



Boletín de Otoño



Después de unas relajadas y divertidas vacaciones en familia, es hora de que nuestros hijos regresen a la escuela. Para nosotros como padres de familia, es muy importante que nuestros hijos se desempeñen de la mejor manera posible dentro del salón de clases durante todo el año escolar. Una manera de poder lograr nuestro objetivo es motivándoles positivamente, recordándoles que ahí encontraran antiguos amigos, e inculcándoles a hacer nuevas amistades con nuevos compañeros, así como alentarlos a disfrutar de aprender nuevas cosas dentro de la escuela. Dentro del programa de Early Childhood Cares, queremos apoyarlos para que este proceso sea de una manera más fácil y divertida, en donde toda la familia pueda disfrutar de este momento tan importante. Recordemos siempre la importancia de interesarnos por las cosas que nuestros hijos hacen dentro y fuera de la escuela. Las cosas que nosotros miremos como simples siempre serán un gran logro para ellos. La manera en que reaccionemos ante esta situación será la diferencia entre el éxito y la frustración, la autoestima y la seguridad propia en la vida cotidiana de nuestros hijos.

Algunos consejos útiles para este regreso a clases:

Así como para nosotros como padres es muy importante prepararnos con lo que nuestros hijos necesitarán para el día siguiente, de igual manera es importante que los preparemos mentalmente y conversemos con ellos sobre esta nueva etapa en su vida, al tiempo que establecemos nuevas metas y objetivos.

- 1.- **Restablece rutinas:** Motivándolos a dejar su mochila al igual que su ropa y zapatos listos desde la noche anterior. Trata de no ser impaciente con ellos con ellos durante las mañanas. De esta manera les harás alegre el día y les permitirá irse adaptando a su nueva rutina escolar de una manera más fácil.
- 2.- **Enseñalos a ser independientes:** Al mismo tiempo que ellos irán adquiriendo madurez y responsabilidad progresivamente. No es una acción fácil, pero como padres podemos motivarles a hacer actividades acordes a su edad, como vestirse, ir al baño solo, ayudar a preparar su lonchera. Esto ayudara a desenvolverse mejor en la escuela.
- 3.- **Crea un menú sencillo y nutricional especial para su lonchera.**- Evita incluir en la lonchera alimentos altos en azúcares y calorías.
- 4.- **Establece un lugar y horario.**- Esto permitirá a los niños organizarse en el tiempo, logrando adquirir un hábito que les servirá en la escuela así como en un trabajo.
- 5.- **Establecer actividades para la tarde(actividades extracurriculares)**- es muy importante mantener al niño activo sobre todo si es una actividad que le permita desarrollar alguna inteligencia. Al mismo tiempo debemos evitar sobrecargar al niño, puesto que necesita también sus momentos de descanso.
- 6.- **Establece rutinas de descanso.**- Siempre se nos ha dicho que cuando los niños duermen segregan la hormona del crecimiento. Además, reponen energías necesarias para iniciar alguna actividad extracurricular que requiera de la concentración y la memoria.
- 7.- **Planea soluciones efectivas en caso de que tu hijo se enferme.**- Siempre existe el riesgo de las gripes, infecciones o fiebres, y sabemos que cuando esto ocurre, nuestros hijos deben permanecer en casa hasta recuperarse para evitar contagios a maestros o a otros compañeros. Algunas de las alternativas pueden ser programar con una niñera de confianza, una abuelita o una hermana, o con un grupo de padres que te puedan ayudar en estos momentos. Esto te ayudara como padre o madre estar más tranquilo si ocurren estos imprevistos.
- 8.- **Asistir a orientaciones y charlas orientativas.**- Esta siempre será una gran oportunidad para que como padres de familia podamos conocer no solo a la maestra, sino también que cosas hacen nuestros hijos dentro del salón de clases, estrategias y técnicas que usa la maestra, así como la calidad de educación que está recibiendo nuestros hijos.
- 9.- **Tener buena comunicación con las maestras.**- es uno de los pilares fundamentales no solo en el inicio a clases, sino durante todo el año escolar. Ella será tu mejor aliada en la educación de tu hijo y podrá ayudarte ante cualquier dificultad educativa al respecto de tu hijo.
- 10.- **Establece objetivos claros para este año escolar.**- Al platicar con nuestros hijos acerca de las cosas que ellos deben hacer les estamos ayudando en manera fácil a captar los objetivos que queremos que ellos alcancen, siempre debemos de tomar en cuenta que esto es un trabajo en equipo en conjunto con los maestros, donde juntos les podremos estar recordando el enfoque y el camino para lograrlos.

