

El Proyecto de la hora de la cena

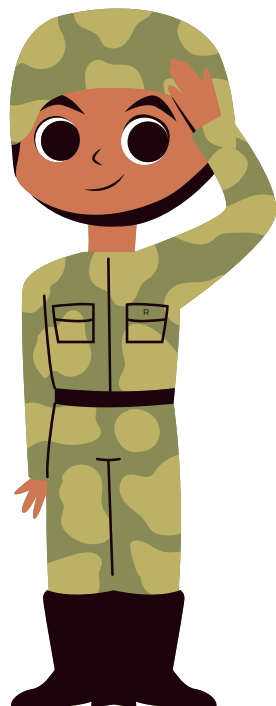
Un programa para que las familias coman juntas, se diviertan y se sientan allegados a través de la conversación.

Preguntas a hacer todos los días

¿Cuáles son 3 cosas por las que te sientes agradecido hoy?

¿Qué aprendiste hoy?

¿Cómo hiciste que alguien sonriera en el día de hoy?



¡Abril es el mes de los niños de los militares!

Abril se reserva como el momento para reconocer a los niños de los militares por su sacrificio y valentía en el frente doméstico.

Los niños de los militares enfrentan separaciones, despliegues, mudanzas frecuentes e incluso las lesiones de sus padres como parte de la vida en la que nacieron o a la que se incorporaron con sus familias. ¡Tómese un tiempo este mes para agradecerles a los niños de los militares en su vida!

Temas para iniciar conversación

¿Cuándo fue un momento en el que mostraste valentía?

¿Qué te hace sentir esperanzado?

Si pudieras vivir en un programa de televisión, ¿cuál sería?



Horneado de manzana y zanahoria

1 lata (14.5 onzas) de zanahorias en rodajas (puede usar 2 tazas de zanahorias al vapor frescas o congeladas)

5 manzanas medianas, peladas y cortadas en rodajas (aproximadamente 4 tazas)

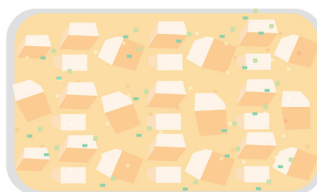
¼ taza de azúcar moreno claro

1 cucharada de harina

1 cucharadita de canela

2 cucharadas de mantequilla sin sal

½ taza de jugo de naranja



Precaliente el horno a 350° F (176° C). Coloque las manzanas y las zanahorias en una cacerola engrasada de 1½ cuarto de galón. En un recipiente pequeño, mezcle el azúcar moreno, la harina y la canela; espolvoree sobre las zanahorias y manzanas. Unte la mezcla de zanahoria y manzana con mantequilla y cubra con jugo de naranja. Hornee sin tapar durante una hora o hasta que la mezcla de azúcar se caramelice.

8 porciones • Tamaño: 3/4 taza



Premio Estrella Púrpura de Kentucky

El Premio Estrella Púrpura es un reconocimiento patrocinado por el estado a la dedicación y el apoyo de las escuelas a los jóvenes relacionados con el ejército. La misión del Programa del Premio Estrella Púrpura es inculcar un sentido de conexión y fortalecer la capacidad de recuperación entre los jóvenes de Kentucky conectados con el ejército. La designación del Premio Estrella Púrpura les permite a los padres militares, ya sea que estén en servicio activo o en la Guardia Nacional y las Reservas, saber que una escuela se dedica a ayudar a sus hijos a adquirir las habilidades educativas necesarias para estar preparados para la universidad, la fuerza laboral y la vida.

Datos divertidos

¡Hay 92 escuelas Estrella Púrpura en Kentucky! ¿Es su escuela una escuela Estrella Púrpura?



Desarrollo de valores

El instituto de investigaciones *Search Institute* ha identificado 40 puntos positivos y fortalezas que los jóvenes necesitan para triunfar. Estos están enfocados en las relaciones, oportunidades, valores, compromisos y más. Nosotros le presentaremos de 2 valores cada mes y le proporcionaremos consejos para que los incorpore a su vida cotidiana. ¡Vea toda la lista de valores en nuestro sitio web o vaya a: www.search-institute.org!



Valor externo - Apoyo familiar

Es importante que su hijo sienta amor y apoyo. Los padres pueden demostrar amor y apoyo cuando dejan de hacer lo que están haciendo y le prestan toda su atención a su hijo cuando este acude a usted con un problema, pregunta o inquietud; ¡el contacto visual ayuda mucho! También se puede mostrar amor y apoyo preguntándole a su hijo cuáles fueron sus “altos” y “bajos” del día y ayudándolo a encontrar maneras de mejorar sus “bajos”.

Valor interno - Conocimiento de culturas

Aumente el conocimiento de su hijo sobre las culturas aceptando las diferencias. Esto se puede hacer hablando de su propia cultura con su hijo, así como destacando las diferencias entre otras culturas. Ayude a su hijo a comprender que las diferencias son cosas positivas y nos hacen quienes somos. Encuentre maneras de incorporar las diferencias culturales en la vida cotidiana de su hijo viendo películas de personas que no se parecen a ustedes o pidiéndole que le ayude a cocinar un plato de otro país para la cena.

DTP... ¡sobre la marcha!

Como padres, tenemos la posibilidad de enseñarles a nuestros hijos empatía y compasión hacia los demás. Esto se puede lograr mostrando respeto, empatía y amabilidad hacia los demás. Cuando viajamos en el automóvil podemos aprovechar el momento para que los miembros de la familia compartan e intercambien ideas sobre cómo pueden marcar una diferencia positiva en sus comunidades y escuelas trabajando como voluntarios. Hay varias organizaciones sin fines de lucro, como refugios para animales, refugios para personas sin hogar, despensas de alimentos e iglesias, que agradecen la ayuda de los voluntarios.



¡Ayúdenos a mejorar nuestros boletines llenando esta encuesta rápida!



dinnertableproject.org

