



Diciembre 2017 • Volumen 10 • edición 12



PSN Centro de Recursos Familiares NOTICIERO

15 Actividades de días festivos que mantendrán los niños ocupados, no aburridos

Los días festivos se oyen como un momento mágico con menos compromisos, días de descanso suavizar las relaciones con chocolate caliente, y la calidad, tiempo de silencio con la familia - y es ... durante unas 36 horas. Inevitablemente, los conjuntos de fiebre de la cabina en y niños se quejan de que no hay nada que hacer (no importa el montón de juguetes nuevos antes de la Navidad). Estas 15 actividades ayudarán a prevenir el aburrimiento y mantener a los niños activos y felices durante las vacaciones.

- 1. Hacer una lista de deseos para los días de festivo.** No está seguro de lo que los niños quieren hacer durante las vacaciones? Pregúntales. Sentarse juntos y hacer un día de fiesta ruptura cubo lista con los objetos que se pueden comprobar fuera de medida que se completan
- 2. Planear una excursión de día.** Un descanso de la escuela puede dar a su familia el tiempo para planificar un viaje de un día de duración que de otra manera no sería posible. Busque aventuras unos 45-60 millas de su casa. Excelentes opciones incluyen parques acuáticos cubiertos, estaciones de esquí, ciudades cercanas y destinos de naturaleza.
- 3. Tener un maratón de películas.** Pase el palomitas de maíz y acogedora con los niños para un maratón de películas. Es la actividad perfecta para una tarde fría y triste.
- 4. Obtener (invierno) deportivo.** No permita que un clima más frío detiene la familia de ser activa durante el descanso. El invierno es un buen momento para probar algo nuevo, como raquetas de nieve, patinaje sobre hielo, hockey o el esquí de fondo.
- 5. Ofrecerse de voluntario.** Esta es la temporada para estar agradecidos, y el voluntariado es una gran manera de ayudar a los niños de devolver a la comunidad y se siente agradecido por todo lo que tienen. Pasar una mañana en un comedor o traer una cierta alegría a un centro de asistencia al visitar con tarjetas hechas en casa.
- 6. Obtenerse cultivado.** Las vacaciones es una oportunidad para aprovechar las ofertas culturales de su comunidad. Visita un arte, museo de la ciencia, o de los niños local; explorar edificios dignos de mención; o disfrutar de un espectáculo.
- 7. Lea un libro de capítulos.** Mejore su rutina de leer cuentos cada noche a un nivel superior escogiendo un libro de capítulos que usted y los niños puedan leer juntos. Algunos libros a considerar son la serie Amelia Bedelia, libros de Ramona de Beverly Cleary o Harry Potter.
- 8. Visite bibliotecas del área.** La mayoría de las bibliotecas públicas han ido más allá de callar y ahora ofrecen secciones para niños dinámicos que ofrecen juguetes, juegos, pantallas interactivas, programación divertida y libros (por supuesto). Ver la cantidad de bibliotecas que usted y sus ratones de biblioteca puede visitar antes de que empiecen las

clases otra vez.

