

Thrive update

 **Boulder Valley** School District
Excellence and Equity

Enhance Inspire
Inform healthy kids make smarter students

Volume 2 | Issue 1

September 2009

inside Thriveupdate

- 2 SPOTLIGHT:
(CAPE)
Seeking Youth
Peer Education
Volunteers

Celebrate Family
Day
- 3 Positive Behavior
Support Pilot
(PBS)

Q&A with Dr. J.
- 4 Invitation from
the Parent
Engagement
Network (PEN)

Immunizations
Update
- 5 Calendar of
Classes and
Events

Special Points of INTEREST

Follow BVSD on twitter

Communications is adding Twitter to its media mix for getting urgent district messages (such as snow closures) out to the public.

If you want to get these communications, follow us at twitter.com/BVSDcolorado

>>Welcome Back to School - 2009/2010

As co-editors of the Thrive Update newsletter, we are excited to welcome everyone back to school! Last year was the inaugural year for the newsletter. We learned a few things and thanks to the feedback we received we are also making some changes this year.

One thing we heard loud and clear is that Thrive Update needs to have a better balance of articles for both elementary and secondary parents. We found that since several issues featured articles focused on secondary parents, elementary parents felt underrepresented. The editorial team is committed to providing more balance in the articles selected for future publications.

We have also revised our guidelines for articles and calendar items. All items submitted for publication in Thrive Update must relate to the mission – to empower families through scientifically valid knowledge to support healthy youth development. Article contributors are asked to balance their submissions for elementary and secondary topics.

As we rolled out Thrive Update in the spring, we began to focus on monthly themes as a way to provide some cohesion for the articles. For this school year, we have identified monthly themes for each issue and, while we will maintain flexibility with the regular features and articles, we will stick to the monthly themes so it will be easier to anticipate what Thrive Update will cover each month.

The themes are:

September: Back to School

October: Relationships

November/December:
Mental Health and Wellness

January: Technology Safety

February:
Physical Health and Wellness

March: Spring Break

April: Transitions

May: Summer

We know that Thrive Update is only useful if it's read. Therefore we encourage you to continue to provide feedback, both positive and negative. Your feedback helps us to make this publication a useful source of information for parents throughout the school district. We know that there are some very talented people with expertise in the areas we outlined for the monthly themes and would love to receive article submissions. This includes parents who have questions for our "Q & A with Dr. J" feature.

Thanks for your patience as we debuted Thrive Update and your partnership as we work to make Thrive Update a valuable resource for the Boulder Valley community.

**Leisha Conners Bauer
and Jan Hittelman**
Thrive Update
Managing Co-Editors

>>SPOTLIGHT: Coalition of Agencies for Peer Education (CAPE) Seeking Youth Volunteers

CAPE (Coalition of Agencies for Peer Education) is seeking youth volunteers for the 2009-2010 school year. Peer educators provide informational and educational activities to middle and high school peers, gain valuable community service experience, and build leadership skills.

CAPE represents the following six peer education programs in Boulder Valley:

Boulder Youth Body Alliance (BYBA) – peers focused on creating social change around the ideas and messages contributing to eating disorders and body dissatisfaction. BYBA is a program of The Body Positive, a grass-roots, community-based organization.

Colie's Closet – education and awareness of the warning signs and risk factors of depression and suicide and how to help someone who is exhibiting signs of depression or suicidal tendencies. Colie's Closet is an independent youth-driven nonprofit.

Gateway Drug Peer Education Program – teach middle and high school students about the consequences and impacts of drug use and abuse, including tobacco, marijuana and alcohol. Gateway Drug Peer Education is co-sponsored by Boulder Valley School District, Boulder County Tobacco Education and Prevention Partnership (TEPP), and Boulder County Healthy Youth Alliance.



Peers Building Justice (PBJ) – education on issues of dating abuse, sexual assault, sexual harassment, and interpersonal violence. PBJ is a collaboration between Safehouse Progressive Alliance for Nonviolence and Moving to End Sexual Assault.

Sexual Health and AIDS Awareness Peer Education Program (SHAPE) – teach other teens to reduce their risk of contracting HIV and other sexually transmitted infections and to avoid unintended pregnancy. SHAPE is a collaboration between Women's Health Teen Clinic and Boulder County AIDS Project.

Youth Empowering Peers (YEP) – educate peers about equity, diversity, multiculturalism, and oppression issues in Boulder County. YEP is co-sponsored by the YMCA of Boulder Valley and Boulder County Healthy Youth Alliance.

The agencies of CAPE come together to share ideas and resources for providing leadership opportunities to Boulder's youth. For more information about CAPE and to apply to any of the peer education programs, visit the CAPE website at <http://bvsd.org/students/Pages/cape.aspx>

All youth interested in making a difference in their community, gaining public speaking skills, earning community service hours, making new friends and building their college resume should apply.

by Meca Delgado, Boulder County Healthy Youth Alliance

>>Celebrate Family Day

Monday, September 28 is Family Day – A Day to Eat Dinner with Your Children

Family Day is a national movement that highlights the importance of frequent family dinners in keeping kids healthier. Eating dinner together frequently keeps the lines of communication open. It's a great time to reconnect, learn about your child's daily life and their likes and dislikes.

The Seven Secrets to Successful Family Dinners (from casafamilyday.org):

1. Start the pattern of family dinners when children are young.
2. Encourage your children to create menu ideas and participate in meal preparation.

3. Turn off the TV and let your answering machine answer calls during dinnertime.

4. Talk about what happened in everyone's day: school, work, extracurricular activities or current events.

5. Establish a routine to start and end each meal. Light candles or tell a story.

6. After dinner play a board game or serve dessert to encourage the family to continue the conversation.

7. Keep conversation positive and make sure everyone gets a chance to speak.

Why are family dinners important?

It helps establish a routine time to communicate as a family. Research

shows that girls who have five or more meals a week with their families are one-third less likely to develop unhealthy eating habits. The National Center on Addiction and Substance Abuse at Columbia University found that the more often kids eat dinner with their families, the less likely they are to smoke, drink, or use drugs. And your child will know that no matter how hectic things get, there is a set time when they will be heard.

>> Positive Behavior Support Pilot (PBS)

Positive school climate is one of BVSD's highest values, and how teachers and administrators understand and deal with student behavior is key to upholding this value. To that end, we have good news! Several schools in BVSD are piloting the PBS or positive behavior support approach.

What is PBS? Simply put, it is a proactive approach to school-wide positive discipline and affirmations. PBS allows schools to establish a set of expectations which are taught, modeled, practiced, and reinforced by administrators and teachers alike. PBS provides a clear way for all of us to recognize the positive behaviors of our students. It teaches us to see when a student is doing what is expected of him or her, and to acknowledge that positive behavior in the moment. It also supports students who need extra assistance to reach our school-wide expectations of behavior.

The concept is research-based, powerful, and simple to apply. For example, at Manhattan MS the expectations of all students have been summed up in the acronym: RISE

1. **Respect**
2. **Individual Responsibility**
3. **Safety**
4. **Equity**

RISE provides an easy-to-remember and positive outline that encompasses virtually every aspect of behavior we'd like to see developed and practiced by Manhattan students. Rather than memorizing the traditional "rule book": don't run, don't hit, don't fight, don't bully, don't chew gum. . . don't, don't don't, RISE gives students a positive model to aim for, not to work against. Respect, Individual Responsibility, Safety, and Equity are very clear goals. PBS operates with the belief system that, in order for a person to excel, the goals must be positive and clearly set. As teachers and administrators, we can then begin to be on the lookout for students doing the right thing and reward them. This encourages everyone in the school—adults and students—to interact positively, which builds trusting relationships and elicits constructive behavior.

More good news: Parents can be valuable partners in making PBS work! Find out if your child's school is a PBS school. Oftentimes there is parent representation on PBS committees. Ask your child if they've earned any PBS tickets and how they earned them. Try this approach at home if you have not already. Research shows, it works!

For questions about PBS, contact BVSD's Positive Behavior Support Coordinator Kelly Miller at 303-870-7398 or Kelly.miller@bvsd.org .

Q&A with Dr. J.

Q: After the summer break, what are some suggestions on transitioning my student from a more laid back summer schedule to a school routine and avoiding the chaos that comes with early weeks of school?

