



# NOTICIAS DEL FAMILY CENTER

## Noticias para las familias - Family Center de Child Care Aware of Washington

Estos son momentos desafiantes para todos nosotros. Criar a los hijos durante una pandemia mundial es probable que no se nos haya pasado por la cabeza al principio de nuestro recorrido como padres. Y, sin embargo, aquí estamos.

Afortunadamente, hay muchas buenas fuentes de apoyo e información para ayudarnos a ser los mejores padres y cuidadores que podemos ser durante estos tiempos difíciles. Y es importante recordar dos cosas por encima de todo: nada es mejor para su hijo que su atención amorosa, y los padres son los primeros maestros de sus hijos.

Esto no significa que cada momento del día y todo lo que hace debe ser 100% enfocado en ser perfectos modelos para seguir de calma durante esta crisis. Más bien significa simplemente que los padres importan, y que pasar algún tiempo cada día simplemente jugando y disfrutando del tiempo con su hijo es importante. Puede hacer una diferencia positiva en la forma en que su hijo se enfrenta a los cambios que ha causado el brote de COVID-19.

Entonces, ¿qué podemos hacer como padres para ayudar a los niños durante este tiempo? A continuación, algunas sugerencias de los expertos:

- Trate de atenerse a las rutinas diarias normales tanto como sea posible, incluso si esto significa crear nuevas rutinas ahora que los niños en edad escolar están fuera de la escuela.
- Haga tiempo para jugar con los niños más pequeños, y tiempo para “pasar el rato” con los más grandes.
- Escuche las preguntas de los niños y deles respuestas adecuadas a su edad.
- Trate de asegurarse de que todos coman bien y descansen, el estrés es más difícil de controlar cuando las personas tienen hambre o están cansadas.
- Limite la cantidad de noticias que escuchan los niños sobre el COVID-19.

Para recibir más sugerencias sobre cómo hablar con los niños sobre la pandemia, visite: <https://www.pbs.org/parents/thrive/how-to-talk-to-your-kids-about-coronavirus>.

Si no está trabajando desde casa y su programa de cuidado infantil está cerrado, llame a nuestro Family Center para ayudarlo a encontrar cuidado infantil nuevo. Estamos en pleno funcionamiento durante esta crisis. <https://childcareawarewa.org/families/>

### Noticias para las familias

Primavera 2020

<b>Cuidado infantil para las familias sin hogar</b>	<b>2</b>	<b>Grupos de Play &amp; Learn</b>	<b>3</b>
<b>¿Necesita ayuda para pagar por cuidado infantil?</b>	<b>2</b>	<b>Early Achievers</b>	<b>3</b>
<b>El censo de 2020</b>	<b>2</b>	<b>Ayudar a los niños a lavarse las manos</b>	<b>3</b>
<b>Sugerencias de cuidado infantil</b>	<b>2</b>	<b>Recursos para las familias</b>	<b>4</b>



## Ser contado en el censo de 2020

¿Sabía que cuando la gente no es contada en el censo, sus comunidades no reciben los fondos que necesitan para asegurarse de que todos prosperen? ¿Y sabía también que cuando la gente se pierde en el censo su estado podría perder la representación en el Congreso de Estados Unidos? Ambos son verdaderos, así que es muy importante que todos sean contados en el censo de este año.

### No hay preguntas sobre la ciudadanía en el censo y la información es confidencial.

De hecho, la Oficina del Censo tiene una de las mayores garantías de privacidad del gobierno federal. Si un empleado de la Oficina del Censo revela datos personales recogidos en el censo, esa persona puede pasar hasta 5 años de cárcel o pagar una multa de hasta 250,000 dólares.

Los niños pequeños están entre las poblaciones más subestimadas en el censo, por lo que Child Care Aware of Washington está haciendo gran esfuerzo por ayudar a prevenir que los niños sean subestimados esta vez. Nuestro estado recibió \$16 mil 700 millones de dólares en 2016 basado en los datos del censo de 2010, cuando se estima que un 5 % de los niños pequeños no fueron contados. Eso significa que Washington no recibió todos los fondos necesarios para asegurar que los niños y las familias tengan lo que necesitan para prosperar, como subsidios para el cuidado de los niños, buenas escuelas, atención médica y alimentos nutritivos. Se enviaron los materiales del censo a los hogares el mes pasado. Es rápido y fácil responder al censo en línea. Completar el censo en línea significa que ningún trabajador del censo irá a su casa. Asegúrese de contar a todos en su familia.