- 9. Ponga un concurso de talentos.** Sentar las bases para un concurso de talentos de la familia donde los niños pueden mostrar sus habilidades en la danza, la música, comedia, magia, dando tumbos y más. rutinas de práctica, establecer un espacio de actuación e imprimir un programa para que sea un evento muy especial.
- 10. Mantener una noche de juegos de mesa.** Sintiendo competitivo? Una noche de juegos de mesa es divertido, barato y, a menudo una multitud-complaciente, sobre todo si tienes niños en diferentes etapas. Los juegos clásicos son siempre un éxito - recoger algo apropiado para la edad del menores - como Candy Land, Monopoly, Sorry, o Chutes and Ladders.
- 11. Hacer tarjetas festivo.** Obtener astuto con sus hijos y hacer tarjetas caseras especiales para los abuelos, tíos y otros seres queridos. Los niños pueden escribir sus propios mensajes, dibujos y crear collages.
- 12. Colecte juguetes para donar.** Convencer a los niños para ayudar a limpiar podría ser difícil de vender, pero se sentirá más obligado a lanzar en si saben que el destino de sus juguetes está en la línea. Limpiar el desorden y hacer que ayudan a decidir qué conservar y qué regalar.
- 13. Crear un álbum de recortes.** Las vacaciones son el momento perfecto para reflexionar sobre el año pasado. Planificar un proyecto de álbum de recortes de familia y dejar que los niños eligen fotos, escribir títulos y decorar páginas. Esta actividad está obligado a llevar a la gran conversación - recuerdos compartir y discutir las metas para el próximo año.
- 14. Decore galletas .** La hornada es una actividad de clima frío por excelencia, por lo que llegar a los niños en la cocina para preparar una hornada de galletas. Configurar una estación de decoración y les permiten crear sabrosas obras maestras.
- 15. Traiga el aire libre para dentro.** Extraña días de verano y diversión al aire libre? No hay ninguna razón por la que no puede traer a sus actividades favoritas de clima cálido en el interior. El anfitrión de un picnic en el suelo del salón, ir a acampar en el estudio o la creación de una caja de arena en el sótano. Antes de darse cuenta, las vacaciones habrá terminado y su familia estará de nuevo a la rutina diaria de trabajo y la escuela. Tome ventaja de este tiempo juntos y desterrar el aburrimiento con un poco de planificación y mucha creatividad.

<https://www.sittercity.com/parents/resources/15-holiday-break-activities-that-will-keep-the-kids-busy-not-bored>

Tratamiento de la sobrecarga sensorial durante las vacaciones

La temporada de vacaciones puede ser un momento de gran alegría y celebraciones alegres. Sin embargo, para los niños que sufren de problemas de procesamiento sensorial, las vacaciones pueden convertirse en un momento difícil para experimentar y procesar todas las luces intermitentes, canciones jugando en las tiendas, nuevos olores, nuevos alimentos, grandes multitudes, reuniones de temporada, el sonido de campanas, y los cambios en los horarios escolares y rutinas de la familia, sólo para nombrar unos pocos! Mientras que la sobrecarga sensorial se habla con mayor frecuencia cuando impacta sobre los niños y jóvenes con necesidades especiales, todos son susceptibles a sentirse abrumado por las vistas, sonidos, olores y sensaciones que nos rodean. En el caos alegre de la temporada de vacaciones, ¿cómo podemos manejar?

Hay muchas maneras en que se puede reducir al mínimo la exposición de los estímulos sensoriales durante la temporada de vacaciones concurrida y animada. Como padres de crianza y adoptivos, que ha aprendido de primera mano la técnica de crianza de ser flexible y preparación de sí mismo y su familia para lo inesperado. Aquí están algunas ideas que pueden hacer que las vacaciones más divertidas para todos los involucrados:

