30 formas de fortalecer su comunidad y crear esperanza durante el Mes Nacional de la Prevención del Abuso de Menores

PADRES

Factores de protección	Crianza afectiva y apego	Conocimientos sobre la crianza y el desarrollo de los niños	Resiliencia parental	Apoyos concretos para los padres	Capacidades emocionales y sociales de los niños	Conexiones sociales
DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
Child Welfare Information Gateway PROTECTING CHILDREN ■ STRENGTHENING FAMILIES https://www.childwelfare.gov/topics/preventing/ U.S. Department of Health and Human Services Administration for Children and Families Administration on Children,Youth and Families Children's Bureau http://www.acf.hhs.gov/programs/cb					1 Comparta sus logros personales a través de Facebook o Twitter.	2 Hable con amigos acerca de organizar un grupo cooperativo para el cuidado de sus niños.
3 Establezca una rutina diaria para que su hijo sepa lo que puede esperar durante el día.	4 ¡Pase tiempo afuera! Organice un club de caminatas para padres e hijos o un club de andar en bicicletas para vecinos.	5 Hable con su comunidad de fe acerca de cómo organizar un ministerio de apoyo a los padres.	6 ¡Tengan una noche familiar de juegos de mesa! Hasta los niños pequeños pueden jugar en el "equipo" de un adulto.	7 Explore el mundo desde el punto de vista de su hijo.	8 Fije sus metas y anote los pasos que tendrá que tomar para lograrlas.	9 Averigüe qué clases ofrecen en su biblioteca o centro comunitario. Inscríbase en la que más le interese.
10 "Pille" a sus hijos portándose bien. Elógielos con frecuencia.	11 Programe citas con amigos que tengan hijos de las mismas edades que los suyos para que los niños jueguen juntos.	12 Siembre un jardín de molinetes con su hijo en su jardín de entrada, cerca del buzón de correo o en su porche delantero.	13 Pregúntele a sus hijos acerca de quiénes son las personas más importantes para ellos.	14 Reflexione sobre la crianza que usted recibió de niño y cómo esto afecta la forma en que usted cría a sus hijos.	15 Encuentre tiempo para hacer algo que a USTED le guste hacer.	16 Marque el "2-1-1" en su teléfono para aprender sobre organizaciones en su área que apoyan a familias.
17 Juegue con su hijo a representar emociones diferentes. ¿Qué hace cuando está feliz, triste o frustrado?	18 Encuentre y únase a un grupo o "café" local comunitario o para padres y madres, como Circle of Parents®. http://www.circleofparents.org/	19 Acurruque y abrace a sus hijos frecuentemente.	20 Cree algo con sus hijos. ¡Las actividades de arte y manualidades son divertidas para los adultos, también!	21 Encuentre un grupo local que trate asuntos relacionados con la crianza de los hijos (por ejemplo, MOPS). http://www.mops.org/	22 Hable con un amigo de confianza cuando se sienta estresado, agobiado o triste.	23 Pídale al director(a) del colegio de sus hijos o a la asociación de padres y alumnos que organicen una noche de recursos comunitarios.
24 Enséñele a su hijo a resolver conflictos pacíficamente.	25 Únase a un grupo de niños exploradores, los "Boy Scouts" o las "Girl Scouts", con sus hijos.	26 Organice una cena comunitaria o "potluck" con las familias de su vecindario para intercambiar anécdotas de la crianza de sus hijos.	27 Hágase voluntario en la escuela de su hijo.	28 Dedique tiempo a observar lo que su hijo puede y no puede hacer. Converse con la maestra de su hijo sobre cualquieras preocupaciones que tenga.	29 Disfrute un "día de spa" en casa: tómese un baño con burbujas, experimente con una máscara facial y píntese las unas de un color nuevo.	30 Organice un intercambio de ropa de niños.

