

Felices Fiestas

Deseándoles paz y felicidad de parte del



**Paquete de Recursos para la familia
para el bienestar de invierno**



Tabla de Contenido

Carta del director del PED de seguridad y sanidad de las escuelas.....	3
Recursos de la salud conductual.....	4
Construyendo condiciones positivas para el aprendizaje en casa	5
Cómo puede ayudar a su hijo a participar activamente en el aprendizaje	5
Comprender la importancia de participar activamente en el aprendizaje	5
Cómo hacer uso de esta información.....	6
Cómo ayudar a su hijo a realizar un trabajo significativo	7
Cosas para buscar.....	8
Recursos.....	8
Los padres como socios virtuales- Serie de talleres para padres	9
Mapa de Nuevo México donde se localiza las trasmisoras de internet de alta capacidad	10
Enseñando a su hijo a: Identificar y expresar emociones.....	11
Ayude a protegerse a usted y a los demás del Covid-19.....	15
Página de recursos para organizaciones estudiantiles de carreras y de estudios técnicos.....	16
Recursos de los lugares en la red y de la concientización profesional de NM.....	17
Recursos profesionales.....	17
Herramientas del mercado laboral.....	17
Guías profesionales.....	17
Planes y cambios.....	17
Experiencias de aprendizaje basadas en el trabajo.....	18
Educación después de la preparatoria.....	18
Apoyando el crecimiento de los estudiantes en casa.....	19
¿Qué puedo hacer en casa?.....	20
¿Buscando donde cuiden niños?.....	21



**STATE OF NEW MEXICO
PUBLIC EDUCATION DEPARTMENT
300 DON GASPAR
SANTA FE, NEW MEXICO 87501-2786
Telephone (505) 827-5800
www.ped.state.nm.us**

RYAN STEWART, ED.L.D.
SECRETARY OF EDUCATION

MICHELLE LUJAN GRISHAM
GOVERNOR

Estimadas familias:

La Oficina de las Escuelas de sanidad y seguridad (SHSB) del Departamento de Educación Pública de Nuevo México se compromete a garantizar que los entornos escolares en Nuevo México sean lugares seguros para que los estudiantes aprendan y los maestros enseñen. Con ese fin, la oficina ha escrito una guía para las escuelas sobre cómo los estudiantes pueden participar de manera segura en las actividades de educación física y el recreo durante la pandemia COVID-19, lo que las escuelas deben considerar al participar en los simulacros de emergencia requeridos para el año escolar 2020-2021 y cómo deben tomar asistencia cuando participen en el aprendizaje remoto, entre otros temas.

Colaboraciones:

- El Departamento de Salud de Nuevo México—en una variedad de proyectos para mantener seguros a los estudiantes y al personal durante la pandemia de COVID-19, ha incluido el desarrollo de un sistema para una respuesta rápida a los casos de COVID-19 que ocurran en las escuelas o distritos, y cómo los estudiantes y el personal quienes no pueden usar los cubre bocas buscarán exenciones del requisito de usar el cubre bocas mientras estén en la escuela.
- Departamento de Educación y Cuidado de la Primera Infancia de Nuevo México—para desarrollar oportunidades de cuidado infantil para los miembros del personal escolar y miembros de la comunidad durante períodos de aprendizaje remoto, y para conectar a las familias con proveedores de cuidado infantil.

Apoyos:

- Obtener y administrar fondos económicos de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA) a través del Departamento de Seguridad Nacional de Nuevo México para reembolsar a los distritos los gastos de protección personal, del equipo, como cubre bocas, guantes y batas, así como termómetros sin contacto para asegurarse de que los estudiantes y el personal cuenten con el equipo de seguridad que necesitan para asistir a la escuela de manera segura.
- Proveer a las escuelas con el acceso a una aplicación de teléfono inteligente que proporcionará a las escuelas y a las familias de un examen de herramienta para determinar si un estudiante debe asistir a la escuela en persona, cuando comience la escuela en persona.

Desarrollo profesional:

- Se proporcionó conferencias en línea para los maestros, los administradores, las enfermeras escolares, los consejeros, los trabajadores sociales y demás personal, sobre las mejores prácticas para el reingreso escolar desde el cierre por el COVID-19, que incluyó sesiones sobre temas como: limpiar el entorno de aprendizaje, mantener la salud mental de los estudiantes y el personal educativo y actualizaciones sobre infecciones por COVID-19 en Nuevo México.

Adquisición de fondos:

- Se recibieron fondos económicos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de \$ 333,333 para apoyar la implementación de las mejores prácticas de reingreso, que respaldarán el desarrollo profesional de reingreso continuo y la asistencia técnica durante el próximo año.

Greg Frostad, Director de seguridad y sanidad de las escuela

Recursos de la salud conductual



La pandemia del coronavirus (COVID-19) puede hacer que los habitantes de Nuevo México de cualquier edad se sientan abrumados, asustados, ansiosos o que sea más difícil lidiar con las condiciones de salud mental que tenían antes de la pandemia.

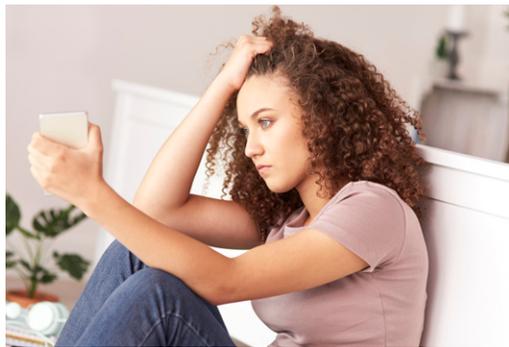
A continuación, encontrará recursos para ayudarse a sí mismo, a su familia y a sus seres queridos.

Recuerde, incluso cuando las cosas se sientan abrumadoras, hay esperanza y ayuda.

Para ayudar a combatir sentimientos fuertes como la ansiedad, es importante mantenerse informado. El sitio web NM.gov seguirá actualizándose con regularidad, así que utilícelo como su fuente de información única para Nuevo México.

Por mucho que trabaje para mantenerse saludable, recuerde que sus emociones, pensamientos, fe o espiritualidad, al igual que las relaciones son tan importantes para mantenerse saludable como lavarse las manos.

Comuníquese con los proveedores de salud mental y/o líderes religiosos y comunitarios en su área para obtener más información sobre los servicios disponibles.



Asegúrese de limitar el tiempo dedicado a escuchar o mirar los medios de comunicación repetitivos; considere establecer una o dos horas durante el día para revisar los medios, y luego tómese un descanso para tener pensamientos positivos y hacer actividades agradables. Ver demasiados medios de comunicación puede hacer que parezca que el peligro es aún mayor de lo que es y se vuelve abrumador. Puede ver las últimas noticias sobre los esfuerzos de prevención y tratamiento visitando el [Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\)](https://www.cdc.gov).

