

Spark the Heart

Be friendly and compassionate.

This month we are challenging your student to be kind to others, even when it's hard. **We are partnering with you to help your child grow in kindness.** Most children learn new behaviors by copying those around them; we have a powerful opportunity and responsibility to teach kindness by example. This month, model kindness and empower your children to show compassion to those around them with these activities.



1 Engage: Self-Love Letter

Carve out ten minutes and challenge your family to write themselves a love letter. Follow these simple steps: 1.) Kick it off with "Dear Me," and don't stop writing until the timer goes off. 2.) Tell yourself how amazing you are and list some of your positive qualities. Younger children may need some help with writing or thinking. They may want to draw a picture instead. 3.) Share your letters as a family when you finish. Be sure to affirm each other as you share.



2 Empower: Affirmation Boxes

Have each family member make and decorate their own "Affirmation Box" or bag to display in a central location in your home this month. At least three times a week, write a family member an affirmation and place it in their box. On the last day of the month, ask everyone to read their affirmations and feel the love!



3 Excel: Intentional Act of Kindness

As a family, make a list of 25 random acts of kindness you can accomplish this month. Then, make a plan for how you'll do each act. At the end of the month, reflect and celebrate. Encourage your child to share how it made them feel completing these random acts of kindness.

Conversation Starters

♥ Why do you think it's important to be kind to others? To yourself?

♥ Describe a time when someone was kind to you. How did it make you feel?

♥ What is something kind you have done for someone else? How did it make you feel?

Chispea el Corazón

Sea amistoso y compasivo.

Este mes estamos desafiando a tu estudiante que sea amable a otros, hasta cuando es difícil. **Estamos colaborando contigo para ayudar a tu niño a crecer en amabilidad.** La mayoría de los niños aprenden nuevos comportamientos por copiar a los que ven a su alrededor; tenemos una oportunidad poderosa y una responsabilidad a enseñar la amabilidad por nuestro ejemplo. Este mes, modela amabilidad y empodera a tus hijos para mostrar la compasión a los que están a su alrededor con estas actividades.



1 Captar: Carta de Amor Propio

Aparta diez minutos y desafía a tu familia que escriban cartas de amor a sí mismo. Sigue estos pasos sencillos: 1) Inicia con "Querido Yo," y no pares de escribir hasta que suena el timbre. 2) Dite a ti mismo qué maravilloso eres y lista unas de tus cualidades más positivas. Niños más jóvenes podrían necesitar ayuda en escribir o pensar. A lo mejor, en vez quisieran dibujar algo. 3) Compartan sus cartas entre familia cuando terminen. Sean seguros de afirmarse uno al otro mientras comparten.



2 Empoderar: Cajas de Afirmación

Haz que cada miembro de la familia haga y decore su propia bolsa o "Caja de Afirmación" para mostrar en un lugar central en tu casa este mes. Por lo menos tres veces a la semana, escribe a un miembro de la familia una afirmación y ponla en su caja. ¡En el último día del mes, pregúntale a cada uno que lea sus afirmaciones, y que todos sientan el amor!



3 Emplear: Actos Intencionales de Amabilidad

Como una familia, hagan una lista de 25 actos aleatorios de amabilidad que puedan lograr este mes. Entonces, hagan un plan de como harán cada acto. Al fin del mes, reflejen y celebren. Anima a tu niño que comparta cómo lo hizo sentir completar estos actos aleatorios de amabilidad.

Iniciadores de Conversación

♥ ¿Cuál es tu recuerdo favorito de este año?

♥ Describe un tiempo cuando alguien fue amable contigo. ¿Cómo te hizo sentir?

♥ ¿Qué es algo amable que tú has hecho por otra persona? ¿Cómo te hizo sentir?