A: Much like the calendar year, the school year also has a certain seasonality or flow. We now find ourselves at the beginning of the cycle, which provides a unique opportunity to set the rhythm for a successful school year. By doing this with intentionality we can address both the transition back to school as well as the inevitable adjustments to a new year.

Here are some strategies to consider:

Introduce ritual to mark the transition: Create an opportunity to focus on and celebrate your children's start in a new school year. Surprise them with a special meal; perhaps with their favorite foods and/or a special activity. Share your feelings of pride and excitement of the

new adventure they are about to begin, as well as reflecting on the positive events of the past summer.

Provide an opportunity for them to share their positive and negative expectations: Our children have a lot to say if given the opportunity to express it. Let your child know that you're genuinely interested in knowing how they feel about the upcoming school year.

Normalize their concerns and offer your support: Help your child understand that it's normal to have apprehensions at the beginning of a new school year. Consider sharing some of your own school experiences when you were their age. Let them know that you're in their corner and will be there for them if/when challenges arise.

Check in with your child periodically throughout the school year: Instead of focusing only on the school projects, getting homework done, and being

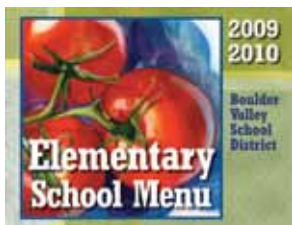
ready in the morning, encourage your child to share about their emotional experiences regarding school. Try to be less of a problem solver and more of a good listener.

Broaden your definition of "success": Try to remember that a successful school year is much more about effort than grades. In addition, be sure to emphasize and celebrate personal, social, and emotional growth as well.

By planting these seeds early on you will increase the chances that your child will blossom throughout the upcoming seasons of this new school year.

Do you have a question?
Submit your questions directly by:
Phone: 720-217-3270
Fax: 720-381-6089
Email: Jan.Hittelman@gmail.com
Post: 1527 Pine Street, Boulder 80302

by Dr. Jan Hittelman,
Licensed Psychologist,
Boulder Psychological Services



New Yearlong Lunch Calendars

Elementary and Middle School Parents, did you get your BVSD lunch calendar for 2009-10? Your child should have gotten one at school during the first week of classes.

It has a picture of bright red tomatoes on the front cover. If you didn't receive your calendar, please contact your school office. It is available in English or Spanish.

>> Invitation from the Parent Engagement Network

Parents, you are invited to become a part of our rapidly growing, dynamic organization ---The Parent Engagement Network (PEN).

PEN develops parent skills and youth resiliency by providing opportunities for connection, relationship building, and provision of research-based, best practice information on preventing high risk behavior and building community. It uses the 40 Developmental Assets framework, created by the Search Institute, and other strength-based approaches. PEN is committed to diversity and cultural competency as well as reaching out to the entire community.

Parent volunteers provide leadership and implementation in coordination with community partners and collaborators. PEN partners with Boulder Valley School District (BVSD) and local collaborator agencies, allowing PEN to offer education, resources, coaching, facilitation, and engagement opportunities that build parent skills, relationships, and sustainability. Hundreds of parents and community members have attended PEN events and rate their experience and skill-building highly. School-based parent volunteers provide leadership and implementation in coordination with community partners and collaborators. Eighty percent of BVSD schools participate with PEN through their school team leaders and school volunteers who take ideas into action at their schools through engaging events,

distribution of information, parent mentoring, displays, book clubs and other activities.

PEN is a parent-led grassroots community movement that has received local and national attention for its interactive, positive approach to parent engagement. PEN has presented its successful model to national, state and local groups such as the U.S. Department of Education, Search Institute, Parent Corps and Assets for Colorado Youth.

As featured on the Today Show and a cover story in Newsweek in 2004, PEN began in response as part of a "Call to Action" by then BVSD superintendent of BVSD George Garcia, at the request of parents. PEN began as part of the Substance Abuse Task Force to encourage parent involvement in creating solutions to high-risk behaviors among our youth. The task force evolved into the Parent Engagement Network in 2003 after parent volunteers realized they wanted to engage the whole community in solutions.



Join us as we Kick-off PEN this September with the following opportunities:

The Power of Parents, Sparking the Hidden Strengths of Our Youth

Stephanie Hoy, Executive Director, Assets for Colorado Youth,
Wed, Sept 2, 6:30-8:30 p.m.,
Louisville Middle School,
1341 Main Street, Louisville

Raising Girls with Positive Self-empowerment

Rachel Simmons, national speaker and author of *Raising Girls with Positive Self-empowerment*
Wed, Sept 16, 6:30-8:30 p.m.
Platt Middle School
6096 Baseline Road, Boulder

Sparkling a Community of Connections

Ed Gerety, national speaker and author *Speaking a Community of Connections*
Wed, Sept 23, 6:30-8:30 p.m.
Broomfield High School
#1 Eagle Way, Broomfield

To find out how you can get involved with PEN, contact Paula Nelson, PEN Chair; pjn6225@yahoo.com, 303-880-6030, or Eugenia Brady, PEN Co-Chair (eugenia.brady@bvsd.org, 720-561-5150, or 720-447-1713).

>> Immunizations Update

Carol Helwig, MPH, Boulder County Public Health, provided a comprehensive review of immunizations in the March 2009 issue of Thrive Update (available at <http://bvsd.org/parents/Pages/ThriveNewsletter.aspx>) which we encourage everyone to read. The following article provides specific information about BVSD immunization requirements.

Immunization law requirements and board policy were reviewed by Melissa Mequi, BVSD Legal Counsel, at the July 2009 District Leadership meeting. We wish you to know the information disbursed as it may impact your student.

The state immunization law is: C.R.S. § 25-4-902.

BVSD Board Policy JHCB:

Students who do not submit:

1. A current certificate of immunization;
2. A written authorization signed by a parent or guardian requesting that local officials administer the immunization to the student, **OR**
3. A valid statement of exemption from immunization

will not be admitted to a district school.

If a student attending a district school is not in compliance with the immunization requirements, the school nurse or designee must give direct personal notification of the deficiency... Notification shall be made by phone, in person, or in writing.

Within 14 days of this personal notification, the parent, guardian or student (if emancipated or over the age of 18) must submit either 1. a valid statement of exemption from immunization; or 2. documentation that the required

immunization has been given to the student and a written plan for completion of all required immunizations in the future.

If the student does not submit either of these documents or fails to complete the schedule of immunizations detailed in the written plan, he or she shall be suspended or expelled in accordance with state law.

Exemptions may be granted for medical, religious or personal reasons.

Secondly, CDC (Centers for Disease Control) has recommended that the seasonal influenza vaccine be administered to all children aged 6 months-18 years as well as to the populations already recommended to receive the vaccine. Recommendations will be forthcoming for the H1N1 vaccine currently under clinical trials to prevent H1N1 influenza, but recommendations will likely include our students and families. Please strongly consider receiving the influenza vaccines (BOTH the seasonal vaccine and the H1N1), to prevent illness in your family and to prevent the spread of disease to your family and community. Thank you.

Contact your health provider or local Department of Health for assistance and further information:

Boulder County Public Health
- <http://www.bouldercounty.org/health/>

Broomfield Public Health - www.broomfield.org/hhs/Centers for Disease Control and Prevention - <http://www.cdc.gov/>

by Susan Rowley RN, MS, CPNP, Health Services and Medicaid Coordinator, BVSD, and Sophia Yager RN, BSN, Program Coordinator, Communicable Disease Division, Immunization Program, BCPH

Thriveupdate
for BVSD Parents

Published by BVSD
Written by local Boulder
experts and parents

Thriveupdate
Editorial Board

Managing Co-Editors

>> **Leisha**
Conners Bauer
Boulder County Healthy
Youth Alliance

>> **Dr. Jan Hittelman**
Boulder Psychological
Services

Publication Manager

>> **Marsha Moritz**
PEN CoFounder

Copy Editor

>> **Maela Moore**
BVSD Communications

Contributors

>> **Paula Nelson**
PEN Chair

>> **Briggs Gamblin**
BVSD Communications

>> **Sennen Knauer**
BVSD Counseling

>> **Kathy McMenamin**
PEN Representative

Look for us on the web!
www.bvsd.org

>> Calendar of Classes & Events

SEPTEMBER 2009

9/2 **PEN Community Conversation**

**The Power of Parents: Sparking the Hidden
Strengths of Our Youth**

with Stephanie Hoy, Executive Director; Assets for
Colorado Youth

Wed., Sept. 2, 6:30 -8:30 p.m.

