



En este número:

El Cambio es la Única
Constante. y Delicias de
Yogur Congelado pág 1

Recursos de la Agencia
de CFC pág 2

El Cambio es la Única Constante

El cambio es inevitable y puede resultar en un estrés de la confusión y la incertidumbre que lo acompaña. Los estudios han demostrado que los adultos que son flexibles dominan el cambio más fácilmente que aquellos que tienen una resistencia baja. La gente que es flexible tiene un sentido saludable de su autoestima. Tienen confianza en sus habilidades -la concentración en sus fortalezas y reconocen sus áreas de debilidad. Se sienten cómodos tomando decisiones y establecen metas realistas. La gente que es flexible también tiende a mantener en perspectiva los eventos de la vida. Miran al cuadro grande en la vida y tienen un punto de vista positivo del pasado y del futuro. Ellos buscan activamente soluciones a los problemas y con frecuencia los ven como oportunidades para hacer mejoras. Ellos tratan lo más que pueden pero se dan cuenta que el esfuerzo y los resultados no siempre van de la mano por lo que continúan tratando y perseverando.

La gente flexible es capaz de reconocer sus propios sentimientos y se enfrenta al conflicto abiertamente. Tienen una conexión fuerte con otras personas en su vida. Son capaces de buscar apoyo en la gente de su vida de una manera apropiada y son comunicadores efectivos. La gente flexible es físicamente activa y es participante activa en la vida. Es amable, generosa y graciosa. Con frecuencia desarrollan la compasión por los demás-viendo otros puntos de vista y queriendo hacer del mundo un mejor lugar. Esta compasión se realiza a través del servicio y la contribución al mundo, su comunidad y la gente en sus vidas.

Actualmente, puede que usted se esté diciendo: "¡Guau, el mundo podría usar más gente como esa!" No podríamos estar más de acuerdo. Pero ¿cómo fomentar la flexibilidad en los niños en un mundo que parece cada vez más lleno de conflictos, estrés y violencia? Las respuestas pueden sorprenderle y usted pudiera complacerse al saber que ya está en el camino correcto.

Delicias de Yogur Congelado

Ingredientes

- 1 taza de yogur puro
- 1 plátano en rebanadas
- 1 cucharilla de vainilla
- 1 taza de jugo de fruta o trozos de fruta

Preparación

Mezcle todos los ingredientes y viértalos en vasos de papel o moldes para chupetes. Congele. Coloque una paleta en cada vaso cuando estén medio congelados. Para servir, voltee el vaso de cabeza y páselo por agua caliente corriente hasta que el chupete se deslice fácilmente.

Sirve 4-5

Choices for Children



Enriqueciendo la Vida de los Niños a través de la Educación y los Servicios Mejorados para la Familia y Proveedoras

Padres

Encontrando una Guardería

Reciba recomendaciones personalizadas de una base de datos sobre centros de cuidado infantil, preescolares y guarderías en casa de familia.

Selección de Cuidado de Calidad

Colecte información en los indicadores de cuidado de calidad y sugerencias sobre cómo encontrar un lugar de crianza seguro para que los niños jueguen, aprendan y crezcan.

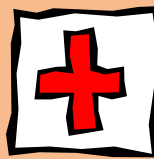
Pago por Cuidado Infantil

El Programa Subsidiado de Cuidado Infantil provee a los padres una ayuda financiera para los servicios de cuidado. Los padres deben calificar para los requisitos de elegibilidad y tener una necesidad para los servicios de cuidado infantil.

El Condado de El Dorado

Centro de Recursos

Una biblioteca que presta recursos gratuitos con materiales de calidad sobre la primera infancia y un equipo para usar en el hogar o en la escuela. Una amplia selección de recursos de libros y DVDs para la crianza y el desarrollo profesional. También, laminado y materiales de arte disponibles a un costo.



Salud y Seguridad

Clases Mensuales de CPR & Primeros Auxilios

Profesionales en

Educación Temprana

Licencias

Ofrecemos clases y ayuda técnica para apoyar a las guarderías en casa de familia con el proceso de la licencia, un continuo desarrollo profesional y una información actual sobre la licencia.

Desarrollo Profesional

Reciba información sobre los recursos de educación, clases y red de oportunidades para centros de cuidado infantil, preescolares y guarderías en casa de familia.

Programa de Alimentos para Guarderías

El programa ofrece reembolsos en efectivo a las proveedoras con licencia y sin licencia por servir comidas y refrigerios nutritivos así como también información sobre nutrición.

Comunidad

Defensa

Tenemos acceso a los datos e información sobre los asuntos actuales para mantener informados a los padres, proveedoras de cuidado y líderes de la comunidad.

