



ABRIL 2025

# BOLETÍN DE CAPMC HEAD START

El boletín de este mes destaca el papel crucial que desempeña un hogar acogedor para fomentar un desarrollo saludable. Crear un ambiente de apoyo en casa no solo es beneficioso, sino esencial para promover el bienestar emocional de los niños pequeños, allanando el camino hacia su éxito futuro. Las ventajas a largo plazo de un entorno así son profundas. Para ayudar a sus hijos a prosperar, presentamos seis pasos impactantes que pueden mejorar su salud emocional, desarrollar resiliencia e inspirar el amor por el aprendizaje en un ambiente hogareño acogedor. ¡Invirtamos juntos en un futuro más brillante!

## **1. Garantizar la seguridad y protección**

Los niños prosperan en un entorno donde se sienten seguros y protegidos. Un entorno familiar sólido y enriquecedor les permite explorar, aprender e incluso cometer errores, sabiendo que cuentan con un adulto de confianza. Responder a sus necesidades de consuelo y afecto, especialmente cuando están tristes, molestos o asustados, les ayuda a regular sus emociones y les brinda confianza en sus cuidadores.

## **2. Mostrar amor y cuidado cariñoso**

Cada familia expresa su amor de forma diferente. Algunos dicen "Te quiero" con frecuencia, mientras que otros demuestran su cariño con acciones. Sea cual sea el método, crear un ambiente familiar enriquecedor significa garantizar que los niños se sientan amados y valorados. Una base sólida de apoyo emocional fortalece su confianza y resiliencia.

## **3. Set Age-Appropriate limits and Expectations**

Los niños pequeños, especialmente los que empiezan a caminar, aún están desarrollando sus habilidades de autorregulación. En lugar de usar la vergüenza o la disciplina punitiva, los padres pueden ayudar a guiar el comportamiento de sus hijos con apoyo, como ofrecer alternativas adecuadas ("No puedes lanzar tu camión de juguete, pero sí esta pelota blanda") o establecer reglas claras y consistentes cuando sea necesario. Además, mantenga la calma y la compostura, ya que los niños aprenden a regular sus emociones observando cómo los adultos manejan el estrés.

## **4. Establezca límites y expectativas apropiados para la edad**

Un entorno familiar predecible ayuda a los niños a sentirse seguros y protegidos. Las rutinas diarias, como horarios de comida, rituales para acostarse y horarios matutinos constantes, les permiten comprender qué sigue, reduciendo el estrés y la ansiedad. Además de las rutinas diarias, las tradiciones familiares, como los desayunos de panqueques los sábados, las visitas semanales al parque o las cenas dominicales con la familia extendida, fortalecen los lazos familiares y crean recuerdos duraderos que contribuyen al bienestar emocional del niño.

## **5. Dedicar tiempo a la diversión y la conexión**

Pasar tiempo de calidad juntos fomenta un ambiente familiar propicio para el crecimiento infantil. Ya sea jugando, leyendo o compartiendo una comida, priorizar la diversión y la conexión fortalece las relaciones familiares. El desarrollo cognitivo de los niños pequeños también se beneficia de las interacciones lúdicas, que fomentan el aprendizaje a través de la exploración y la participación.

## **6. Fomentar la comunicación abierta y respetuosa**

Las familias sólidas priorizan la comunicación sana. Si bien surgen desacuerdos, enseñar a los niños a expresar sus pensamientos y emociones con respeto les ayuda a desarrollar sólidas habilidades interpersonales. Un hogar donde los niños se sienten escuchados y valorados promueve la resiliencia emocional y fortalece los lazos familiares.

ABRIL 2025



# RECURSOS PARA PADRES



## MODELO PIRÁMIDE ESTRATEGIA DEL MES

Este mes compartiremos información sobre cómo planificar actividades para reducir el comportamiento desafiante. Puede planificar actividades para enseñar a su hijo habilidades importantes como:

- Dígale a su hijo exactamente qué hacer usando sus palabras.
- El uso de un cronograma visual les ayudará a comprender qué se espera.
- Crear intencionalmente situaciones en las que él o ella pueda practicar el comportamiento deseado.
- ¡Descubre a tu hijo portándose bien! Cuando se comporte como se espera, puedes animarlo respondiendo con entusiasmo.



Escanee el código QR para obtener más información.

## EVENTO DEL DÍA DE LA TIERRA EN MADERA

abril 19, 2025  
MCCJ Community Garden 611 E. 4<sup>th</sup> Street  
10 AM - 1 PM

Actividades juveniles, música, food truck, vendedores locales y rifa.

Para más información llame al  
(559) 507-9644



## FERIA DE RECURSOS PARA LA PREVENCIÓN DEL ABUSO INFANTIL EN EL CONDADO DE MADERA

Abril 17 en el Parque de la Corte de Madera  
4:30 PM - 6:30 PM

¡Las primeras 100 personas recibirán un hot dog, papas fritas y agua gratis!

¡Habrará rifas, música y diversión!

Para más información contacte:  
maderacap@mccapc.com



## BUSQUEDA DE HUEVOS DE PASCUA EN CHOWCHILLA 2025

Parque Edward Ray de la ciudad de Chowchilla 15<sup>th</sup> ST & Sonoma Ave

Abril 12, 2025 a las 9 AM - Mediodía  
¡Muchas actividades divertidas, fotos del conejito de Pascua, desayuno de panqueques de Pascua VFW y mucho más! La búsqueda de huevos empieza para cada edad a las:

- 10 AM 3 años y menores
- 10:20 AM 4-5 años
- 10:40 AM 6-7 años
- 11 AM 8-9 años
- 11:20 AM 10-12 años



## PREGUNTA DEL MES

¿Qué es el ciberacoso?



El ciberacoso es el acoso o la intimidación que ocurre en internet. Puede ocurrir a través de un correo electrónico, un mensaje de texto, un juego en línea o una red social. Puede implicar rumores o imágenes publicadas en el perfil de alguien o que circulan para que otros las vean.

Ayuda a prevenir el ciberacoso hablando con tus hijos sobre el tema. Además, reconoce las señales de un ciberacosador revisando las redes sociales de tu hijo.