

# Novedades de Desarrollo Completo



Mejorar Inspirar  
Informar niños sanos son estudiantes más listos

Volumen 3 | Edición 5

FEBRERO 2011

## dentro de DESARROLLO COMPLETO

### 2 Adolescentes sin hogar

¿Qué es McKinney-Vento y a quiénes se designa como personas bajo el Acta McKinney-Vento?

### 3 Padres de hoy con el Dr. J

¿Tiene su estudiante una maestra o maestro favorito?

### 4 Programas para antes y después de la escuela ofrecidos por BVSD y YMCA

### 5 Calendario de Clases y Evento

### 6 Encuentre oportunidades para servir como voluntario para estudiantes en la Guía de Conexión del Condado de Boulder

## >> Normas de Bienestar adoptadas por BVSD

En su reunión del 11 de enero, la Junta de Educación del Distrito escolar de Boulder, adoptó las siguientes normas de bienestar:

### **NORMA DE BIENESTAR: NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA** (Norma ADF)

Parte de la misión educativa del distrito escolar del Valle de Boulder (BVSD) incluye aumentar la salud y el bienestar de la comunidad entera, al enseñar a los estudiantes a establecer y mantener de por vida hábitos alimenticios saludables así como de actividades físicas. La misión debe de lograrse a través de la educación sobre nutrición, clases experimentales de aprendizaje sobre cocina y cuidado de huertas mediante la colaboración comunitaria, los alimentos servidos en las escuelas, el contenido académico en las clases y la actividad física regular, como parte del ambiente de aprendizaje total.

#### **Declaración de la meta para la nutrición:**

La primer meta del componente de nutrición del distrito escolar del valle de Boulder, es asegurar el bienestar de cada estudiante que asiste al distrito escolar y de brindar guía a personal escolar en las áreas de nutrición y salud. Para lograr esto, los Servicios de Nutrición y la Junta de Educación certifica lo siguiente, según han sido guiados por el Consejo de Bienestar del distrito:

1. Ningún estudiante que asiste a las escuelas de BVSD sufrirá hambre mientras está en la escuela.
2. El valor nutritivo de la comida servida en BVSD y en los programas después de la escuela mejorarán significativamente de acuerdo con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) y las Guías dietéticas del estado, y seguirán las guías de Instituto de Medicina (IOM) cuando sea posible, al brindar alimentos nutritivos, frescos, sabrosos y cuando sea posible, producidos localmente, que reflejen la diversidad cultural del distrito escolar de Boulder.
3. Un desayuno y un almuerzo fresco, saludable y nutritivo estará disponible a cada estudiante en cada escuela para que los estudiantes estén preparados para aprender en su potencial total.
4. El distrito también se asegurará de que cada estudiante en los programas después de la escuela tenga acceso a un bocadillo saludable después de la escuela.

#### **Declaración de la meta para la actividad física**

La primer meta del componente de actividad física del distrito escolar del Valle de Boulder, es brindar oportunidades para que cada estudiante en los grados K-12 desarrolle el conocimiento, las actitudes, las conductas y las habilidades para poder participar regularmente en actividad física, disfrutar de los beneficios de largo plazo de un estilo de vida activo y saludable y para reducir el riesgo de desarrollar obesidad y enfermedades crónicas tales como la diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares.

**...justo a tiempo para esta edición de Actualidades del Desarrollo Completo, el cual coincide con "salud física y bienestar."**

## >> Adolescentes sin hogar

Nicole era una bella y vivaracha estudiante de preparatoria. Era miembro del equipo de simulacro, era popular y estaba saliendo con un jugador de fútbol. Suena como una adolescente típica...¿verdad? El gran secreto que Nicole escondía era que no tenía hogar. ¿Es esta la imagen que viene a su mente cuando usted piensa en alguien sin hogar? La cantidad de jóvenes menores de 18 años sin hogar, está aumentando dramáticamente. De hecho, los estudios recientes han encontrado que uno de cada cinco jóvenes huirá de su casa antes de cumplir los 18 años de edad.

