



Septiembre 2016

¡El Arte de la Negociación con los Niños!

www.communitybridges.org

Usted les dice, “ya es hora de la merienda.” o “ya es hora de lavarse las manos.” o “ya es hora de tomar una siesta.” Pero el niño le dice, “Cinco minutos más.” Pero ya está cansada de decirle que “No” y está cansada de pelear. Entonces, ¿qué va a hacer? ¿se va a dar por vencida? ¿va a explotar? o ¿va a negociar?

Aunque no nos guste, al estar con los niños las negociaciones suelen ocurrir. La negociación es una importante lección que puede servir para enseñarles a los niños cómo afrontar los conflictos de una manera más constructiva y como pueden trabajar con otra gente. Sin embargo, a menudo las negociaciones con los niños puede ser un proceso poco difícil. A continuación, le daremos unos consejos que le podrán ayudar.

- **Comience un acuerdo, no un argumento.** Exprese sus peticiones para que así el niño le diga que “Si.” El escuchara con mayor facilidad si trata de trabajar sus ideas de una forma que apele a sus necesidades de control e independencia. Si usted le dice, “¿Te gustaría poner la meza?” eso le ayudaría a que coopere con usted, en vez de que usted le diga, “¡Que pongas la mesa Ahorita Mismo!”
- **Haga que su niño se involucre.** Si ya casi es la hora para la siesta, usted le puede decir que, “¿Cuántos minutos más necesitaras para acabar este proyecto y para que puedas tomar una siesta?”
- **Explique su punto de vista.** Usted puede decir, "Tenemos que irnos del parque, porque tengo que preparar la cena." Una vez que ya explico lo que traía en mente, mantenga una mente abierta hacia cualquier respuesta.
- **Realice que con las negociaciones no significa que debe de ceder.** Cuando va a comprar un carro nuevo usted negocia, y no se da tan fácil – pero si lo negocia. Mantenga en mente que el negociar no significa que va a ganar o perder.
- **Negocie los temas de manera apropiada conforme a la edad.** Si a un niño de escuela no le gusta los chicharos, pregúntele, “¿Qué otro tipo de vegetal te gustaría en vez?” Si un preescolar no quiere comer para nada, en vez de discutir, usted puede considerar cortar un sándwich en formas más interesantes para hacerlo más llamativo.
- **Deje que a veces el niño gane.** Escoja sus batallas sabiamente y recuerde que si cambia de opinión no significa que está perdiendo. Usted puede decir, “Ok, estoy de acuerdo contigo. Pero hagamos un acuerdo, que la próxima vez me vas a escuchar primero antes de explotar.”

Recuerde, que usted siempre va tener la última palabra. En una negociación, a veces usted no debe de llegar a una conclusión. A veces, alguien debe de tomar las decisiones. El autor de *How to Negotiate With Kids Even When You Think You Shouldn't* Scott Brown dice que, “Está bien que los padres/cuidadores de niños tomen la última decisión, siempre y cuando ellos hayan escuchado el punto de vista de los niños y que traten de ser justos también.” Además dice que, “Los niños van a aprender a respetar eso; capaz no les va a gustar, pero van a realizar que es lo más justo.”

Fuente: <http://www.pbs.org/parents/talkingwithkids/negotiate.html>

Actualizaciones y Recordatorios del Programa

Elegibilidad para los niños de la proveedora: ¿Tiene usted a sus hijo/s y/o niños adoptados en su cuidado? Si es así, ahora es el tiempo de actualizar su elegibilidad. Favor asegúrese de regresar el Formulario de Asistencia para Comidas llenado completamente a nuestras oficinas lo más pronto posible. Si no recibió el paquete de la elegibilidad, favor de comunicarse con su consultora.

El Entrenamiento Mandatorio Anual: El entrenamiento anual para este año ya está por terminar. Si no ha participado en uno de los entrenamientos, llame a su consultora para registrarse para el último entrenamiento que será el 15 de septiembre o también lo puede completar por el internet (tiene hasta el 31 de agosto). Si no completa el entrenamiento por el internet hasta la fecha dada, se le pedirá que atienda el entrenamiento en persona el 15 de septiembre. Tome en cuenta que al no completar el entrenamiento anual la llevaría a ser puesta en Deficiencia Seria.

Calendario de Escuela: Nuevo año escolar = nuevo calendario escolar. Si desea reclamar a un niño para el almuerzo en los días mininos de escuela favor de entregarnos una copia del calendario escolar en donde muestra los días mínimos. Mantenga una copia a mano en su casa. Para que pueda ser reembolsa se requiere que tenga este documento.

Ideas para menús – lunes sin carne

Desayuno

Cereal Total	Pancakes Integral	Cereal Wheaties	Arroz con leche HC	Wrap de tortilla
Duraznos	Frambuesas	Piña	Moras	Tomate y papas
Leche 1 %	Leche 1 %	Leche 1 %	Leche 1 %	Leche 1 %

Almuerzo o cena

Queso mozz. & cottage	Carne molida de pavo	Pescado a la parrilla	Frijoles negros	Tiras de pollo HC
Lasaña Luigi's	Pan de hamburguesa	Arroz integral	English muffin pizza	Quínoa
Calabacín y brócoli	Pimientos y lechuga	Ensalada de espinaca	Lechuga y tomates	Camote horneado
Ciruelas	Sandia	Kiwi	Arándanos	Plátanos
Leche 1 %	Leche 1 %	Leche 1 %	Leche 1 %	Leche 1 %

Merienda Am or Pm

Rodajas de queso cheddar	Hummus	Mantequilla de maní	Yogurt	Pastel de arroz
Piña	Zanahorias	Apio	Duraznos	Melon Verde

** Lasaña Luigi**



Ingredientes:

- 12 pasta de lasaña integral
- 3/4 taza de calabacín, cortado
- 1/4 taza de hongos, cortados
- 1 taza de tomates de lata
- 3 tazas de queso cottage bajo en grasa y exprimido
- 3/4 taza de queso mozzarella rallado
- 3/4 Cda. Aceite vegetal
- 1/4 taza de cebolla picada
- 3/4 Cda. Perejil seco
- 1 taza brócoli congelado

Instrucciones:

1. Cocine la pasta de lasaña según las indicaciones.
2. Caliente el aceite vegetal. Añada el calabacín, hongos y cebollas. Cocínelos por unos 3 minutos y remuévalos del fuego.
3. Cocine el brócoli según las indicaciones.
4. Combine el queso cottage y el perejil
5. Unte un poco del aceite vegetal en el fondo de una bandeja de 9x9x2. De ahí ponga una capa de pasta, una capa de queso cottage, una capa de vegetales y una capa de queso mozzarella.
6. Repita lo mismo para la segunda capa.
7. La tercera capa sería la última capa de la pasta de lasaña y los tomates en lata.
8. Cúbalo con papel aluminio y hornéelo a 375° F por 25 minutos.

Rinde: 12 porciones para niños de 3 – 5 años

Cumple con los requisitos para: grano/pan, fruta/vegetal, y carne/alternativo de carne para el almuerzo o cena.

Esquina de la Actividad – Teatro de Títeres

Materiales: Una caja de cartón rectangular, alrededor de 55cm (H) x 35cm (L) x 20cm (F), o un centro de entretenimiento viejo. Píntelo para que se vea como un teatro para títeres, use tela para que haga las cortinas y use la imaginación.

Con una variedad de títeres para hacer, el teatro de títeres va introducir a los niños a posibilidades ofrecidas por el barro, papel mache, cortados de papel, el tejido y otras formas de manualidades. Los shows van a necesitar decoraciones y los niños las pueden pintar. Puede mantener las decoraciones del teatro tan simples como usted quiera, pero usted también las puede hacer bien elaboradas como lo haría una familia de reyes.



The U.S. Department of Agriculture (USDA) prohibits discrimination against its customers, employees, and applicants for employment on the bases of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, religion, reprisal and, where applicable, political beliefs, marital status, familial or parental status, sexual orientation, or all or part of an individual's income is derived from any public assistance program, or protected genetic information in employment or in any program or activity conducted or funded by the Department. (Not all prohibited bases will apply to all programs and/or employment activities.) If you wish to file a Civil Rights program complaint of discrimination, complete the USDA Program Discrimination Complaint Form, found online at http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, or at any USDA office, or call (866) 632-9992 to request the form. You may also write a letter containing all of the information requested in the form. Send your completed complaint form or letter to us by mail at U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, by fax (202) 690-7442 or email at program.intake@usda.gov.

Visitenos en línea: www.cbridges.org

Twitter: @puentes_sc

Facebook: communitybridgessc

