



# BOLETÍN DEL PROGRAMA DE RECURSOS FAMILIARES

*Escuela Primaria Columbine  
Enero 2007*

*... construyendo las fortalezas de la familia*

## SIETE RESOLUCIONES PARA EL 2007

¿Cuántas veces se ha prometido a si mismo que “en el año nuevo voy a” comer menos, hacer más ejercicio, pagar deudas, tener menos estrés, aprender un nuevo idioma?

Será que en realidad tenemos la intención de cumplir con nuestras resoluciones de año nuevo o será que las hacemos por costumbre?

¡Hagamos diferentes resoluciones este año que podamos cumplir y que traigan nuevas energías a la vida de nuestras familias!

Siete resoluciones sencillas que no cuestan nada y son fáciles de cumplir:

1. Tome más interés en la escuela de su(s) niño(s). Es importante que saque tiempo para asistir a la juntas del PTA y las conferencias de padres y maestros pero también son importantes los eventos sociales en la escuela (Noches de Familia, presentaciones musicales, etc.).
2. Bríndale a su(s) niño(s) lo necesario para que tenga éxito en la escuela. Póngale un lugar tranquilo (lejos de la tele y otras interrupciones) con buena luz y útiles adecuados para cumplir con sus tareas.
3. Cuide su salud. Asíguere de que todos incluyendo a Mami y a Papi tengan chequeos dentales, de la vista y médicos con frecuencia por lo menos una vez al año.
4. Jugar no es solo cosa de niños. Diviértanse afuera – salgan a caminar o a correr bici con toda la familia.
5. Mejore la dieta de toda la familia. Empiece con algo tan sencillo como comer un poco de fruta o ensalada fresca con cada comida.
6. En vez de enfocarse en las travesuras o malascrianzas de su(s) niño(s) sea positivo. Ésto le demostrará que portarse bien trae palabras dulces, un buen abrazo y/o un padre contento. Con tanta atención positiva su(s) niño(s) estarán locos por portarse bien.
7. Más que nada no olvide decirles “Te Amo” o “Te Quiero” cada día.

¡Aquí otra vez! Espero Que haya disfrutado las vacaciones y que el 2007 empieza de buenas

Los pasillos de la escuela han estado llenos de cuentos sobre la nieve, visitas con los abuelitos u otros parientes y sobre todo lo bien que pasamos los días libres.

Ahora a mediados de enero ya la rutina escolar está más normal y febrero está a la vuelta de la esquina. Para no variar no faltan cosas que hacer en la Columbine. Quiero avisarle de algunas cosas que tenemos pendientes...

Viernes 26 de enero

Nuestra Fiesta Anual  
6 PM – 8 PM, Comida Compartida

Lunes 29 de enero

Comienzan las clases después de escuela ofrecidas por FRS

Lunes 5 de febrero

Chequeo Dental ofrecido por FRS para 1<sup>ro</sup> y 3<sup>ro</sup>

Lunes 12 de febrero

Junta del PTA – 6:30 PM  
3<sup>er</sup> grado empieza las pruebas CSAP

Viernes 16 de febrero

Día de trabajo para maestros – No hay clases

Lunes 19 de febrero

Día de presidentes – No hay clases

¡No falten! Revise los cartapacios del viernes todas las semanas porque ya le vendrá más información sobre todo los eventos para el mes.

Y no olvide que FRS es para todos los estudiantes de la Columbine y sus familias. Por favor pase por mi oficina, mande nota con su(s) niño(s) o llame si desea más información o se le ofrece algo. -Wanda

**FRS Columbine**

Wanda Pelegrina Caldas – Coordinadora

303.441.4059

Bea Blum y Marilee Snyder – Terapeutas

303.443.0792