Louisville Middle School

1341 Main Street, Louisville

Contact: Betsy Fox at foxbetsy123@msn.com

9/4 **Art Slam - Back to School Art Celebration**
**Live art, music, dancing, games, free auction
give-a-ways, and free food!**

Fri., Sept. 4, 4-8 p.m.

September High School

1902 Walnut Street, Boulder

Contact: joy@septemberschool.org or call Alexis @
303-443-9933

Free! All teens are welcome.

start 9/8 **After Hour Arts and Breakthrough Arts Present:**
**Free After-School Art Classes - Pottery, Figure
Drawing, Interactive Story Telling, Natural Highs,
Yoga, Graffiti Art & Mural Design, Billiards, Af ican
Dance, Breakin' & Hip Hop Dance, Silk Screening,
Tye-Dying. It's All Fun & Games, & More!**

Starting Mon., Sept. 8, every day of the week after school

September High School, 1902 Walnut Street, Boulder

Contact: joy@septemberschool.org or call Alexis @
303- 443-9933

Free! All teens are welcome.

>>Calendar of Classes & Events

9/8 **Parenting with Purpose: Positions of Consciousness and Barriers to Empathy - Explore how your beliefs, values and past experiences influence your parenting practice, and how to shift the “grooved messages” that keep you responding to your kids in ways you don’t enjoy.**

Workshop Facilitators: Jeff and Traci Bushnell

Tues., Sept. 8, 6:00-8:30 p.m.

Horizons K-8 School, 4545 Sioux Drive, Boulder

Contact: www.centerforcompassionateconnections.org; or call 303-284- 5850; or email center4cc@gmail.com

Fee: \$15

9/22

-10/1

Secrets of the Internet for Parents: Or, How to Keep Up with Your Kids - This two-week course is designed to teach you the current Internet technologies, how to use them to your advantage, and how to be productive in making technology work for you ---- and your kids. And yes, you will build your own two-page Web site in class!

Tues., and Thurs., Sept. 22-Oct. 1, 6:30-8:30 p.m.

New Vista High School, Boulder

Fee: \$135. View complete class details and register at www.bvsvd.org/LLL

9/16

**PEN Community Conversation
Raising Girls with Positive Self-empowerment**

with Rachel Simmons, national speaker and author

Wed., Sept. 16, 6:30-8:30 p.m.

Platt Middle School, 6096 Baseline Road, Boulder

Contact Betsy Fox at foxbetsy123@msn.com

start 9/16

Support Group for Parents of Teens

New in 2009, this monthly support group is free and open to all parents of teens. (Made possible by a partnership between September School and the Boulder Counseling Cooperative)

Weds., starting 9/16, (Sept. 16, Oct. 14, Nov. 18, and Dec. 9.), 6:30-8:00 p.m.,

September School, 1902 Walnut Street, Boulder

Contact: www.BoulderCounseling.org

9/21

**Pathways to Parenting Success
How to Talk So Your Child Will Listen**

Panelists: Karen Wilding, LCSW, Linda Cain, MSED, Dr. Jan Hittelman

Mon., Sept. 21, 7:00-8:30 p.m.

Meadows Branch Library, Boulder

Contact: www.BoulderPsychologicalServices.com

To submit items for the calendar contact: Maela at maela.moore@bvsvd.org

>>Calendar of Classes & Events

9/23 **PEN Community Conversation
Sparkling a Community of Connections**
with Ed Gerety, national speaker and author
Wed., Sept. 23, 6:30-8:30 p.m.
Broomfield High School, #1 Eagle Way, Broomfield
Contact: Betsy Fox at foxbetsyl23@msn.com

9/28 **Pathways to Parenting Success
Communication and its Effects on Self-Esteem**
Panelists: Elizabeth Matthews, LPC, Lauri Benblatt, LPC,
Harmony Barrett Isaacs, LPC
Mon., Sept. 28, 7:00-8:30 p.m.
Meadows Branch Library, Boulder
Contact: www.BoulderPsychologicalServices.com

OCTOBER 2009

10/5 **Pathways to Parenting Success
Healthy Dating; Safe Relationships**
Panelists: Elizabeth Matthews, LPC, Lauri Benblatt, LPC
Mon., Oct. 5, 7:00-8:30 p.m.
Meadows Branch Library, Boulder
Contact: www.BoulderPsychologicalServices.com

10/7-
10/21 **Parent is a Verb - This is a class for parents and/or grandparents who are battling with uncooperative, disrespectful, "out of control," "crossing the line" children from ages 11 to 99! Learn alternative strategies and practical solutions to family problems such as: choices and consequences, setting boundaries and limits, letting go, fear and worry, blame, enabling, change, guilt, denial, anger, parents' rights, drugs, and alcohol.**
Weds., Oct. 7-21, 7-9 p.m.
Manhattan Middle School in Boulder
Fee: \$89. View complete class details and register at www.bvsd.org/LLL



BVSD Community Opportunities for Youth (COY) Directory

The 2009-10 Community Opportunities for Youth (COY) Directory is now available at: www.bvsd.org/coy. The directory, an annual BVSD publication, is filled with enriching activities and services that support the health and wellbeing of children and youth. Categories include athletics, health & support services, tutoring and the arts. As part of BVSD's new Green Initiative, the COY Directory will no longer be printed and mailed to district families. Paper copies, however, can be found at schools beginning in early September. You can also request a copy in English or Spanish from Marla Riley at 720-561-5250, marla.riley@bvsd.org.

“Creating a Caring, Connected, Safe Community in Partnership with all Adults & Youth”

2009– 2010 Community Conversations ALL EVENTS ARE FREE & OPEN TO THE PUBLIC

September 2 Wednesday	Louisville Middle School 6:30-8:30pm	“How are All the Children?” 8 th Annual PEN Kick-off Power of Parents Sparking the Hidden Strengths of Our Youth	Welcome: Chris King, Superintendent, BVSD Stephanie Hoy Exec. Director, Assets for Colorado Youth www.buildassets.org
September 16 Wednesday	Platt Middle School 6:30-8:30pm	Raising Girls With Positive Self-empowerment Personal foundation and conflict management skills for success	Rachel Simmons, Oprah-endorsed National Speaker and author, “Odd Girl Out” & “Curse of the Good Girl” www.rachelsimmons.com
September 23 Wednesday	Broomfield High School 6:30-8:30pm	Sparking a Community of Connections Learn techniques for breaking down barriers and strengthen connection with your kids, other youth, and the community	Ed Gerety Author and National Presenter www.EdGerety.com
October 19 Monday	BVSD Education Center 6:30-8:30pm	Harvesting Healthy Families Nourishing the Mind, Body, Soul and Community	Community Collaborative: Bryce Browne, Bryce@growefoundation.org www.growefoundation.org
November 19 Thursday	BVSD Ed Center 9:00-11:00am	Teaching Heart <i>Recognize and Develop Social and Emotional Intelligence</i> <i>The Key to a Child’s Success and Wholeness</i>	Tom McSheehy, therapist and Educator www.teachingheart.com
December 14 Monday	Centaurus High School 6:30-8:30pm	Celebrating Diversity and the Power of Community <i>Practical skills for authentic connections with each other</i>	Community Collaborative: Bill De La Cruz, De La Cruz Consulting Inc., b.delacruz@comcast.net
January 13 Wednesday	Louisville Middle School 6:30-8:30pm	High Performance Parenting Skills for Parenting in Our Fast-Paced World	Adam Fels, LMS Principal Adam.fels@bvsd.org
January 28 Thursday	Monarch High School 6:30-8:30pm	HOPE: You Are Not Alone Suicide Prevention and Depression Awareness <i>Voices of Strength, empowerment, & resources</i>	HOPE Coalition of Boulder County www.hopecoalitionboulder.org
February 18 Thursday	BVSD Ed Center 9:00–11:00am	Body Wholeness <i>Creating Accepting Relationships with Our Bodies, Education and Resources around Disordered Eating</i>	Community Collaborative: Isabelle Tierney, The Body Beloved Revolution isabelle@bodybeloved.com
February	Evening	Beauty Mark A film Challenging our View of Beauty	PEN FUNDRAISING EVENT Stay tuned for details
March 11 Thursday	BVSD Ed Center 9:00–11:00am	Compassionate Communication Deepening parent/child relationships	Jeff and Traci Bushnell www.centerforcompassionateconnections.org
March 16 Tuesday	Peak to Peak 6:30-8:30pm		
April 1 Thursday	BVSD Ed Center 9:00-11:00am	Transitions Tools elementary through high school	Sue Wong , Practical Parenting expert 303-449-1486
May	tba	8th Annual PEN Celebration	

PEN Community Conversations:

9:00-9:30 Networking

9:30-11:00 Presentation

* Build Relationships and Networks of Communication

*Engage parents, youth, and community members to increase resiliency and thriving in our youth

*Provide Research-based information and best practices on preventing high risk behavior

Questions: Contact Betsy Fox, PEN Lead Coach foxbetsy123@msn.com

For resources, updates and other information, please visit: www.parentengagementnetwork.org

Foothills Parenting Classes

Fall 2009

Are you ready to put the fun back into parenting?
Looking for simple and practical skills that can be used immediately?

