

Calendario familiar 2017

Niños de buen carácter

El calendario de diversión familiar de este año continúa con el tema El desarrollo del carácter en nosotros mismos y en nuestros niños. Cada mes presentamos un rasgo diferente de carácter para que lo hable y practique con su familia. Junto con una breve descripción del rasgo, el calendario incluye listas de ideas de “Práctica diaria”, libros para leer y un espacio para sus notas.

También encontrará ideas simples de actividades en cada recuadro del calendario. Estas actividades las pueden disfrutar personas de todas las edades y la mayoría se pueden hacer con objetos que se encuentran en la casa. No existe una manera “correcta” de usar este calendario.

Usted puede:

- ♦ modificar las actividades de acuerdo a los intereses de su familia.
- ♦ realizar las actividades el día indicado.
- ♦ circular las actividades que le gusten y realizarlas en el día de su elección, tal vez durante su “noche familiar”.
- ♦ realizar todas las actividades o una actividad a la semana.

Sin importar la manera como decida usar este calendario, pasar tiempo de calidad juntos tendrá un efecto positivo en su familia. Usted encontrará más información sobre las actividades con asterisco casi al final de este calendario. Esperamos que este calendario le ayude a encontrar maneras para pasar tiempo de calidad como familia, divirtiéndose y desarrollando un buen carácter.

Nos gustaría saber lo que piensa del calendario. Favor de llenar y enviarnos la última hoja. Gracias,

~Personal para la prevención del abuso de menores en



Tolerancia	Hospitalidad
<i>Reflexión</i>	Servicio
Generosidad	Autodisciplina
Valentía	Confiable
Excelencia	Alegría
Cortesía	Moderación

Reflexión

Al comienzo del año, muchas personas establecen propósitos para modificar su vida. Dedicar tiempo a la reflexión puede aclarar las dificultades y fortunas en su vida. Dedicar tiempo a la reflexión todos los días puede cambiar las actitudes y ayudarle a superar obstáculos.

Práctica diaria

- Dedicar tiempo a la reflexión.
- Pensar sobre las dificultades y fortunas en su vida actualmente.
- Durante la cena, platicar sobre lo que hicieron bien y lo que podrían haber hecho mejor durante el día.
- Escribir un diario.



Children's
Hospital of Wisconsin



Prevent Child Abuse
Wisconsin

Notas

*"Los niños representan el futuro;
ánimelos, apóyelos y guíelos".*

Catherine Pulsifer

Libros del mes:

Spaghetti in a Hot Dog Bun

~K. Hiatt

The Way I Act

~S. Metzger

The Garden in My Mind

~S. McCumbee

Enero 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
1 Proponerse algo	2 Beber chocolate caliente	3 Hacer una lista de lo que le gustaría realizar en 2017	4 Comenzar un diario	5 ¿Cuántas camas hay en su casa?	6 Ir a andar en trineo	7 Aprender una palabra nueva
8 Tomar un baño de burbujas	9 ¿Qué lo hace feliz?	10 Jugar "Veo, veo"	11 Visitar la biblioteca	12 Buscar objetos cuadrados	13 Decirle gracias a alguien	14 Dibujar el retrato de alguien
15 Buscar témpanos	16 Hacer 10 saltos de tijera	17 Hacer una pizza para la cena	18 Aprender sobre el espacio	19 Abrazar a su familia	20 Noche de película familiar	21 Pretender que es un camionero
22 Apagar los teléfonos celulares	23 Pintar en la nieve *	24 ¿Qué le gusto el día de hoy?	25 Cantar su canción favorita	26 ¿De qué está agradecido?	27 Leer un libro sobre animales	28 Hornear galletas y compartirlas
29 Pensar positivo	30 Bailar al compás de la música	31 Turnarse para leer en voz alta				

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.

Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN o visite nuestro sitio web

www.preventchildabusewi.org.



Cortesía

La cortesía permite que la vida suceda con fluidez. “Por favor”, “gracias” y “de nada” son expresiones agradables que hacen que la gente se sienta bien. Ser amable y tener buenos modales les muestra a las personas que las respeta y le importan.