- **Establecer un lugar seguro para que los niños se relajen y descansen.** Si va a visitar familiares o amigos, que el niño sepa de antemano a dónde va, que estará allí cuando llegue, lo que va a hacer cuando está allí, y el tiempo va a llegar y salir. Seguir el mismo protocolo si los familiares o amigos van a visitar su casa. Puede ser beneficioso para identificar un espacio tranquilo y seguro antes de tiempo, donde se puede guiar a los niños o jóvenes con problemas sensoriales pasar tiempo en el fin de relajarse si las actividades se vuelven demasiado abrumador.
- **Considerar crear un conjunto de herramientas de manejo sensorial.** Cuando vamos de camping, nos aseguramos de que hacemos las maletas todos los elementos esenciales para acampar. (Nadie en especial le gusta hacer un último minuto a ejecutar una tienda de comestibles no tan cerca o tienda de caja grande!) El mismo concepto se aplica para los niños con problemas sensoriales. Si su familia está planeando asistir a una fiesta en casa de la abuela, que podría traer consigo una mochila que contiene elementos especiales de la casa, tales como mantas, juguetes, música, artículos de arte, inquietarse juguetes, y todo lo que crea la sensación de calma y confort. Lo mismo se aplica para el suministro de alimentos. Considerar llevar consigo alimentos y bebidas que usted sabe que el niño prefiere familiares.
- **Compras de festivo.** Considere hacer una lista de artículos que usted está haciendo compras para, en lugar de vagando por las tiendas de decidir qué comprar. Ser consciente de mantener el viaje de compras de corta duración y tener un plan organizado puede ayudar a minimizar la posibilidad de que el niño llegue a ser abrumado y tener una "crisis" en el medio de la tienda, o en la línea de salida. Si compras en y por sí misma ha sido conocido por ser una experiencia difícil, quizás los arreglos para el cuidado de relevo para el niño, mientras que hacer frente a la misión por su cuenta estaría en interés de todos.
- **Decoraciones.** Decoraciones para las fiestas dentro y fuera de su hogar (incluyendo las luces brillantes y parpadeantes, las guirnaldas, árboles, velas y pilas de regalos) pueden llegar a ser factores desencadenantes sensoriales. Como padres, ustedes son muy conscientes de lo que pueden dar lugar a estímulos leves a moderados a colapsos sensoriales extremas. A veces, el "menos es más" enfoque puede ser útil con el fin de reducir la posibilidad de sobrecarga sensorial que se produzcan.
- **Preparando todos los miembros de familia.** Se podría considerar la adopción de tiempo antes de la temporada de vacaciones comienza para una reunión familiar acerca de cómo las vacaciones a veces puede ser más caótico que alegre. Se puede hablar como familia acerca de lo que pueden ser desencadenantes sensoriales para cada miembro de la familia, así como compartir las estrategias de su familia para evitar problemas potenciales y los planes de una lluvia de ideas de contingencia en caso de que un disparador sensorial imprevisto ocurre en el momento.

La planificación de un tiempo de descanso sensorial para usted y su pareja también es importante. Cuando las cosas son frenética y estresante, es probable que sea mucho más equipado para manejar todo, si usted ha tomado el tiempo para el autocuidado saludable.

En última instancia, lo más importante a recordar es que las vacaciones son un tiempo para apreciar el uno al otro y disfrutar del tiempo que pasan juntos. Ya se trate de escalar la espalda o la creación de nuevas tradiciones, celebrar de una manera que tiene más sentido para su familia y es algo que usted, su hijo, y toda la familia podrán disfrutar de todos los tesoros y en los años venideros. Este artículo fue publicado originalmente en la Coalición para Niños, Jóvenes y Familias boletín.

Balanceo de trabajo y Taller de Familia

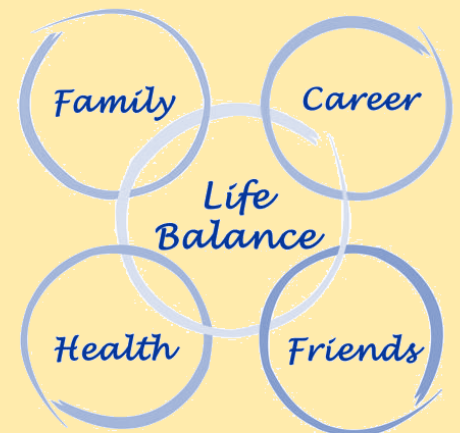
Por favor, únase con nosotros para este taller interactivo de 2 horas con consejos sobre:

- Estilos de crianza positiva
- La dificultad de balancear el trabajo y la familia
- Disminuir el estrés en el hogar
- Prevenir el estrés en el trabajo que afecte la vida familiar

Fecha: jueves, 13 de diciembre desde las 12pm-2pm

Lugar: Kenosha Area Family and Aging Services, 7730 Sheridan Road, Kenosha

Registrarse: en línea en <https://goo.gl/forms/jcsa05RbSY5iLVuR2> o llame al 262-605-6545 y hable con Alison



8 grandes Multiculturales de vacaciones Picture Books

Explorar algunas de las muchas festividades que se celebran en todo el mundo es un divertido e interesante manera de introducir a los niños a diferentes culturas. Y qué mejor manera de enseñar (y aprender), que leer libros de imágenes bellamente escritos e ilustrados? A continuación se muestra una colección de algunos libros infantiles favoritas sobre las maravillosas fiestas y tradiciones que se celebran en todo el mundo.