Add more tools to your parenting tool kit!

Becoming a Love and Logic Parent®

Oct. 5 - Nov. 16 (Mondays) 6:30–9:00 PM
(no class Oct. 26)
Heatherwood Elementary School,
7750 Concord Drive, Boulder
Instructor: Stephanie Bryan

Oct. 15 - Dec. 3 (Thursdays) 6:30–9:00 PM
(no class Oct. 29 and Nov. 26)
Mesa Elementary School,
1575 Lehigh, Boulder
Instructor: Cyndi Goldfarb

Oct. 28 - Dec. 9 (Wednesdays) 6:00–8:30 PM
(no class Nov. 25)
Louisville Recreation Center,
900 Via Appia, Louisville
Instructor: Sheryl Schwabe

Nov. 2 - Dec. 14 (Mondays) 6:00–8:30 PM
(no class Nov. 23)
Superior Elementary School,
1800 S. Indiana, Superior
Instructor: Cyndi Goldfarb

Active Parenting for Stepfamilies™

Sept. 29 - Nov. 17 (Tuesdays) 6:30–9:30 PM
(No class Oct. 27, Nov. 3)
Dreamcatcher Direct Instruction Center,
5440 Conestoga Ct. (near 55th and Arapahoe),
Boulder
Instructor: Stephanie Bryan

REAL Parenting®

Sept. 24, Oct. 1, 8, 22, Nov. 12 (Thursdays) 6:30–9:15 PM
Dreamcatcher Direct Instruction Center,
5440 Conestoga Ct. (near 55th and Arapahoe),
Boulder
Instructor: Stephanie Bryan

Become Empowered: Connect with Your Parent so You are Heard and Respected,

a concurrent class for teens run by teen coach Mary Lynne Coleman. See details at www.BeGreatTeenCoach.com/class-schedule/

Costs and Childcare

Childcare is available for classes at the Parenting Place and Lyons Community Church. Call the instructors to register, for pricing information, including price breaks for couples, and/or available scholarships.

Love and Logic Early Childhood Parenting Made Fun!®

Sept. 19 - Oct. 17 (Saturdays) 10:00 AM–12:30 PM
Parenting Place,
1235-A Pine Street, Boulder
Instructor: Sheryl Schwabe
Childcare available

Sept. 23 - Oct. 21 (Wednesdays) 6:00–8:30 PM
Louisville Recreation Center,
900 Via Appia, Louisville
Instructor: Sheryl Schwabe

Oct. 6 - Nov. 17 (Tuesdays) 9:00–11:15 PM
(No classes Oct. 27, Nov. 3)
1530 55th Street (near 55th and Arapahoe),
Boulder
Instructor: Stephanie Bryan

Oct. 7 - Nov. 11 (Wednesdays) 6:00–8:15 PM
(No class Oct. 28)
Lyons Community Church,
350 Main, Lyons
Instructor: Cyndi Goldfarb
Childcare available

Oct. 24 - Nov. 21 (Saturdays) 10:00 AM–12:30 PM
Parenting Place,
1235-A Pine Street, Boulder
Instructor: Sheryl Schwabe
Childcare available

Siblings Without Rivalry™

Dec. 1, 5, 22, Jan. 5, 12, 19 (Tuesdays) 6:30–9:00 PM
Dreamcatcher Direct Instruction Center,
5440 Conestoga Ct. (near 55th and Arapahoe),
Boulder
Instructor: Stephanie Bryan

Instructors

Stephanie Bryan

(303) 397-0646 or www.REALparenting.net

Cyndi Goldfarb

(303) 494-8373 or www.boulderparentingclasses.com

Sheryl Schwabe

(303) 520-6803 or sschwabe@comcast.net

www.FoothillsParentingClasses.com

Creating a class at your location

If you are interested in forming a class at your school or community, please contact Cyndi Goldfarb.

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 1

SEPTIEMBRE 2009

dentro de PORQUE AMO A MI HIJO

- 2 Coalición de Agencias para la Educación por Compañeros
Celebremos el Día de la Familia
- 3 Apoyo a la Conducta Positiva (PBS)
PyRcon el Dr. J.
- 4 Invitación de Parent Engagement Network (PEN)
Noticias sobre las Vacunas
- 5 Calendario de Clases y Eventos

Puntos de Especial INTERES Siga a BVSD en twitter

El departamento de Comunicaciones de BVSD ha añadido Twitter a su mezcla de medios de comunicación para hacer llegar mensajes urgentes del distrito (tales como cierre de escuelas debido a la nieve) al público. Si desea recibir estas comunicaciones, síganos en twitter.com/BVSDcolorado.

>> ¡Bienvenidos Una Vez Más!

¡Como coeditores del boletín Novedades Porque Amo a Mi Hijo, estamos muy contentos de darles nuevamente la bienvenida a la escuela! El año pasado fue el año inaugural del boletín y desde entonces hemos aprendido algunas cuantas cosas. Gracias a los comentarios que hemos recibido, también estamos haciendo algunos cambios este año.

Una de las cosas que hemos escuchado con claridad es que Novedades de Porque Amo a Mi Hijo tiene que tener un mejor equilibrio de artículos para padres de primaria y de secundaria. Nos dimos cuenta de que como varios de los números ofrecían artículos centrados en los padres de secundaria, los padres de primaria no se sentían representados en la misma medida. El equipo editorial se compromete a ofrecer un mayor equilibrio en los artículos seleccionados para futuras publicaciones.

También hemos revisado nuestras directrices correspondientes a los artículos y al calendario. Todas las entradas presentadas para publicación en Novedades de Porque Amo a mi Hijo deben estar relacionadas con la misión – transmitir poder a las familias mediante conocimientos científicamente válidos que apoyen el buen desarrollo de la juventud. Se pide a los contribuyentes de artículos que igualen sus presentaciones de temas de primaria y de secundaria.

En el desarrollo de la publicación de Novedades de Porque Amo a mi Hijo en la primavera, empezamos a enfocarnos en temas mensuales como forma de ofrecer algo de cohesión a los artículos. Para este año escolar hemos identificado temas mensuales para cada número y, si bien seguiremos manteniendo la flexibilidad en cuanto a las portadas regulares y a los artículos, seguiremos ateniéndonos a los temas mensuales para que sea más fácil anticipar lo que el boletín va a cubrir cada mes.

Los temas son:

Septiembre

– Regreso a la Escuela

Octubre – Relaciones

Noviembre/diciembre

– Salud Mental y Bienestar

Enero

– Seguridad en la Tecnología

Febrero

– Salud Física y Bienestar

Marzo – Vacaciones de Primavera

Abril – Transiciones

Mayo – El Verano

Sabemos que Novedades de Porque Amo a mi Hijo solo es útil si es leída. Por tanto les animamos a que sigan dándonos su opinión, tanto positiva como negativa. Sus comentarios nos ayudan a hacer que esta publicación sea una fuente de información más útil para los padres de todo el distrito escolar. Sabemos que hay algunas personas con mucho talento y experiencia en las áreas de interés descritas y nos encantaría recibir sus artículos. Estos incluyen padres que tienen preguntas para nuestra sección “Preguntas y Respuestas con el Dr. J”.

