

charlas de sobremesa

ACTIVOS DE DESARROLLO

Search Institute® ha identificado los siguientes pilares fundamentales para un desarrollo saludable — conocidos como Activos para el Desarrollo® — que ayudan a los jóvenes a crecer sanos, solidarios y responsables. Cada trimestre, destacaremos un activo interno y uno externo (Fuente: searchinstitute.org).

Comunicación familiar positiva

ACTIVO INTERNO

Los jóvenes y sus padres se comunican de forma positiva y están dispuestos a buscar el consejo y la orientación de sus padres.

Competencia interpersonal

ACTIVO EXTERNO

LOS JÓVENES POSEEN EMPATÍA, SENSIBILIDAD Y HABILIDADES PARA LA AMISTAD.

¡DESARROLLA UNA COMUNICACIÓN FAMILIAR POSITIVA Y LA COMPETENCIA INTERPERSONAL ESTE INVIERNO!

¡Consejos!

Comparte tus sentimientos con calma.

- Pregúntale a tu hijo cómo se siente, no solo qué hizo. Deja que los niños intenten resolver los problemas antes de intervenir.

Utilice declaraciones en primera persona ("yo") durante un conflicto.

Recuérdales a los niños que está bien tener días difíciles.

Fomentar la amabilidad y la inclusión.

Dediquen tiempo a divertirse y reír juntos.

Las conversaciones
honestas sobre
drogas comienzan
aquí:



¡O VISITE EL SITIO NATURAL ELEVADO

Septiembre

• Mes de la Prevención del Suicidio

7: Día de los abuelos
10: Día Mundial de la Prevención del Suicidio
11: Día del Patriota
22: Día Nacional de la Familia
23: Día Internacional de las Lenguas de Signos

Octubre

Mes de la Prevención del Consumo de Sustancias en Jóvenes

3: Día Mundial de la Sonrisa
7: Día en que me importas
10: Día Mundial de la Salud Mental
23-31: Semana del Lazo Rojo

Noviembre

Mes de Agradecimiento a las Familias Militares

11: Día de los Veteranos
23: Semana de la Mejor Conversación

Datos KIP

La encuesta de Incentivos para la Prevención de Kentucky (KIP, por sus siglas en inglés) es una encuesta bianual que responden la mayoría de los estudiantes de 6.º, 8.º, 10.º y 12.º grado de las escuelas públicas de Kentucky (no todos los distritos escolares participan). Estos resultados corresponden a la encuesta de 2024.

51%

UN ALTO PORCENTAJE DE ESTUDIANTES DE DÉCIMO GRADO DE KENTUCKY INFORMAN QUE CONSIDERAN QUE EL CONSUMO DE TABACO ES UN PROBLEMA EN SU ESCUELA.

El factor protector número uno en la vida de un niño para aumentar su resiliencia y ayudarlo a superar la adversidad es tener un adulto de confianza con quien pueda hablar.

Fortalezca su vínculo con los jóvenes siendo ese adulto de confianza y ayudando a aumentar los factores de protección para los niños en todo el mundo.

PADRES,
¿QUIEREN MÁS
INFORMACIÓN?



O VISITA TALK THEY
HEAR YOU EN YOUTUBE.

Temas para iniciar una conversación

- ¿Cuáles son algunos de tus objetivos para este mes?
- ¿Qué profesor ha tenido la mayor influencia en ti?
- ¿Cuál es uno de los primeros recuerdos que tienes de nuestra familia?



Pastel de calabaza fácil

Ingredientes

- 1 caja de mezcla para pastel amarillo (o mezcla para pastel de especias para un sabor extra)
 - 1 lata (15 oz) de puré de calabaza (no relleno para pastel de calabaza)
 - 3 huevos grandes
 - ½ taza de aceite vegetal
 - 1-2 cucharaditas de especias para pastel de calabaza (opcional si se usa mezcla para pastel amarillo)
- ½ cucharadita de canela (opcional, para darle más sabor)

Glaseado de queso crema opcional:

- 1 bloque (225 g) de queso crema, ablandado, ½ taza de mantequilla, ablandada, 2 tazas de azúcar glas, 1 cucharadita de extracto de vainilla
 - Batir todo junto hasta obtener una consistencia cremosa y extender sobre el pastel frío.

Instrucciones

1. Precalentar el horno a 175 °C (350 °F).
2. Engrasa un molde para hornear de 9x13 pulgadas o fórralo con papel pergamino.
3. En un tazón grande, mezcla:
 - mezcla para pastel
 - puré de calabaza
 - Huevos
 - Aceite
 - (y especias, si se usan)
4. Batir hasta obtener una mezcla homogénea, aproximadamente 2 minutos.
5. Vierta en la sartén y extienda uniformemente.
6. Hornear durante 25-30 minutos, o hasta que al insertar un palillo, este salga limpio.
7. Dejar enfriar completamente antes de glasear.



thedinnertableproject.org

