



BOLETÍN MENSUAL PARA LAS FAMILIAS



Edición sobre la seguridad en el hogar

Los visitadores domiciliarios de First Steps están aquí para ayudarlo a hacer de su hogar un lugar seguro y acogedor donde tu pequeño pueda desarrollarse plenamente. Juntos, podemos hablar sobre consejos de seguridad y compartir ideas o recursos simples que se adapten a las necesidades de su familia. Nuestro objetivo es ayudarlo a crear un espacio donde su hijo pueda explorar, aprender y sentirse seguro todos los días.

Crear un plan de seguridad familiar le ayuda a estar preparado en caso de una emergencia.

Seguridad de los niños pasajeros/seguridad de los asientos de coche

- Los niños menores de 2 años deben permanecer mirando hacia atrás en un asiento de seguridad infantil o convertible
- Deben permanecer orientados hacia atrás hasta que hayan superado las limitaciones de peso o altura del arnés orientado hacia atrás de su asiento. Esto puede ser mucho más allá de los 2 años de edad.
- Luego deben permanecer en un asiento orientado hacia adelante con arnés interno hasta que tengan 4 años Y hayan alcanzado las limitaciones máximas de peso o altura de su asiento.
- Luego deben hacer la transición a un asiento elevador de posicionamiento del cinturón utilizando el cinturón de regazo y el cinturón de hombro.
- Más información en <https://dps.mn.gov/>
- Registre el asiento de su hijo para recibir retiros y avisos de seguridad. Llene la tarjeta que viene con su asiento, o hágalo en línea: <https://www.nhtsa.gov/>
- Ingrese el número de VIN de su vehículo en <https://www.nhtsa.gov/recalls> para averiguar si su vehículo necesita reparación como parte de un retiro.
- Puede ser elegible para un asiento de seguridad gratuito a través de su plan de salud. ¡Pídale más información a su enfermera de salud pública! Por último, ¡recuerde usar el cinturón de seguridad y limitar las distracciones mientras conduce!



Seguridad en el patio de recreo

Mientras buscamos un clima más cálido en primavera, eche un vistazo a sus parques locales y parques infantiles públicos para divertirse al aire libre. Los parques infantiles ayudan a los niños a ejercitar sus cuerpos, cerebros y habilidades sociales, mientras les permiten jugar de forma libre y no estructurada, lo cual es importante para su desarrollo. Obtenga más información sobre los consejos de seguridad para parques infantiles en <https://tinyurl.com/4zhpvhkf>

Los cascos pueden ayudar a proteger a su hijo de una lesión cerebral o en la cabeza grave. Es importante para su niño. También es muy importante que los cascos se ajusten correctamente y se usen de manera consistente y correcta.



Poison Help

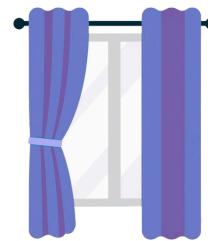
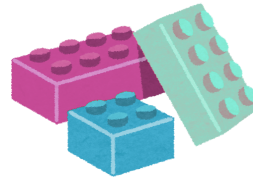
¿Pensando en hacer un poco de limpieza de primavera? Asegúrese de que sus artículos de limpieza estén almacenados de forma segura para evitar que su bebé se meta en ellos. Póngase en contacto con "Poison Control" si sospecha de una intoxicación. Más información en <https://www.poison.org/>



Plan de seguridad en el hogar

De todo el hogar

- Compruebe si hay juguetes y objetos pequeños en el suelo o al alcance de su hijo para evitar se atragante.
- Tenga detectores de monóxido de carbono en funcionamiento instalados a menos de 10 pies de cada habitación utilizada para dormir.
- Tenga detectores de humo en funcionamiento en dormitorios y pasillos. Comprueba su funcionamiento cada mes y cambia las baterías una vez al año.
- Asegure o fije los muebles pesados o inestables al suelo o a la pared.
- Mantenga su hogar sin humo y anime a los fumadores a lavarse las manos y cambiarse de ropa después de fumar fuera.
- Instale puertas de seguridad en la parte superior e inferior de las escaleras.
- Coloque cubiertas en los enchufes eléctricos no utilizados.
- Instale cerrojos en los armarios o las puertas, especialmente en aquellos que contengan productos de limpieza u objetos pequeños que puedan suponer un riesgo de asfixia.
- Aleje los muebles de las ventanas e instale topes o protectores de ventanas para evitar que se abran más de 4 pulgadas.
- Mantenga los cables de las persianas, cortinas o monitores de bebé fuera del alcance de su hijo.
- Gire las asas de la olla hacia la parte posterior de la estufa y use los quemadores de la parte posterior de la estufa cuando cocine.