Gracias por su paciencia con el debut de Novedades de Porque Amo a mi Hijo y por su apoyo a nuestro esfuerzo de hacer que este boletín sea un recurso valioso para la comunidad del Valle de Boulder.

por Leisha Conners Bauer
y Jan Hittelman
Editores Principales de
Novedades de Porque Amo
a mi Hijo

>> A DESTACAR: Coalition of Agencies for Peer Education (CAPE) (Coalición de Agencias para la Educación por Compañeros)

CAPE (Coalition of Agencies for Peer Education)

está buscando voluntarios para el año escolar 2009-2010. Los educadores proporcionan actividades de información y educación a compañeros de gremio de escuelas intermedias y preparatorias para adquirir una valiosa experiencia de servicio comunitario y desarrollar habilidades de liderazgo.

CAPE representa a los siguientes seis programas de educación para compañeros de gremio del Valle de Boulder:

Boulder Youth Body Alliance (BYBA) (Alianza del Consejo de la Juventud de Boulder) – educadores centrados en crear un cambio social en torno a las ideas y a los mensajes que contribuyen a los trastornos alimenticios y a la insatisfacción con el cuerpo. BYBA es un programa de The Body Positive, una organización radicada en la comunidad.

Colie's Closet – educación y conocimiento de las señales de aviso y de los factores de riesgo de la depresión y del suicidio y cómo ayudar a alguien que da muestras de depresión o de tendencias suicidas. Colie's Closet es una organización independiente sin ánimo de lucro manejada por jóvenes.

Gateway Drug Peer Education Program – enseña a estudiantes de escuelas intermedias y preparatorias las consecuencias y los impactos del uso y abuso de las drogas, inclusive del tabaco, marihuana y alcohol. Gateway Drug Peer Education está patrocinado conjuntamente por el Distrito Escolar del Valle de Boulder, por Boulder County Tobacco Education and Prevention Partnership (TEPP) y por Boulder County Healthy Youth Alliance.

Peers Building Justice (PBJ) (compañeros creando justicia) – educación sobre temas de abuso en las citas, asalto sexual,

acoso sexual y violencia interpersonal. PBJ es una colaboración entre Safehouse Progressive Alliance for Nonviolence y Moving to End Sexual Assault.

Sexual Health and AIDS Awareness Peer Education Program (SHAPE) (Programa de Educación por Compañeros sobre la Salud Sexual y Concientización sobre el SIDA) – enseña a otros adolescentes a reducir su riesgo de contraer HIV y otras infecciones de transmisión sexual y a evitar los embarazos no planeados. SHAPE es una colaboración entre Women's Health Teen Clinic y Boulder County AIDS Project.

Youth Empowering Peers (YEP) (Capacitación de Jóvenes por Jóvenes) – educación sobre la equidad, la diversidad, el multiculturalismo y la opresión en el Condado de Boulder. YEP está patrocinado conjuntamente por YMCA of Boulder Valley y por Boulder County Healthy Youth Alliance.

Las agencias de CAPE comparten sus ideas y recursos con objeto de ofrecer oportunidades de liderazgo a los jóvenes de Boulder. Para más información sobre CAPE y para registrarse en cualquiera de los programas de educación, visiten su página web <http://bvdsd.org/students/Pages/cape.aspx>

Todos los jóvenes interesados en hacer una diferencia en su comunidad, en adquirir habilidades de oratoria, hacer horas de servicio comunitario, hacer nuevos amigos y construir su curriculum vitae universitario deberían registrarse.



por Meca Delgado, Boulder County Healthy Youth Alliance

>> Celebraremos el Día de la Familia El Lunes

El lunes, 28 de septiembre, es Día de la Familia – Un Día Para Cenar con sus Hijos

El Día de la Familia es un movimiento nacional que pone de manifiesto la importancia de tener cenas frecuentes en familia para que los niños estén más sanos. Cenar juntos con frecuencia mantiene las vías de comunicación abiertas. Es un momento estupendo para reconectarse con los hijos, para conocer los pormenores de su vida diaria y las cosas que les gustan y les disgustan.

Los Siete Secretos del éxito de las Cenas en Familia (extraídos de casafamilyday.org):

1. Empiecen la rutina de las cenas familiares cuando los niños son pequeños.
2. Animen a sus hijos a darles ideas de menús y a participar en la preparación de las cenas.
3. Apaguen la televisión y dejen que el contestador reciba las llamadas durante la hora de la cena.
4. Hablen sobre lo que pasó en el día de cada miembro: escuela, trabajo, actividades extraescolares o noticias actuales.

5. Establezcan una rutina para empezar y terminar cada cena. Enciendan velas o cuenten alguna historia.
6. Después de la cena, jueguen un juego o sirvan el postre para animar a su familia a continuar la conversación.
7. Mantengan la conversación en un tono positivo y asegúrense de que todos tengan la oportunidad de hablar.

¿Por qué es importante cenar en familia?

Porque ayuda a establecer un tiempo habitual para comunicarse. Las investigaciones muestran que las niñas que cenar cinco o más veces a la semana con sus familias tienen un tercio menos de probabilidad de desarrollar malos hábitos de alimentación. El National Center on Addiction and Substance Abuse de Columbia University (El Centro Nacional de Adicción y Abuso de Sustancias de la Universidad de Columbia) descubrió que cuanto más cenar en familia los niños, menos propensos serán a fumar, a beber o a usar drogas. Su hijo sabrá que por muy ajetreados que puedan estar, siempre habrá un momento establecido en que será escuchado.

>> Apoyo a la Conducta Positiva (PBS)

Un clima escolar positivo es uno de los valores más altos de BVSD y cómo entienden y tratan los maestros y los administradores la conducta de los estudiantes es clave para mantener este valor. ¡En este sentido tenemos buenas noticias! Varias escuelas de BVSD están poniendo a prueba el programa PBS o Apoyo a la Conducta Positiva.

¿Qué es PBS? Simplemente dicho, es un planteamiento proactivo a la disciplina positiva y a las afirmaciones. PBS permite a las escuelas establecer un juego de expectativas que son enseñadas, modeladas y reforzadas por los administradores y por los maestros por igual. PBS ofrece una forma clara para que todos reconozcamos las conductas positivas de los estudiantes. Nos enseña a ver cuándo un estudiante está haciendo lo que se espera de él y a reconocer esa conducta en el momento. También apoya a los estudiantes que necesitan más ayuda para lograr cumplir las expectativas escolares de conducta.

Este concepto está basado en varios estudios y es poderoso y simple de aplicar. Por ejemplo, en la Escuela Intermedia Manhattan las expectativas de todos los estudiantes han sido resumidas bajo las siglas: RISE

1. Respeto
2. Responsabilidad Individual
3. Seguridad
4. Equidad

RISE ofrece un esquema positivo y fácil de recordar que abarca prácticamente cada aspecto de la conducta que nos gustaría ver desarrollada y practicada por los estudiantes de Manhattan. En vez de memorizar el tradicional "libro de reglas" tradicional: no corras, no pegues, no peeles, no intimides, no masques chicle... no, no, no, RISE da a los estudiantes un modelo positivo al que aspirar en vez de rechazar. El Respeto, la Responsabilidad Individual, la Seguridad y la Equidad son metas muy claras. PBS funciona con la convicción de que para que una persona pueda destacar, las metas deben ser positivas y estar claramente marcadas. Como maestros y administradores podemos empezar a estar alerta a los estudiantes que están haciendo lo correcto y recompensarles por ello. Esto anima a todo el mundo en la escuela – adultos y estudiantes – a interactuar de forma positiva, lo cual crea relaciones de confianza mutua y provoca una conducta constructiva.

Más buenas noticias: ¡Los padres pueden ser socios valiosos para hacer que PBS funcione! Averigüen si la escuela de su hijo es una escuela PBS. Con frecuencia suele haber una representación de padres en comités de PBS. Pregunten a su hijo si se ha ganado algún boleto de PBS y cómo se lo ha ganado. Prueben este planteamiento en casa si es que todavía no lo han hecho. ¡Los estudios muestran que funciona!

Para preguntas sobre PBS, pónganse en contacto con la Coordinadora de Apoyo a la Conducta Positiva de BVSD Kelly Miller al 303-870-7398 o a Kelly.miller@bvdsd.org.

P y R con el Dr. J

{Preguntas y Respuestas}

P: Después de las vacaciones de verano, ¿qué sugerencias tiene para ayudar a mi hijo a pasar de tener un horario relajado y tranquilo a la rutina de la escuela y evitar el caos que se vive en las primeras semanas de clase?