Un joven sin hogar se define como un adolescente con vivienda inestable, por ejemplo, un joven que se queda en un lugar que no es su hogar por lo menos por una noche porque no podía quedarse en casa, huyó de casa, no tenía casa o se quedó en un refugio, al aire libre, en una casa ilegalmente, en un carro o en un vehículo de transporte público, bajo un puente o con un extraño. Esta definición incluye aquellos que “navegan sofás” (“couch surfing”) lo cual significa que van de la casa de un amigo a otro.

Cerca del 45% de los jóvenes sin hogar asisten a la escuela. Muchas de las razones por las que los jóvenes se van de su casa incluyen: se les dijo que se fueran, abuso/negligencia, conflictos familiares, razones económicas, abuso de sustancias y orientación sexual.

¿Cómo puede ayudar usted? Si su hijo o hija tiene un amigo que necesita un lugar para quedarse debido a problemas en el hogar, un amigo que vive en la calle, o si un joven le confía que no tiene hogar, aquí hay algunas sugerencias de ayuda:

- No lo ignore – obtenga ayuda de su iglesia, su escuela o el refugio local.
- Si usted es padre o madre y su adolescente le pide que su amigo se quede en su casa, ayude al joven pero no permita que los problemas en la familia o con este joven, continúen. Pida que él o ella contacte a sus padres, para informarles en donde está y luego brinde a la familia información de acceso a profesionales que puedan ayudar.
- Refiera al joven a que hable con un consejero escolar o la persona designada para enlace de McKinney-Vento.
- Si su hijo(a) ha huido de casa, haga un reporte sobre las personas perdidas. No esconda los problemas- consiga ayuda.
- Refiera a los jóvenes a programas como Attention Homes Runaway programas para los jóvenes sin hogar. Attention Homes brinda refugio de emergencia y servicios de llegada imprevista así como alcance a los jóvenes que viven en las calles. Los jóvenes que llegan a los refugios de emergencia tienen la oportunidad de tener una vivienda segura mientras que tienen acceso a los recursos para asistir a la familia en tratar con los problemas y buscar opciones de vivienda de largo plazo.

El ayudar a terminar con jóvenes sin hogar comienza con cada uno de nosotros. Haga su parte- realmente toma una villa.

by Amy Jenkins LCSW  
Directora Ejecutiva del Programa  
Attention Homes

## >> ¿Qué es McKinney-Vento y a quiénes se designa como personas bajo el Acta McKinney-Vento?

La ley McKinney-Vento, es una ley federal de educación, cuya intención es remover todas las barreras de inscripción, asistencia escolar y éxito académico para los niños y jóvenes que se enfrentan con un hogar inestable o vivienda inadecuada.

La ley requiere que los distritos escolares identifiquen a las familias y a los estudiantes en estas situaciones mediante una persona que sirva como enlace McKinney-Vento. El distrito escolar de Boulder tiene dos personas de enlace a nivel del distrito, Catalina Mendez y Wendy Gaylord, y una persona designada en el personal escolar escogida por el director en cada escuela. Este año, BVSD ha apoyado a cerca de 800 estudiantes y a sus familias bajo esta ley al proveer inscripción inmediata (aún si se carece de una dirección o de documentos), comidas escolares, estabilidad escolar, transporte, referencias para servicios que se necesiten, materiales escolares y exoneración de pago de servicios, mientras que se asegura completa confidencialidad.

Cada situación bajo McKinney-Vento es diferente: abuelos que se encuentran súbitamente criando nietos, familias que pierden su hogar a causa de un incendio, una madre que pierde su trabajo y va a vivir con una amiga o una vivaz estudiante de preparatoria como Nicole, que puede estar durmiendo en el sillón en casa de alguien.

