Programa Fortaleciendo a las Familias

FCUSD orgullosamente ha sido anfitrión del Programa Fortaleciendo a las Familias (SFP) por más de 10 años. Nos complace anunciar que se ofrecerán tres sesiones de Fortaleciendo a las Familias durante el año escolar 2025-2026. 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 in situ para aquellos padres inscrito al 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 2025-2026

Ubicación	**Virtual (en línea)**	**Cordova Meadows Elementary**	**Mangini Ranch Elementary**
Dirección	Participa desde la comodidad de tu hogar.	2550 La Loma Dr, Rancho Cordova, CA 95670	4640 Sparrow Way, Folsom CA 95630
A partir de:	16 de septiembre (Virtual)	7 de enero (Presencial)	3 de marzo (Presencial)
	Martes 7:00 – 8:30 pm	**Miércoles:** 5:45pm-8pm	**Martes:** 5:45pm-8pm
Fechas	9/16, 9/23, 9/30, 10/7, 10/14, 10/21, 10/28, 11/4, y graduación 11/18 (9 semanas en total)	1/7, 1/14, 1/21, 1/28, 2/4, 2/11, 2/25, 3/ 4, 3/11, y graduación 3/18 (10 semanas en total)	3/3, 3/10, 3/17, 3/24, 3/31, 4/14, 4/21, 4/28, 5/5 y graduación 5/12 (10 semanas en total)
Registro antes del:	15 de septiembre de 2025	31 de diciembre de 2025	24 de febrero de 2026
Códigos QR			

www.fcusd.org/departments/health/sfp

Soren Granger: sgranger@fcusd.org
Asistente Administrativo II, Departamento de Salud y Bienestar
916-294-9013