30 formas de fortalecer su comunidad y crear esperanza durante el Mes Nacional de la Prevención del Abuso de Menores

PROGRAMAS

Factores de protección	Crianza afectiva y apego	Conocimientos sobre la crianza y el desarrollo de los niños	Resiliencia parental	Apoyos concretos para los padres	Capacidades emocionales y sociales de los niños	Conexiones sociales
DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
Child Welfare Information Gateway PROTECTING CHILDREN ■ STRENGTHENING FAMILIES https://www.childwelfare.gov/topics/preventing/ U.S. Department of Health and Human Services Administration for Children and Families Administration on Children,Youth and Families Children's Bureau http://www.acf.hhs.gov/programs/cb					1 Invite a alguien al programa que pueda ayudar a los padres a aprender sobre cómo manejar el estrés.	2 Cree una hoja informativa para familias con recursos comunitarios que se relacionen con cada factor de protección.
3 Agregue libros para niños que traten con las emociones a la biblioteca de su programa.	4 Organice "caminatas con cochecitos" con padres novicios. Mientras caminan, hablen sobre los desafíos que enfrentan.	5 Incluya los factores de protección en los materiales de divulgación de su programa.	6 Mantenga juegos de mesa para el uso libre de las familias.	7 Tenga a mano consejos sobre la crianza de los hijos para padres que estén enfrentando asuntos difíciles.	8 Llame a las familias en el programa para preguntarles cómo están.	9 Invite a un colaborador comunitario para presentar un nuevo recurso para familias.
10 Juegue con los niños a representar emociones diferentes. ¿Qué hacen cuando están felices, tristes o frustrados?	11 Organice una comida comunitaria o "potluck" o una celebración cultural.	12 Siembre un jardín de molinetes como recordatorio de los futuros brillantes que se merecen todos los niños.	13 Organice un partido de pelota o fútbol para los papás y los niños.	14 Hable con los padres acerca de cómo el trauma puede afectar a los niños durante las diferentes etapas de su desarrollo.	15 Reconozca los logros de los padres.	16 Visite a un programa donde regularmente refiere a familias, para conocerlo de cerca.
17 Entrene a su personal acerca del efecto que tienen el trauma y la pérdida sobre los niños.	18 Anime a los padres a que se apoyen mutuamente a través de listas de contacto para llamadas organizadas, grupos de transporte o grupos de juego.	19 Invite a colaboradores comunitarios a un día familiar interreligioso.	20 Ofrézcales a los padres materiales que pueden usar para hacer alguna manualidad con sus hijos.	21 Hable con los padres en su programa sobre alternativas en la disciplina.	22 Ayude a los padres a fijar metas y resolver problemas.	23 Permita a los padres usar las computadoras del centro para sus asuntos personales (por ejemplo, para trabajar en su hoja de vida o revisar su correo electrónico).
24 Enséñeles a los niños a resolver conflictos pacíficamente.	25 Cree un "club de crianza positiva" y produzca un video donde los padres puedan compartir sus historias de éxito.	26 Cree un calendario de eventos comunitarios para familias.	27 Cree un espacio cómodo en donde los padres puedan leerle a sus hijos.	28 Converse con un padre o una madre acerca del nivel de desarrollo en que se encuentra su hijo.	29 Invite a las empresas/ comercios locales a donar un día de "spa" gratis para los padres.	30 Invite a un nutricionista para demostrar cómo comprar y preparar cenas saludables con un presupuesto bajo.

30 formas de fortalecer su comunidad y crear esperanza durante el Mes Nacional de la Prevención del Abuso de Menores