by Wendy Gaylord and Catalina Mendez  
BVSD McKinney-Vento Liaisons

wendy.gaylord@bvsd.org / 720-561-5932  
catalina.mendez@bvsd.org / 720-561-5925

# >> Padres de hoy con el Dr. J El ejercicio y el bienestar emocional

El motivo primordial para hacer ejercicio ha sido siempre el mantener la buena salud física. Existe un número de estudios, sin embargo, que indican que el ejercicio también puede mejorar nuestra salud mental. Mientras que todavía no comprendemos completamente esta conexión de la mente y el cuerpo, hay indicaciones de que el ejercicio puede ayudar a reducir una amplia gama de dificultades emocionales y de conducta. Estas incluyen: depresión, ansiedad, baja autoestima, aislamiento social, la actitud negativa y tensión. Mientras que los beneficios físicos como la pérdida de peso requieren de un régimen continuo de ejercicio, ¡mucha gente reporta los beneficios emocionales después de haber hecho ejercicio solamente por 20 minutos! Además, no se necesita que el ejercicio mismo sea extenuante. Puede ser tan fácil como el ir a caminar. El truco es hacerlo la prioridad de su día. Si en la actualidad, usted no hace mucho ejercicio, trate por lo menos de hacerlo una vez a la semana para comenzar.

Nuestra comunidad ofrece muchas oportunidades para hacer ejercicio saludable: centros de recreación de la ciudad, centros YMCA, senderos para caminar y para bicicletas, gimnasios para escalar, parques de patinaje, ¡hasta la acera fuera de su casa!

El ejercicio puede ser también una gran actividad familiar. Al caminar, montar en bicicleta, nadar o caminar por el bosque con sus hijos, usted estará creando una oportunidad para la interacción familiar positiva al igual que estará modelando un estilo de vida saludable, el cual esperamos que los niños incorporen en su rutina regular. Considere el decirle a su hijo(a) que usted quiere hacer más cosas divertidas juntos y ofrezca algunas opciones de actividades físicas. Deje que él o ella escoja una actividad inicial y asegúrese de dar seguimiento tan pronto como sea posible. Trabaje con la meta de incorporar el ejercicio en la rutina familiar varias veces a la semana.

Así es que, después de que usted termine de leer las Novedades del Desarrollo Completo de este mes, ¡salga de su casa y haga algo divertido! Su mente y cuerpo le agradecerán que lo haya hecho.

*El Dr. Jan Hittelman, es un psicólogo licenciado, Director de Boulder Psychological Services y Fundador de Boulder Counseling Cooperative. Pueden enviar sus preguntas o comentarios sobre esta columna mensual por e-mail a: [jan.hittelman@gmail.com](mailto:jan.hittelman@gmail.com), o por teléfono al: 720-217-3270.*

## ¿Tiene su estudiante una maestra o maestro favorito??

Ahora mismo, se están aceptando las nominaciones para el concurso "Mi maestro favorito", en la Librería Barnes & Noble. Los estudiantes pueden nominar a su maestra(o) escribiendo ensayos, poemas o cartas de agradecimiento que describan cómo su maestra(o) ha influenciado su vida y porqué él o ella aprecia y admira a su maestra(o). Las escuelas participantes recogerán los ensayos y los enviarán a la Librería Barnes & Noble de Boulder para consideración. Los estudiantes también pueden enviar su propio ensayo o poema directamente a Jeff Oliver en Barnes & Noble, 2999 Pearl St., Boulder, CO 80301. Los artículos serán juzgados según la evidente naturaleza de las cualidades de su maestra(o), la sinceridad del aprecio del estudiante, la calidad de expresión y la escritura. Todos los artículos deberán de estar acompañados por una forma de registro firmada por los padres del estudiante.

Los maestros desde Kindergarten hasta el grado 12 son elegibles para la nominación. Los premios incluyen dinero en efectivo para los maestros y las escuelas, libros de NOOK™ eBook Readers y mucho más. El concierto se dividirá en ganadores locales y regionales, de los cuales se escogerá el maestro o maestra del año de Barnes & Noble. Visite [www.bn.com/myfavoriteteacher](http://www.bn.com/myfavoriteteacher) para los detalles del concierto y las formas de registro. La fecha límite para recibir nominaciones es el 18 de marzo, 2011.

