

Porque amo a mi hijo novedades

 Distrito Escolar del Valle de Boulder
Excelencia y Equidad

Mejorar Inspirar
Informar niños sanos son estudiantes más listos

Volumen 2 | Edición 4

ENERO 2010

dentro de PORQUE AMO A MI HIJO

- 2 Intimidación Electrónica y Seguridad en el Internet
- 3 Manejo de la reputación en línea
- 4 PyR con el Dr.J
- 5 Socialización Cibernética (o Electrónica)
- 6 Calendario de Clases y Eventos

Den ejemplo del uso adecuado del teléfono celular y de las medidas de seguridad que toman. Por ejemplo, si no quieren que su hijo envíe mensajes de texto durante la cena o mientras esté manejando, asegúrense ustedes mismos de darle el ejemplo apropiado de forma consistente.

por
Sennen Knauer, M.Ed.
Coordinadora de Consejeros de BVSD

>> Mantengamos la Seguridad de Nuestros Hijos en Línea

A principios de este año, algunas de nuestras estudiantes recibieron mensajes de email inapropiados de una dirección desconocida. Esto fue mucho más sorprendente y desafortunado porque se trataba de niñas de quinto grado. Las estudiantes reportaron estos mensajes a sus maestros.

Desafortunadamente estos incidentes son comunes – algunos estudios indican que uno de cada cuatro preadolescentes y adolescentes han sido acosados en línea a través del email, de mensajes instantáneos (IM) o de las páginas de red social. El anonimato del Internet hace que la intimidación electrónica sea hoy una realidad.

He aquí algunas ideas de organizaciones educativas y de padres que pueden ayudar a que nuestros hijos estén seguros cuando están en línea:

1. **Hablen de este tema con sus hijos.** Puede que les sorprenda saber que su hijo ya podido ser ya la víctima de la intimidación electrónica. De ser así lo más importante es averiguar qué tipo de intimidación tuvo lugar. ¿Fueron simplemente palabras crueles o contenía amenazas? Si su hijo está siendo atacado, asegúrense de que les avise cuando ocurra.
2. **Documenten las incidencias.** Usen su computadora para copiar e imprimir todos los IMs o email ofensivos que reciba, incluyendo el nombre de "amigo" o de "pantalla" del ofensor. Si se está amenazando con daño físico, deben hablar con la policía. Aunque es difícil descubrir la identidad de un nombre de Internet, las autoridades pueden hacerlo si se ha amenazado la vida de una

persona.

3. **Vigilen a sus niños cuando estén usando la computadora.** Estén al tanto de las señales que indiquen que están siendo antipáticos (risa cruel al enviar o leer un IM o email) así como de las indicaciones de que estén siendo intimidados. Después pónganse en acción a través de la escuela o de las autoridades.

4. **Vigilen la cantidad de tiempo que sus hijos pasan en la computadora.** Expertos como la Academia de Pediatría Americana recomiendan que no se pase más de dos horas diarias frente a la pantalla de una televisión y/o computadora. Consideren en el total el tiempo que los niños pasan frente a una pantalla en la escuela.

Este otoño hemos podido identificar a la persona responsable de estos mensajes y también hemos podido trabajar con los padres para establecer los controles indicados y administrar las debidas consecuencias. Este incidente ha sido una experiencia de aprendizaje para nuestras familias y maestros. También nos sentimos agradecidos de que nuestras estudiantes supieran reportar esta actividad inapropiada a los adultos en quienes confían.

¡Nos encontramos en una nueva era de comunicación! Es nuestro deber como padres y educadores hacer que el Internet sea un lugar seguro donde nuestros niños puedan relacionarse.

por Jonathan Wolfer
Director, Escuela Primaria
Douglass, BVSD

>> Intimidación Electrónica y Seguridad en el Internet

La "Intimidación Electrónica" o intimidación cibernética es una forma de intimidación que depende del uso de los aparatos conectados al Internet y a los teléfonos celulares para intimidar y acosar a los demás. Para muchos padres es una nueva forma de acoso pero para nuestros niños es una parte diaria de su vida.