EVENTOS PARA LA FAMILIA PARA DAR LA BIENVENIDA AL AÑO ESCOLAR

**Washington Park on September 27 from 4-6 pm. Eugene
Emerald Park on September 27 from 4-6 pm. Eugene
Brattain on October 2 from 5-6:30 pm. Springfield**

***REUNIÓN IMPORTANTE DE PADRES DE FAMILIA
Octubre 6, 10am-12pm
Oficina principal de ECCARES
1500 12th Ave***

FECHAS IMPORTANTES PARA RECORDAR

No escuela y servicios el 11 y 12 de octubre

No escuela y servicios el del 19 al 23 de noviembre

Vacaciones de invierno empiezan el 14 de diciembre

Regreso a clases el 8 de enero de 2019

EVENTOS EN LA COMUNIDAD

Actividades para compartir con la familia:

Celebración de la herencia hispana, sábado 22 de septiembre, 5-8 pm
Springfield City Hall, 225 5th St, Springfield
Gratis!

Habrá música de DJ, música argentina, bailes folklóricos y de 7-8 banda Mexicana tradicional y baile! Habrá piñatas para los niños.

Teatro Milagro presenta ¡Corre! ¡Corre!, fiesta familiar

Sábado, Septiembre 22, 2pm
Biblioteca Pública de Springfield 225 5th St, Springfield
Gratis!

Obra bilingüe inspirada en la historia de la vida Tarahumara. Es la historia de una joven y su entrenador, quien mira en ella a una atleta potencialmente como ganadora Olímpica. Una obra llena de poesía, danzas y tradiciones del pueblo indígena al sureste de México.

CUENTOS Y CANCIONES

Biblioteca Pública de Eugene -- Centro: lunes, 24 de septiembre, 6:30 p.m.
10th Ave. y Olive St.
Gratis!

Biblioteca Pública de Eugene – Sucursal Bethel: sábado, 27 de octubre, 3:00 p.m.
1990 Echo Hollow Rd.

The Cottage Grove Art Walk

Viernes, 28 de Septiembre, 6-8pm Opal Center for Art and Education,
513 E Main St, Cottage Grove
Gratis!

Exposición de arte latino.

25th Anual Exhibición del Día de los Muertos

Fiesta abierta: Viernes, Octubre 12, 6-9pm
Maude Kerns Art Center, 1910 E 15th Ave, Eugene
Gratis!

Exhibición de arte, altares de muertos, danzas tradicionales, música y aperitivos.
Representación de pinturas, esculturas y fotografías. Fiesta tradicional de la cultura Mexicana. Continua haciendo arte con cráneos el sábado 23, 11 am-2pm

Día de los Muertos, una celebración, Sábado Octubre 20, 2;4 pm

Biblioteca Pública de Springfield 225 5th St, Springfield

Gratis!

Evento familiar! Habrá música, Calaveras de azúcar, aperitivos, arte para niños.

Celebración del Día de los Muertos

Jueves, Noviembre 1 y Viernes 2, 6-9pm
Jordan Schnitzer Museum of Art, Eugene
Gratis!

El museo de Arte honra esta celebración de vida y muerte que forma parte de la tradición del pueblo mexicano, partes de centro y sur América y comunidades Latinas. Habrá altares, música, danza, comida y poesía para recordar y dar la bienvenida a las almas en su travesía por el mundo de los vivos.

Festival de piñatas

Sábado, Noviembre 17, 4-9pm

First United Methodist Church of Eugene, 1376 Olive St, Eugene

Gratis!

Evento familiar para promover el orgullo latino y su integración a la comunidad a través del arte, música y cultura. Habrá concursos, piñatas, música y comida. Patrocinado por LULAC de Lane County y sus amigos.

Mariachi del Shedd Presentación del fin de año

Sábado, Diciembre 8, 11am

The Shedd Institute, Sheffer Recital Hall, 868 High St, Eugene

Gratis!

Es presentación del término de los estudiantes del Mariachi del Shedd.

Posada Navideña

Viernes, Diciembre 14, 6-9pm

Head Start of Lane County, 21 N Grand St, Eugene

Gratis!

Posada Navideña es un evento que celebra las fiestas tradicionales al rededor de América Latina.

Club de Arte para Mamás

Sábados: Octubre 13, Noviembre 10, Diciembre 1, 2-3:30pm

Jordan Schnitzer Museum of Art, 1430 Johnson Lane, Eugene

Gratis!

Un club de arte comunitario para todas las mamás que quieran crecer en su creatividad, arte y habilidad de hablar inglés como su Segundo idioma

Taller de Son Jarocho Workshops

Todos los domingos durante todo el año, 3-5pm

Whiteaker Community Center (esquina con Clark y Jackson), Eugene

Gratis!

Grupo comunitario dedicado a la comunidad, donde su fundadora comparte tradición de la cultura del pueblo de Veracruz, México.

GED en Español

Obtén tu certificado equivalente al de la preparatoria

Martes y jueves de 6-8:30pm para más información llamar al 541-463-5818.