Práctica diaria

- Decir “por favor”, “gracias” y “de nada”.
- Decir “disculpe” cuando necesite interrumpir a alguien o llamar su atención.
- Pensar cómo sus acciones afectan a los demás.



Notas

“Las palabras amables pueden ser cortas y fáciles de decir pero su eco es en verdad infinito”.

~Madre Teresa

Libros del mes:

Excuse Me

~K. Katz

What Do You Say, Dear?

~S. Joslin

Cookies: Bite-Size Life Lessons

~A. Krouse Rosenthal

Dude, That's Rude

-P. Espeland

Febrero 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
			1 Dibujar una imagen sobre el clima	2 Buscar su sombra afuera	3 Checar los detectores de humo	4 Ayudar a sacudir los muebles
5 Establecer una meta para la semana	6 Caminar como pato	7 Zapatear	8 Contar chistes toc-toc	9 Leer un libro sobre los presidentes	10 Hacer corazones de papel	11 Comenzar una nueva tradición familiar
12 Ayudar a un familiar	13 Aprender sobre los presidentes	14 Decirle a alguien que lo quiere	15 Hacer ejercicio en familia	16 ¿Qué te gustaría ser cuando seas grande?	17 Pelea en interiores con bolas de nieve (bolas de papel)	18 Jugar un juego de mesa
19 Leer un libro sobre amigos	20 Apagar la televisión el día de hoy	21 Pretender escalar una montaña	22 Ser amable todo el día	23 Hacer un refrigerio nutritivo	24 Noche de película familiar	25 Invitar amigos a cenar
26 Observar la noche de invierno	27 Probar una nueva fruta *	28				

You can download this free calendar at www.preventchildabusewi.org.

For more information, contact us at 1-800-CHILDREN or visit our website at www.preventchildabusewi.org.



Generosidad

La generosidad es más que dar dinero a las organizaciones de beneficencia. Usted puede ser generoso con su tiempo, ideas y objetos. Cuando es generoso usted da o comparte sin esperar nada a cambio.

Práctica diaria

- Pensar en maneras creativas de compartir lo que tiene.
- Pasar tiempo con la gente que ama.
- Crear algo para regalar.
- Donar artículos que ya no necesite ni use a alguien que los necesite.
- Compartir tu juguete favorito con un amigo o hermano.

Notas

"Nunca dude que un grupo pequeño de ciudadanos considerados y comprometidos puede cambiar al mundo; de hecho, es lo único que lo ha hecho".

~Margaret Mead

Libros del mes:

The Giving Tree
~S. Silverstein

The Spiffiest Giant in Town
~J. Donaldson

A Chair for My Mother
~V. Williams

Silver Packages
-C. Rylant

Marzo 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
			1 Escribir sus ABCs	2 Leer un libro de Dr. Seuss	3 Celebrar a su familia	4 Cantar canciones en el carro
5 Hacer un árbol genealógico	6 Visitar la biblioteca	7 Caminar de puntitas	8 Ayudar a doblar la ropa	9 Reírse	10 Noche familiar de rompecabezas	11 Hacer tarjetas para su familia y vecinos
12 Leer "The Giving Tree"	13 Buscar objetos morados	14 Jugar a las "escondidillas"	15 Hacer un concurso familiar de ortografía	16 Hacer voluntariado como familia	17 Hacer licuados de frutas	18 Jugar con alguien
19 Hacer plastilina *	20 Compartir tus juguetes	21 Buscar las señales de la primavera	22 Dibujar una flor	23 Tomar una foto con sus amigos	24 Probar una nueva verdura *	25 Pintar con los dedos
26 Celebrar a los amigos	27 Hacer un fuerte al interior	28 Hacer aviones de papel	29 Visitar un museo	30 Limpiar debajo de las camas	31 Dar muchos abrazos	

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.

Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN o visite nuestro sitio web

www.preventchildabusewi.org.