R: Al igual que el calendario civil, el año escolar también tiene una cierta estacionalidad o flujo. Ahora nos encontramos al principio del ciclo, lo cual nos ofrece una oportunidad única para establecer el ritmo de un año escolar lleno de éxito. Al hacer esto intencionadamente podemos solucionar la transición a la escuela así como los ajustes inevitables de un nuevo año.

Aquí tienen algunas estrategias a tener en cuenta:

Introduzcan un ritual para marcar la transición: Creen una oportunidad para enfocarse en el comienzo de un nuevo año escolar y celebrarlo con sus hijos. Sorpréndanles con una comida especial; quizás con su comida favorita y/o actividad especial. Compartan su orgullo y emoción con la nueva aventura

en que están a punto de embarcarse y reflexionen sobre los eventos positivos del pasado verano.

Den a sus hijos la oportunidad de compartir sus expectativas positivas y negativas:

Nuestros niños tienen mucho que decir si se les da la oportunidad de expresarlo. Dejen que sepan que están verdaderamente interesados en conocer cómo se sienten sobre el nuevo año escolar.

Normalicen sus preocupaciones y ofrézcanles apoyo: Ayuden a sus hijos a entender que es normal sentirse aprensivo al principio de un nuevo año escolar. Consideren compartir sus propias experiencias escolares con ellos. Háganles saber que están de su lado y que estarán siempre dispuestos a ayudarles cuando surjan dificultades.

Consulten periódicamente con sus hijos a lo largo del año escolar: En vez de centrarse en los proyectos escolares, en hacer las tareas y en prepararse por la

mañana, animen a sus hijos a compartir sus experiencias emocionales sobre la escuela. No intenten tanto resolver problemas y escuchen más.

Amplíen su definición de "éxito": Intenten recordar que un buen año escolar tiene mucho más que ver con los esfuerzos puestos que con las calificaciones. Además asegúrense también de poner énfasis en la evolución personal, social y emocional de los niños y de celebrarla.

Al plantar estas semillas temprano aumentarán la probabilidad de que sus hijos prosperen y avancen a lo largo de las próximas estaciones del nuevo año escolar.

¿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



Nuevos Calendarios Anuales de Almuerzos

Padres de estudiantes de primarias e intermedias, ¿recibieron su calendario de almuerzos para 2009-10 de BVSD? Su hijo debería de haber recibido uno durante la primera semana de clases. Tiene una imagen

de jitomates de color rojo brillante en la portada. Si no recibió su calendario, contacte al personal en la oficina de la escuela de su niño. Se encuentra disponible en inglés y en español.

>> Invitación de Parent Engagement Network (PEN)

Padres, están invitados a formar parte de una organización dinámica y en constante estado de crecimiento – el Parent Engagement Network (PEN).

PEN desarrolla las habilidades de los padres y la capacidad de recuperación de los jóvenes a través de oportunidades para conectarse y crear relaciones y de información basada en investigaciones sobre la prevención de conductas de riesgo y sobre la convivencia. La organización usa el marco 40 Developmental Assets creado por el Search Institute así como otros planteamientos de fuerza. PEN está comprometida con la diversidad y con la competencia cultural así como con ayudar a toda la comunidad.

La asociación de PEN con el Distrito Escolar del Valle de Boulder (BVSD) y con agencias locales le permite ofrecer educación, recursos, entrenamiento, mediación y oportunidades de participación que aumentan el nivel de habilidad de los padres, las relaciones y la sustentabilidad. Cientos de padres y de miembros de la comunidad han asistido a eventos de PEN y catalogan como muy alta su experiencia y aprendizaje de habilidades. Los padres voluntarios de las escuelas ofrecen liderazgo e implementación en conjunto con los socios y con los colaboradores de la comunidad. El ocho por ciento de las escuelas de BVSD participan con PEN a través de los líderes de sus escuelas y los

voluntarios ponen en marcha las ideas en sus escuelas a través de eventos interesantes, de la distribución de información, padres mentores, exposiciones, clubes de libros y de otras actividades.

PEN es un movimiento dirigido por padres y enraizado en la comunidad que ha recibido atención local y nacional por su planteamiento interactivo y positivo para involucrar a los padres. PEN ha presentado su exitoso modelo a grupos nacionales, estatales y locales como el U.S. Department of Education, Search Institute, Parent Corps y Assets for Colorado Youth.

Tal y como apareció en Today Show y en la portada de Newsweek en 2004, PEN comenzó como parte de una "Llamada a la Acción" por el entonces superintendente de BVSD George García. PEN empezó como parte del Equipo Especial de Trabajo para el Abuso de Sustancias para fomentar la participación de los padres en la creación de soluciones a las conductas de alto riesgo de los jóvenes. Este equipo de trabajo evolucionó hasta convertirse en el Parent Engagement Network en 2003, después de que varios padres voluntarios se dieran cuenta de que querían involucrar a toda la comunidad en las soluciones.

Acompáñennos en el lanzamiento de PEN este mes de septiembre con las siguientes oportunidades:

El Poder de los Padres, Despertando las Fortalezas Escondidas de Nuestros Jóvenes

Stephanie Hoy, Directora Ejecutiva, Assets for Colorado Youth
Miércoles, 2 de septiembre
6:30-8:30 p.m.
Escuela Intermedia Louisville, 1341 Main Street, Louisville

Criando Niñas con Autonomía Positiva

Rachel Simmons, oradora nacional y autora
Miércoles, 16 de septiembre
6:30-8:30 p.m.
Escuela Intermedia Platt, 6096 Baseline Road, Boulder

Promoviendo una Comunidad de Conexiones

Ed Gerety, orador nacional y autor
Miércoles, 23 de septiembre
6:30-8:30 p.m.
Escuela Preparatoria Broomfield, #1 Eagle Way, Broomfield

Para informarse de cómo participar en PEN, pónganse en contacto con Paula Nelson, Presidenta de PEN, [pnj6225@yahoo.com](mailto:pjn6225@yahoo.com), 303-880-6030 o a Eugenia Brady, Co-Directora de PEN (eugenia.brady@bvsd.org 720-447-1713 o 720-561-5150).



>> Noticias sobre las Vacunas:

Carol Helwig, MPH, Salud Pública del Condado de Boulder, hizo una revisión completa de las vacunas en la publicación de marzo del 2009 de Novedades de Porque Amo a mi Hijo (disponible en <http://bvsd.org/parents/Pages/ThriveNewsletter.aspx>) y la cual les sugerimos que lean. El siguiente artículo ofrece información específica sobre los requisitos de vacunas de BVSD.

Melissa Mequi, Asesora Jurídica de BVSD, revisó los requisitos legales de vacunas y la política del consejo durante la reunión de Liderazgo del Distrito de julio, 2009. Queremos darles la información resultante dado que puede afectar a sus estudiantes.

La ley de vacunas del estado es: C.R.S. § 25-4-902.

Política JHCB del Consejo de BVSD:

Los estudiantes que no presenten:

1. Un certificado de vacunas actualizado;
2. Una autorización firmada por un padre o tutor solicitando que un funcionario local administre la vacuna al estudiante, O
3. Una declaración válida de exención

No serán admitidos en una escuela del distrito.

Si un estudiante que asiste a una escuela del distrito no cumple los requisitos de vacunas, la enfermera de la escuela o su representante deberá enviar una notificación personal y directa de esta falta. La notificación deberá ser efectuada por teléfono, en persona o por escrito.

Dentro de 14 días del recibo de esta notificación personal, el padre, tutor o estudiante (de estar emancipado o ser mayor de 18 años) debe presentar uno de los siguientes:

1. Una declaración válida de exención de las vacunas;
2. documentación que pruebe que la vacuna exigida ha sido administrada al estudiante y un plan por escrito de las fechas de administración de todas las vacunas requeridas en el futuro.

Si el estudiante no presenta ninguno de estos documentos o no observa las fechas detalladas en el plan de vacunas, el

estudiante será suspendido o expulsado de acuerdo con la ley del estado.

En segundo lugar, CDC (Centros para el Control de Enfermedades) ha recomendado que se administre la vacuna de la gripe temporal a todos los niños en edades comprendidas entre los 6 meses y los 18 años de edad así como a las poblaciones a las que ya se ha recomendado que se vacunen. En breve se harán recomendaciones sobre la vacuna H1N1, que actualmente se encuentra en fase de pruebas para prevenir este tipo de gripe, pero seguramente estas recomendaciones incluirán a nuestros estudiantes y a sus familias. Les pedimos que consideren ponerse las vacunas de la gripe (TANTO la temporal como la del H1N1) para prevenir la enfermedad en su familia y el contagio al resto de la comunidad. Gracias.

