

FAMILY RESOURCE SCHOOLS NEWSLETTER

Columbine Elementary School

February 2008

... building family strengths



FRS AND PTA SPONSOR PARENT INVOLVEMENT OPPORTUNITIES

This month, FRS highlights parent involvement specifically what children need from their dads.

As you probably know, parent involvement in their child's education is one of the key elements for success. At Columbine, we understand that you may want to be involved, but it's not always that simple. Jobs, other children and daily schedules make it difficult for some parents to be active in their child's daily activities. So, we are constantly looking for simple ways to let you be involved in your child's education.

Our newest endeavor, TODOS: Together Our Differences Offer Solutions, a joint effort between Columbine PTA, and FRS provides opportunities for you not only to be active in school, but also meet other parents while participating in workshops, discussions and other events.

In February, we kick off TODOS with a 4-week nutrition workshop exploring what is in the foods we eat; refocusing on healthy eating and cooking habits. The last session, a cooking demonstration, presents how to eat healthy while saving time and money.

Also, in February, Columbine celebrates National Take Your Family to School Week. In addition to a parent coffee, PTA meeting and our Preschool Story Hour, each grade will offer several options when you can come in to the classroom and be active participants with your child. Attached is the February TODOS schedule. Please watch Friday folders for a more detailed Take Your Family to School schedule as well as upcoming TODOS events.

Oh, and don't forget to join us for our annual in class Valentine's Day festivities! This year, we are encouraging parents to bring healthy snacks to share with your child's classmates instead of the customary sugary snacks.

We look forward to seeing you this and every month!

Kids Need Their Dads Too

The key to children's safety is the quality and quantity of the relationship they have with their father. Young children need love, affection, and attention from their fathers. Although they may act like they do not need any attention or love, teenagers need their father's guidance and wisdom even more during this time in their lives.

Building a strong relationship does not happen overnight. It requires time, commitment, and sacrifice on the father's part.

- **A child needs a father's daily involvement**
This could include attending child's school activities, tending to chores around the house with the child, or just spending unstructured time together.
- **A child needs a father's acceptance**
This acceptance helps children believe that their father will love them no matter what.
- **A child needs a father's affection**
Loving words or an appropriate touch communicates volumes to a child.
- **Children need their fathers to be consistent**
Fathers must maintain a certain level of regularity in personal traits and in fathering techniques. Interaction with their children should not vary regardless of the circumstances.
- **A child need a father's availability**
A father who is there assures the child that he or she is important and helps keep the father connected to the child

Beating Stereotypes

The good news is that fathers are becoming more involved in their children's lives. Contrary to stereotypical beliefs about fathers and children, a New York Times-CBS poll conducted in 1989 found that nearly as many working men (72%) as working women (83%) felt conflict between their work and family responsibilities. Similarly, research indicates that men's family roles are just as important to them as their career roles and that fathers are reporting that involvement with their children and families is a source of personal satisfaction more frequently than in the past.

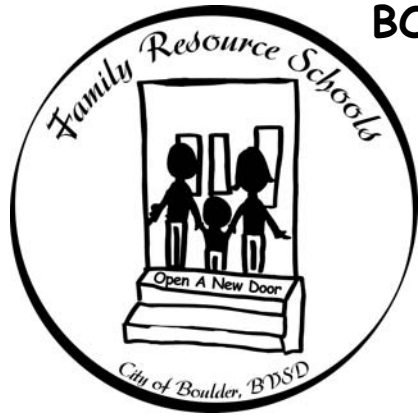
Clearly fathers' involvement is important to children's intellectual and emotional development. Be sure to celebrate fathers' contributions to children's lives.

Compiled from "What Kids Need from Their Dads," Parents.The AntiDrug website. <http://www.theantidrug.com/schoolOut/ /dads.asp?print=true>
Accessed June 17, 2005

Columbine FRS

Wanda Pelegrina Caldas – Coordinator
303.441.4059

Bea Blum and Marilee Snyder – Therapists
303.443.0792



BOLETIN DEL PROGRAMA DE RECURSOS FAMILIARES

Escuela Primaria Columbine

Febrero 2008

... construyendo las fortalezas de la familia

Los niños necesitan a sus padres también

La clave para la seguridad de su niño es la calidad y cantidad de la relación que mantienen con sus papás. Los pequeños necesitan amor, afecto y atención de sus padres al igual que de sus madres. Aunque los adolescentes actúen como que no les importa recibir el cariño o la atención de su padre en esa edad es cuando más importante es que reciban la sabiduría y los consejos que pueden darles sus padres.