## Ayuda para personas sin hogar

El Family Center de Child Care Aware of Washington ayuda a las familias con niños pequeños que están experimentando la falta de vivienda a encontrar cuidado infantil sin costo alguno para las familias hasta por un año.

Los niños sin hogares, a menudo, viven en circunstancias no predecibles y caóticas, con interrupciones de sus entornos físicos y de sus relaciones. Estas experiencias pueden impedir su desarrollo emocional, cognitivo y de comportamiento. Por ello es tan esencial que los niños jóvenes que no tienen hogar tengan acceso a programas de cuidado infantil seguros, estables y enriquecidos. Las investigaciones han demostrado que una atención infantil de calidad puede incluso servir de amortiguador para los niños pequeños contra los efectos nocivos del estrés tóxico.

Para más información, visítenos en: <https://childcareawarewa.org/families/> o llame al 1-800-446-1114.

## Cuidado infantil durante el brote de COVID-19 - Sugerencias de un proveedor

Le pedimos a los proveedores de cuidado infantil que compartieran su sabiduría en el manejo del cuidado infantil durante esta crisis. Una proveedora de Tacoma compartió estas sugerencias:

- 1) Mantenga a sus hijos en casa cuando estén enfermos.
- 2) Mantenga a sus hijos en casa cuando usted esté en casa.
- 3) Practique el lavado de manos en casa para que no sea extraño para los niños cuando vayan al cuidado infantil.
- 4) Beba suficiente agua.
- 5) Responda el teléfono cuando su proveedor llame, puede ser una emergencia.

## ¿Necesita ayuda para pagar por cuidado infantil?

El cuidado infantil es caro. El costo promedio del cuidado infantil en Washington es más que el costo de cubrir la matrícula de un año en las universidades de nuestro estado.

Afortunadamente, hay ayuda disponible. Visítenos en línea en <https://childcareawarewa.org/families/> para ver si su familia es elegible para cualquiera de los recursos que hemos determinado que son los más útiles. O llame a nuestro Family Center al 1-800-446-1114 entre lunes y viernes de 8:30 a.m. a 4:30 p.m. para recibir ayuda. Las familias militares pueden informarse sobre el programa de asistencia con los cargos que administra Child Care Aware of America en línea en Child Care Aware of America. <http://usa.childcareaware.org/fee-assistancerespite/military-families/>



## Grupos de Play & Learn (jugar y aprender) para los cuidadores y niños

Child Care Aware of Washington apoya más de 100 grupos de jugar y aprender guiados para cuidadores y niños por todo el estado de Washington. Ahora, la mayoría de los grupos están suspendidos debido al brote de COVID-19. Cuando la crisis haya pasado, los grupos podrán volver a ayudar a los cuidadores de familia, amigos y vecinos a apoyar el desarrollo temprano de los niños pequeños a través del juego. Mientras tanto, si está interesado en actividades para realizar de forma remota, comuníquese con nuestro Centro familiar al 1-800-446-1114.

Los grupos de juego facilitados crean oportunidades para establecer conexiones con otras familias y cuidadores de niños pequeños. Para las familias que eligen a la familia, los amigos o los vecinos para cuidar de sus hijos, asistir a un grupo de juego y aprendizaje proporciona a los niños oportunidades de jugar y aprender junto a otros niños, conectarse con otras familias y tener vínculos con recursos de la comunidad para ayudar a apoyar la preparación escolar de los niños pequeños.

Nuestro Family Center puede ayudarle a encontrar un grupo de jugar y aprender (play & learn) cerca de usted una vez que la pandemia de COVID-19 haya pasado. <https://childcareawarewa.org/families/>



## Early Achievers— Hace la diferencia para los niños y familias de Washington

El programa de Early Achievers de Washington está ayudando a los proveedores de cuidado infantil por todo el estado a mejorar la calidad de sus programas. ¿Qué es Early Achievers? Es un programa gratuito y voluntario de mejora de la calidad que ayuda a los proveedores a mejorar su calidad. Los proveedores establecen sus propias metas y trabajan individualmente con los coaches de Early Achievers de Child Care Aware of Washington.

