



Programa
para Fortalecer a las Familias

FCUSD orgullosamente ha sido anfitrión del Programa para Fortalecer a las Familias (SFP) por más de 10 años. Nos complace anunciar que se ofrecerán cuatro sesiones del Programa para Fortalecer a las Familias durante el año escolar 2024-2025. Todas las familias de FCUSD podrán participar en cualquiera de los sitios indicados a continuación (es necesario registrarse).

Se ofrecerá cena y servicio de guardería durante las sesiones presenciales. Se invita a los niños mayores de 7 años a participar en este programa junto con sus familias. Para los niños más pequeños, habrá servicio de guardería en el mismo lugar para aquellos padres inscritos en el programa SFP.

Durante las 10 semanas que dura este programa, todos los miembros de la familia tendrán la oportunidad de aprender a:

- Crear vínculos con los demás miembros de su familia; escuchar, comprender y validar los sentimientos de los demás, y eliminar los obstáculos para lograr una comunicación efectiva.
- Establecer límites para evitar que los niños consuman alcohol y drogas, y supervisar sus actividades.
- Resolver problemas anticipadamente, establecer pactos beneficiosos para todos y aprender a decir no a situaciones antisociales potencialmente peligrosas.
- Crear rutinas positivas que enseñen a los niños a ser responsables.
- Establecer pactos para el cambio: enseñar a los niños a proponerse objetivos para alcanzar el éxito.
- Reducir el estrés mediante ejercicios de concentración y reprogramar el cerebro para combatir el enojo.

Sesiones de Fortaleciendo a las Familias 2024-2025

Ubicación	Cordova Meadows Elementary	Virtual	Williamson Elementary	Alder Creek Elementary
Dirección	2550 La Loma Dr, Rancho Cordova, CA 95670	Participe desde la comodidad de su hogar.	2275 Benita Drive Rancho Cordova, CA 95670	4545 Old Ranch Way, Folsom CA 95630
A partir de:	Septiembre (Presencial)	Octubre (Virtual)	Enero (Presencial)	Febrero (Presencial)
	Miércoles: 5:45pm-8pm	Miércoles: 5:45pm-8pm	Martes: 5:45pm-8pm	Jueves: 5:45pm-8pm
Fechas	9/11, 9/18, 9/25, 10/2, 10/9, 10/16, 10/23, 10/30, 11/6, y graduación 11/13	10/2, 10/9, 10/16, 10/23, 10/30, 11/6, 11/13, 11/20, 12/4 y graduación en 12/11	1/14, 1/21, 1/28, 2/4, 2/11, 2/25, 3/4, 3/11, 3/18 y graduación 3/25	2/27, 3/6, 3/13, 3/20, 3/27, 4/3, 4/10, 4/24, 5/1, y 5/8
Registro antes del:	Cierra el 2 de septiembre	1 de octubre	20 de diciembre	14 de febrero
Enlaces Bit.ly	bit.ly/3Vghk5B	bit.ly/45q9smD	bit.ly/3wZfHBi	https://bit.ly/3Xkh2gy
Códigos QR				