

Conversaciones de mesa

Desarrollo de valores

El instituto de investigaciones (*Search Institute*®) ha identificado los siguientes componentes básicos para el desarrollo saludable, conocidos como Desarrollo de Valores®. Estos ayudan a los jóvenes a crecer sanos, afectivos y responsables. Cada trimestre, destacaremos un valor interno y uno externo. (Fuente: searchinstitute.org).

Fuerza personal

VALOR INTERNO

Los jóvenes sienten que tienen control sobre "las cosas que me pasan".

Relaciones con otros adultos

VALOR EXTERNO

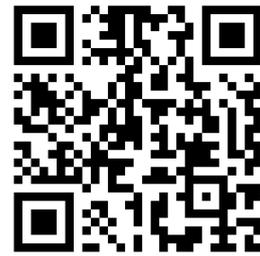
Los jóvenes reciben apoyo de tres o más adultos que no son sus padres.

Desarrollar la fuerza personal y las relaciones este otoño

Consejos

- Escuche a su hijo sin darle siempre consejos ni opiniones.
- Pídale su opinión.
- Admita sus errores y explique cómo aprendió de ellos.
- Hable con sus hijos como quiere que le hablen.
- Pídeles a otros adultos preocupados que pasen tiempo con su hijo.

¡SEMINARIOS WEB GRATUITOS!



operationparent

Septiembre

Mes de la prevención del suicidio

- 7: Día de los abuelos
- 10: Día mundial para la prevención del suicidio
- 11: Día del patriota
- 22: Día nacional de la familia
- 23: Día internacional de las lenguas de señas

Octubre

Mes de la prevención del consumo de sustancias en la juventud

- 3: Día mundial de la sonrisa
- 7: Día del "tú me importas"
- 10: Día mundial de la salud mental
- 23-31: Semana del lacito rojo

Noviembre

Mes de agradecimiento a las familias militares

- 11: Día de los veteranos
- 23: Semana de la conversación



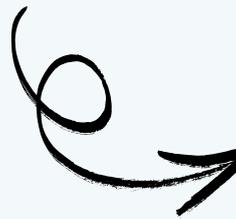
Datos KIP

La Encuesta de Incentivos para la Prevención de Kentucky (KIP, por sus siglas en inglés) es una encuesta que se lleva a cabo cada dos años en la mayoría de los estudiantes de 6to, 8vo, 10mo y 12vo grado en las escuelas públicas de Kentucky. (No todos los distritos escolares participan). Estos resultados son de la encuesta del 2021.

13% de los estudiantes de octavo grado de Kentucky informan que **NO** conocen a un adulto dentro o fuera de la escuela con quien puedan hablar o acudir en busca de ayuda.

El principal factor de protección en la vida de un niño para aumentar su resiliencia y para ayudarlo a superar la adversidad es contar con un adulto de confianza con quien pueda hablar. Fortalezca su conexión con los jóvenes siendo ese adulto de confianza y contribuyendo a aumentar los factores de protección para los niños de todo el mundo.

PADRES,
¿QUIEREN
SABER MÁS?



Temas para iniciar conversación

- Nombra a una persona en tu vida que sea generosa contigo y/o con los demás.
- ¿Cuándo, dónde y con quién te sientes más conectado?
- ¿Cómo contribuyes con tu comunidad?
- ¿Cómo decides si ayudar o no a alguien?



Chili de pollo

Porciones: 4 | Tamaño de la porción: 1 ½ taza

Ingredientes

- 10 onzas de pollo enlatado/ envasado
- 1 lata (15 onzas) de tomates picados con pimientos verdes y cebollas
- 1 lata (15 onzas) de frijoles colorados bajos en sodio
- 1 lata (8 onzas) de salsa de tomate sin sal añadida
- 1/2 taza de agua
- 1 cucharada de chile en polvo
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1/2 cucharadita de sal
- 1/4 cucharadita de pimienta negra

Instrucciones

1. En una cacerola mediana, caliente la salsa de tomate y el agua a fuego medio.
2. Agregue los tomates enlatados, los frijoles colorados y el pollo.
3. Agregue el chile en polvo, el ajo en polvo, la sal y la pimienta.
4. Cuando rompa a hervir, reduzca el fuego y cocine a fuego lento durante 10 minutos.

Consejo: También puede poner todos los ingredientes en una olla de cocción lenta y cocinar a potencia alta durante 2 horas, o a potencia baja durante 4 horas.



[thedinnertableproject.org](https://www.thedinnertableproject.org)