Valentía

La valentía significa enfrentar sus miedos. Le ayuda a defender lo que es correcto. Con valentía puede probar nuevas actividades incluso si le dan miedo. La valentía le da la fortaleza para emprender grandes proyectos.

Práctica diaria

- Admitir sus errores y redimirse.
- Pedir ayuda cuando la necesite.
- Defender lo que sabe que es correcto.
- Hablar sobre lo que le da miedo. Hacer un plan para enfrentar uno de sus miedos.
- ¡Ser usted mismo!
- Arriesgarse.

Notas

“Los niños tienen más necesidad de contar con personas que sean ejemplos y no críticos”.

~Joseph Joubert

Libros del mes:

Courage
~B. Waber

If I Never Forever Endeavor
~H. Meade

Brave Irene
~W. Steig

Number the Stars
~L. Lowry

Abril 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
						1 Hacer caras tontas
2 Mantener el equilibrio en un pie	3 Guardar tus juguetes o materiales escolares	4 Visitar un lugar nuevo	5 Hacer una ensalada con huevo	6 Hacer una lista de pendientes	7 Jugar las traes	8 Leer un libro sobre valentía
9 Hacer un arcoíris de maicena*	10 Escribir una historia sobre ser útil	11 Pintar con los dedos con crema para rasurar	12 Hablar sobre algo que le dé miedo	13 "Si pudiera ir a cualquier lugar en el mundo. . ."	14 Día sin pantallas	15 Limpiar un closet o alacena
16 Aprender a deletrear una nueva palabra	17 Donar un juguete o juego	18 Leer un libro de vaqueros	19 Terminar la tarea antes de jugar	20 Hacer un collar con coditos	21 Sentir el latido del corazón	22 No quitarse la pijama en todo el día
23 Andar en bicicleta o dar un paseo a pie	24 Hablar sobre un momento de valentía	25 Pretender caminar en la luna	26 Ayudar a lavar los platos	27 Tener una reunión familiar	28 Dibujar un árbol	29 Correr alrededor de la casa
30 Hacer una canasta para May Day						

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.
 Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN
 o visite nuestro sitio web www.preventchildabusewi.org.

Alegría

La alegría viene de adentro. Es una actitud que escogemos, no una reacción a lo que está sucediendo a nuestro alrededor. La alegría interior nos ayuda a sobrellevar las altas y bajas de la vida.

Práctica diaria

- Apreciar los regalos en su vida.
- ¡Reír a menudo!
- Silbar mientras trabaja.
- Disfrutar la belleza a su alrededor.
- Ser juguetón con los demás.
- Hacer una lista de las actividades que disfruta.

Notas

“A fin de cuentas lo que hará que sus hijos sean seres humanos exitosos no es lo que usted haga por ellos, sino lo que les ha enseñado a hacer por sí mismos”.

~Ann Landers

Libros del mes:

This Bus is for Us

~M. Rosen

It Could Always Be Worse

~M. Zemach

Augustus and His Smile

~C. Rayner

Did I Ever Tell You How Lucky You Are?

~Dr. Seuss

Mayo 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
	1 Sentarse y escuchar	2 Ir al parque	3 Ser paciente	4 Leer un libro favorito	5 Hacer una tarjeta para alguien	6 ¡Día de manualidades!
7 Comer un refrigerio saludable	8 Hablar sobre las personas que son sus ejemplos a seguir	9 Pretender que vive en la selva	10 ¿Cuántos arboles hay en su jardín?	11 Hacer ejercicio con música	12 Pasar la noche en casa de un amigo	13 Hacer una pista de obstáculos
14 Jugar damas	15 Agradecer a tus maestras	16 Hacer root beer floats	17 Visitar la biblioteca	18 Apagar la televisión	19 Hacer burbujas (pompas de jabón)*	20 Abrazar a alguien que quiera
21 Andar en bicicleta	22 Contar una historia tonta	23 Aprender sobre su historia familiar	24 Escribir una historia sobre su familia	25 Fiesta de baile	26 Pararse de puntitas y estirarse	27 Plantar un jardín
28 Buscar tréboles de cuatro hojas	29 "Soy feliz cuando..."	30 Cantar "Old McDonald"	31 Intentar silbar			

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.

Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN

o visite nuestro sitio web www.preventchildabusewi.org.



Tolerancia

Tolerancia significa aceptar las diferencias entre lo que es la vida y lo que queremos que sea, en nosotros mismos y en los otros. La tolerancia nos permite ser amigos de personas que son diferentes y respetar y apreciar esas diferencias.

Práctica diaria

- Aceptar a las personas por lo que son.
- No quejarse de lo que no se puede cambiar.
- Ser comprensivo y aceptar las diferentes opiniones.
- Reconocer que todas las personas tienen sentimientos.
- Usar palabras amables.



Notas

"Sus hijos verán de lo que está hecho por sus acciones en lugar de sus palabras".

~Wayne Dyer

Libros del mes:

Skin Again

~B. Hooks

Stand Tall Molly Lou Melon

~P. Lovell

Same, Same But Different

~J. Kostecki-Shaw

The Hungry Coat

~Demi

Junio 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
				1 Hablar sobre sentimientos diferentes	2 Hacer un picnic al aire libre	3 Visitar una granja o un zoológico interactivo
4 Volar un papalote	5 Mirar las hojas de los árboles	6 Saltar la cuerda	7 Vestirse de gala para la cena	8 Ser una familia activa *	9 Jugar a las escondidillas	10 Mirar las nubes
11 Probar comida de otro país	12 Disfrutar de una película y palomitas	13 Ver fotos de la familia	14 Vestirse de rojo, blanco y azul	15 Crear un paso de baile nuevo	16 Leer una revista	17 Ir a un mercado de agricultores locales
18 Ver qué flota y qué se hunde en agua	19 Escuchar a los grillos en la noche	20 Hacer flores con los capacillos (moldes de papel) para panquecitos	21 Ayudar a poner la mesa	22 Hacer paletas en la bandeja de cubos de hielo	23 Pretender que es un payaso de circo	24 Pedir disculpas por algo que hizo
25 Salir a jugar a la pelota	26 Ser amable con alguien	27 Hacer té helado en el sol	28 Hacer banana splits	29 Hacer ruedas de carros	30	

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.

Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN

o visite nuestro sitio web www.preventchildabusewi.org.



Hospitalidad

Hospitalidad significa crear el sentimiento de calidez y comodidad a su alrededor. Los amigos, la familia y los invitados se sienten bienvenidos en su casa. Su amabilidad y generosidad se transmitirán a otros.

Práctica diaria

- Saludar a los visitantes que vayan a su casa con una sonrisa y una palabra amable.
- Invitar a alguien nuevo a cenar o ser la anfitriona de una cena con amigos.
- Ofrecerles a los invitados algo de beber o comer.
- Preguntarles qué más puede hacer para que estén cómodos.

Notas

“La semilla más importante que puedo sembrar en esta vida son mis hijos, así como el amor y conocimiento que les regalo y la ayuda que les doy”.

~Steven Seagal

Libros del mes:

Hugless Douglas and the Big Sleepover
~D. Melling

The Relatives Came
~C. Rylant

Mama Panya’s Pancakes
~M. Chamberlin

A Dragon Moves In
~L. Falkenstern

Julio 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
						1 Comer sandia
2 Leer un libro sobre la libertad	3 Ver los fuegos artificiales	4 Poner una bandera afuera	5 Dar un paseo en el parque	6 Ayudar a un vecino	7 Ponerse su atuendo favorito	8 Jugar mini-golf
9 Probar una receta nueva *	10 Hacer estiramientos	11 Ayudar a hacer la cena	12 Pretender tocar un instrumento	13 Buscar insectos afuera	14 Hacerle saber a alguien que le importa	15 Ayudar a doblar la ropa
16 Jugar cartas juntos	17 Recolectar cambio para una organización benéfica	18 Hacer un tambor con una caja	19 Compartir su libro favorito	20 Ayudar a regar las plantas	21 Dibujar con gis para la banqueta	22 Visitar la biblioteca
23 Llamar a un pariente para saludarlo	24 Invitar amigos para comer helado	25 Aprender a decir hola en un idioma diferente	26 Ser amable con su familia	27 Buscar objetos cuadrados	28 Jugar "pato, pato, ganso"	29 Crear una cápsula del tiempo familiar
30 Recoger flores para hacer un ramo de flores	31					