En Monarch K-8 un sondeo informal indicó que más del 90% de nuestros estudiantes de octavo grado usan el Internet con regularidad y tienen su propio teléfono celular. Si bien los avances tecnológicos ofrecen muchos beneficios, nosotros como sociedad estamos viendo un aumento significativo en la intimidación electrónica y en el acoso. Muchos de los conflictos actuales entre los estudiantes conllevan algún tipo de abuso cibernético. En octubre la consejera de Monarch K-8 Christine Ross, y la Intervencionista Julie Jungman asistieron a un taller sobre la intimidación electrónica patrocinado por Anti Defamation League con la esperanza de aprender más sobre este creciente problema. Una de las cosas que aprendieron fue que el 94% de los adolescentes usan el Internet y que el 43% de los jóvenes dicen haber sido víctima de la intimidación electrónica.

Tristemente las consecuencias de la intimidación electrónica pueden ser devastadoras, causando incluso el suicidio entre los adolescentes. **Los expertos en este campo hacen hincapié en que educar a los padres y a los estudiantes es la clave de la prevención.**

En Monarch K-8, la Sra. Ross y la Sra. Jungman han empezado a hablar con todos los estudiantes de intermedia sobre este tema durante las clases de Salud/Educación Física. El propósito de la lección es aumentar su conciencia sobre el problema de la intimidación electrónica o cibernética y enseñarles las estrategias para tratar de forma efectiva con la presión social que les anima a participar en actos de crueldad en línea. Los estudiantes aprenden estrategias de seguridad que incluyen cómo cuidarse si se convierten en víctimas de la intimidación electrónica.

También se dio una breve presentación a los padres durante una reunión del PTA en la que se ofrecieron consejos de seguridad en el Internet y copias de contratos entre padres/hijos.

Las siguientes páginas web ofrecen información excelente a los padres sobre este problema actual:

<http://www.cyberbullying.us>

<http://www.Internetsafetycolorado.org>

<http://www.adl.org>

<http://www.RyanPatrickHalligan.org>

Ustedes solo pueden controlar lo que ocurre en su casa, así que hablen, reúnan información e incluso arriésguense a hacerse los tontos para que sus hijos se abran a ustedes. Escuchen y hagan que la tecnología forme parte de sus pláticas familiares.

from Mary Ellen Bayko
School Counselor/Psychologist -
Bear Creek Elementary

Algunos puntos clave para los padres son

- ¡Para los jóvenes de hoy, el uso de la tecnología no es un privilegio en su vida sino que ES SU VIDA!
- La intimidación electrónica lo invade todo y afecta seriamente a más jóvenes que otros problemas de seguridad cibernética más conocidos.
- La naturaleza de anonimato de la comunicación cibernética hace que sea más fácil ser cruel. Falta la percepción del lenguaje corporal.
- Los padres deberían involucrarse y entender la tecnología que sus hijos están usando.
- Se deberían establecer y reforzar normas claras sobre el uso de la tecnología.
- Los padres deberían evaluar con cuidado si su hijo tiene el nivel de madurez necesario para manejar el acceso a los distintos medios tecnológicos.

por Christine Ross
Consejera de Monarch K-8

>> Manejo de la reputación en línea

Según los estudiantes hacen ponen los últimos toques en sus aplicaciones para ingreso a la Universidad este año, pueden añadir una cosa más por la cual preocuparse—sus páginas de red social. Un estudio reciente hecho por Kaplan indica que uno de 10 consejeros de admisión en las 500 mejores universidades del país, usan los sitios de redes sociales como Facebook, MySpace, y Twitter como parte del proceso de admisión. ¿Qué encuentran estos consejeros en estas páginas? ¿Qué dicen del estudiante las fotos y los comentarios en la página social? Aún si su estudiante no está ligado a una universidad, él o ella todavía necesita manejar su reputación en línea- un estudio reciente realizado por Career Builder encontró que 45 por ciento de los empleadores están usando las páginas sociales para investigar candidatos a empleados y han encontrado contenido en las páginas sociales que ha resultado en la decisión de no contratar a tales candidatos.