# >> Programa de Cuidado de niños de edad escolar de BVSD

El programa de Cuidado de niños de edad escolar de BVSD (SAC), brinda cuidado de alta calidad para estudiantes de kindergarten hasta quinto grado, antes y después de la escuela. Estamos comprometidos a brindar a las familias la paz mental que viene de saber que sus niños están bien cuidados. Nuestra meta es brindar un ambiente seguro, culturalmente sensitivo y respetuoso en donde los niños puedan experimentar una mezcla de oportunidades educativas y recreativas. Estamos aquí para ampliar el crecimiento de cada estudiante que aprenderá durante toda su vida.

Esta es una lista corta de lo que ofrecemos:

- \* Actividades recreativas
- \* Ayuda con la tarea
- \* Personal profesional y bien entrenado
- \* juegos en grupo
- \* Bocadillos saludables
- \* Artes y manualidades
- \* Actividades deportivas
- \* ¡y mucho más!

El programa tiene certificación completa del Departamento de Servicios Humanos de Colorado y provee servicios de atención en grupos pequeños por cada adulto. Todos los miembros del personal son profesionales hábiles entrenados, dedicados a brindar un programa de alta calidad para los niños. Se requiere que ellos tengan una combinación de entrenamiento profesional que los capacite para llenar las necesidades del desarrollo de los niños. Nuestro personal brinda un programa divertido y seguro con respeto e interés personal para los niños y sus familias.

La inscripción se puede hacer en línea en <http://bvsd.org/sac/Pages/Registration.aspx>. usted puede descargar las formas del sitio electrónico o usted puede enviarlas por correo electrónico a [linda.miron@bvsd.org](mailto:linda.miron@bvsd.org) para que se le envíen por correo o por fax. El cupo se llena rápidamente así que ¡regístrese temprano! También hay becas disponibles para las familias que necesiten ayuda financiera.

#### **Sitios disponibles en las siguientes escuelas:**

Aspen Creek K8, Birch, Coal Creek, Community Montessori, Douglass, Eldorado K8, Emerald, Fireside, Heatherwood, Lafayette, Monarch K8, Pioneer, Ryan y Sanchez.

**Para más información sobre el programa de Cuidado de Niños en edad escolar de BVSD, por favor visite [www.bvsd.org/sac](http://www.bvsd.org/sac) o llame al 720-561-3770.**

# >> El Centro YMCA ofrece programas para antes y después de la escuela

El Centro YMCA del Valle de Boulder ha estado brindando programas de calidad para después de la escuela para las familias desde el kindergarten hasta quinto grado desde 1975. Con énfasis en afecto, honestidad, respeto y responsabilidad, nuestros programas de cuidado de niños son impulsados por los valores y el compromiso de brindar un ambiente seguro, de apoyo y de diversión para los niños. Los niños no dejan de aprender cuando suena la campana de salida de la escuela, sencillamente cambian de "maestros".

Se brinda buen cuidado de los niños y ellos tienen la oportunidad de:

- Ser creativos con actividades de ARTE diarias
- Tener una aventura de EXCURSIONES
- Registrarse para clases de NATACIÓN
- Hacer descubrimientos en nuestro centro de CIENCIAS
- Jugar tradicionales JUEGOS DE MESA
- Disfrutar de equipos de deportes y JUEGOS ACTIVOS
- Tener tiempo para ESTUDIAR

Todos los miembros del personal se reúnen y a menudo exceden las calificaciones establecidas por el estado de Colorado y el Centro YMCA Nacional. Planeamos para un promedio de 1 adulto por cada 12 niños, en lugar del establecido por el estado de Colorado, el cual es de 1 adulto por cada 15 niños- otra manera de que aseguramos un lugar positivo y educativo para su hijo(a). Además, esto permite al personal enfocarse en el desarrollo positivo de los bienes fundamentales para la juventud.

Cuando las escuelas están en sesión, los materiales de registro están disponibles a través del director del programa en cada escuela. Cuando la escuela no está en sesión o para cualquier otra pregunta, por favor llame al Asistente Administrativo del Programa al 303-443-4474 extensión 2001 para información general. Cuando la familia enfrenta problemas financieros y no puede pagar nuestras cuotas por completo, el Centro YMCA hará los esfuerzos necesarios para brindar ayuda.