Crear una fuerte relación no pasa de la noche a la mañana. Es necesario que papá se comprometa y haga sacrificio por pasar tiempo con su hijo/a.

FRS Y PTA AUSPICIAN OPORTUNIDADES PARA PADRES

Este mes el programa FRS se enfoca en la necesidad de los papás estar envueltos en la educación de sus hijos.

Quizás ya sabe que participar en la educación de su niño es uno de los elementos que crean estudiantes exitosos. En Columbine sabemos que quiere participar pero que entre el trabajo, los demás niños y sus horarios diarios no siempre es tan fácil llegar a las actividades y eventos escolares. Pues nosotros estamos pendientes de crear oportunidades sencillas en que usted puede involucrarse con sus niños.

Nuestro nuevo proyecto TODOS: Together Our Differences Offer Solutions (Nuestras diferencias ofrecen soluciones) es un esfuerzo entre el PTA y FRS. TODOS es un grupo para madres y padres que les da oportunidad de ser activo en la escuela y conocer a otros padres mientras participa en actividades y eventos escolares.

En febrero inauguramos TODOS con 4 semanas enfocadas en la buena nutrición. Ofrecemos presentaciones sobre lo bueno y lo malo en los alimentos que le damos a nuestras familias y hablaremos sobre cómo planear y cocinar comidas saludables sin gastar demasiado dinero. La última sesión incluye una demostración de cocina.

También en febrero celebramos la semana nacional de llevar a su familia a la escuela. Además de un café para padres, la hora de cuentos para niños y la junta del PTA cada grado ofrecerá opciones para que ustedes puedan venir a la escuela y participar en las actividades diarias de sus niños. Adjunto el horario de TODOS para febrero. Por favor esté pendiente a los cartapacios del viernes para más detalles sobre la semana de traer a su familia a la escuela además los próximos eventos del grupo TODOS.

Y no olvide que queda invitado a las fiestas de grados de San Valentín. Este año le pedimos a los padres que traigan meriendas saludables para compartir en los salones en vez de los dulces y meriendas azucaradas que acostumbramos comer en esta época.

¡Los esperamos este y todos los meses!

- **Un niño necesita la participación diaria de papa en su vida.** Algo tan simple como preguntarle a sus niños sobre su día, ayudarles con sus tareas y quehaceres del hogar o tan solo sacar un rato para jugar hace una gran diferencia.
- **Un niño necesita sentir la aceptación de su papá** Sentir que papá lo/la acepta por quien es le da a entender a su niño que papá lo quiere no importa lo que pase o haga.
- **Un niño necesita el cariño de su padre.** Un par de palabras cariñosas o un buen abrazo le demuestran a su niño lo mucho que lo quiere.
- **Un niño necesita que su padre sea consistente** Es importante que papá mantenga una relación consistente en cuanto a su trato con sus hijos. No decirle que no lo quiere por ser travieso o decirle que quiere más a sus otros niños porque ellos se portan mejor. Debe tratar a todos sus hijos por igual sin importancia de la situación o circunstancia.
- **Un niño necesita que su padre esté disponible** Un padre que está presente en la vida diaria de su niño le demuestra que su niño/a es importante y crea una buena conexión entre padre e hijo/a.

Venciendo lo estereotipos

Lo bueno es que los padres se están involucrando más en la vida de sus hijos. Al contrario de los estereotipos sobre los padres y sus niños, una encuesta del New York Times-CBS llevada a cabo en el 1989 encontró que el número de padres (72%) de familia que sienten conflicto entre el trabajo y sus responsabilidades familiares es casi igual al número de madres (83%) que sienten conflicto el trabajo y sus responsabilidades familiares. Además las investigaciones demuestran que la familia es igual de importante que el trabajo para los padres. También muchos padres reportaron que estar envueltos con sus familias y sus niños les da más satisfacción personal ahora que en años pasados.

Es claro que la participación de los padres es importante para el crecimiento intelectual y emocional de los niños. Es importante reconocer a los padres que son activos en la vida de sus niños.

