

## Tiempo de reflexión y renovación

*Con el aire fresco, las luces festivas y las dos semanas de vacaciones escolares que trae diciembre, las familias tienen la oportunidad de reconectar, reflexionar y renovarse. Para las familias con discapacidades, esta temporada puede combinar la maravilla con los verdaderos desafíos: multitudes, rutinas interrumpidas, nuevos entornos y rostros desconocidos. Intente disfrutar de rituales suaves: actividades acogedoras en casa, como hornear dulces, mirar fotos de la familia extendida antes de las reuniones o ensayar eventos especiales juntos para ganar comodidad y confianza. La flexibilidad es clave; respete el ritmo de sus hijos y sus formas únicas de afrontar y crecer. El FEC, su sistema de apoyo dedicado, está aquí para brindar herramientas para la planificación inclusiva y las reuniones virtuales. Explore nuestro Padlet de Recursos o envíe un correo electrónico a [fec@changingtidesfs.org](mailto:fec@changingtidesfs.org) para recibir apoyo personalizado de un navegador del FEC. Que esta temporada festiva traiga calidez, tranquilidad y energía renovada para el año que viene.*

### Próximos eventos de la FEC



**Capacitación en navegación para educación especial:** Únase a nosotros el **miércoles, 10 de diciembre** para (**Puente de Comunicación – Maestros y Familias**). Sesiones de Zoom: 9:30 am - 10:30 am o 6:00 pm - 7:00 pm.

**Grupo de apoyo para padres y cuidadores:** Únase a nosotros el **miércoles 17 de diciembre**, para compartir experiencias, buscar consejos y ofrecer apoyo mutuo. Sesiones de Zoom: 9:30 am - 11:00 am o 6:00 pm - 7:00 pm.

**Envíe un correo electrónico a [fec@changingtidesfs.org](mailto:fec@changingtidesfs.org)** para obtener enlaces de Zoom a la capacitación o al grupo de apoyo.

## Celebrando la inclusión

Las celebraciones de diciembre son un hermoso recordatorio de la esencia del **LRE (Entorno Menos Restringido)**, un principio esencial de la educación especial centrado en la pertenencia y la inclusión. El LRE va más allá de la ubicación en el aula; se trata de crear entornos donde todos los niños, incluidos aquellos con discapacidades, puedan participar, contribuir y sentirse verdaderamente valorados. Los conciertos, las jornadas de manualidades, los eventos culturales y las reuniones de este mes brindan oportunidades maravillosas para que las familias se unan, compartan tradiciones y fortalezcan sus conexiones. Estos momentos de unión refuerzan el espíritu inclusivo que representa el LRE.

Visite nuestro padlet de recursos de FEC para obtener información variada sobre educación especial, crianza, inicio temprano, además de eventos locales y virtuales y recursos de capacitación. ¡Visítenos con frecuencia para mantenerse al día!

Haga clic o escanee para obtener el Padlet de recursos de FEC





# Foco de la comunidad




 **Toys for Tots hace que la temporada navideña sea mágica!**

Desde 1947, el programa Juguetes para Niños de la Reserva del Cuerpo de Marines de los Estados Unidos ha colectado juguetes nuevos sin envolver y los ha distribuido como regalos navideños a niños que son menos afortunados - brindando alegría y un mensaje de esperanza durante la temporada. Juguetes para Niños de Redwood lidera esta campaña local que atiende al condado de Humboldt y áreas cercanas como Trinity y Del Norte.

 **Necesitas juguetes? ¡El tiempo es limitado!** Solicita en línea antes del **13 de diciembre** en **redwoodtoysfortots-apply**. Haz clic en "**Registrar Familia**" y presenta comprobante de residencia en el condado de Humboldt, elegibilidad económica y los datos del niño (de 0 a 12 años).

 **Quieres donar? ¡El tiempo es limitado!** ¡Actúa antes de que sea demasiado tarde! La última fecha de recolección es el **22 de diciembre**. Entrega juguetes nuevos sin envolver (preferiblemente para niños de 0 a 12 años; se aceptan libros y artículos para adolescentes). Haz clic en **redwoodtoysfortots-donate** para saber más sobre cómo donar.