Dado que la amenaza de COVID-19 también nos afecta emocionalmente, le hemos proporcionado algunos enlaces de recursos de atención de la salud del comportamiento que le pueden ayudar:

- [How to Take Care of Your Mental Health During Social Isolation](#)
- [Countering COVID-19 \(Coronavirus\) Stigma and Racism: Tips for Parents and Caregivers](#)
- [5 Easy Ways to Reduce Coronavirus Anxiety](#)
- [How to Talk to Children About Coronavirus](#)
- [Help Loved Ones with Anxiety](#)
- [Helping Youth Experiencing Homelessness](#)

No se puede evitar la preocupación por el brote del coronavirus (COVID-19), o la medida en que podría afectar la salud física de nuestras comunidades, familias y nosotros mismos.

A medida que se propaga el COVID-19 (Coronavirus) y crece la confusión sobre esta crisis de salud pública, debemos mantenernos conectados con nuestras familias, amigos y comunidades. Juntos, podemos ayudarnos unos a otros a mantenernos física, espiritual y emocionalmente sanos.

Juntos, prosperaremos.



Reentry Support Guidance

FOR MORE INFORMATION CONTACT: [Leslie Kelly](mailto:Leslie.Kelly@ped.state.nm.us) ped.state.nm.us

Cómo crear las condiciones favorables para el aprendizaje en casa



Cómo ayudarle al niño a participar de manera activa en el aprendizaje

Con frecuencia, los niños y los adolescentes consideran que las tareas son un oficio poco agradable. Ahora que todo el trabajo escolar se convirtió en “tareas”, esa sensación podría ser más intensa. Sin embargo, aprender en casa puede ser más que una molestia excesiva para su hijo. Este tiempo en casa puede ofrecerle oportunidades para aprender de otra forma: puede motivar los intereses, la creatividad, el entusiasmo y la participación plena. En esta sección nos centraremos en:

- **Qué significa participar en el aprendizaje:** ¿En qué consiste y qué importancia tiene?
- **Cómo utilizar esta información:** ¿Qué estrategias pueden servirle al niño para participar de manera activa y mantenerse interesado en el aprendizaje en casa?
- **De qué cosas deben estar pendientes:** ¿Qué es normal y cuáles podrían ser los signos de alarma de que algo requiere más atención?
- **Recursos:** ¿Qué pueden ustedes consultar para explorar este tema en más detalle?

A medida que lean [estos recursos](#), recuerden: Cada familia es diferente. Las circunstancias individuales de cada persona son diferentes. Cada persona posee un conjunto único de puntos fuertes para hacer frente a las dificultades de la vida. La información que transmitimos aquí se ha diseñado para que sea flexible y se adapte a las formas que les convengan más a ustedes.

Por qué es importante participar de manera activa en el aprendizaje

Hay varios tipos de participación en el aprendizaje. Cuando los niños *se comportan* de una manera propicia para el aprendizaje, sencillamente asisten a clases virtuales, hacen el trabajo escolar y se lo envían al maestro. En vista de la gran variabilidad en cuanto a cambios y trauma que los niños están viviendo en este momento, este tipo de participación por sí solo es adecuado. Quizá sea todo lo que el niño puede hacer ahora mismo y es importante darle esa libertad.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que todas las personas aprenden mejor cuando participan *de manera activa* en el aprendizaje. Cuando los niños participan de manera activa, se interesan sinceramente en lo que están aprendiendo, lo valoran y lo pueden aplicar más allá de la clase. Participar *de manera activa* y tener una *actitud emocional propicia* para el aprendizaje les ayuda a sentir una conexión con su experiencia educativa. Esto puede ayudarles a sentirse orgullosos del aprendizaje y de sí mismos. La participación activa también puede motivarlos a hacer lo que se les pide e incluso inspirarlos a querer aprender más.

La realidad es esta: en su calidad de padres de familia o de cuidadores, ustedes no pueden obligar al niño a interesarse en el aprendizaje. Sin embargo, sí pueden darle oportunidades para ampliarlo, y crear un espacio para que investigue y sea creativo, para que se le ocurran ideas originales o para que ensaye cosas.

Cómo utilizar esta información

Es posible que apoyar el aprendizaje en casa y mantener motivado y curioso a su niño les parezca excesivo en este momento. Quizá ustedes no se sintieron especialmente interesados en su propia experiencia educativa cuando eran más jóvenes. O tal vez no tengan el tiempo ni los recursos para realizar esta tarea (si quieren más información al respecto, consulten la sección sobre la [preparación](#)). Sin embargo, hay cosas que **sí** pueden hacer. A continuación verán una variedad de estrategias para ayudarle a su niño a participar en el aprendizaje.

- **Motiven al niño para que entienda que hay muchas oportunidades para aprender a su alrededor.** El aprendizaje consiste en adquirir y mejorar habilidades esenciales para el aprendizaje y la vida: aprender a resolver problemas, razonar de manera crítica, encontrar y entender la información, llevar a cabo tareas, colaborar, escuchar a los demás y comunicarse con ellos (todo lo cual puede lograrse en el idioma que el niño habla en casa o en otros idiomas diferentes del inglés). Esto puede ocurrir mientras hace el trabajo escolar, pero también a través de experiencias que tiene en la casa y en la comunidad.
- **Ofrezcan flexibilidad respecto a dónde, cuándo y cómo aprende el niño.** Eso implica hablar con el niño de lo que está aprendiendo y de los momentos en que se lleva a cabo ese aprendizaje, así como reconocer los indicadores de los avances y éxitos que van más allá de las calificaciones.
- **Aprovechen en el aprendizaje las pasiones y los intereses del niño.** Esto es importante no solo mientras hacen el trabajo escolar sino a medida que el aprendizaje se amplía más allá del plan de estudios de la escuela y llega a la vida cotidiana.
- **Creen un espacio adecuado para la creatividad y para el surgimiento de ideas originales.** Pídanle al niño que explique cómo piensa y aprende. Que no solo les diga la respuesta sino cómo la encontró.
- **Ayúdenle al niño a alternar entre la instrucción dirigida por la escuela y la investigación dirigida por el alumno o permitan que lo haga.** El éxito y el interés en un ámbito se pueden transferir al otro.
- **Busquen el sentido de las cosas y apliquen el aprendizaje a diferentes situaciones y entornos.** Reserven tiempo, cada vez que puedan, a ayudarle al niño a determinar el objetivo de lo que está haciendo o pídanle que les cuente algo de lo que está aprendiendo, qué significa para él o qué relación tiene con sus experiencias personales.
- **Reconozcan cuándo podría ser tiempo de mostrarle otros materiales y nuevos enfoques de aprendizaje.** Si el niño no parece interesado y se ve cansado o aburrido, quizá sea hora de descansar un rato o de probar una nueva forma de pensar.
- **Busquen formas de crear conexiones** aunque el contacto en persona sea limitado. Para muchos jóvenes, el aspecto más difícil de la pandemia ha sido la falta de colaboración y de conexión que tenemos cuando trabajamos unos al lado de los otros. ¿Hay formas en que su niño y unos pocos amigos o familiares tengan reuniones virtuales en grupos pequeños o trabajen en proyectos juntos?