Pónganse en contacto con su doctor o con el Departamento de Salud para recibir ayuda y más información:

Boulder County Public Health
- <http://www.bouldercounty.org/health/>

Broomfield Public Health - www.broomfield.org/hhs/

Centers for Disease Control and Prevention
- <http://www.cdc.gov/>

Por Susan Rowley RN, MS, CPNP
Coordinadora de Servicios de la Salud y Medicaid, Distrito Escolar del Valle de Boulder, y Sophia Yager RN, BSN,
Coordinadora del Programa, División de Enfermedades Contagiosas, Programa de Inmunizaciones, Salud Pública del Condado de Boulder

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

Conners Bauer
Boulder Healthy
Youth Alliance

>> Dr. Jan Hittelman

Boulder Psychological
Services

Director de Publicación

>> Marsha Moritz

Co-Fundadora de PEN

Editor

>> Maela Moore

Comunicaciones
de BVSD

Contribuidores

>> Paula Nelson

Parent Engagement
Network (PEN)

>> Briggs Gamblin

Comunicaciones
de BVSD

>> Sennen Knauer

Consejeros de BVSD

>> Kathy McMenamin

Representante de PEN

¡Búsquennos en la web!

www.bvsd.org

>> Calendario de Clases y Eventos

SEPTIEMBRE 2009

9/2 El Poder de los Padres, Despertando las Fortalezas Escondidas de Nuestros Jóvenes

Evento de PEN – La presentadora es Stephanie Hoy, Directora Ejecutiva, Assets for Colorado Youth

Miércoles, 2 de septiembre, 6:30-8:30 p.m.

Escuela Intermedia Louisville, 1341 Main Street, Louisville.

Contacto: foxbetsy123@msn.com.

9/4 Art Slam – Celebración Artística de Regreso a la Escuela

¡Arte y música en vivo, baile, juegos, subastas y comida gratis! Viernes, 4 de septiembre, 4-8 p.m.

September High School, 1902 Walnut Street, Boulder

¡Gratis!

Contacto: joy@septemberschool.org

9/8 After Hour Arts y Breakthrough Arts Presentan Clases Extraescolares de Arte Gratis

Cerámica, Dibujo, Cuenta Cuentos Interactivo, Natural Highs, Yoga, Arte de Grafiti y Diseño de Murales, Billar, Baile Africano, Baile Breakin' y Hip Hop, Serigrafía, Tye-Dyeing (teñido atado), Todo Es Diversión y Juegos y muchas otras.

Las clases empiezan el 8 de septiembre y se ofrecen todos los días de la semana. Los adolescentes son bienvenidos.

¡Gratis!

Contacto: joy@septemberschool.org o llamen a Alexis al 303-443-9933

9/8 Educación con Propósito: Posturas de Conciencia y Barreras de la Empatía

Facilitadores del Taller: Jeff y Traci Bushnell

Exploren cómo sus creencias, sus valores y las experiencias vividas influyen su forma de educar a los hijos y cómo cambiar los "mensajes estriados" que les mantienen respondiendo a sus hijos de una forma que no les gusta. Martes, 8 de septiembre, 6:00-8:30 p.m.

Escuela Horizons K-8, 4545 Sioux Drive, Boulder

Precio: \$15

www.centerforcompassionateconnections.org

teléfono: 303-284-5850; email: center4cc@gmail.com

9/22-10/1 Secretos del Internet para los Padres: O Cómo Estar al Nivel de sus Hijos

Esta clase de dos semanas está diseñada para enseñarles las tecnologías actuales del Internet, cómo aprovecharse de ellas y cómo ser productivo para hacer que la tecnología les sirva a ustedes – y a sus hijos. ¡Y sí, también crearán su propia página web de dos páginas en esta clase!

Las clases son los martes y los jueves, 22 sept.-1 oct., 6:30-8:30 p.m.

la Escuela Preparatoria New Vista en Boulder

Precio: \$135. Vean los detalles de la clase e inscribanse en www.bvsd.org/LLL.

>>Calendario de Clases y Eventos

9/16 **Criando Niñas con Autonomía Positiva**

Evento de PEN – Presentadora Rachel Simmons, oradora nacional y autora
Miércoles, 16 de sept., 6:30-8:30 p.m.
Escuela Intermedia Platt, 6096 Baseline Road, Boulder
Contacto: Betsy Fox a foxbetsy123@msn.com.

9/16 **Grupo de Apoyo para Padres de Adolescentes**

Nuevo en 2009, este grupo mensual de apoyo es gratis y está abierto a todos los padres de adolescentes
Se reunirá los miércoles de 6:30-8:00 p.m. el 16 sept., 14 oct., 18 nov. y 9 dic.
September School, 1902 Walnut Street, Boulder.
Hecho posible por una asociación entre September School y Boulder Counseling Cooperative – www.BoulderCounseling.org

9/21 **Caminos del Éxito en la Educación de los Hijos: Cómo Hablar Para que Su Hijo le Escuche**

Panelistas: Karen Wilding, LCSW, Linda Cain, MSED, Dr. Jan Hittelman
Lunes, 21 sept., 7:00-8:30 p.m., Meadows Branch Library, Boulder
Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com

9/23 **Provocando una comunidad de conexiones**

Evento de PEN – El presentador es Ed Gerety, orador nacional y autor
Miércoles, 23 sept., 6:30-8:30 p.m., Escuela Preparatoria Broomfield, #1 Eagle Way, Broomfield
Contacto: Betsy Fox en foxbetsy123@msn.com.

9/28 **Caminos del Éxito en la Educación de los Hijos: La Comunicación y sus Efectos Sobre la Autoestima**

Panelistas: Elizabeth Matthews, LPC, Lauri Benblatt, LPC, Harmony Barrett Isaacs, LPC
Lunes, 28 sept., 7:00-8:30 p.m.
Meadows Branch Library, Boulder
Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com

OCTUBRE 2009

10/5 **Caminos del Éxito en la Educación de los Hijos: Citas Sanas; Relaciones Seguras**

Panelistas: Elizabeth Matthews, LPC, Lauri Benblatt, LPC
Lunes, 5 oct., 7:00-8:30 p.m., Meadows Branch Library, Boulder
Para más información: www.BoulderPsychologicalServices.com

10/7-10/21 **Educar es un Verbo**

Esta clase es para padres y/o abuelos que batallan con niños que no cooperan, irrespetuosos, "fuera de control" y que "se pasan de la raya" en edades comprendidas entre 11 y 99 años. Aprendan estrategias alternativas y soluciones prácticas a problemas familiares como: decisiones y consecuencias, establecer limitaciones, dar libertad, miedo y preocupación, culpabilidad, permisividad, cambio, negación, ira, derechos de los padres, drogas y alcohol.
Las clases son los miércoles de 7-9 p.m., entre el 7-21 de octubre
Escuela Intermedia Manhattan en Boulder
Precio: \$89. Veán detalles completos e inscribáanse en www.bvsvd.org/LLL



Directorio de BVSD de Oportunidades en la Comunidad para los Jóvenes

El Directorio COY para 2009-10 está ahora disponible en la página: www.bvsvd.org/coy. Esta publicación anual de BVSD está llena de actividades enriquecedoras y de servicios que apoyan la salud y el bienestar de los niños y de los jóvenes. Las categorías incluyen deportes, salud y servicios de apoyo, servicios de tutoría y artes. Como parte de la nueva Iniciativa Ecológica de BVSD, el directorio COY ya no se va a imprimir ni enviar a las familias del distrito. Sin embargo pueden encontrar copias impresas en las escuelas a partir de principios de septiembre. También pueden solicitar una copia en español o en inglés a Marla Riley (720-561-5250, marla.riley@bvsvd.org).