Solsticio de invierno, 21 de Diciembre

La más corta DÍA: Celebración del solsticio de invierno por Wendy Pfeffer, ilustrado por Jesse Reisch

Pfeffer utiliza la prosa lírica de describir por qué los días se hacen más cortos como se acerca el invierno y cómo esto afecta a las personas y animales.

También hay una introducción a las celebraciones del solsticio de invierno largo de la historia. el uso de Reisch de alto contraste de colores pero complementarios crea una sensación acogedora optimista en todo momento. Volver cuestión incluye planes de lecciones y actividades votos.

Kwanzaa, 26 diciembre-1 enero

MI PRIMER KWANZAA por Karen Katz

Katz utiliza un lenguaje sencillo como un niño, brillantes-colores y diseños llamativos para mostrar cómo una niña y su familia celebran los siete días de Kwanzaa. Este libro es un divertido, fácil de seguir, introducción a las celebraciones y tradiciones de Kwanzaa. Las barras laterales proporcionan información adicional.

Hanukkah, 24 diciembre a 1 enero

JANUCÁ OSO por Eric A. Kimmel, ilustrado por Mike Wohnoutka

Esta es la historia adorablemente gracioso de Viejo Oso que vaga en la casa de Bubba Brayna en la primera noche de Janucá. Bubba Brayna, que es casi ciego y sordo, errores del oso para su rabino y le sirve deliciosas latkes de papa. ilustraciones entrañables de Wohnoutka dan nueva vida a este recuento actualizado de "The Chanukkah Visitante." (Casa de vacaciones, 1990)

Las Posadas, 16 de Diciembre a 24 de de diciembre de

LA NOCHE DE LAS POSADAS por Tomie dePaola texto y las ilustraciones radiante del DePaola

cuentan una historia situada en la actual Nuevo México, donde una celebración anual de Las Posadas, una procesión que recrea de María y José búsqueda de puerta a puerta para refugiarse tiene lugar en la víspera de Navidad. Pero este año, problemas con el coche, tormentas de nieve e incluso la gripe parecen conspirar para cancelar la tradicional ceremonia, hasta hace un par misterioso aparece de la nada.



Divali / Diwali 7 de noviembre de 2018 mil

Divali ROSE por Vashanti Rahaman, ilustrado por Jamel Akib

Como el festival de Diwali, el hindú "festival de las luces", enfoques, Ricki encaje accidentalmente un capullo de rosa especial de la zarza que él y su abuelo plantó. Cuando el abuelo culpa a los nuevos vecinos, Ricki tendrá que encontrar el valor de confesar su error. texto en movimiento de Rahaman y illustrations expresivos de Akib trabajan juntos fichero de tus ajustes para transmitir el significado de esta celebración hindú.

Eid al-Adha, 21 de agosto y 22, 2018

EL MEJOR NUNCA EID de Asma Mobin-Uddin, ilustrado por Laura Jacobsen

Este año, Aneesa está celebrando el Eid al-Adha, la mayor fiesta musulmana del año, con su abuela porque sus padres son miles de millas de distancia de la peregrinación Hajj. A pesar de que extraña a sus padres, un encuentro con dos niñas refugiadas ayuda Aneesha cuenta de lo afortunada que es. detalladas, coloridas ilustraciones de Jacobsen ayudar a que estos personajes reales y de relacionar con la vida.

Lunar o Año Nuevo Chino 16 de febrero de 2018 Con lo que en el Año Nuevo Grace Lin En esta narrativa viva en primera persona, Lin cuenta

la historia de una familia estadounidense de origen chino cuando cuelgan decoraciones, cocinero, y se visten con la preparación para el Año Nuevo Lunar. El texto simple y vívidas ilustraciones constituyen una introducción a las tradiciones de esta celebración chino.