Viene de "What Kids Need from Their Dads," Parents.The AntiDrug website. <http://www.theantidrug.com/schoolOut/dads.asp?print=true> Accessed June 17, 2005

Columbine FRS

Wanda Pelegrina Caldas – Coordinadora
303.441.4059

Bea Blum and Marilee Snyder – Terapeutas
303.443.0792

TODOS Together Our Differences Offer Solutions TODOS



PTA



Boulder Valley School District
Excellence and Equity

Distrito Escolar del Valle de Boulder
Excelencia y Equidad

COLUMBINE



Nutrición/ Nutrition

MIÉRCOLES en FEBRERO • 6 - 7:30 PM

WEDNESDAYS in FEBRUARY

PRESENTADORA

Tiene licencia para en nutrición y trabaja para la oficina de extensión.

La oficina de extensión se enfoca en el consumo de comidas nutritivas y en las prácticas sanas de la cocina. Le ayudamos a escoger alimentos saludables para usted y su familia.

»SARA WARD«

PRESENTER

Has a licence in nutrition and works for the CSU Extension Office.

The CSU Extension Office focuses on consumption of nutritious meals and wholesome kitchen practices. We'll help you choose healthy meals for you and your family.

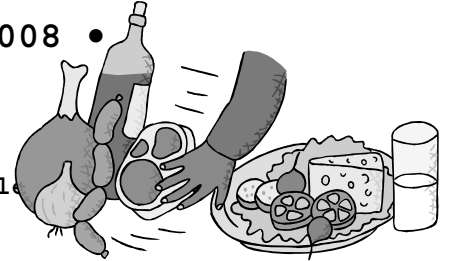
• 06 Febrero/ February 2008 •

Comida rapida. Lo bueno, lo malo, lo feo.

Fast Food. The Good, the Bad, the Ugly.

Favor de confirmar su asistencia/ Please RSVP by

04 Febrero/ February at 4:30 PM



• 13 February/ Febrero 2008 •

¿Qué hay dentro del paquete/ la lata?... Conozca lo que contiene su comida.

What's in that bag/can?...Find out what's in your food.

Favor de confirmar su asistencia/ Please RSVP by

11 Febrero/ February at 4:30 PM

• 20 February/ Febrero 2008 • **Everyone means everyone!**

Menu planning and cooking demo

Make life easier by planning your meals –you'll save time, money, and you can be sure to cook up balanced meals for the whole family.

Planificando el menú y demostración de cocina

Planea su comida para que su vida sea más facil -ahorrarás tiempo, dinero, y puedes estar seguro que usted provee comidas balanceadas a todo su familia.

Favor de confirmar su asistencia/ Please RSVP by

18 Febrero/ February at 4:30 PM

• 27 February/ Febrero 2008 •

Don't distort your portions. We'll show you how to choose the correct portions for a balanced healthy diet. **Nuestras diferencias ofrecen soluciones!**

No distorciona sus porciones. Le enseñamos a escoger la porciones correctas para una dieta balanceada y saludable.

Favor de confirmar su asistencia/ Please RSVP by

25 Febrero/ February at 4:30 PM

Presentaciones serán en español

- Simultaneous translation to English

Habrá cuidado de niños y cena liviana en todas las presentaciones •

Childcare and light dinner provided at all presentations •

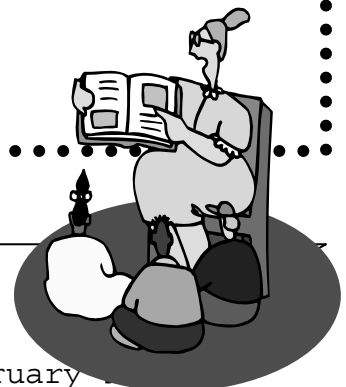
5:45 PM

Favor de confirmar su asistencia/

11 - 15 Febrero/ February 2008

Semana de traer a su familia a la escuela

Take Your Family To School Week



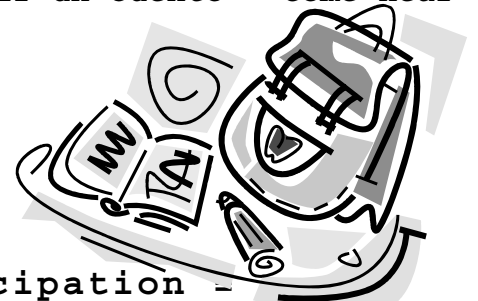
•11 Febrero/ February
Junta PTA Meeting
Café para padres/ Parent
Coffee 8:30 AM

Conozca otros padres • Meet other parents



•12 Febrero/ February
Hora de cuentos para Preescolar/
Preschool Story Hour

Venga a oír un cuento • Come hear a story



Participación = Motivación = Éxito • Participation = Motivation = Success