Asegúrese de guardar los artículos potencialmente peligrosos detrás de armarios o cajones cerrados con llave, incluyendo:

- Medicamentos
- Vitaminas
- Productos de tabaco y cannabis
- Bolsas de plástico
- Cerillas o encendedores
- Armas, cuchillos, tijeras, maquinillas de afeitarse y otros objetos punzantes
- Artículos de limpieza
- Armas y municiones
- Bebidas energéticas y alcohol



¿A QUIÉN LLAMAR EN CASO DE EMERGENCIA?

Mi dirección es:

Nombre:

Teléfono:

Nombre:

Teléfono:



911



¿Qué es Help Me Grow y ECSE?



Help Me Grow (HMG) conecta a las familias con exámenes de desarrollo, recursos y apoyo gratuitos. Si un niño necesita ayuda adicional, Early Childhood Special Education (ECSE) brinda servicios

para niños desde el nacimiento hasta los cinco años que cumplan con los requisitos. Estos servicios se ofrecen en su propia comunidad y se basan en lo que su hijo necesita para aprender y desarrollarse plenamente.

En Minnesota, su distrito escolar se pondrá en contacto con usted para programar una prueba de detección o una evaluación una vez que se haya solicitado a Help Me Grow. Obtener apoyo temprano ayuda a los niños a desarrollar habilidades sólidas y alcanzar su mejor potencial.

HMG y ECSE trabajan juntos para ayudar a las familias a obtener respuestas sobre el desarrollo de sus hijos y acceder a la intervención temprana. Las solicitudes pueden presentarse en cualquier momento, y su hijo no necesita un diagnóstico. Puede hacer una solicitud usted mismo o pedirle ayuda a su visitador domiciliario o al proveedor de atención médica de su hijo.

Obtenga más información en: <https://helpmegrowmn.org/>

Datos curiosos sobre First Steps



Les pedimos a nuestros visitantes domiciliarios que compartieran un dato curioso sobre sí mismos o un talento escondido. Esto es lo que compartieron:

- Monto a caballo y compito en carreras de barriles
- Puedo leer durante períodos muy largos a la vez
- Soy súper flexible
- Desde hace más de un año, utilizo exclusivamente un sacaleches
- Soy astuto--coser, ganchillo, edredón, punto de cruz
- Hago tartas caseras y coso
- He hecho una pirámide de cinco niveles con gente esquiando detrás de una lancha
- Puedo hacer que mis ojos tiemblen
- Todos los veranos preparo encurtidos
- Puedo bailar unos pasos
- Puedo hacer una parada de cabeza
- Me encanta organizar cosas
- Puedo ser reflexivo
- Puedo hacer proyectos de bricolaje
- Soy una cantante famosa en mi auto y en la ducha
- Puedo enrollar mi lengua para parecer un trébol de tres hojas
- Fabrico varitas de Harry Potter con madera.
- Me encanta esquiar en slalom
- Estoy tejiendo a mi hijo una manta de bandera mundial
- ¡Me encanta viajar y acampar! ¡Estoy intentando visitar los 50 estados!

Actividades Del Mes



Manualidades primaverales con huellas de manos
<https://tinyurl.com/4pxf7ztd>

Apoyo a la alimentación infantil

Martes

- 9:30a-11:30a, Monticello Community Center
- 9:30a-11:30a, St. Cloud YMCA 

Miércoles

- 9:30a-11:30a, Wright County Historical Society, Buffalo 
- 1:30p-3p, Maple Grove Hospital

Jueves

- 10a-12p, Mainstreet Family Resource Center, Elk River 
- 11a-12:30p, Cambridge-Isanti Adult Enrichment Center

Viernes

- 10a-12p, Options for Women -Cornerstone, St. Michael



= cuando el personal de 'First Steps' está presente

Atención plena

Yoga con temática primaveral



Obtenga más información sobre las siguientes posturas y actividades de yoga con temas de primavera para niños en:
<https://tinyurl.com/53h8uezx>



https://youtu.be/XasWLqrv-FM?si=WVFX6Ji-RTbMN_Xx



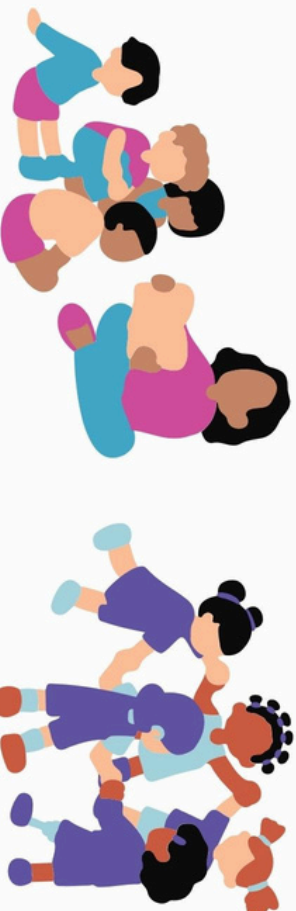


MANUALIDADES | ACTIVIDADES | CONEXIÓN

¡Se invita a los cuidadores y niños a unirse a First Steps para una mañana divertida de manualidades diseñadas para fomentar la conexión, creatividad y comunidad!