- **Motiven al niño a comunicarles a otras personas lo que está aprendiendo.** Es importante que el niño cuente lo que está aprendiendo y los avances que está haciendo, y diga qué le causa curiosidad. Puede contárselo a amigos, familiares, maestros o personal de la escuela. Poder hablar sobre el aprendizaje servirá para que todos aprendan mejor. En las familias que tienen varios hijos en casa, detenerse a reflexionar sobre el aprendizaje y hablar de sus experiencias podría ser una buena forma de fortalecer las relaciones en el hogar.
- **Entender que el aprendizaje con pantallas tiene sus límites.** Por esta razón, quizá ustedes tengan que ayudarle al niño a interesarse en proyectos y en otros tipos de aprendizaje para que pueda mantener la participación en el proceso de aprendizaje.
- **Aprovechen la falta de interés como una oportunidad para aprender.** ¿Hay maneras de encauzar la frustración, las dificultades y la falta de conexión que se deben una situación momentánea para crear una nueva oportunidad de aprendizaje? Contemplan la posibilidad de preguntarle al niño en dónde se quedó atorado y cómo le gustaría aprender más sobre el tema si pudiera diseñar su experiencia de aprendizaje de nuevo.

CÓMO AYUDARLE AL NIÑO A HACER UN TRABAJO QUE TENGA SENTIDO

Los niños necesitan tiempo y espacio, no solo para llevar a cabo tareas concretas sino también para dejar en libertad la mente y darle sentido a lo que están viviendo. Los niños, al igual que todas las personas, se benefician de tener ratos sin interrupciones (ni tecnología) y podrían sentirse renovados después de un descanso para reflexionar. Es posible que también recuperen la motivación y se recuerden a sí mismos qué es lo que importa realmente y por qué.

La motivación viene y va durante los tiempos difíciles, pero tenerla es esencial para participar y hallarles sentido a las cosas. La motivación nos da una razón para ser creativos e innovadores, y para trabajar duro y perseverar a pesar de las dificultades.

Para ayudarle a su niño a hallar motivación en estos momentos difíciles, piensen en formas de lograr que sienta que su trabajo tiene sentido. Ayúdenle a establecer conexiones con lo que está aprendiendo. Por ejemplo, ¿cómo podrían ayudarle a ver la forma en que el trabajo escolar que hace encaja en un panorama más amplio? Quizá puedan pedirle que piense en por qué está haciendo lo que hace (y no simplemente porque le dijeron que lo hiciera).

También pueden hablarle de las formas sencillas en que puede ayudar. Si al niño se le ocurren ideas útiles en la situación actual (por ejemplo, ayudarle con el trabajo escolar a un niño más pequeño o a un compañero que tiene dificultades, ayudarle a uno de sus padres o a un vecino, o alguna otra cosa), eso puede ser fuente de inspiración y autonomía. Ayúdenle a identificar los problemas que ve a su alrededor y apoyen su capacidad para imaginar soluciones y para interesarse. Esto significa darle espacio para pensar, trabajar y esforzarse. Incluso es posible que se apasione con un proyecto o una idea, aunque no tenga relación directa con sus intereses y actividades habituales. La autodirección, el aprendizaje y la creatividad surgen cuando los niños están en este espacio lleno de sentido.

De qué cosas deben estar pendientes

Algunos niños tienen una mejor capacidad para comunicar directamente que están perdiendo el interés, mientras que otros podrían mostrarlo con acciones. Presten atención a las pistas verbales y no verbales que indiquen que el niño necesita apoyo adicional.

Los **niños en edad preescolar** podrían portarse mal, tener rabietas, quejarse más que de costumbre o tener dificultad para hacer la transición a actividades nuevas. Quizá se nieguen a participar en actividades de aprendizaje, incluso en las que habían disfrutado antes.

Los **niños de escuela primaria** podrían decir cosas contraproducentes, como: “No puedo hacerlo” o “No importa qué tanto me esfuerce”. O podrían tener conductas desafiantes o negarse a participar en actividades de aprendizaje y a hacer las tareas que se les asignaron.

La necesidad de apoyo por parte de los **adolescentes** puede manifestarse como frustración, ira, estrés o ansiedad. Su hijo podría decir que no se preocupa por las calificaciones, por el regreso al horario normal, por la comunicación con los compañeros ni por la transición al nuevo grado o a otra escuela el año entrante. Podría decir cosas como: “A fin de cuentas, este trabajo que estoy haciendo no importa nada”.

Recursos

Recuerden que los niños aprenden mejor cuando tienen la oportunidad de explorar, investigar y ser creativos en espacios seguros que les ofrezcan apoyo, en la compañía de adultos que se interesan por ellos. Las [secciones anteriores](#) sobre cómo prepararse para apoyar a su niño, sobre la seguridad física y emocional, y sobre cómo apoyar el aprendizaje contienen más información que ustedes pueden usar para crear las condiciones que le ayudarán a su niño a mantenerse interesado en el aprendizaje. Además, estos recursos les servirán para asegurarse de que su niño esté (y se mantenga) interesado en el aprendizaje en casa.

- [Perspectiva general sobre la participación](#): Más información del *National Center on Safe Supportive Learning Environments* (Centro Nacional sobre Entornos Propicios para el Aprendizaje) sobre el tema de la participación.
- [El pensamiento de diseño en la educación](#): El pensamiento de diseño es un enfoque al aprendizaje, la colaboración y la resolución de problemas que pone a la persona en el lugar central. El Laboratorio de Enseñanza y Aprendizaje de Harvard ofrece apoyo y recursos para el pensamiento de diseño. (En inglés)
- [El pensamiento de diseño en la educación: empatía, retos, descubrimientos y comunicación](#): En este artículo de Edutopia (en inglés) se describe el concepto de pensamiento de diseño y de cómo conecta de nuevo a los educadores con su creatividad y sus aspiraciones para ayudarles a los alumnos a convertirse en personas profundas tanto para pensar como para hacer.
- [El aprendizaje personalizado está dirigido por el alumno](#): El aprendizaje personalizado se adapta a los puntos fuertes, las necesidades, los intereses y las habilidades del alumno. En este blog de NWEA (en inglés) se explican varias estrategias de aprendizaje dirigido por el alumno.
- [Aprendizaje por proyectos en casa](#): El aprendizaje por proyectos (PBL, por sus siglas en inglés) es un método pedagógico en el que los alumnos aprenden participando de manera activa en proyectos de la vida real que tienen sentido personal para ellos. En este blog de PBLWorks (en inglés), del Buck Institute for Education, un padre reflexiona sobre cómo aprovechar la curiosidad natural de su hijo durante la pandemia.
- [¿Qué pasa cuando su niño pierde el interés en la escuela?](#) En este blog de la Templeton Foundation (en inglés) se explica por qué los niños y los adolescentes pierden el interés, se mencionan los signos de esa situación, y se ofrecen estrategias sobre cómo el aprendizaje vivencial podría ser provechoso.



Serie de talleres para padres

Central New Mexico Community College y CNM Ingenuity van a ofrecer una serie de talleres para captar la atención de los «Padres como colaboradores en el entorno virtual» este otoño. Entendemos los innumerables retos a los que los padres se están enfrentando en la actualidad; casi un tercio de los alumnos de CNM son padres de niños en edad escolar. Además, somos el principal proveedor de educación temprana y de formación de maestros en Nuevo México.