Aquí hay algunas sugerencias para asegurarse de que la vida en línea de su estudiante represente a la persona que otros vean en la vida real:

- Sé cuidadoso sobre la imagen que presentas en el sitio social electrónico. Las primeras impresiones son muy importantes para las personas que ven tu vida en línea.
- Establece toda la privacidad al nivel más alto posible.
- NO pongas fotos de actividades ilegales, uso de drogas, ingestión ilegal de licor a temprana edad o violencia.
- Sé inteligente con tu imagen e información. Tanto las universidades públicas y los potenciales empleadores tiene el derecho de mirar todo lo que tu haz puesto en línea.
- No te unas a grupos inapropiados, ellos pueden meterte en problemas. El humor es una emoción difícil de presentar en línea y tu intención de ser gracioso puede que no sea interpretada como tal.
- Haz que tus fotografías sean privadas y que solo puedan ser vistas por tus amigos, y solo "amigos" que en realidad conoces y en los cuales confíes.
- Ocasionalmente, ve a "Google" y haz una búsqueda de ti mismo por cualquier información inapropiada que alguien pueda haber puesto.
- Ten presente cuáles de tus fotografías están en "tag" en tu página social. Desconéctate de cualquier cosa inapropiada.
- Recuerda que una vez que pones cosas en línea, pierdes control de su contenido, aún si tienes establecidos controles de privacidad.

Cómo te conduces en línea es tan importante como tú actúas en tu vida diaria y un poco de precaución y sentido común al principio, pueden salvarte de tener algo de qué arrepentirte después.

Hablen con sus hijos sobre la seguridad en el Internet y pónganles muy claras sus expectativas en cuando a los límites. Mantengan las vías de comunicación abiertas sobre las páginas que pueden visitar, los juegos que pueden jugar y con quién pueden hablar en línea.

por Justin Pacheck, M.Ed.
Consejero - Escuelas Primarias
Lafayette y Nederland

por Jennifer Hanson Korb
en Instrucción de tecnología,
Distrito Escolar del Valle de Boulder
Presidente de la Fundación para la Seguridad en Internet

Háganse “amigos” de sus hijos en Facebook. No es necesario que interactúen pero por lo menos sabrán que ustedes están vigilando y que deben controlar lo que ponen o escriben.

por Melissa Glorioso, MSW
Escuelas Primarias
Creekside y University Hill

¿Se acuerdan de cómo solíamos comunicarnos con nuestros padres? La mayoría de los planes de teléfono celular permiten apagar la función de mensajes de texto durante ciertas partes del día. Yo les garantizo que si sus hijos necesitan ponerse en contacto con ustedes, lo van a hacer.

por Nick Vanderpol, M.Ed.
Consejero de la Escuela Preparatoria
Centaurus

Facebook, nuevos teléfonos celulares, ‘tweeting’, email, IM, todos estos métodos son herramientas estupendas de comunicación pero no hay como la comunicación cara a cara con su hijo.

por Kristin Borostyan
Consejera - Escuela Intermedia
Louisville y Aspen Creek K-8

PyR con el Dr. J {Preguntas y Respuestas}

P: *¿Cómo puedo saber si mi hijo está pasando demasiado tiempo frente a la computadora o jugando videojuegos?*

R: Al haber cada vez más personas usando los medios recreativos de alta tecnología, surgen también más preocupaciones sobre los efectos de estas actividades y el daño potencial del uso excesivo de la computadora y de los videojuegos. Algunos factores clave a considerar son:

Tiempo dedicado al uso de la computadora y de los videojuegos:

Muchos expertos recomiendan limitar el uso a dos horas diarias. Una norma de tiempo más práctica puede estar basada en el tipo de persona y en el impacto del uso en su funcionamiento diario.

Impacto en el buen funcionamiento diario:

El uso excesivo supone una mayor preocupación cuando interfiere de forma negativa con el rendimiento escolar, la socialización con los compañeros, la interacción con la familia, el ejercicio/control del peso y el interés en otras actividades.

Efectos en la conducta: Hay numerosos estudios que muestran

una correlación entre la exposición a videojuegos violentos y las ideas o conducta agresiva. Sin embargo ninguno de estos estudios puede demostrar un impacto permanente o concluir que los videojuegos por sí mismos son causa de agresividad.