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.
 Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN
 o visite nuestro sitio web www.preventchildabusewi.org.

Moderación

Es fácil verse envuelto en querer más; más ropa, más juguetes, más objetos. La moderación es tomar o usar sólo lo que se necesita. Significa crear un equilibrio en su vida y ser feliz con lo que se tiene.

Práctica diaria

- Reconocer cuando ya es suficiente.
- Equilibrar el trabajo y el juego.
- Dejar de comer cuando ya esté lleno.
- Pensar dos veces antes de comprar algo nuevo. ¿Lo necesita o lo quiere?
- No dejar que la televisión, comida, electrónicos ni teléfonos controlen su vida.

Notas

"Creo que una de las mejores cosas que le puede pasar a uno en la vida es tener una infancia feliz".

~Agatha Christie

Libros del mes:

Close Your Eyes

~K. Banks

So Few of Me

~P. Reynolds

Playtoon and the Ant Phone

~J. K. Kamon

Lion, the Witch and the Wardrobe

~C. S. Lewis

Agosto 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
		1 ¿Qué tan rápido puede contar hasta 100?	2 Recortar figuras	3 Leer un libro sobre amigos	4 Escuchar al viento entre los árboles	5 Hacer una ensalada favorita
6 Ir a caminar y contar cuántas señales de stop hay	7 Hacer un rompecabezas	8 Probar una comida nueva	9 ¿Qué es un deseo? ¿Qué es una necesidad?	10 Jugar las traes afuera	11 Hacer caras chistosas	12 Terminar los quehaceres antes de jugar
13 Día sin pantallas	14 Hacer plastilina *	15 Pretender ser una serpiente	16 Dibujar su lugar favorito	17 Ayudar a barrer o a aspirar	18 Hacer un salto mortal	19 Hacer el desayuno juntos
20 Establecer una meta para la semana	21 Nombrar alimentos que sean morados	22 Hablar sobre el regreso a clases	23 Hacer una fiesta del té	24 Donar tu ropa o juguetes	25 Noche familiar de juegos	26 Contar las estrellas
27 Ayudar a guardar la despensa	28 Jugar "lo que hace la mano hace la tras"	29 Escribir una canción juntos	30 Atrapar luciérnagas	31 Turnarse para leer en voz alta		

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.
 Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN
 o visite nuestro sitio web www.preventchildabusewi.org.



Excelencia

Excelencia significa siempre hacer su mejor esfuerzo. Sin importar que tan grande o chica sea la tarea, usted pone el 100% de su empeño. Cuando practica la excelencia debe enfocarse en mejorar, no en ser perfecto.

Práctica diaria

- Practicar una habilidad en la que le gustaría mejorar. ¡No se rinda!
- Establecer una meta para el día y trabajar duro para lograrla.
- Darle lo mejor a sus amigos.
- Defender a un niño al que están intimidando y decirle a tu maestra.
- Probar algo nuevo y hacer el mejor esfuerzo. Es posible que descubra un nuevo talento.
- Enfocarse en lo que hicieron bien juntos.