[Curso básico de supervivencia \(101\) para los padres como colaboradores en el entorno virtual](#)

¿Intentan hacerlo todo? ¿Ir a trabajar, ir a la escuela, ayudar a que sus hijos «vayan a la escuela» de forma remota y criar a sus hijos? Podemos ofrecerles reflexiones acerca de por lo que ustedes y sus hijos van a pasar este otoño, así como algunas estrategias de supervivencia.

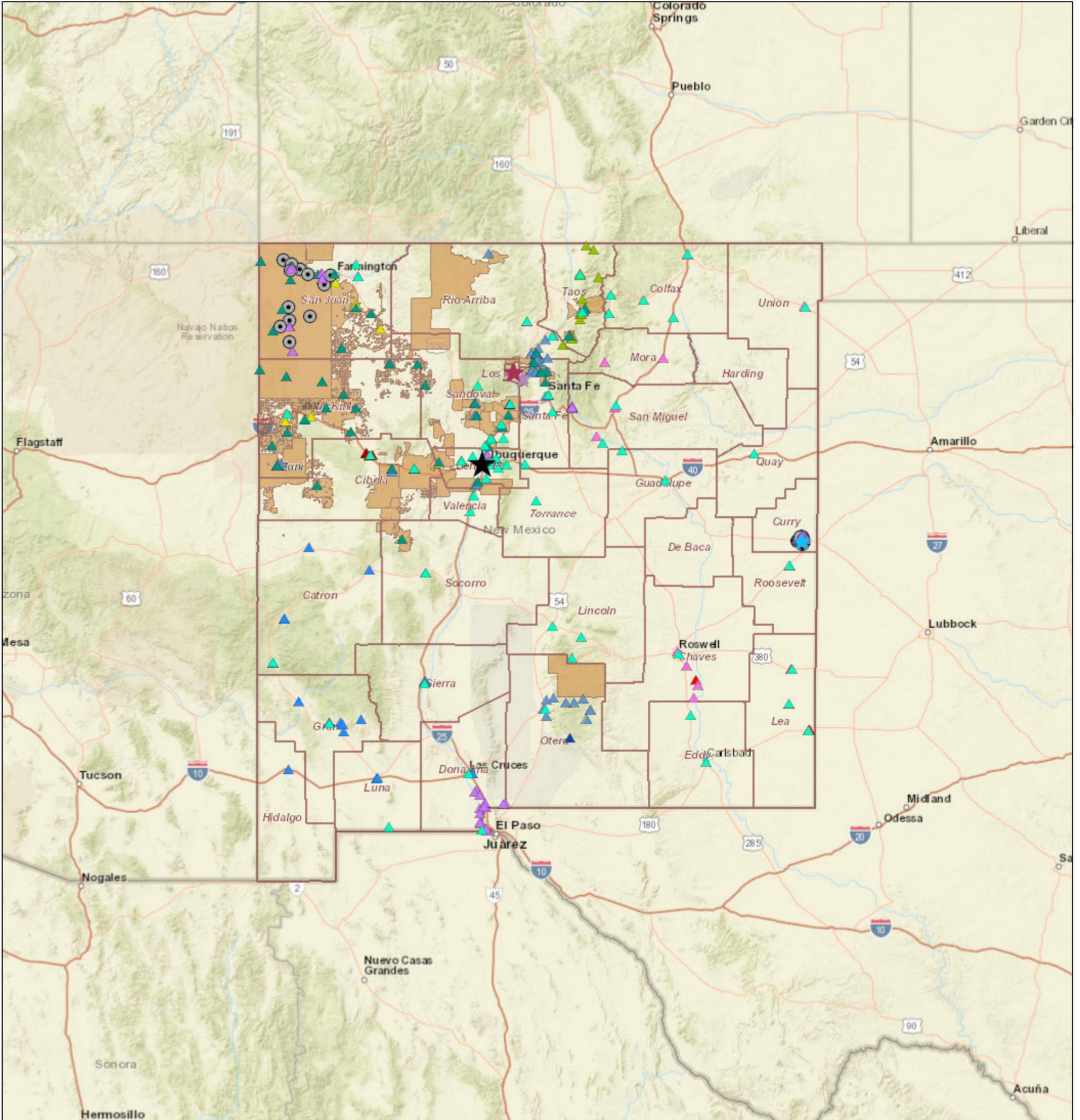
[Reinvención de la participación de los padres aprovechando las herramientas digitales](#)

Acompáñenos en una sesión de formas creativas sobre cómo podemos aprovecharnos de las herramientas digitales para captar la pericia y los recursos de padres para crear «comunidades de apoyo entre padres» en favor de nuestros niños durante la pandemia.

[Curso básico-intermedio \(102\) de supervivencia para los padres como colaboradores en el entorno virtual](#)

¡Casi han llegado al final de la primera parte de este curso académico tan complicado! Trabajen con padres educadores para definir estrategias que sirvan para preparar a su familia para la siguiente transición escolar después de Año Nuevo.

Mapa de Nuevo México de las trasmisoras de internet de alta capacidad



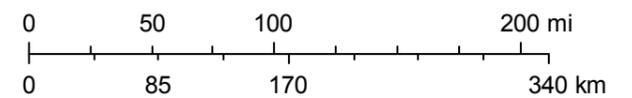
9/3/2020 11:37:00 AM

1:4,622,324

Ciudades

- Albuquerque
- Los Alamos
- Clovis
- White Rock
- Bibliotecas
- Escuelas
- PED Tribal (propuesta)
- Centros para personas mayores
- Centro de recursos para desastres de la tecnología de la información (ITDRC)
- Hotspots móviles
- Teléfono Dell
- Kit Carson Internet

- Cooperativa Telefónica Rural Leaco
- Banda ancha Red Bolt
- Comunicaciones del viento sagrado
- Comunicaciones WNM
- Yucca Telecom
- Límite del condado
- Límite de tierra tribal



U.S. Census Bureau, RGIS
 Sources: Esri, HERE, Garmin, USGS, Intermap, INCREMENT P, NRCan, Esri Japan, METI, Esri China (Hong Kong), Esri Korea, Esri (Thailand), NGCC, (c) OpenStreetMap contributors, and the GIS User Community

NM Department of Information Technology (DoIT)



Cómo enseñar a su hijo a: identificar y expresar los

¿Reconoce esta historia?

Margarita está jugando con su hijo de cuatro años. El niño escoge un rompecabezas de un camión y empieza a armarlo colocando las piezas en sus huecos. Se le hace difícil dar vuelta una pieza de modo que la pueda meter al hueco. Margarita le dice: “Déjame ayudarte a darla vuelta como debe estar”. El niño empuja la mano de su madre y le dice en tono agitado: “Déjame hacerlo”. Hace otro intento pero no logra armar la pieza. Entonces grita y tira la pieza a otra parte del salón, y luego tira el rompecabezas hacia Margarita.