¿Qué pueden hacer los padres? El primer paso es tener una discusión franca con sus hijos sobre el uso de la computadora y de los videojuegos. Si su hijo tiene una buena vida social y continua funcionando bien en casa y en la escuela, vigilar el uso simplemente puede ser suficiente. Si la cantidad de uso diario es excesivo y/o les preocupa su bienestar social y emocional o su conducta, intenten establecer normas claras. Asimismo consideren darle el tiempo para jugar y para usar la computadora de forma recreativa como recompensa por hacer las tareas, las cosas de la casa o por participar en actividades de tipo social. Ayuden a su hijo a sustituir el uso de ese tiempo por otras actividades divertidas. Quitarle simplemente la actividad y dejar un vacío llevará con toda seguridad a conflictos y esfuerzos para “dejar de lado” las nuevas reglas impuestas.

También es importante entender que el uso excesivo de los videojuegos/computadora puede ser un síntoma de problemas emocionales subyacentes (ejemplo, depresión, ansiedad, adaptación social, etc.). Solucionar las conductas aparentes sin tratar estos problemas solo resultará en la reaparición de las conductas indeseadas y/o de nuevos tipos de conducta. Si les preocupa su hijo, consideren una evaluación por un profesional de la salud mental para determinar el alcance del problema y entender mejor los temas subyacentes que pueden estar propiciando la conducta.

**¿Tiene alguna pregunta? Envíela directamente: Teléfono: 720-217-3270, Fax: 720-381-6089
Email: Jan.Hittelman@gmail.com
Correo: 1527 Pine Street, Boulder 80302**

por Jan Hittelman
Psicólogo Licenciado

>> Socialización Cibernética (o Electrónica)

Con un aumento en la intimidación cibernética y en el envío de mensajes de texto con contenido sexual ("cybersexting": fotos y lenguaje explícito), es importante que los padres añadan la comunicación electrónica a la lista de problemas de seguridad a tratar con la familia.

Qué vigilar

- Coloquen las computadoras en un lugar céntrico de la casa.
- Limiten el tiempo que los niños pueden pasar en línea. Quizás pueden darles tiempo adicional para equilibrar el tiempo que pasan en actividades no relacionadas con el Internet, como sacar al perro a caminar, leer un libro, hacer la tarea o trabajar en el jardín.
- Familiarícense con el Internet. Interésense en lo que sus hijos frecuentan. Aprendan a revisar el historial del navegador; a colocar medidas de privacidad y seguridad al hacer las búsquedas.
- Acuerden de antemano las cosas que pueden descargar. Las tarjetas de crédito no deberían ser utilizadas sin su consentimiento.
- Mantengan privadas las contraseñas.

Coloquen todas las computadoras en zonas comunes de su casa – no permitan que estén en las recámaras de sus hijos. Conozcan sus contraseñas y nombre de entrada a las páginas que visitan.

por Consejeros de Escuelas Preparatorias de BVSD

Qué enseñar

- Una vez enviado el mensaje, ya no puede ser recuperado. Si su instinto les dice que no digan o hagan algo, presten atención. Ustedes no pueden controlar quién en definitiva va a leer su secreto, ver su foto o leer sus invectivas escritas.
- Eduquen a sus hijos sobre qué información debe ser privada como por ejemplo la información económica, los números de seguro social, la dirección de su casa, los números de teléfono, su edad y los datos personales de sus amigos y familiares.
- Infórmenles que se publica mucha información falsa.
- Recuérdenles que las salas de plática o "chat rooms" son usadas por desconocidos. El supuesto niño con el que están hablando podría ser cualquiera.
- Pidan que avisen a un adulto si reciben algo en línea que les resulta intimidante.
- Si no es aceptable en casa, entonces tampoco lo es en línea; no permitan la crueldad, hacer trampa en las tareas ni la pornografía.

Conozcan a los amigos electrónicos de sus hijos de la misma forma que conocen a sus "amigos de verdad". Para su hijo, no hay distinción.

por Sage Barber-Smith, M.A., NCC
Consejero de la Escuela Intermedia Manhattan

Básicamente ser padres en la era de la cibernética requiere el mismo sentido común que la vida siempre ha exigido de los padres:

- Enseñen a sus hijos los tipos de conducta que son aceptables
- Refuercen la conducta positiva y las buenas decisiones
- Sean un buen ejemplo para los niños.

por Elizabeth Matthews, LPC
Boulder Psychological Services
www.ThumbsUp.us

Hablen pronto con su familia. Algunas precauciones activas pueden prevenir los arrepentimientos reactivos.