Notas

"Una chamarra rasgada se puede remendar, pero las palabras duras pueden lastimar el corazón de un niño".
~Henry Wadsworth Longfellow

Libros del mes:

The Pout-Pout Fish Goes to School
~D. Diesen

Long Shot: Never Too Small to Dream Big
~C. Paul

Incredible You
~W. Dyer

Coming Home
~N. Mellage

Septiembre 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					1 Comenzar una colección	2 Tomar una foto familiar
3 Cantar con la familia	4 Leer un libro sobre el otoño	5 Encontrar objetos que sean rojos	6 Pretender ser una ardilla	7 Ser honesto cuando le pregunten algo	8 Jugar un juego familiar nuevo	9 Ir al mercado de productores locales
10 Jugar afuera	11 Apoyar una campaña de recaudación de fondos	12 Visitar la biblioteca	13 Hacer un amigo nuevo	14 Pensar positivo	15 Hacer licuados de frutas	16 Hornear galletas
17 Pintar con los dedos con crema para rasurar	18 Hablar sobre algo que hizo bien el día de hoy	19 Respirar profundo y relajarse	20 Darse un abrazo	21 Leer un libro sobre ayudar a la gente	22 Noche familiar de película & palomitas	23 Día sin pantallas
24 Escribir una carta a un amigo	25 Contar las monedas en su casa	26 Encontrar en un mapa el lugar donde vive	27 Recolectar hojas de colores	28 Hacer sopa	29 Aprender cómo o enseñarle a alguien cómo atarse las agujetas	30 Hacer un collage con objetos de la naturaleza

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.
 Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN
 o visite nuestro sitio web www.preventchildabusewi.org.



Confiable

Ser una persona confiable significa hacer lo que dice que va a hacer. Cuando es confiable, no necesita recordatorios para cumplir su palabra. Hacer lo que se promete muestra que se puede confiar en usted y que es responsable.

Práctica diaria

- Hacer los quehaceres sin que se lo tengan que recordar.
- Hacer una lista de todo lo que necesita hacer el día de hoy. Hacer un plan para cumplirlo.
- No se deben hacer promesas que no se puedan cumplir.
- Decirle a alguien lo mucho que agradece su confiabilidad.
- Ser puntual.



Notas

"Nos preocupamos de la persona en la que se convertirá el niño, pero olvidamos que el día de hoy es un individuo".
~Stacia Tauscher

Libros del mes:

Madeline
~L. Bemelmans

Owl Babies
~M. Waddell

Maybe She Forgot
~E. Kandoian

Mirette on the High Wire
~E. McCully

Octubre 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
1 Hacer la cama de todos	2 Hacer puré casero de manzana	3 Cantar en la regadera o en la tina	4 Construir algo con bloques	5 Leer un libro sobre insectos	6 Pijamada familiar	7 Aprender 2 palabras en lenguaje de señas
8 Trabajar en el jardín de un vecino	9 Pretender navegar en el océano	10 Apagar la televisión el día de hoy	11 Buscar señales del otoño	12 Turnarse para leer en voz alta	13 Amontonar las hojas	14 Probar una receta nueva *
15 Ver y hablar sobre un programa de televisión favorito	16 No quejarse el día de hoy	17 Inventar una canción con su nombre en la letra	18 Escribir un cuento sobre su animal favorito	19 Frotar su estómago y darle palmadas a su cabeza	20 Dibujar lo que está afuera de su ventana	21 Visitar un huerto de calabazas
22 Escribir un poema sobre el otoño	23 Saltar en las hojas	24 Ser amable	25 Hacer una exposición familiar "mostrar y compartir"	26 Dibujar "calabazas de Halloween"	27 Vestirse de gala para la cena	28 Hornear un pay de calabaza
29 Tallar calabazas	30 Hacer una lista de pendientes para el día de hoy	31 Trick or Treat (pedir dulces)				

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.

Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN

o visite nuestro sitio web www.preventchildabusewi.org.



Autodisciplina

La autodisciplina es hacer lo que hay que hacer siendo estrictos. Es fácil dejar para después los pendientes y quehaceres que no queremos hacer. Con la autodisciplina, uno se encarga primero del trabajo.

Práctica diaria

- Hacer primero los quehaceres y tareas desagradables.
- Establecer límites propios. Tratar de no comer mucho, ver mucha televisión ni pasar mucho tiempo en la computadora.
- Recordar que lo que tiene que hacer y lo que desea hacer no son siempre lo mismo.
- Hablar con calma incluso cuando esté enojado. No se debe dejar que lo controlen las emociones.