MÉRCOLES, 1 DE ABRIL
10:00AM – 1:00PM
MAINSTREET FAMILY RESOURCE CENTER
400 JACKSON AVE NW
ELK RIVER, MN 55330

VIERNES, 17 DE ABRIL
10:00AM – 12:00PM
1010 COMMUNITY OUTPOST
1114 – 9TH AVE SE
ST. CLOUD, MN 56304



EVENTO GRATUITO Y ABIERTO PARA TODOS



Join us once a month at the Family Resource Center for our **Diaper Club** — a supportive event where you can pick up **FREE diapers for your family!**

400 Jackson Ave NW
Elk River, MN 55330



1 de abril de 2026, de 13:00 a 16:00

Únase a nosotros una vez al mes en el Centro de recursos familiares para nuestro Club de pañales: ¡un recurso de apoyo para las familias!

Ubicación: Elk River Family Resource Center 400
Jackson Ave NW Elk River, MN 55330

*Nota: Las familias de Big Lake también pueden solicitar que se les recoja en Liberty Elementary enviando una solicitud con antelación. Envíe un correo electrónico a_ para obtener más información

FAMILY CAMP 2026

Main Street
FAMILY RESOURCE CENTER

FREE Summer Family Camp —all activities included!

Outdoor Adventures

Family Connection & Play
Nature Exploration

STEM Based Learning

Science & Nature
Engineering & Building

Arts and Crafts

Nature-Inspired Crafts

Wednesdays:
June 17th, July 8th,
July 22nd, August 5th

Time:
1:00pm–3:00pm

Location:
Lions Park
21960 Co Rd 5,
Big Lake, MN 55309

Registration Requested by May 15th, 2026

763-595-1420

www.mainstreetfamilyservices.org

MBAH KENNEL LICENSE MN1160200

PET FOOD Pantry

TCHS OFFERS A PET FOOD PANTRY WITH EXCESS DONATED FOOD. PEOPLE CAN TAKE 1 BAG OF CAT AND/OR DOG FOOD PER VISIT.

THE PANTRY IS IN OUR FOR PETS' SAKE THRIFT STORE (NEXT TO OUR SHELTER).

THE HOURS:
WEDNESDAY-FRIDAY, 12-6 P.M.
SATURDAY AND SUNDAY, 12-5 P.M.

**CAN'T WAIT UNTIL THE PANTRY IS OPEN?
GIVE US A CALL AT 320-252-0896!**



¿Es usted un adulto que vive en el Condado de Sherburne?

¿Está enfrentando la soledad, el aislamiento, desafíos de salud mental o la falta de apoyo comunitario o amigos(as)?

¡Está invitado(a) a nuestros eventos GRATUITOS!

Los eventos se llevarán a cabo en el "Maple Room" del Sherburne County Government Center.

March 18
1-2:30PM

Palomitas y rompecabezas con Peach
Conozca a Peach, la perrita de terapia; disfrute palomitas, rompecabezas y una buena charla

April 15
1-2:30PM

Club de Cartas
¡Cribbage, rummy, Skip-Bo y más!
Únase para diversión y competencia amistosa.

May 20
1-2:30 PM

¡Mayo es el Mes de la Salud Mental!
Mes de la Atención Plena
Únase a nosotros para actividades de atención plena y un hablante sobre salud mental.

June 17
1-2:30 PM

Bingo y Convivencia
Juegue bingo, gane premios y socializa con otros.

Questions? RSVP? Contact us at:
CSP@co.sherburne.mn.us o **612-584-8017**

Hoy servicio de cuidado de niños disponible en la sala de "YMCA Childcare" ubicado en el segundo piso.
13880 Business Center Drive NW Elk River, MN
<https://www.co.sherburne.mn.us/>



¿Es usted un adulto que vive en el Condado de Sherburne?

¿Está enfrentando la soledad, el aislamiento, desafíos de salud mental o la falta de apoyo comunitario o amigos(as)?

Los eventos se llevarán a cabo en el "1010 Community Outpost" (1114 9th Ave. SE, St. Cloud, MN 56303)

March 25
5:30- 7 PM

Palomitas y rompecabezas con Peach
Conozca a Peach, la perrita de terapia; disfrute palomitas, rompecabezas y una buena charla

April 22
5:30- 7 PM

Club de Cartas
¡Cribbage, rummy, Skip-Bo y más!
Únase para diversión y competencia amistosa.

May 27
5:30- 7 PM

¡Mayo es el Mes de la Salud Mental!
Mes de la Atención Plena
Únase a nosotros para actividades de atención plena y un hablante sobre salud mental.

June 24
5:30-7 PM

Bingo y Convivencia
Juegue bingo, gane premios y socializa con otros.

Questions? RSVP? Contact us at:
CSP@co.sherburne.mn.us o **612-584-8017**

<https://www.co.sherburne.mn.us/>