Navidad, 25 de diciembre

Llama llama FIESTA DEL DRAMA

por las preparaciones Anna Dewdney Navidad son muy interesantes, tal vez un poco demasiado emocionante para llama de la llama. Abrumado por todo el bullicio de fiesta, llama llama termina teniendo un perfecto fusión de estilo preescolar, hasta Mama Llama le recuerda, "El verdadero regalo es que tenemos unos de otros." Que todos recuerden a celebrar entre sí, felices fiestas para usted y los suyos, en todas partes del mundo!

PSN Centro de Recursos Familiares

La misión de PSN Centro de Recursos Familiares es para ofrecer programas y servicios que construyen las fortalezas de la familia a través de la prevención, educación, apoyo y redes en colaboraciones con otros recursos de la comunidad.

PSN Centro de Recursos Familiares se encuentra en el Edificio de servicios humanos del condado de Kenosha, 8600 Sheridan Road, Kenosha, WI 53144 Entrada B.

Horas de visita están disponibles cada Martes y Jueves de 2:00 pm a 4:00 pm.

Hable con alguien sobre sus preocupaciones de padre, recoja información sobre los recursos de la comunidad o investigue sobre los servicios de PSN.



Conozca a Nuestro Personal:

Erin Morey, Operations Director
Erin.Morey@kenoshacounty.org

Liza Schultz, Services Director
Elizabeth.Schultz@kenoshacounty.org

Chelsea Colwill, Community Response Specialist
Chelsea.Colwill@kenoshacounty.org

Alison Haas, PFF Project Coordinator
Alison.Haas@kenoshacounty.org

Alicia Mojica, Service Coordinator
Alicia.Mojica@kenoshacounty.org

Maria Saenz-Estevez, Service Coord.
Maria.Saenz-Estevez@kenoshacounty.org

Jaclyn Tenuta, Service Coordinator
Jaclyn.Tenuta@kenoshacounty.org

Rose Verdiguél, Service Coordinator
Rose.Verdiguél@kenoshacounty.org

Cindy Leslie, Administrative Assistant
Cindy.Leslie@kenoshacounty.org

Nancy Morey, Consultant
Nancy.Morey@kenoshacounty.org



Gústanos en Facebook para detalles de programas o visite nuestro calendario para las fechas y horarios de los programas: www.PSNFamilyResourceCenter.com.

¿Se ha perdido una edición pasada del Noticiero de PSN? Encuéntralo aquí: <http://www.kenoshacounty.org/Archive.aspx?>

Galletas de Coronas Festivo

Esta receta para galletas sin hornear de coronas festivo tiene sólo seis ingredientes y se pueden hacer en 10 minutos. Estas coronas hechas con copos de maíz son una adición festiva a su mesa de postres! Adaptado de epicurious.com

INGREDIENTES

- 1 barra de mantequilla (1/2 taza)
- 30 malvaviscos grandes
- 6 gotas de gel verde para colorear de alimentos o 1 y 1/4 de líquido verde para colorear
- 1/2 cucharilla de extracto de vainilla
- 5 tazas de copos de maíz
- 1 botella de dulces Red Hot o 1/2 taza de dulces rojos cubiertos de chocolate como mini M & M's
- Aceite de aerosol

INSTRUCCIONES

- Alinear una bandeja con papel pergamino o una estera para hornear de silicona.
- Ponga los malvaviscos y la mantequilla en un recipiente grande. Microondas en incrementos de 30 segundos hasta que se derrita.
- Ponga el colorante verde y vainilla; agitar hasta que la mezcla de malvavisco es suave.
- Ponga los copos de maíz en el recipiente y se agita suavemente para cubrir el cereal de manera uniforme con la mezcla de malvavisco.
- Ponga la mezcla en una taza de medición 1/4 taza engrasado y gire hacia fuera sobre la cacerola de la hoja. Use sus dedos para hacer un agujero en el centro para formar una forma de corona y decorar con caramelos rojos. Es más fácil formar los agujeros de la guirnalda cuando sus dedos están mojados o recubiertos de aceite en aerosol.