#### **Programas disponibles en las escuelas:**

BCSIS, Bear Creek, Columbine, Creekside, Crest View, Eisenhower, Flatirons, Foothill, High Peaks, Louisville, Mesa, Superior, University Hill, y Whittier International.

**Para más información sobre el programa de Cuidado de Niños para antes y después de la escuela del YMCA, por favor envíe un correo electrónico a [afterschool@ymcabv.org](mailto:afterschool@ymcabv.org) o llame al 303-443-4474 x2001.**

## >> Calendario de Clases y Eventos

### FEBRERO 2011

#### Lunes 7 de febrero

#### Conferencia de Liderazgo de Jóvenes Asiático-americanos

El departamento de Lenguaje, Cultura y Equidad del distrito escolar de Boulder; patrocina cinco conferencias de Liderazgo de Jóvenes cada año, las cuales brindan a los estudiantes oportunidades para aprender habilidades de liderazgo, ganar orgullo y trabajar con otros estudiantes que comparten su herencia, su cultura, su historia y sus experiencias. El siguiente es el calendario para las Conferencias de Liderazgo de Jóvenes este año:

14 de enero – Indios Americanos (Coordinadora: Patrita "Ime" Salazar)

24 de enero – Latinos (Coordinador: Bill de la Cruz)

1 de febrero – Escuelas Seguras (Coordinadora: Cynthia Hildner)

#### 7 de febrero – Asiático-Americanos (Coordinadora: Karen Shimamoto)

17 de febrero – Afroamericanos (Coordinadora: Debra Frazier)

Para más información, por favor comuníquese con el Departamento de Lenguaje, Cultura y Equidad de BVSD, al 720-561-5073.

#### Lunes 7 de febrero, 6:30 p.m.

#### El juego de la admisión

#### Una presentación interactiva del proceso de admisión universitario (para estudiantes Y padres)

Presentado a Peter Van Buskirk -- autor, motivador y antiguo decano de admisión Preparatoria Broomfield. #1 Eagle Way, Broomfield

¡Aprenda que sucederá a su aplicación tras las puertas cerradas!

- Sea miembro de un comité de admisiones
- Revise las credenciales de cuatro candidatos
- Hable sobre sus fortalezas y debilidades
- Vote para determinar quien ingresa

Esta presentación es patrocinada por los consejeros del distrito escolar de Boulder. [www.bvsd.org/counseling](http://www.bvsd.org/counseling)

#### Lunes 7 de febrero, 7:00-8:30 p.m.

#### Caminos para educar a los hijos con éxito:

#### Evento HOPE: navegando con éxito la depresión y el suicidio

La Coalición HOPE presenta "Levantando el velo: un viaje de esperanza y poder"

Centro de Educación - 6500 E Arapahoe, Boulder

¡En vivo desde la Sala de la Junta Directiva de BVSD!

Únase a los expertos locales para discutir temas importantes sobre la crianza de los hijos y conteste sus preguntas en vivo, durante la transmisión. Únase a la audiencia en vivo en la sala de la Junta Directiva de BVSD, véalo por canal 22 de Comcast, o por su computadora en

<http://bvsd.org/BV22/Pages/PathwaystoParentingSeries.aspx>

### novedades de DESARROLLO COMPLETO

### 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

#### Editor

#### >> Maela Moore

Comunicaciones  
de BVSD

#### Contribuidores

#### >> Paula Nelson

PEN Chair

#### >> Briggs Gamblin

Comunicaciones  
de BVSD

#### >> Sennen Knauer

BVSD Counseling

¡Búsquennos en la web!  
[www.bvsd.org](http://www.bvsd.org)



# >>Calendario de Clases y Eventos

**Jueves 10 de febrero, 6:00-8:00 p.m.**

**Distrito escolar de Boulder (BVSD) y el Centro para la Vida Comunitaria (ACL) Presentan – En el camino: Transición a la vida adulta (para estudiantes con discapacidades)**  
**El tema de este mes es “Vida independiente”**

Centro de Educación, 6500 East Arapahoe, Boulder

¿Estás preparado para iniciar el camino a la edad adulta? ¿Sabes qué necesitas traer? ¿Sabes a dónde quieres ir? Estos talleres mensuales durante el año, le ayudarán a contestar estas preguntas para su niño o adolescente y le daremos las herramientas, la información y las estrategias para pensar y planear un futuro significativo que incluya trabajo, relaciones y vida independiente. Para más información, comuníquese con Anna Stewart al 720-561-5918.