 **Organiza una colecta familiar de juguetes o sé voluntario!** Haz clic en **redwoodtoysfortots-volunteer** para saber cómo e inscribirse. Es una manera fácil de compartir alegría, crear comunidad y crear magia.

 **¡Juntos podemos convertir los deseos navideños en grandes sonrisas!**

## CONSEJO PARA PADRES ~ Navegando las vacaciones escolares: construyendo rutinas y renovación.

**Si bien ninguna preparación puede hacer que los descansos de la escuela sean fáciles, estas estrategias pueden brindar más calma y alegría durante las dos semanas de descanso:**

**Elogie el buen comportamiento:** Observe cuando su hijo se porta bien. Un susurro rápido como: "¡Me escuchas muy bien! ¡Estoy orgulloso de ti!" puede significar mucho.

**Mantenga las rutinas:** Mantenga la mayor parte posible del horario habitual de su hijo, incluyendo las comidas y la hora de dormir. Esto le ayuda a mantenerse organizado y facilita la transición de regreso a la escuela.

**Prepare un kit de apoyo sensorial:** Las crisis nerviosas ocurren, especialmente durante temporadas altas, viajes o salidas de vacaciones. Lleve una bolsa pequeña con bocadillos, agua, auriculares con reducción de ruido, juguetes antiestrés y su objeto favorito para que su hijo se sienta seguro y tranquilo dondequiera que vayan. (¡No olvide algunos artículos para ti!)

**Séa amable con usted mismo:** Las cosas no siempre salen como las planea. Séa comprensivo con usted mismo y hablese como lo haría con un amigo. La alegría importa más que la perfección.

**Comuníquese y prepárese:** Use calendarios visuales e historias sociales para explicar qué esperar en los eventos, incluyendo quién asistirá y qué sucederá. Hable sobre el horario, avise con antelación sobre las transiciones y ofrezca opciones cuando sea posible para que su hijo se sienta más seguro. Los pequeños pasos marcan la diferencia. ¡Tú puedes! El FEC está aquí si necesita más ideas o apoyo.

**¡Valoramos sus comentarios!**



**¡Haga clic o escanee para completar nuestra encuesta antes del 31 de diciembre y tener la oportunidad de ganar una sorpresa!**

**¿No estás en nuestra lista de correo?**

Únase enviando una solicitud a

**[FEC@changingtidesfs.org](mailto:FEC@changingtidesfs.org)**

**Servicios bilingües en español disponibles  
Recursos comunitarios y referencias**

**¡Contáctanos para más información sobre nuestros servicios!**

## Eventos locales para niños y familias

**GRATIS~ 5.º Sorteo Anual de Decoración y Juguetes Navideños~ 6 de diciembre, 11:00 am - 2:00 pm Centro Eureka para la Vida Espiritual, 239 Buhne St, Eureka.** ¡Por orden de llegada; las filas empiezan temprano!

**GRATIS~ Celebración Navideña en Blue Lake~ 7 de diciembre, todo el día en el Centro Comunitario de Blue Lake.** Desfile, manualidades, juegos y diversión típica de un pueblo pequeño. Acceso para sillas de ruedas.

**Celebración de la Temporada de Maravillas y Luz ~ 12 de diciembre, 5:00-7:00 pm en Arcata Plaza.** Fotos con Santa Claus y la Reina Copo de Nieve, paseos en carruaje y música.

**37.º Desfile Navideño Anual de Camioneros ~ 13 de diciembre. Comienza a las 6:00 pm Redwood Acres.** Haga clic en (**Mapa e información de la ruta del desfile**). Espectaculares camiones iluminados. Se recomienda traer protección auditiva si es necesario.

**GRATIS~ Evento Anual de Invierno de RCRC~ 15 de diciembre, 11:00 am - 1:00 pm y 3:00 - 6:00 p m en la Oficina de RCRC en Eureka, 525 2nd St.** Manualidades, refrigerios y fotos con Santa Claus en un ambiente relajado. Para más información, haga clic o busque en Google el folleto del **Evento de Invierno de RCRC**.