Para saber más asistan a uno o a ambos paneles de discusión gratis en Meadows Branch Library en Boulder que empiezan a las 7:00pm:

1/11/10: Tiempo de Pantalla: TV, Videojuegos y Computadoras. Cómo le Afectan a su Hijo

1/25/10: Los Impactos del Teléfono Celular y de los Mensajes de Texto

>> Calendario de Clases y Eventos

ENERO 2010

Cultivando Mentes Despiertas

Parte de una serie de Paneles de Ideas de BVSD: *Apoyando a nuestros Estudiantes No Tradicionales*

Jueves, Enero 7, 6:00-8:00 p.m. en el Centro de Educación de BVSD, 6500 East Arapahoe Road
Panelistas: Dr. Zack Alme, D.C., Wellness Coach; Joanne Neiman, M.A., L.P.C., Psicoterapia – Brainspotting; Judy Converse, MPH, LD, RD, autora de Special Needs Kids Eat Right; y Linda Cain, MSED, Consultora Educativa y Terapéutica. Para más información pónganse en contacto con Anna Stewart, Enlace con los Padres, Centro de Apoyo para Padres de BVSD: 720-561-5918 o escriban a: anna.stewart@bvsd.org

Feria de las Profesiones de la Sanidad

Abierto a todos los estudiantes de preparatoria del distrito para explorar las carreras en el campo de la sanidad

Viernes, Enero 8, 10:00 a.m.-1:30 p.m. en la Escuela Preparatoria Monarch, 329 Campus Drive, Louisville.

Representantes de varias instituciones postsecundarias y de instalaciones sanitarias estarán disponibles para responder preguntas y ofrecer información sobre profesiones en este campo. Habrá un ponente de la oficina del juez de instrucción del Condado de Larimer y se presentará el nuevo currículo de salud de BVSD. Los asistentes pueden obtener transporte de ida y vuelta al evento, comida gratis y una amplia variedad de premios (¡incluyendo un laptop!). Para más información pónganse en contacto con Louise a louise.burger@bvsd.org o con Patti a pas843@comcast.net.

Temas de Educación: Forum de Liderazgo Empresarial 2010

Presentado por Impacto en la Educación y por la Cámara de Comercio de Boulder

Lunes, Enero 11, 7:00-9:00 a.m. en Glenn Miller Ballroom, CU-Boulder
La educación es la clave del éxito económico de nuestra nación, tanto dentro como fuera de ella. El anterior Superintendente del Distrito de Escuelas Públicas de Denver Michael Bennet y actual senador de U.S., está ahora redactando una política de educación para la nación. Vengan a escuchar su perspectiva sobre por qué es crítica la reforma educativa para nuestro futuro económico. La entrada cuesta \$25 e incluye el desayuno. Para su compra visiten la página www.boulderchamber.com y pulsen en "Register for Chamber Events."

Los Caminos para el Éxito de los Padres: La Pantalla: TV, videojuegos y computadoras. Cómo afectan a su hijo

Panelistas: Dan Fox, LPC; Linda Cain, MSED, Dr. Jan Hittelman

Lunes, 11 de enero, 7:00-8:30 p.m., Meadows Branch Library, Boulder
Participen en una discusión sobre los efectos de la pantalla en nuestros niños y adolescentes. Aprendan a evaluar si su hijo está pasando demasiado tiempo enchufado. Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com

novedades de
**PORQUE AMO
A MI HIJO**
BOLETIN PARA
Padres de BVSD
Publicado por BVSD
Escrito por expertos y
por padres de la comunidad
de Boulder

PORQUE AMO A MI HIJO

Junta Editorial

Editores Adjuntos

>> Leisha

Connors Bauer
Boulder Healthy
Youth Alliance

>> Dr. Jan Hittelman

Boulder Psychological
Services

Director de Publicación

>> Marsha Moritz Co-Founder of PEN

Editor

>> Maela Moore Comunicaciones de BVSD

Contribuidores

>> Paula Nelson PEN Chair

>> Briggs Gamblin Comunicaciones de BVSD

>> Sennen Knauer BVSD Counseling

>> Kathy McMenamin PEN Representative

¡Búsquennos en la web!
www.bvsd.org

>>Calendario de Clases y Eventos

ENERO 2010

Reunión de Apoyo para Padres de ADHD (BVSD)

Lunes, 11 de enero, 6:00-8:00 p.m., Escuela Primaria Fireside, 845 Dahlia Street, Louisville.