¿Qué haría usted si esto pasara en su casa? ¿Se daría por vencido y dejaría de jugar con su hijo en ese momento, y tal vez intentaría jugar con él a la mañana siguiente? O en cambio, ¿aprovecharía usted la oportunidad de enseñarle una lección acerca de comprender y hablar sobre los sentimientos?

El enfoque

Los niños pequeños sienten muchas de las mismas cosas que los adultos. Los niños a veces se sienten enojados, tristes, frustrados, nerviosos, felices o abochornados, pero muchos no conocen las palabras para expresar cómo se sienten. Más bien, pueden exteriorizar estos sentimientos de maneras muy físicas y poco apropiadas. Por ejemplo, cuando el hijo de Margarita se sintió frustrado, tiró el rompecabezas y la pieza.

La solución

Los padres de familia pueden ayudar a sus hijos a comprender y expresar sus sentimientos. He aquí algunas estrategias que usted puede usar para ayudar a su hijo a expresar sus sentimientos:

- Ayúdelos a comprender sus sentimientos al contarles primero los nombres de los sentimientos y luego al animarlos a hablar sobre cómo se sienten. Por ejemplo, usted podría decir a su hija: “Papi se fue de viaje, te sientes triste. Dijiste que quieres ver a Papi”. Al dar a su hija una manera de nombrar sus sentimientos, usted le permite desarrollar un vocabulario para hablar sobre ellos.
- Permita que su hijo tenga muchas oportunidades de identificar los sentimientos propios y ajenos. Por ejemplo, usted podría decirle: “Qué divertido es montar tu bici. Veo que tienes una sonrisa. ¿Te sientes alegre?” O podría describir una situación y pedir que su hijo reflexione sobre lo que otra persona puede sentir: “Joey se golpeó en la cabeza cuando estaba en el tobogán. ¿Cómo crees que se siente Joey?”
- Enseñe a sus hijos las maneras variadas en que pueden reaccionar ante sentimientos, conflictos o problemas concretos. Hable sobre sus propios sentimientos con sus hijos. Por ejemplo: “¿Te acuerdas lo que pasó ayer, cuando el agua en

la tina no bajó por el desagüe? Mami se enojó mucho y ¿te acuerdas cómo se veía mi cara cuando estaba enojada? ¿Puedes hacer una cara enojada como la de Mami?” Hable también con sus hijos sobre maneras concretas en que usted maneja sentimientos específicos. “Cuando me enojo, respiro hondo, cuento hasta tres y luego intento pensar en la mejor manera de manejar mi problema”.

- Enseñe a su hijo a identificar y expresar sus sentimientos de maneras que sean aceptables para su familia y sus amigos. Por ejemplo, usted podría decir a su hijo: “A veces Abuelo está enojado cuando las cosas no le han ido bien en el trabajo. ¿Qué hace entonces? Se sienta en el banco del patio hasta que haya pensado en algo que puede decir a los compañeros de trabajo para resolver las cosas. Tú deberías sentarte y pensar cuando te enojas”.

Los pasos

1. Explique los sentimientos usando palabras que su hijo puede comprender fácilmente. Se pueden usar dibujos, libros o vídeos para darle una explicación clara. “Mira la cara de Caperucita Roja; ¿qué asustada se siente al ver al lobo que está en la cama de su abuelita!”
2. Enseñe a su hijo las maneras diferentes en que podemos manejar los sentimientos. Deje que su hijo idee maneras de manejarlos. Discuta las maneras positivas y no muy positivas de expresar los sentimientos. Hay muchas estrategias que se pueden usar para enseñar maneras nuevas de expresar apropiadamente los sentimientos:
 - Aproveche ejemplos de la vida real para dar lecciones inmediatas durante una situación. Por ejemplo: “Veo que se te hace difícil guardar tu triciclo en el garaje. Parece que te sientes frustrado. ¿Qué puedes hacer? Creo que puedes pedir ayuda, o respirar hondo e intentarlo otra vez. ¿Qué prefieres hacer?”



- Enseñe a su hijo maneras nuevas de reaccionar ante los sentimientos discutiendo situaciones comunes que el niño puede recordar, o que ocurren a menudo. Por ejemplo: “Ayer te enojaste ya que Joey no quiso dejarte jugar con su camión. Estuviste tan enojado que le pegaste. Cuando te sientes enojado porque Joey no te deja tomar un turno, ¿qué debes hacer?”
- Se puede usar libros para niños al hablar sobre los sentimientos. Por ejemplo, pregunte a su hijo al leer un libro: “¿Cómo se siente (el personaje del libro) ahora? ¿Cómo lo sabes? ¿Te has sentido así alguna vez? ¿Qué haces cuando te sientes así?”
- Hable con palabras sencillas, use dibujos o ayudas visuales para hacer que todo esté claro para su hijo, y siempre relacione su lección con algo que pasa en la vida de su hijo.
- Enseñe a su hijo estrategias nuevas para usar cuando tiene sentimientos que pueden expresarse de maneras inapropiadas (por ej., enojo, frustración, tristeza). Se pueden compartir con su hijo estrategias como respirar hondo cuando se siente frustrado o enojado, pedir la ayuda de un adulto para resolver un conflicto, pedir un turno cuando otros no quieren compartir algo, pedir un abrazo cuando se siente triste, o hallar un lugar apartado para tranquilizarse cuando se siente estresado.

3. Encomie a su hijo la primera vez que intenta hablar sobre sus sentimientos, en vez de simplemente reaccionar. Es **MUY** importante explicar a su hijo precisamente qué ha hecho bien y lo orgulloso que se siente usted ya que ha hablado sobre los sentimientos. Siempre debe estar bien que expresemos lo que sentimos; es la manera en que decidimos expresarnos y reaccionar ante nuestros sentimientos lo que requiere un esfuerzo especial.

4. Siempre que pueda, apoye a su hijo cuando hable sobre los sentimientos y practique las estrategias nuevas para expresarlos apropiadamente. Por ejemplo, se pueden hablar sobre los sentimientos al jugar un juego, viajar en coche o cenar. Cada día pasarán muchas cosas que le darán buenas oportunidades de hablar sobre los sentimientos. Cuanto más a menudo su hijo practique, más rápido aprenderá.

AVISO: No intente practicar las estrategias cuando su hijo está experimentando un berrinche. Aproveche los momentos tranquilos para enseñar y practicar las estrategias nuevas. Por ejemplo, si su hija tiene un berrinche ya que no quiere esperar hasta después de la cena para comer una galleta, no tendrá ánimos para practicar el expresar su frustración con palabras en vez de tener un berrinche. En tales situaciones, usted tendrá que tratar sus sentimientos –por ejemplo, diciéndole: “*Sé que quieres mucho comerte una galleta ahora, pero eso no es posible, ya que vamos a cenar en 5 minutos. Puedes comer una galleta después de la cena*”. Sin embargo, usted sí puede hablar con su hija sobre el incidente después de que está tranquila y discutir la mejor manera de expresar esos



sentimientos. “*Cuando te sientes frustrada ya que no puedes tener lo que quieres, puedes contármelo, pero no te dejes pegarme ni gritarme. Hace un rato, querías una galleta antes de la cena y me pegaste. La próxima vez que te sientas frustrada, puedes contármelo y luego, respirar hondo y ponerte tranquila si te sientes enojada.*”

La práctica hace al maestro

He aquí algunas actividades que usted puede hacer con su hijo o hija para ayudarla a comprender los sentimientos.