COLABORADORES COMUNITARIOS

Factores de protección	Crianza afectiva y apego	Conocimientos sobre la crianza y el desarrollo de los niños	Resiliencia parental	Apoyos concretos para los padres	Capacidades emocionales y sociales de los niños	Conexiones sociales
DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
Child Welfare Information Gateway PROTECTING CHILDREN ■ STRENGTHENING FAMILIES https://www.childwelfare.gov/topics/preventing/ U.S. Department of Health and Human Services Administration for Children and Families Administration on Children,Youth and Families Children's Bureau http://www.acf.hhs.gov/programs/cb					1 Ofrezca una serie sobre cómo criar a sus hijos durante momentos difíciles. En colaboración con: Iglesias y otras comunidades de fe	2 Invite a familias a un "Intercambio de ayuda" donde puedan aprender sobre servicios locales. En colaboración con: Tiendas locales (para donar premios y ofrecer muestras de productos)
3 Ofrezca clases de actuación para aumentar las capacidades de los niños de poder identificar y reconocer las emociones. En colaboración con: Compañías de teatro	4 Organice una fiesta de helados. En colaboración con: Heladerías o supermercados locales	5 Organice un evento de "desarrollo de visión comunitaria" para evaluar el nivel de interés en lanzar una agenda de factores de protección en su comunidad. En colaboración con: Grupos y organizaciones en toda la comunidad	6 Promueva políticas de empleo sensibles a las necesidades familiares, como proveer cuidado de menores en el lugar de empleo. En colaboración con: Empresas/ comercios locales	7 Pídale a las empresas/ comercios locales que consideren la inclusión de consejos sobre la crianza de niños en sus medios de publicidad o en el embalaje de sus productos. En colaboración con: Líderes de empresas/ comercios	8 Ofrezca talleres para padres sobre el alivio del estrés y la relajación. En colaboración con: Agencias de recursos y referencias a servicios de cuidado de menores	9 Patrocine una feria de la salud. En colaboración con: Proveedores de cuidados de salud, servicios sociales, organizaciones basadas en la comunidad, empresas/ comercios locales
10 Involucre a jóvenes/ adolescentes en la creación de una presentación sobre el acoso escolar y ayúdelos a encontrar lugares de presentación. En colaboración con: Teatros, escuelas	11 Colabore con una empresa/comercio para patrocinar un día o una noche familiar en un evento deportivo. En colaboración con: Empresas/comercios locales, franquicias deportivas profesionales o semi-profesionales	12 Organice un almuerzo o una cena de liderazgo alrededor del tema "fortaleciendo a las familias" En colaboración con: Organizaciones religiosas/espirituales, funcionarios electos, organizaciones basadas en la comunidad, filántropos	13 Apoye las evaluaciones de salud mental para detectar la depresión parental en las oficinas pediátricas. En colaboración con: Sucursales del American Academy of Pediatrics	14 Cree una biblioteca con recursos para padres en su oficina. En colaboración con: Empresas/comercios locales, proveedores de servicios	15 Organice una conferencia alrededor del tema "Apoyo y reconocimiento" para reconocer los logros de los padres líderes. En colaboración con: Hoteles, líderes de empresas/comercios, funcionarios electos, servicios sociales, el departamento de salud, y otras organizaciones en la comunidad	16 Organice clases de entrenamiento para el empleo o una feria de empleos. En colaboración con: Empresas/comercios locales, agencias/ oficinas de empleos, universidades, agencias gubernamentales Estatales/locales
17 Provéales a las familias libros y juguetes que se enfoquen en las experiencias y las emociones de niños jóvenes. En colaboración con: Tiendas (jugueterías, librerías) para los niños	18 Cree rituales para darles la bienvenida a familias recién llegadas a la comunidad. En colaboración con: Clubes de agentes inmobiliarios para recién llegados, asociaciones de los padres de alumnos	19 Pídale a las empresas y los comercios locales que proporcionen servicios de transporte para llevar a familias a iglesias, templos o mezquitas locales. En colaboración con: Empresas/comercios locales, organizaciones religiosas/espirituales	20 Monte una exposición acerca de la crianza de hijos cerca de la sección de libros para niños en su biblioteca. Incluya información y libros acerca de comportamientos, emociones, etc.	21 Ofrezca clases sobre la crianza o apoyos para la visitación para madres encarceladas y padres encarcelados. En colaboración con: Instituciones penales	22 Organice una clase de ejercicios o yoga para padres e hijos en el centro comunitario local. En colaboración con: Centros comunitarios, estudios de yoga	23 Organice una campaña de recolección de abrigos de invierno y abra una despensa comunitaria de alimentos. En colaboración con: Tintorerías locales, servicios sociales, organizaciones religiosas/espirituales, supermercados
24 Cree un evento comunitario de intercambios para que las familias puedan intercambiar cosas como libros, útiles escolares o ropa. En colaboración con: Asociaciones cívicas	25 Cree una videoteca para padres que se enfoque en el desarrollo social y emocional de los niños. En colaboración con: Bibliotecas	26 Publique una lista en su comunidad de "diez cosas que puede hacer para fortalecer a las familias". En colaboración con: Medios de comunicación locales, empresas/comercios	27 Comparta recursos con negocios orientados hacia familias acerca de los factores de protección, el desarrollo de los niños, habilidades de crianza de hijos y el alivio del estrés. En colaboración con: Programas de la educación temprana/para la primera infancia, proveedores de cuidados de salud, supermercados	28 Ofrezca un taller acerca de la observación y el apoyo de los niños mientras están jugando. En colaboración con: Psicólogos, pediatras	29 Organice un día de salud y "spa" para mamás y papás. En colaboración con: Empresas/comercios locales, proveedores basados en la comunidad	30 Organice un taller para familias sobre conocimientos básicos de finanzas para ayudar a las familias a manejar sus finanzas personales. En colaboración con: Líderes de empresas y comercios o banqueros