Para presentar artículos para el calendario, contacte a: Maela al maela.moore@bvsvd.org

“Creando una comunidad compasiva, conectada y segura en asociación con todos los adultos y la juventud”

2009– 2010 Conversaciones comunitarias, TODOS LOS EVENTOS SON GRATUITOS Y ABIERTOS AL PUBLICO

Miércoles 2 de septiembre	Escuela Intermedia Louisville 6:30-8:30pm	‘¿Cómo están todos los niños?’ 8ª Inauguración Anual de PEN El poder de los padres Iluminando las fortalezas ocultas de nuestra juventud	Bienvenida: Chris King, Superintendente, BVSD Stephanie Hoy Directora Ejecutiva, Assets for Colorado Youth www.buildassets.org
Miércoles 16 de septiembre	Escuela Intermedia Platt 6:30-8:30pm	Criando niñas con autonomía positiva Base personal y habilidades en el manejo de conflictos para resolver conflictos	Rachel Simmons, autora y presentadora nacional, respaldada por Oprah, “Odd Girl Out” y “Curse of the Good Girl” www.rachelsimmons.com
Miércoles 23 de septiembre	Preparatoria Broomfield 6:30-8:30pm	Provocando una comunidad de conexiones Aprenda técnicas para romper barreras y fortalecer las conexiones con nuestros hijos, otros jóvenes y la comunidad	Ed Gerety Autor y presentador nacional www.edgerety.com
Lunes 19 de octubre	Centro de Educ. BVSD 6:30-8:30pm	Cosechando familias saludables Alimentando la mente, el cuerpo y el alma de la comunidad	Colaboración comunitaria: Bryce Browne, Bryce@growefoundation.org www.growefoundation.org
Jueves 19 de noviembre	Centro de Educ. BVSD 9:00-11:00am	Corazón Docente <i>Reconociendo y desarrollando la Inteligencia Social y Emocional</i> La clave al éxito de los hijos y su Integridad	Tom McSheehy, terapeuta y educador www.teachingheart.com
Miércoles 9 de diciembre	Preparatoria Centaurus 6:30-8:30pm	Celebrando la Diversidad y el poder de la comunidad Habilidades prácticas para hacer conexiones auténticas unos con otros	Colaboración comunitaria: Bill De La Cruz, De La Cruz, Consulting Inc., b.delacruz@comcast.net
Miércoles 13 de enero	Escuela Intermedia Louisville 6:30-8:30pm	Padres de Alto Rendimiento Habilidades para los padres en nuestro acelerado mundo	Adam Fels, Director, LMS Adam.fels@bvsd.org
Jueves 28 de enero	Preparatoria Monarch 6:30-8:30pm	ESPERANZA (HOPE): Usted no está solo Conciencia de la prevención del suicidio y la depresión Voces de Fortaleza, capacitación y recursos	Coalición HOPE del Condado de Boulder www.hopecoalitionboulder.org
Jueves 18 de febrero	Centro de Educ. BVSD 9:00-11:00am	El cuerpo humano integral Creando y aceptando relaciones con nuestro cuerpo, educación y recursos sobre trastornos de la alimentación	Colaboración comunitaria: Isabelle Tierney, de The Body Beloved Revolution isabelle@bodybeloved.com
Febrero	Tarde-noche	Marca de Belleza Un filme desafiando nuestro punto de vista sobre la belleza	CAMPAÑA DE RECAUDACIÓN DE FONDOS PARA PEN Esté atento para más detalles
Jueves 11 de marzo	Centro de Educ. BVSD 9:00-11:00am	Comunicación compasiva Profundizando las conexiones de padres e hijos	Jeff y Traci Bushnell www.centerforcompassionateconnections.org
Martes 16 de marzo	Peak to Peak 6:30-8:30pm		
Jueves 1 de abril	Centro de Educ. BVSD 9:00-11:00am	Transiciones Herramientas desde la escuela primaria hasta la preparatoria	Sue Wong , experta de Practical Parenting 303-449-1486
Mayo	Se anunciará	8ª Celebración Anual de PEN	

Conversaciones comunitarias de PEN:

9:00-9:30 trabajo en grupos *9:30-11:00 Presentación*

*Construyendo relaciones y redes de comunicación -*Involucrando a los padres, a los jóvenes y miembros de la comunidad para aumentar el aumentar la capacidad para adaptarse y el crecimiento vigoroso de nuestra juventud

*Brindando información basada en las investigaciones, así como las mejores prácticas en la prevención de conductas de riesgo

Preguntas: Contacte a Betsy Fox, Instructora Líder de PEN foxbetsy123@msn.com

Para recursos, actualidades y otra información, por favor visite: www.parentengagementnetwork.org

Foothills Clases para Padres/Madres

Otoño 2009

¿Está listo para regresar la diversión a su rol de padre/madre?
¿Está buscando destrezas sencillas y prácticas que pueda utilizar inmediatamente?
Agregue más herramientas de ser padre/madre a su caja de herramientas

Como ser Padres con Amor y Lógica®

Oct. 5 - Nov. 16 (Lunes) 6:30–9:00 PM
(no class Oct. 26)
Heatherwood Elementary School,
7750 Concord Drive, Boulder
Instructor: Stephanie Bryan

Oct. 15 - Dec. 3 (Jueves) 6:30–9:00 PM
(no class Oct. 29 and Nov. 26)
Mesa Elementary School,
1575 Lehigh, Boulder
Instructor: Cyndi Goldfarb

Oct. 28 - Dec. 9 (Miércoles) 6:00–8:30 PM
(no class Nov. 25)
Louisville Recreation Center,
900 Via Appia, Louisville
Instructor: Sheryl Schwabe

Nov. 2 - Dec. 14 (Lunes) 6:00–8:30 PM
(no class Nov. 23)
Superior Elementary School,
1800 S. Indiana, Superior
Instructor: Cyndi Goldfarb

Active Parenting for Stepfamilies™

Sept. 29 - Nov. 17 (Martes) 6:30–9:30 PM
(No class Oct. 27, Nov. 3)
Dreamcatcher Direct Instruction Center,
5440 Conestoga Ct. (near 55th and Arapahoe),
Boulder
Instructor: Stephanie Bryan

REAL Parenting®

Sept. 24, Oct. 1, 8, 22, Nov. 12 (Jueves) 6:30–9:15 PM
Dreamcatcher Direct Instruction Center,
5440 Conestoga Ct. (near 55th and Arapahoe),
Boulder
Instructor: Stephanie Bryan

Become Empowered: Connect with Your Parent so You are Heard and Respected, a concurrent class for teens run by teen coach Mary Lynne Coleman. See details at www.BeGreatTeenCoach.com/class-schedule/

Costo Y Cuidado de Niños:

Childcare está disponible para las clases en Parenting Place y Lyons Community Church. Llame a los facilitadores para información sobre el precio, incluyendo precio por parejas, y becas e información sobre cuidado de niños.

¡Amor y Logica para ser padres en la Ninez Temprana hecho diversion!® en Ingles

Sept. 19 - Oct. 17 (Sábado) 10:00 AM–12:30 PM
Parenting Place,
1235-A Pine Street, Boulder
Instructor: Sheryl Schwabe
Childcare available

Sept. 23 - Oct. 21 (Miércoles) 6:00–8:30 PM
Louisville Recreation Center,
900 Via Appia, Louisville
Instructor: Sheryl Schwabe

Oct. 6 - Nov. 17 (Martes) 9:00–11:15 PM
(No classes Oct. 27, Nov. 3)
1530 55th Street (near 55th and Arapahoe),
Boulder
Instructor: Stephanie Bryan

Oct. 7 - Nov. 11 (Miércoles) 6:00–8:15 PM
(No class Oct. 28)
Lyons Community Church,
350 Main, Lyons
Instructor: Cyndi Goldfarb
Childcare available

Oct. 24 - Nov. 21 (Sábado) 10:00 AM–12:30 PM
Parenting Place,
1235-A Pine Street, Boulder
Instructor: Sheryl Schwabe
Childcare available

Siblings Without Rivalry™

Dec. 1, 5, 22, Jan. 5, 12, 19 (Martes) 6:30–9:00 PM
Dreamcatcher Direct Instruction Center,
5440 Conestoga Ct. (near 55th and Arapahoe),
Boulder
Instructor: Stephanie Bryan

Los Facilitadores

Stephanie Bryan
(303) 397-0646 or www.REALparenting.net
Cyndi Goldfarb
(303) 494-8373 or www.boulderparentingclasses.com
Sheryl Schwabe
(303) 520-6803 or sschwabe@comcast.net

www.FoothillsParentingClasses.com

Crear una clase en su localidad

Si está interesado en tomar clases de Como Ser Padres con Amor Y Logica en español, puede comunicarse con Marinela Maneiro al (303) 819-7606