Juegue a **hacer muecas** con su hijo. Usted inicia el juego diciendo: “*Voy a hacer una mueca, adivina lo que siento al mirarme a la cara*”. Luego haga una mueca con una expresión alegre o triste. Cuando su hijo adivina la palabra del sentimiento, contéstele: “*¡Correcto! ¿Sabes qué me hace sentir así?*” Luego describa algo sencillo que lo hace sentirse así. Por ejemplo: “*Me siento alegre cuando vamos al parque.*” “*Me siento triste cuando llueve y no podemos ir al parque.*” Tenga en cuenta que este no es un buen momento para discutir circunstancias de la vida de los adultos que afectan sus sentimientos (como por ejemplo, “*Cuando tu papi no me llama, me siento triste*”). Luego diga a su hijo: “*Ya es tu turno, haz una mueca y adivinaré lo que sientes*”. No será nada extraño si su hijo escoge el mismo sentimiento que usted acaba de expresar; se necesita tiempo para que

su hijo use la creatividad en este juego. Una vez que usted haya adivinado, pida que su hijo describa lo que lo hace sentirse así. Sigán turnándose hasta que su hijo le expresa que ya no le interesa continuar el juego.

Comparta un cuento de una manera nueva. Lea a su hijo un libro que retrata a personajes que viven varios sentimientos, como por ejemplo, tristeza, alegría, susto, preocupación, confusión, etc. Haga una pausa al leer una página donde el personaje expresa ese sentimiento. Pregunte a su hijo: “*¿Cómo piensas que se siente?*” “*¿Por qué se siente así?*”, o: “*Mira su cara, ¿cómo sabes que se siente ____?*” Otras preguntas podrían ser: “*¿Te has sentido ____ alguna vez? ¿Qué te hizo sentir así?*”, “*¿Qué pasará luego?*” o: “*¿Qué debería hacer?*” No se detenga en una misma página durante demasiado tiempo y siga la discusión solo si su hijo muestra que el tema le interesa.

Haga un **libro de sentimientos** con su hijo. Hacer un libro casero con un niño es un proyecto fácil. Solo se necesitan papel, crayones o rotuladores, y una grapadora. Se puede hacer un libro acerca de un sentimiento y pedir que su hijo o hija llene las páginas con dibujos de cosas que la hacen sentirse así. Por ejemplo, un «Libro de felicidad» puede contener dibujos hechos por usted y su hija sobre cosas que la hacen feliz, fotos recortadas de revistas que se pegan con engrudo a las páginas, o fotografías de amistades y familiares. Otro método es hacer un libro sobre algunas palabras de sentimientos, con páginas dedicadas a cada uno de los varios sentimientos (felicidad, enojo, sorpresa, susto, fastidio, orgullo etc.). Si un niño tiene mucho que decir sobre sus sentimientos, usted puede pedir que le diga una frase sobre las cosas que le producen cierto



sentimiento para que usted apunte la frase en la página. Luego su hijo puede recortar un dibujo para pegarlo con engrudo en el libro o hacer un dibujo sobre el sentimiento. Una advertencia: Es más probable que esta actividad sea divertida para su hijo si los dos la hacen juntos, ya que se le puede hacer difícil a un niño hacerla a solas.

Juegue con su hijo a “*Espejo, espejo... ¿qué veo en ti?*” Se puede usar un espejo de mano o uno que se encuentre fijado a la pared. Mire al espejo y diga: “*Espejo, espejo... ¿qué veo en ti?*” Haga una mueca para representar cierto sentimiento. Luego diga el nombre del sentimiento diciendo: “*Veo a Mami triste que me mira a mí*”. Vuelva hacia su hijo y dígame que ya es su turno. Ayúdelo a recordar la frase: “*Espejo, espejo... ¿qué veo en ti?*” Tal vez usted tenga que decirlo junto con su hijo. Luego diga que su hijo haga una mueca y ayúdelo a decir la siguiente frase: “*Veo a Patricio alegre que me mira a mí*”. No se extrañe de que su hijo quiera usar siempre el mismo sentimiento que usted acaba de expresar. Juegue al juego hasta que ya no le interese a su hijo.

Enseñe las palabras de sentimientos

Solemos pensar solo en enseñar los sentimientos comunes, como alegría, tristeza, enojo, etc. Pero hay muchas más palabras de sentimientos que los niños deberían aprender a expresar, como las siguientes:

Valiente	Alegre
Alegre	Aburrido
Confuso	Sorprendido
Curioso	Orgulloso
Desilusionado	Frustrado
Abochornado	Tontillo
Emocionado	Incómodo
Fantástico	Preocupado
Amistoso	Terco
Generoso	Tímido
Desairado	Satisfecho
Impaciente	Seguro
Importante	Aliviado
Fascinado	Pacífico
Envidioso	Abrumado
Solitario	Cariñoso
Confuso	Tenso
Enojado	Tranquilo



La expresión de los sentimientos

A veces los niños expresan los sentimientos de maneras problemáticas. Su hijo puede llorar cuando se siente frustrado o tirar sus juguetes cuando está enojado. He aquí algunas maneras diferentes de enseñar a su hijo a manejar los sentimientos:

- Pedir ayuda
- Usar palabras para resolver problemas
- Decirlo pero no hacerlo (decir “*Estoy enojado*” en vez de tirar los juguetes)
- Contarlo a un adulto
- Respirar hondo
- Describir lo que siente
- Pensar en otra manera de hacerlo
- Relajarse e intentarlo otra vez
- Ir a otro lugar
- Pedir un abrazo

En resumidas cuentas

La comprensión de los sentimientos es crítica para el desarrollo general de los niños. Nos toca a los adultos enseñar a niños maneras apropiadas de comprender y manejar sus sentimientos. Los niños experimentan por primera vez muchísimas cosas nuevas y emocionantes. ¡Esto puede ser abrumador! Es necesario que siempre validemos los sentimientos de nuestros niños y que no los castigamos por expresar cómo se sienten. Puede ser buena idea que usted recuerde a su hijo que: “*Está bien contarme cómo te sientes, pero no está bien lastimar a otras personas ni cosas cuando te sientes (mencione un sentimiento)*”. Enséñeles cosas sobre los sentimientos, permita que practiquen durante mucho tiempo sus estrategias nuevas, y recuerde siempre darles mucho aliento positivo cuando usen la nueva estrategia en vez de reaccionar como lo habían hecho antes.



El Centro sobre los Fundamentos Sociales y Emocionales del Aprendizaje Temprano



Child Care Bureau



Office of Head Start

Ayude a protegerse a usted y a los demás del COVID-19

Practique el distanciamiento social



Manténgase a una distancia de 6 pies o 2 metros (el largo de 2 brazos) de los demás.

