

NOV 2021

The Dinner
Table Project

Table Talks

COMENZAR CONVERSACIONES SIGNIFICATIVAS CON SU HIJO(A) ADOLESCENTE

ELEMENTOS FUNDAMENTALES DEL DESARROLLO

Search Institute® ha identificado los siguientes componentes de un desarrollo saludable, que se conocen como Elementos Fundamentales del Desarrollo. Estos ayudan a los (las) jóvenes a crecer con salud, solidaridad y responsabilidad. Cuando los (las) jóvenes tienen más elementos, es más probable que progresen ahora y en el futuro.



EXPECTATIVAS ALTAS

TANTO LOS TUTORES COMO LOS
DOCENTES ALIENTAN AL (A LA)
JOVEN A TENER ÉXITO

VÍNCULO CON LA ESCUELA
EL (LA) JOVEN SIENTE INTERÉS POR
SU ESCUELA

COSAS QUE DEBE EVITAR DECIRLE A SU HIJO(A) ADOLESCENTE "¿QUÉ TE HICISTE?"

COMENZAR UNA CONVERSACIÓN DE ESTA MANERA PUEDE ANULAR INMEDIATAMENTE LA COMUNICACIÓN ENTRE USTED Y SU HIJO(A) ADOLESCENTE. SI BIEN PUEDE NO GUSTARLE EL NUEVO COLOR QUE ELIGIÓ PARA SU CABELLO, DECIR ALGO ASÍ SOBRE LOS CAMBIOS FÍSICOS PUEDE PROVOCAR QUE SU HIJO(A) ADOLESCENTE SE SIENTA JUZGADO(A) Y QUE NO ES LO SUFICIENTEMENTE BUENO(A) PARA USTED.



EL DÍA DE LOS VETERANOS ES UNA CELEBRACIÓN PARA RENDIR HOMENAJE A LAS PERSONAS QUE SIRVIERON EN LAS FUERZAS ARMADAS DE ESTADOS UNIDOS Y RECONOCERLAS POR SU PATRIOTISMO, SU ENTREGA A NUESTRO PAÍS Y LA VOLUNTAD PARA SERVIR Y SACRIFICARSE POR EL BIEN COMÚN. EN KENTUCKY, ACTUALMENTE TENEMOS APROXIMADAMENTE 295.000 VETERANOS.

ESTE NOVIEMBRE, TÓMESE UN TIEMPO PARA AGRADECERLES A LOS VETERANOS, A LOS MIEMBROS DE LAS FUERZAS ARMADAS EN SERVICIO ACTIVO Y A SUS FAMILIAS EN NUESTRA COMUNIDAD.

DATOS DE LA ENCUESTA KIP

La encuesta Incentivos para la Prevención de Kentucky (KIP) es una encuesta semestral que hacen la mayoría de los estudiantes de 6.º, 8.º, 10.º y 12.º en las escuelas públicas de Kentucky (no participan todos los distritos escolares). Estos resultados son de la encuesta de 2018.

46.7%

DE LOS ESTUDIANTES QUE VAN AL 10.º GRADO EN KENTUCKY DIJERON QUE SERÍA "FÁCIL" O "MUY FÁCIL" CONSEGUIR ALCOHOL SI QUISIERAN.



- LA FACILIDAD CON LA QUE UN ADOLESCENTE CONSIGUE ALCOHOL PUEDE SER UN FACTOR DETERMINANTE EN EL CONSUMO
- LOS ADOLESCENTES SUELEN CONSEGUIR ALCOHOL DE SUS CONOCIDOS QUE YA TIENEN LA MAYORÍA DE EDAD PARA COMPRARLO.
- ES IMPORTANTE QUE LOS ADULTOS QUE TIENEN BEBIDAS ALCOHÓLICAS EN SU CASA LAS GUARDEN BAJO LLAVE.

PASTEL DE SALCHICHAS DE CERDO

INGREDIENTES

- 1 libra de salchichas de cerdo
- 1/4 taza de aceite de canola
- 2 tazas de mezcla para hornear /panecillos
- 2 manzanas medianas, sin cáscara y cortadas en rodajas finas
- 1-1/3 tazas de leche al 2 %
- 2 cucharadas de azúcar con canela
- 2 huevos grandes
- Miel de maple

INSTRUCCIONES

1. Precalentar el horno a 350°.
2. En una sartén a fuego medio, cocinar y desmenuzar las salchichas hasta que desaparezca el color rosado, entre 5 y 7 minutos. Escurrir el líquido.
3. En un recipiente, poner la mezcla para hornear, la leche, los huevos y el aceite y mezclar todo hasta unir bien todo. Agregar las salchichas.
4. Colocar la preparación en una fuente para horno de 13 x 9 pulgadas. Cubrir con las rodajas de manzana y espolvorear con el azúcar con canela. Hornear hasta que tome consistencia, 30- 45 minutos. Servir con la miel.

TEMAS PARA INICIAR UNA CONVERSACIÓN

¿CUÁLES SON LAS 3 COSAS QUE TIENES PARA AGRADECER HOY?

¿CONOCES A ALGÚN VETERANO?

¿POR QUÉ CREEES QUE LOS ADOLESCENTES CONSUMEN SUSTANCIAS COMO EL ALCOHOL, LOS INHALADORES O LA MARIHUANA?

¿CÓMO CREEES QUE SE PODRÍA DETENER EL CONSUMO DE SUSTANCIAS EN LOS ADOLESCENTES?



thedinnertableproject.org



KENTUCKY
REGIONAL
PREVENTION
CENTERS