La experiencia en aprendizaje temprano de nuestros coaches ayuda a los proveedores con todo, desde mejorar los entornos de aprendizaje temprano hasta fortalecer las interacciones que los proveedores tienen con los niños y las familias. Hay más de 3,500 proveedores que participan en Early Achievers, y más de 74,000 niños pequeños que están inscritos en un programa que participa en Early Achievers. Más del 98 por ciento de los proveedores participantes dicen que han mejorado la calidad de la atención que prestan.

Early Achievers también ofrece a las familias un sistema de calificación que les ayuda a entender mejor la calidad de un programa específico de cuidado infantil. Los programas de Early Achievers son calificados por la University of Washington y obtienen calificaciones de nivel 2 a nivel 5. Un nivel 3 o superior en Early Achievers se considera como “Nivel de calidad de excelencia”. Para ver cómo es el cuidado infantil de alta calidad y cómo Early Achievers está teniendo un impacto, vea nuestro video corto sobre impacto de Early Achievers aquí: <https://childcareawarewa.org/providers/early-achievers-success-stories/>.



### Ayude a los niños a lavarse las manos

“Lávense las manos” ha pasado a ser el mantra del brote de COVID-19. Todo el mundo les dice a todos que se laven las manos, pero con niños pequeños, hacer que participen y hagan un buen trabajo puede ser más fácil de decir que de hacer.

Algunos proveedores de cuidado infantil nos dicen que cuando los niños más pequeños ven a niños mayores lavarse las manos, quieren participar, así que, si tienen niños mayores y más jóvenes, vean si pueden hacer que los mayores den el ejemplo de cómo lavarse las manos eficazmente durante al menos 20 segundos.

Otra forma de ayudar a los niños a hacer espuma es cantando una canción mientras lo hacen. Todos hemos oído hablar de cantar la canción del Feliz Cumpleaños dos veces para tener 20 segundos completos de lavado de manos, pero ¿han oído hablar de la superfamosa canción del Bebé Tiburón (baby shark) que se ha convertido en una canción de lavado de manos? Puede ver y escuchar las letras actualizadas aquí: <https://www.cnn.com/2020/03/28/us/baby-shark-wash-your-hands-trnd/index.html>

Y sí, la canción actualizada se pega tanto como la otra.



NON PROFIT ORG.  
U.S. POSTAGE  
PAID  
SEATTLE, WA  
PERMIT NO. 5022

1225 S. Weller, Ste 300  
Seattle, WA 98144

Abogacía:	Teléfono:	Sitio web
Children's Alliance	(800) 854-5437	<a href="http://www.childrensalliance.org">www.childrensalliance.org</a>
Find your WA State legislator		<a href="http://app.leg.wa.gov/">app.leg.wa.gov/</a>
Desarrollo infantil		
Seattle Children's Hospital— classes & wellness information	(866) 987-2000	<a href="http://www.seattlechildrens.org">www.seattlechildrens.org</a>
Parenting Counts	(800) 637-3652	<a href="http://www.parentingcounts.org">www.parentingcounts.org</a>
The Center for Children with Special Needs	(866) 987-2500	<a href="http://www.cshcn.org">www.cshcn.org</a>
Zero to Three		<a href="http://www.zerotothree.org">www.zerotothree.org</a>
PAVE Partnerships for Action, Voices for Empowerment	1-800-5-PARENT	<a href="https://wapave.org/">https://wapave.org/</a>
American Academy of Pediatrics		<a href="http://www.healthychildren.org">www.healthychildren.org</a>
Recursos comunitarios		
Parent Trust for Washington	(800) 932-4673	<a href="http://www.parenttrust.org">www.parenttrust.org</a>
Parent Help 123	(800) 322-2588	<a href="http://www.parenthelp123.org">www.parenthelp123.org</a>
Department of Children, Youth, and Families	(866) 482-4325	<a href="https://www.dcyf.wa.gov/">https://www.dcyf.wa.gov/</a>
Apple Health	(855) 900-3066	<a href="http://www.applehealth.org">www.applehealth.org</a>
Washington Information Network	211	<a href="http://www.win211.org">www.win211.org</a>



*Family Center: (800) 446-1114*

**Siga Child Care Aware of Washington en Facebook!**

Published Quarterly