Y póngase una mascarilla



Asegúrese de que le cubra la boca y la nariz para ayudar a proteger a los demás.
Usted podría estar infectado y no tener síntomas.



cdc.gov/coronavirus-es

Organizaciones estudiantiles de carreras y estudios técnicos (CTSO)

CTSO autorizados por NMs	Nombre oficial	Membresía estudiantil	Membresía / Competencias	Algo para saber
<p>BPA Negocios Profesionales de América</p> <p>http://nmctso.com/bpa/ http://www.bpa.org/</p>	<p>Escuela secundaria</p> <p>Escuela preparatoria (Postpreparatoria)</p>	<p>Afiliación Habilidades</p> <p>Laborales Assessment</p> <p>Programa de evaluación</p>	<p>Premios</p> <p>Antorcha</p> <p>Programa de certificaciones</p>	
<p>DECA</p> <p>http://nmctso.com/deca/ https://www.deca.org/</p>	<p>Escuela preparatoria (Postpreparatoria)</p>	<p>Iniciar DECA</p> <p>Desarrollo de carreras</p>	<p>Empresas basadas en la escuela</p> <p>Conferencias de líderes emergentes</p>	
<p>EDUCATORS RISING</p> <p>https://educatorsrisingnm.nmsu.edu/ https://educatorsrising.org/</p>	<p>Escuela preparatoria</p>	<p>Unirse</p> <p>Eventos competitivos</p>	<p>Plan de estudios de Academia</p> <p>Micro-credenciales</p>	
<p>FCCLA Family Career and Community Leaders of America The Ultimate Leadership Experience</p> <p>http://nmctso.com/fccla/ http://www.fcclainc.org/</p>	<p>Escuela secundaria</p> <p>Escuela preparatoria</p>	<p>Afiliación</p> <p>Eventos competitivos</p>	<p>Programas</p> <p>Academia de liderazgos</p>	
<p>Organización Nacional FFA</p> <p>http://www.nmffa.org/ https://www.ffa.org/home</p>	<p>Escuela secundaria</p> <p>Escuela preparatoria (Postpreparatoria)</p>	<p>Unirse</p> <p>CDEs and LDEs</p>	<p>Rastreador de experiencias agrícolas</p>	
<p>hosa future health professionals NEW MEXICO</p> <p>http://nmctso.com/hosa/ http://hosa.org/</p>	<p>Escuela secundaria</p> <p>Escuela preparatoria (Postpreparatoria)</p>	<p>Paquete de afiliación</p> <p>Eventos competitivos</p>	<p>Actividad del Sistema de rastreo de HOSA STEM Premier</p>	
<p>SkillsUSA NEW MEXICO</p> <p>http://nmctso.com/skillsusa/ https://www.skillsusa.org/</p>	<p>Escuela secundaria</p> <p>Escuela preparatoria (Postpreparatoria)</p>	<p>Paquete de afiliación</p> <p>Campeonatos</p> <p>Catálogo de recursos de educación</p>	<p>Marco de referencia de habilidades USA</p> <p>Habilidades mundiales</p> <p>Excelencia de la organización</p>	
<p>TSA TECHNOLOGY STUDENT ASSOCIATION</p> <p>http://nmctso.com/tsa/ http://www.tsaweb.org/</p>	<p>Escuela secundaria</p> <p>Escuela preparatoria</p>	<p>Afiliación</p> <p>Competitivos de la escuela secundaria</p> <p>Eventos de la escuela preparatoria</p>	<p>Competencia con varios asociados de STEM</p> <p>LEAP</p>	



Sitios en la red de recursos y de concientización profesional



Recursos de carreras



El Departamento de la Fuerza Laboral de Nuevo México y Soluciones, se esfuerza por ser una puerta de entrada al empleo. Este sitio presenta enlaces a múltiples recursos, que incluyen: sistemas de carrera, herramientas de planificación, opciones educativas y más.

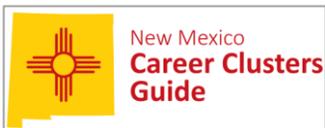


Career Solutions, es una exploración profesional en línea y sitio en la red de planificación para jóvenes y adultos jóvenes. El sitio web proporciona acceso a herramientas interactivas que ayudan a las personas a explorar carreras y planificar su futuro.



El sistema de Conexión en línea de la fuerza laboral de Nuevo México es el portal en línea oficial de Nuevo México para servicios virtuales de búsqueda de empleo, empleo de recursos, el Seguro de Desempleo, información del mercado laboral y más.

Guía de carreras



La Guía de grupos de las carreras de Nuevo México está diseñado para ser una herramienta para planificar y preparar una carrera. Proporciona una estructura para seleccionar carreras basadas en vincular atributos personales con ocupaciones y requisitos de formación.



La Guía de Carreras de Nuevo México es un recurso para buscar en un solo lugar empleo. Incluye secciones sobre exploración de carreras, planificación, experiencias, educación, búsqueda de empleo y listados de escuelas.

Herramientas del mercado laboral



Carreras profesionales de Nuevo México muestra información regional del mercado laboral para distritos escolares, organizados en base a la estructura de los grupos profesionales nacionales. El sitio incluye herramientas interactivas, informes regionales, podcasts y más.



El sitio del Departamento de Fuerza Laboral de Nuevo México ofrece un menú del mercado laboral. Este menú presenta enlaces a datos, estadísticas, paneles, recursos y publicaciones relacionados con la información del mercado laboral.



LASER es un mercado laboral integral del sistema de la información. Varias herramientas de búsqueda están disponibles para las funciones que permiten los datos históricos del mercado de trabajo personalizadas y así satisfacer las necesidades individuales.

Planes y caminos



El plan, Next Step es un plan personal escrito y desarrollado por cada estudiante al final de los grados 8-11 y durante el grado 12. El propósito del plan es ayudar a los estudiantes postsecundarios a buscar sus intereses y desarrollar el perfil de estudios para la escuela preparatoria.



Experiencias de aprendizaje basadas en el trabajo



Entrenamiento / Trabajo estudiantil de Nuevo México, este sitio conecta a las personas con el trabajo práctico dependiendo de las experiencias en su comunidad local. Las guías de ayuda y las páginas de información están disponibles para explicar y dirigir el proceso.



El Proyecto de Liderazgo Técnico Profesional (CTLP, por sus siglas en inglés) administra organizaciones que involucran a los estudiantes en actividades de educación profesional y técnica como parte integral del programa de instrucción para satisfacer las necesidades de una fuerza laboral bien capacitada.



La Asociación de Educación Agrícola y FFA de Nuevo México brinda oportunidades para el liderazgo, el crecimiento personal y el éxito profesional a través de la educación agrícola.



Educators Rising, Educadores en Crecimiento trabaja estrechamente con los educadores que están altamente calificados para que guíen a los jóvenes en el camino hasta convertirse en maestros consumados, comenzando en la escuela preparatoria y extendiéndose a través de la universidad y en la profesión

Educación después de la preparatoria



El propósito de este sitio es mostrar información relacionada con las instituciones de educación superior de Nuevo México, incluyendo: indicadores claves de desempeño, información de instituciones, información de contacto y mapa de ubicación.



La Fundación de Asistencia Educativa de Nuevo México proporciona recursos para la planificación financiera, para la educación superior. Este sitio presenta varias herramientas y páginas de información relacionadas con la administración financiera para la educación superior.

Para información adicional visite:

NMPED
College and Career Readiness Bureau

ped.state.nm.us/bureaus/college-career-readiness



Apoyo Para Familias Durante El Aprendizaje Remoto

UNA VISIÓN GENERAL PARA LAS FAMILIAS SOBRE CÓMO MONITOREAR Y APOYAR EL CRECIMIENTO DE LOS ESTUDIANTES EN EL HOGAR



Antecedentes

En respuesta a la pandemia de COVID-19 y a la amenaza de la propagación en la comunidad, el Departamento de Educación Pública de Nuevo México (NMPED) cerró las escuelas el 13 de marzo de 2020. A lo largo de los meses de verano, el NMPED trabajó estrechamente con el Departamento de Salud de Nuevo México (DOH), el Equipo de Asesoramiento Médico (MAT), el Grupo de Trabajo de Reingreso Escolar y otras partes claves interesadas para planificar el reingreso gradual a las escuelas en el otoño. Si bien reconocemos que no hay sustituto para el aprendizaje en persona, [el NMPED ha ofrecido una orientación escolar para líderes escolares y educadores](#) sobre cómo aprovechar al máximo las posturas de aprendizaje remoto e híbrido.

Estudios recientes han demostrado que los estudiantes pueden experimentar entre 4–12 meses de “pérdida de aprendizaje” como resultado del cierre de escuelas y a la experiencia posterior del aprendizaje remoto. Es importante señalar que esta “pérdida” se predice a través de un análisis y proyección del desempeño de los estudiantes en pruebas y evaluaciones estandarizadas, que son solo una medida en una gran cantidad de datos que demuestran el crecimiento y desarrollo de un niño. Garantizar que los estudiantes estén invulnerables y saludables, seguros en sus identidades y preparados integralmente para el éxito en la escuela y más allá sigue siendo nuestra meta.

Orientación sobre la aceleración

En preparación para el año escolar 2020-2021, el NMPED publicó [una guía sobre la aceleración de la instrucción](#), explicando que el enfoque típico de remediación, es uno “que cumpla con los estudiantes donde estén” al enseñar por debajo de los estándares del nivel del grado, no sería un enfoque eficaz para captar estudiantes durante las posturas de aprendizaje pandémicas. Si bien no es la intención, este enfoque a veces puede perpetuar la creencia errónea de que algunos estudiantes no son capaces de hacer un trabajo a nivel del grado. Nuestra orientación es:

1. Priorizar el contenido del nivel del grado;
2. Abordar las inequidades de frente; y
3. Apoyar y asumir lo mejor para todas las partes interesadas.

Esto significa que el NMPED espera que los maestros de su hijo proporcionen instrucción sobre los estándares del año actual y al mismo tiempo aborden las necesidades individuales de aprendizaje de los estudiantes. También que proporcione una orientación específica sobre [las matemáticas](#) y [la alfabetización](#).



Garantizar que los estudiantes estén invulnerables y saludables, seguros en sus identidades y preparados integralmente para el éxito en la escuela y más allá sigue siendo nuestra meta.



¿Qué puedo hacer en casa?

Es importante asegurarse de que tanto usted como su hijo tengan acceso a todas las comunicaciones y herramientas de monitoreo del progreso que proporciona su escuela o distrito. Además de revisar regularmente el progreso académico de su hijo, el NMPED alienta a las familias a monitorear la salud integral y el bienestar de sus hijos.

Apoyar el aprendizaje en casa no solo significa trabajar y terminar con las listas de tareas y revisar tarjetas de memorización rápida con su estudiante. Algunas estrategias claves de apoyo incluyen:

- Asegurarse de que su hijo duerma bien por la noche;
- [Hable con su hijo acerca del COVID-19](#);
- Establecer rutinas diarias consistentes y tener un espacio adecuado de trabajo para su hijo;
- Mantener la mente abierta, “Juntos, podemos hacer cosas difíciles con éxito”;
- Monitorear el comportamiento y la conducta de su hijo para detectar [signos de estrés](#), ansiedad y/o depresión;
- Proporcionar oportunidades creativas y seguras protegiéndose del COVID para que su hijo se conecte con sus compañeros; y
- Proporcionar descansos—donde estés ya sea [dentro](#) o [fuera](#) de casa, es muy importante crear un espacio para el juego y la diversión.

Y, por supuesto, ¡recuerda cuidarte bien! Equípate con [información sobre los recursos disponibles, los servicios de asesoramiento y más](#), en caso de que necesites, busca ayuda. Recuerde, que no se puede llenar el vaso de nadie más si el tuyo está vacío.

Recursos adicionales

- Para obtener más consejos sobre cómo hablar con sus hijos sobre COVID-19, [visite la guía de los CDC](#).
- Revisen [la guía de éxito del aprendizaje en línea del NMPED](#) para estudiantes de Nuevo México, grados 6–12, y hable con su hijo sobre cómo establecer expectativas compartidas e identificar caminos para pedir ayuda cuando sea necesario.
- Comuníquese con nuestros socios de Graduation Alliance para obtener más información sobre cómo [ENGAGE NM](#) puede apoyar a su hijo a través del entrenamiento académico, apoyos para la participación y más.
- Revisa [la guía de aprendizaje a distancia](#) para obtener orientación e información específicas sobre oportunidades de aprendizaje en línea, juegos, excursiones virtuales y más.

Juntos, ¡podemos hacer esto!



¿BUSCA CUIDADO PARA SUS NIÑOS?

Haga clic en cualquier enlace para acceder a la información



ACCESO

¿CÓMO ENCUENTRO CUIDADO INFANTIL?

Busque por condado / código postal (actualizado a diario)

Busque dentro de un radio de su dirección

Busque por distrito escolar

Línea de recursos y referencias de cuidado infantil y apoyo familiar
Llame al 1-800-691-9067

ASISTENCIA DE CUIDADO INFANTIL

¿CÓMO PAGO POR EL CUIDADO?

Visite ¿Soy elegible?

SEGURIDAD

¿ES SEGURO EL CUIDADO DE NIÑOS?

Maneras en que mantenemos seguros a nuestros hijos

La asociación de **NMRECA** (New Mexico Regional Education Cooperatives Association) está colaborando con los departamentos de **PED** (Public Education Department) y **ECECD** (Early Childhood Education & Care Department) de Nuevo México para ayudar a las familias a encontrar servicios de cuidado infantil disponibles mientras las escuelas funcionan en un ambiente remoto o híbrido.

- ¿Está interesado en cuidar niños temporalmente bajo el programa de Familiares, Amigos, y Vecinos? Puede ser elegible para recibir pagos de asistencia de cuidado infantil.

[Vea nuestra guía aquí](#)

Visite al sitio *NewMexicoKids*
<https://www.newmexicokids.org/home/>