**Miércoles 16 de febrero, 7:00 p.m.**

**Stuart Omdal, PhD—Mitos comunes en la educación de los estudiantes dotados**

Louisville Middle School, 1341 Main Street, Louisville

Tal vez usted ha escuchado estos mitos: “todos los niños son dotados.” “Los estudiantes dotados no necesitan ayuda, hacen bien por cuenta propia.” “Ese estudiante no puede ser dotado, está sacando malas calificaciones”. “Los programas de educación para estudiantes dotados son elitistas”. Ya sea que usted sea un padre o madre de un estudiante dotado, o que usted esté enseñando estudiantes dotados, usted se beneficiará de escuchar al Dr. Omdal hablar sobre estos y otros mitos sobre el ser dotado. Padres, maestros, administradores, consejeros, si ustedes desean saber más sobre los estudiantes dotados, lo que son y lo que no son, entonces ¡esto es para ustedes! Visite [www.bvgt.org](http://www.bvgt.org) para más información.

**Jueves 17 de febrero**

**Conferencia de Liderazgo de Jóvenes Afroamericanos**

Para más información, por favor comuníquese con el Departamento de Lenguaje, Cultura y Equidad de BVSD, al 720-561-5073.

**Jueves 25 de febrero, 6:00-7:15 p.m.**

**Noches de Universidad para padres de BVSD**

Escuela Bilingüe Pioneer, 101 Baseline Road, Lafayette

Patrocinado por la oficina de Éxito estudiantil del distrito escolar de Boulder, PEN, los consejeros del distrito y el departamento de Lenguaje, Cultura y Equidad de BVSD. Estas presentaciones son para padres con niños en escuela primaria, y dirigidas a familias de bajos recursos que tienen muy pocos o ningún familiar que haya asistido a la universidad. Presentada en colaboración con el programa estatal de ahorros, CollegenInvest, estas presentaciones darán a los padres información práctica y estratégica, dejándoles saber que hay verdadera esperanza de que su estudiante de primaria pueda asistir a la Universidad, especialmente si comienzan a ahorrar desde ahora. Los niños, hermanos menores y demás miembros de la familia son bienvenidos, se brindará servicio de guardería y bocadillos ligeros. Tendremos un sorteo de una beca de \$250 como inicio del plan de ahorros de parte de CollegenInvest. La presentación se hará tanto en Inglés como en Español.

**MARZO 2011**

**Lunes 7 de marzo, 7:00-8:30 p.m.**

**Secretos para la crianza efectiva de los hijos**

**Caminos para educar a los hijos con éxito: – ¡En vivo desde la Sala de la Junta Directiva de BVSD!**

Centro de Educación - 6500 E Arapahoe, Boulder

Únase a los expertos locales para discutir temas importantes sobre la crianza de los hijos y conteste sus preguntas en vivo, durante la transmisión. Únase a la audiencia en vivo en la sala de la Junta Directiva de BVSD, véalo por canal 22 de Comcast, o por su computadora en <http://bvds.org/BV22/Pages/PathwaystoParentingSeries.aspx>.

**¿Está buscando oportunidades para que su niño o adolescente sirva de voluntario?**

**La organización “Volunteer Connection of Boulder County” (Conexión de voluntarios del Condado de Boulder) ofrece una Guía de conexión** en [http://www.volunteerconnection.net/db/2011\\_youthguide.pdf](http://www.volunteerconnection.net/db/2011_youthguide.pdf) la cual está llena de trabajos voluntarios para niños y jóvenes de todas las edades. Los campos en los que los voluntarios pueden trabajar van desde trabajar con animales y mascotas, educación, el ambiente, la comunidad, la acción social y mucho más. Para más información contacte a Volunteer Connection al 303-444-4904 o visite su sitio electrónico en [www.volunteerconnection.net](http://www.volunteerconnection.net).