Notas

"Tal vez el mejor servicio social que alguien puede ofrecer a este país y a la humanidad es criar a una familia".

~George Bernard Shaw

Libros del mes:

The Blanket That Had to Go

~N. Cooney

Stanley Sticks To It

~B. Miles

Horton Hatches the Egg

~Dr. Suess

I Just Want to Do it My Way

~J. Cook

Noviembre 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
			1 Hacer una elección familiar	2 Ayudar a sacudir	3 Noche de juego de mesa	4 Decirle a alguien "te quiero"
5 Pretender ser un bombero	6 Trazar el cuerpo en un papel grande	7 Saltar como una rana	8 Hacer la tarea antes de jugar	9 ¿En dónde vive la abuela?	10 Ser paciente	11 "Tiendo a dejar para más tarde. . ."
12 Hacer una pizza casera	13 Dibujar un pavo	14 Hablar sobre ser un buen ciudadano	15 Hacer una torre con bloques	16 Visitar la biblioteca	17 Dar un paseo largo a pie	18 Tocar los dedos del pie 15 veces
19 Hablar sobre cuántas horas se puede ver televisión	20 Practicar buenos modales en la mesa	21 Cantar Estrellita donde estás (Twinkle, Twinkle Little Star)	22 Poner la mesa	23 Hablar sobre lo que está agradecido	24 Hacer plastilina *	25 Contar las mesas en su casa
26 Leer historietas juntos	27 Dar un buen ejemplo	28 Abrigarse para jugar afuera	29 Jugar cartas	30 Darse un abrazo		

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.

Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN

o visite nuestro sitio web www.preventchildabusewi.org.



Servicio

Servicio es ayudar a los otros sin que se lo pidan. Cuando ve que hay algo que hay que hacer, lo hace. Es tratar de hacer del mundo un lugar mejor. Puede marcar la diferencia en lo pequeño y en lo grande. Ser servicial puede hacer que la vida sea más fácil y feliz para los demás.

Práctica diaria

- Hacer los quehaceres de otra persona.
- Ofrecerse a ayudar a alguien con una tarea.
- ¡Hacer voluntariado!
- Ayudar a un vecino de la tercera edad a hacer trabajo de jardinería o a palear la nieve de la acera.
- Buscar maneras sencillas en las que pueda marcar la diferencia.



Notas

"Sólo hay dos legados duraderos que le podemos dar a nuestros hijos. Uno es raíces; el otro, alas".

~Carter Hodding

Libros del mes:

The Mitten Tree
~C. Christiansen

The Lady in the Box
~A. McGovern

A Castle on Viola Street
~D. DiSalvo

The Trees of the Dancing Goats
~P. Polacco

Diciembre 2017

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					1 Hacer sidra de manzana caliente	2 Hablar sobre la generosidad
3 Hacer voluntariado como familia	4 Pretender que está pescando	5 Ayudar a alguien en su familia	6 Jugar "Simón dice"	7 Ayudar a limpiar la casa	8 Hacer ejercicio en familia	9 Pintar en la nieve *
10 Apagar la televisión el día de hoy	11 Hacer caminos en la nieve	12 Decirle a alguien "muy bien"	13 Envolver regalos	14 Conseguir un calendario nuevo	15 Escribir los cumpleaños en el calendario	16 Buscar la luna
17 Hacer un muñeco de nieve	18 Cantar villancicos	19 ¿Qué le gusta de usted?	20 Leer un libro sobre el invierno	21 Hacer 10 saltos de tijera	22 Hacer un rompecabezas	23 Hornear y decorar galletas
24 Decir "gracias"	25 Escribir tarjetas de agradecimiento	26 Abrazar a su familia	27 ¿Qué le gustó del año?	28 Atrapar copos de nieve	29 Hacer una gráfica del crecimiento de la familia	30 Actuar como su animal favorito
31 ¿Qué pasará en 2018?						