Llaman al Enlace con los Padres Anna Stewart para más información: 720-561-5918 or anna.stewart@BVSD.org

PEN Presenta* - Padres de Alto Rendimiento

Miércoles, Enero 13, 6:30-8:30 p.m.,

Auditorio de la Escuela Intermedia Louisville, 1341 Main Street, Louisville. Por demanda popular volvemos a ofrecer esta dinámica presentación del director de LMS, Adam Fels, y del Consejero David Auday en la que ofrecerán estrategias prácticas para educar a sus hijos como establecer límites, mantener conversaciones difíciles y mejorar la relación con su adolescente. Para más información pónganse en contacto con Nadine Grieshaber a noboc@msn.com o con Sara Michaelis a akelly8@gmail.com.

Taller para padres “Del Caos a la Conexión”

¿Está usted buscando una conexión más profunda con su adolescente? ¿Desea usted una familia que esté llena de amor y gozo más bien que el caos y las heridas?

Este taller le llevará del caos a la conexión y le brindará prácticas de apoyo que pueden ser fácilmente aprendidas y aplicadas durante el año nuevo y más allá. Estas prácticas y pasos a seguir pueden brindarle mejores y más efectivas maneras de afrontar conductas y temas difíciles con su hijo.

Panelistas: Ronna Evans, LCSW y Leslie Potter

Sábado 23 de enero, 10:00 a.m.-5:00 p.m., Eastern Sun Academy, 6717 S. Boulder Rd., Boulder

Llame al 866-645-1781 or escriba a jramey@vivenow.com para hacer una reservación. Este evento es gratuito.

Caminos para el Éxito de los Padres: Los Impactos de los Teléfonos Celulares y de los Mensajes de Texto

Descubran los impactos positivos y negativos de usar el teléfono celular, los motivos de preocupación y cómo intervenir cuando es necesario. Panelistas: Marcela Ot'alara G., LPC, Ann Kloos, LCSW, Michelle Kaye, LPC

Lunes, Enero 25, 7:00-8:30 p.m., Meadows Branch Library, Boulder.

Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com

Feria de Apoyo de Conducta positiva en BVSD

Lunes 25 de enero, 4:00-6:00 p.m., en el salón Black Diamond Room, Centro de Educación de BVSD, 6500 East Arapahoe. ¿Sabe qué es PBS? Venga a la primera Feria Anual de PBS (siglas en Inglés para Apoyo de Conducta Positiva) y vea lo que está sucediendo en el distrito escolar. Las escuelas primarias, intermedias y preparatorias estarán exhibiendo y compartiendo sus sistemas de PBS. Ya sea que su escuela esté pensando en incluir PBS o en su implementación de lleno, venga y vea algunas de las cosas creativas que otros están haciendo y como “se ve” PBS en el distrito. Para más información, contacte a Kelly Miller, LCSW, Coordinadora de PBS para el Distrito Escolar del Valle de Boulder: 303-870-7398 o escriba a kelly.miller@bvsd.org.

Noche de Agradecimiento a los Mentores de CAM

Martes, Enero 26, 6:30-8:30 p.m., en Nissi's Bistro, 2675 North Park Drive, Lafayette. Enero es el Mes Nacional de los Mentores y BVSD está celebrando el creciente éxito de su programa Community Access Mentoring (CAM) con una gran reunión gratis y abierta a todo el mundo. Se rendirá honor a los mentores del programa y actuarán varios estudiantes de BVSD – Bailarines de hip hop Streetside Studios y la Banda de Música Doghouse de CAM “Things That Go Boom.” Les invitamos a que nos acompañen en lo que promete ser una noche divertida y llena de inspiración. Se servirán aperitivos y los asistentes podrán comprar la cena.

