

Formas de fortalecer su comunidad y crear esperanza durante el Mes Nacional de la Prevención del Abuso de Menores

Factores de protección	Crianza afectiva y apego	Conocimientos sobre la crianza y el desarrollo de los niños	Resiliencia parental	Apoyos concretos para los padres	Capacidades emocionales y sociales de los niños	Conexiones sociales
DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
Establezca una rutina diaria para que su hijo sepa lo que puede esperar durante el día.	¡Pase tiempo afuera! Organice un club de caminatas para padres e hijos o un club de andar en bicicletas para vecinos.	Hable con su comunidad de fe acerca de cómo organizar un ministerio de apoyo a los padres.	¡Tengan una noche familiar de juegos de mesa! Hasta los niños pequeños pueden jugar en el "equipo" de un adulto.	Explore el mundo desde el punto de vista de su hijo.	Fije sus metas y anote los pasos que tendrá que tomar para lograrlas.	Averigüe qué clases ofrecen en su biblioteca o centro comunitario. Inscríbese en la que más le interese.
"Pille" a sus hijos portándose bien. Elógielos con frecuencia.	Programe citas con amigos que tengan hijos de las mismas edades que los suyos para que los niños jueguen juntos.	Siembre un jardín de molinetes con su hijo en su jardín de entrada, cerca del buzón de correo o en su porche delantero.	Pregúntele a sus hijos acerca de quiénes son las personas más importantes para ellos.	Reflexione sobre la crianza que usted recibió de niño y cómo esto afecta la forma en que usted cría a sus hijos.	Encuentre tiempo para hacer algo que a USTED le guste hacer.	Marque el "2-1-1" en su teléfono para aprender sobre organizaciones en su área que apoyan a familias.
Juegue con su hijo a representar emociones diferentes. ¿Qué hace cuando está feliz, triste o frustrado?	Encuentre y únase a un grupo o "café" local comunitario o para padres y madres, como Circle of Parents®. http://www.circleofparents.org/	Acurruque y abrace a sus hijos frecuentemente.	Cree algo con sus hijos. ¡Las actividades de arte y manualidades son divertidas para los adultos, también!	Encuentre un grupo local que trate asuntos relacionados con la crianza de los hijos (por ejemplo, MOPS). http://www.mops.org/	Hable con un amigo de confianza cuando se sienta estresado, agobiado o triste.	Pídale al director(a) del colegio de sus hijos o a la asociación de padres y alumnos que organicen una noche de recursos comunitarios.
Enséñele a su hijo a resolver conflictos pacíficamente.	Únase a un grupo de niños exploradores, los "Boy Scouts" o las "Girl Scouts", con sus hijos.	Organice una cena comunitaria o "potluck" con las familias de su vecindario para intercambiar anécdotas de la crianza de sus hijos.	Hágase voluntario en la escuela de su hijo.	Dedique tiempo a observar lo que su hijo puede y no puede hacer. Converse con la maestra de su hijo sobre cualesquiera preocupaciones que tenga.	Disfrute un "día de spa" en casa: tómese un baño con burbujas, experimente con una máscara facial y píntese las ungas de un color nuevo.	Organice un intercambio de ropa de niños.



<https://www.childwelfare.gov/topics/preventing/>



U.S. Department of Health and Human Services
Administration for Children and Families
Administration on Children, Youth and Families
Children's Bureau
<http://www.acf.hhs.gov/programs/cb>