Colaboración

CfC participa en grupos de la comunidad para aumentar los recursos y ayudar en el planeamiento, coordinación y mejora del cuidado infantil.

Línea de Confianza

Ofrecemos información y asistencia con el procesos de chequeo de antecedentes y el registro de proveedores con guarderías sin licencia.

Eventos

Kids' Expo
Árbol de Regalos de la Comunidad
Día para la Primera Infancia

Junio

11- Entrenamiento en CPR y Primeros Auxilios de 8 am a 5 pm en CfC. Llame a la oficina para registrarse y pagar por adelantado.

11- Actividades Físicas para los Niños: 9 am - 12 pm en la biblioteca de Placerville, High 5 for Quality and Francis Dillion.

Cruz Roja Americana-Sacramento

Para obtener información sobre el entrenamiento en Salud y Seguridad Preventiva en los Centros de Cuidado Infantil de CA, CPR y Primeros Auxilios pediátricos visite el [www. Sacsierredcross.org](http://www.Sacsierraredcross.org)



Julio

4- Oficina cerrada en observación del feriado por el Día de la Independencia.

9- Entrenamiento en CPR y Primeros Auxilios de 8 am a 5 pm en CfC. Llame a la oficina para registrarse y pagar por adelantado.

Fecha de Vencimiento para Subsidios

1º de cada mes - Vencen las listas de asistencia
5º de cada mes- Listas de asistencia están morosas

Agosto

20- Entrenamiento en CPR y Primeros Auxilios de 8 am a 5 pm en CfC. Llame a la oficina para registrarse y pagar por adelantado.



Fechas de Vencimiento para el Programa de Alimentos para Guarderías

Junio 5- CCFP Web Kids menú

Junio 6- CCFP Formulario Escaneados

Julio 5- CCFP Web Kids y Formularios Escaneados

Agosto 5- CCFP Web Kids & Formularios Escaneados de Menú

El Cambio es la Única Constante...Continuación

El camino a la flexibilidad comienza con un apego seguro. Los niños necesitan saber que hay por lo menos un adulto en su vida que los ama incondicionalmente. Es por esto que un apego seguro desde la infancia es tan crítico. Los niños que sienten que pertenecen y que significan e importan a los adultos en sus vidas, serán más resistentes que aquéllos que sienten que la aceptación es condicional. Tal como lo explicó Cheryl Erwin recientemente en nuestro Desayuno-Almuerzo Anual de Aprecio a las Proveedoras de Cuidado en Tahoe: "La conexión debería venir antes de la corrección". Los adultos deberían enfocarse en lo que los niños hacen bien y darles poder con muchas elecciones seguras a lo largo del tiempo. Esto les permite desarrollarse con confianza cuando hacen decisiones que serán más críticas más tarde en la vida. Demuestre a los niños que les importa al reservar un pequeño bloque de tiempo para darles una atención indivisa y enfocarse verdaderamente en escucharlos – lo cual también les provee una manera de prestar atención con empatía. Asegúrese de hablar de los sentimientos. El tener una inteligencia emocional fuerte y un vocabulario emocional grande servirá a los niños bien en la vida.

Los adultos deberían disciplinar a un niño de una manera autoritativa (democrática). Las notas de la versión "Cliff" describen este método usando gran amabilidad y gran firmeza. La disciplina debería usarse para enseñar actitudes y habilidades –no para castigar, controlar o sobornar. Los adultos deberían enfocarse en soluciones en vez de culpar o fijarse en las consecuencias. Los errores deberían verse como oportunidades maravillosas de aprender. Los adultos también deberían alentar el esfuerzo y el progreso, no sólo los resultados. Aprender que los resultados instantáneos no son con frecuencia posibles, es una lección invaluable para los niños. La gratitud proviene de trabajar, fallar, tratar de nuevo y esperar. También mantener altas expectativas para el éxito. Los niños se elevarán o hundirán de acuerdo a nuestra confianza en sus habilidades.

Traten lo mejor que puedan las rutinas conforme éstas dan a los niños un sentido incrementado de seguridad y no olviden cuidarse ustedes también. No pueden enfocarse verdaderamente y estar atentos a las necesidades de los niños en su vida si ustedes no han satisfecho adecuadamente sus propias necesidades.

Para escuchar los 4 minutos de comentarios de Cheryl Erwin en la estación local NPR de Reno, visiten www.kunr.org y tipeen "Cheryl Erwin" en el área de búsqueda. También visite el www.positivediscipline.org



3161 Cameron Park Drive, Suite
Cameron Park, CA 95682



Nuestra misión es enriquecer la vida de los niños a través de un apoyo innovador, una educación y los servicios mejorados para las familias y proveedoras. Nuestros programas colocan a las familias en el centro de una comunidad de servicios de apoyo.