Community Access Mentoring (también conocido como “Cool Afterschool Moves”) es un programa financiado por becas que guía, transmite poder e inspira a los jóvenes poniendo a su disposición mentores dentro de la escuela y conectándoles con programas extraescolares. En la actualidad CAM trabaja con estudiantes de ocho escuelas intermedias de BVSD y quiere trabajar con más pero necesita más mentores. Para saber más sobre CAM, visiten la página www.bvsd.org/mentor o llamen a la Coordinadora del Programa la Dra. Patti Ashley al 720-203-6844 o a patti.ashley@bvsd.org.

>>Calendario de Clases y Eventos

ENERO 2010

Mejorando la Comunicación, la Responsabilidad y el Respeto a Través de la Disciplina Positiva

Ponente: Dr. Jan Hittleman

Miércoles, Enero 27, rato social 6:30 -7:00 p.m., charla 7:00-8:30 p.m., en Eldorado K-8, 3351 S. Indiana St., Superior: Llamen a Sheryl Schwabe al 303-520-6803 o por email a sschwabe@comcast.net para más información y para confirmar su asistencia.

PEN Presentas*

HOPE - No Estás Solo

Jueves, Enero 28, 6:30-8:30 p.m., en la Escuela Preparatoria Monarch, 329 Campus Drive, Louisville
Esta reunión interactiva de jóvenes y adultos ofrece educación y concienciación sobre las señales de aviso de la depresión y del suicidio. Las historias personales de HOPE con ponentes jóvenes y adultos nos anima a ser voces de fuerza en nuestra comunidad. ¡No estás solo! Unámonos para eliminar el estigma en torno a la depresión para que las personas vean la búsqueda de ayuda como una señal de fortaleza y el suicidio deje de ser una opción. Patrocinado por HOPE coalition, PEN, Colie's Closet, y Second Wind Fund of Boulder. Contacto: Betsy Fox foxbetsy123@msn.com, 720-563-7007.

FEBRERO 2010

Caminos para el Éxito de los Padres: Imagen del Cuerpo y Problemas de Alimentación

Panelistas: Lauri Benblatt, LPC, Marcela Ot'alora G., LPC, Jeffrey Kuhn, LCSW

Lunes, Feb. 1, 7:00-8:30 p.m., Meadows Branch Library, Boulder

Entiendan mejor cómo y por qué se desarrollan los trastornos alimenticios y conozcan estrategias de tratamientos efectivos para estos problemas que ponen en peligro la vida.

Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com.

Caminos para el Éxito de los Padres: La Mutilación y Otras Conductas Autodestructivas

Panelistas: Lauri Benblatt, LPC, Jeffrey Kuhn, LCSW, Susan Denison, LPC

Lunes, Feb. 8, 7:00-8:30 p.m., Meadows Branch Library, Boulder

Loa conducta autodestructiva es difícil de entender. Conozcan mejor las señales de aviso y las razones detrás de este tipo de conducta. Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com.

Reunión de Apoyo para Padres de ADHD (BVSD)

Lunes, 8 de febrero, 6:00-8:00 p.m., Escuela Primaria Fireside, 845 Dahlia Street, Louisville.

Llamen al Enlace con los Padres Anna Stewart para más información: 720-561-5918 or anna.stewart@BVSD.org.

**Todos los eventos de PEN ofrecen servicio de guardería para niños mayores de 5 años y traducción al español con previa petición. Necesario confirmar asistencia: Para el servicio de guardería pónganse en contacto con Kathleen Sepeda, kathleen.Sepeda@aol.com, 303-506-8929. Para servicio de traducción pónganse en contacto con Eugenia Brady, eugenia.brady@bvsd.org, 720-561-5150.*

>> Más información sobre la tecnología y los jóvenes está disponible en las siguientes fuentes:

Manual Thrive (publicado por BVSD en 2008) – Disponible en línea en www.bvsd.org/parents/Pages/thrive.aspx – Vea las páginas 61-62.

NET CETERA: hablando con los jóvenes sobre entrar en línea

www.onguardonline.gov

Esta nueva publicación de OnGuard Online de 54 páginas, da a los adultos sugerencias prácticas para ayudar a los jóvenes a navegar en línea. Esta publicación está disponible en este sitio electrónico. OnGuard Online es un recurso que brinda la Comisión Federal de Comercio y es posible por asociaciones múltiples en el gobierno federal y la industria tecnológica.