno por dirección.

Debe proporcionar un comprobante de domicilio (licencia de conducir o factura de servicios públicos).

Solicite en línea escaneando el código QR o llame al (559) 230-5800