Puede bajar este calendario gratis en www.preventchildabusewi.org.
 Para obtener más información, póngase en contacto con nosotros al 1-800-CHILDREN
 o visite nuestro sitio web www.preventchildabusewi.org.



Instrucciones de las actividades

Pintar en la nieve

Ponga 2 tazas de agua tibia de la llave en envases de aerosol reciclados de cualquier tamaño (idealmente con una boquilla ajustable). Agregue aproximadamente 10 gotas de colorante de alimentos (puede mezclarlos para obtener colores diferentes). Enrosque la parte superior y agite para mezclar. Lleve los envases afuera y diviértanse pintando la nieve. Si la mezcla está muy descolorida, añada más colorante de alimentos.

Plastilina

Mezcle un paquete de Kool-aid (para agregar el color y el aroma), 1-1/2 tazas de harina, 1/4 de taza de sal, 1 taza de agua hirviendo, 1-1/2 cucharadas de aceite y 1/4 de cucharadita de crémor tártaro. Amase hasta que esté suave y elástica. De ser necesario, añada harina adicional, 1/8 de taza a la vez. Guarde en el refrigerador.

Arcoíris de maicena

Mezcle 1/3 de taza de azúcar, 1 taza de maicena y 4 tazas de agua en una olla. Caliente hasta que espese revolviendo constantemente. Enfríe. Divida la mezcla en 3 contenedores. Añada colorante de alimentos, un color en cada contenedor. Mezcle hasta obtener un color brillante. Añada por lo menos 3 cucharadas colmadas de cada contenedor en una bolsa de plástico resistente y resellable. Cierre la bolsa y coloque cinta adhesiva en la abertura. Pídale a los niños que amasen la bolsa, mezclando los colores hasta formar un arcoíris de maicena. ¡Puede mezclar colores diferentes y ver qué sucede!

Burbujas (pompas de jabón) caseras

Coloque 6 tazas de agua en un contenedor y vierta 1 taza de jabón para platos (Joy o Dawn son los que mejor funcionan. Trate de encontrar uno que no diga "ultra"). Revuelva despacio hasta mezclar el jabón. Trate de que no se formen burbujas ni espuma mientras revuelve. Mida 1 cucharada de glicerina o 1/4 de taza de jarabe de maíz y añada al contenedor. Revuelva hasta que se mezcle. Puede usar la solución inmediatamente pero para hacer burbujas aun mejores, coloque la tapa en el contenedor y déjelo reposar durante la noche.

Choosemyplate.gov

Este sitio web tiene muchas ideas para una alimentación sana y para crecer sano. Haga clic en "audience" (audiencia) en el menú y seleccione "children" (niños).

Encuentre más ideas en:

childfun.com
crayola.com
family.disney.com
familyeducation.com
redtri.com
sesamestreet.org
surfnetskids.com

Libros de ayuda:

Garden of Virtues: Planting Seeds of Goodness, Christine Keffler y Rebecca Donnelly

501 TV-free Activities for Kids.
Diane Hodges

Formulario de retroalimentación del calendario familiar de actividades divertidas

Realmente esperamos que este calendario sea de ayuda para su familia o para las familias con las que trabaja. Nos gustaría que compartiera sus comentarios y opiniones sobre el calendario.

Favor de llenar este formulario y mandarlo por correo electrónico o fax a PCAW.

Email: pcaw@cssw.org

Fax: 920-969-7975

Soy un ____ padre ____ profesional (favor de llenar los espacios abajo).

1. Encontré el calendario:

- ____ buscando en el sitio web
- ____ usando un calendario de años anteriores
- ____ lo obtuve de un amigo
- ____ lo obtuve de un compañero de trabajo
- ____ otro _____

2. Lo que más me gusta del calendario es:

3. Un tema que me gustaría para calendarios futuros es:



Para profesionales

Mi puesto es:

Cómo uso el calendario en mi trabajo:

Numero de calendarios que distribuyo: