

Early Head Start Newsletter de Bienestar Emociona

Parte 1

Introducción

La intención de este pequeño proyecto es hacer que este tiempo sea un poco más fácil. Por lo tanto, no dude en contactarme con cualquier duda, pregunta o idea. También estoy disponible para consultas por teléfono o por zoom. No dude en llamarme. No se espera que hagamos esto solos. ¡A veces solo necesitamos un poco de apoyo!



Es difícil creer que la primavera esté aquí, ya que en lugar de tener calles llenas de personas que disfrutan de este hermoso clima, tenemos calles vacías y personas pegadas a las pantallas de televisión. El COVID-19 ha llevado al término, hora popular, distanciamiento social, ya que las personas escuchan a las autoridades y se quedan en sus hogares con la intención de limitar exponerse y con la esperanza de mantener a sus familias seguras. Teniendo esto en cuenta, cada semana se distribuirá un breve boletín para ofrecer algo de luz durante este tiempo. Los temas se centrarán en el cuidado personal, actividades en el hogar y consejos para mantenerse a salvo, entre otros. Esto se dividirá en

cuatro partes durante todo el mes de abril. Y, para empezar, imagino que muchos niños tienen dificultades para procesar lo que está sucediendo y, como padres y proveedores, podría ser algo difícil de explicar. Hay diferentes maneras de hacer esto y una de ellas es inventar una historia usando términos que los niños puedan entender fácilmente e incluyendo imágenes y anécdotas personales para hacer que una situación complicada parezca simple. ¿No estás de humor? ¡Sin preocupaciones! Use el que está adjunto a este correo electrónico y vaya al grano.



ILEANA A. HERNÁNDEZ
Family Services of the Merrimack Valley
430 N. Canal St. Lawrence, MA

TELÉFONO
978.327.6625

CORREO ELECTRÓNICO
ihernandez@fsmv.org

Early Head Start Emotional Wellness Newsletter

Part 1

Introduction

The intention of this small project is to make this time a little easier. So, please feel free to contact me with ideas or questions. I am also available for consults via phone or zoom. Do not hesitate to reach out. We are not expected to do this alone. Sometimes we just need a little support!



It is hard to believe that Spring is here, as rather than having busy streets with people enjoying this beautiful weather, we have empty streets and people glued to TV screens. The COVID-19 has led to the now popular term, social distancing, as people are listening to officials and staying in their homes with the intention of limiting their exposure and hoping to keep their families safe.

Keeping this in mind, every week a short newsletter will be distributed to hopefully offer some light during this time. Themes will focus on self-care, home activities, and tips to

stay safe, among others. This will be divided into four parts throughout the month of April.

And, to start us out, I imagine many kids are having difficulties processing what is going on and as parents and providers, it might be somewhat hard to explain. There are different ways to do this and one of them, is to make up a story using terms that kids will easily understand and including pictures and personal anecdotes to make a complicated situation seem simple. Not in the mood? No worries! Use the one that is attached to this email and go right to the point.

ILEANA A. HERNÁNDEZ
Family Services of the Merrimack Valley
430 N. Canal St. Lawrence, MA

PHONE
978.327.6625

EMAIL
ihernandez@fsmv.org