



 **Big Brothers Big Sisters.**
OF ORANGE COUNTY & THE INLAND EMPIRE

BOLETÍN PARA LOS PADRES

NOVIEMBRE 2024

QUÉ HAY DENTRO

UN MENSAJE DEL EQUIPO DE BBBS
PÁGINA 1

PRÓXIMOS EVENTOS DE BBBS
PÁGINA 2

NOTICIAS DEL PROGRAMA DE LA COMUNIDAD
PÁGINA 3

NOTICIAS DE HIGH SCHOOL BIGS
PÁGINAS 4-5

NOTICIAS DE WORKPLACE MENTORING
PÁGINA 6

RECURSOS DE LA COMUNIDA
PÁGINA 7

UN MENSAJE DEL EQUIPO DE BBBS

Ya sea que su hijo/a tenga un mentor en su escuela, un mentor en el lugar de trabajo, o un mentor en la comunidad, la relación de mentoría es fundamental para su crecimiento. En todos los programas, nuestra meta compartida es elevar a nuestros jóvenes, ayudándoles a desarrollar habilidades, confianza y conexiones. Durante los desafíos y logros del año, el apoyo de su mentor es una fuente constante de ánimo, ayudándoles a sentirse vistos, escuchados y valorados.

En esta temporada de fiestas, esperamos que cada familia pueda tomarse un momento para celebrar las pequeñas victorias, reflexionar sobre lo que hemos logrado juntos y mirar hacia lo que vendrá. Agradecemos su confianza, colaboración y dedicación mientras ayudamos a que nuestros niños prosperen.



Jessica González

Directora de Apoyo en Servicios del Programa

jgonzalez@ocbigs.org

Para mantenerse al día con las últimas noticias y actualizaciones para padres y tutores, visite ocbigs.org/parent-news

REFLEXIONES DE FIN DE AÑO

Nuestros hijos/as aprenden mucho solo con observarnos, especialmente cuando se trata de navegar los desafíos y logros de la vida. La temporada festiva es un buen momento para que los padres les ayuden a hacer una pausa y reflexionar sobre lo que han logrado, y pensar hacia dónde quieren ir. Aquí hay algunas formas en las que todos podemos fomentar el crecimiento y la reflexión:

- **Reflexionando sobre el Crecimiento:** A veces, los nuestros niños no se dan cuenta de cuánto han crecido hasta que lo comentamos. Comparta algunos de sus propios momentos de orgullo de este año y anímelos a pensar en los suyos. Ya sea que hayan hecho un nuevo amigo, aprendido algo nuevo o simplemente dado su mejor esfuerzo, reflexionar sobre estos momentos ayuda a desarrollar la confianza y la apreciación por lo lejos que han llegado.
- **Estableciendo Metas para el Año Nuevo:** Los niños prosperan con un poco de estructura y propósito, y fijar algunas metas sencillas puede marcar una gran diferencia. Podría ser algo relacionado con su experiencia de mentoría, como pasar más tiempo juntos, o algo personal, como aprender un nuevo pasatiempo. Estas pequeñas metas les dan emoción y algo positivo que esperar.
- **Manteniendo Conexiones Fuertes:** Aunque la temporada festiva puede interrumpir las rutinas, puede ayudar a su hijo/a a mantener su vínculo con su mentor. Acciones simples, como hacer una tarjeta de felicitación o reflexionar sobre lo que aprecian de su mentor, pueden mantener viva la conexión y recordarles que las buenas relaciones valen la pena cuidarse, incluso en momentos ocupados.*

**Para asegurarse de que estas conexiones se mantengan positivas y seguras, es importante seguir las indicaciones del programa. Cada programa compartirá próximamente sugerencias para mantener conexiones fuertes de maneras que funcionen mejor para todos.*

PRÓXIMOS EVENTOS DE BBBS



Prevención de Suicidio: Lo Fundamental

HAGA CLIC AQUÍ PARA REGISTRARSE

Sábado, 23 de noviembre | 10 AM - 11:30 AM | Oficina de Big Brothers Big Sister

1801 E Edinger Ave, Santa Ana, CA 92705

Como padres, su apoyo es esencial para la salud mental de su hijo/a. Los invitamos a un importante entrenamiento en prevención del suicidio, dirigido por un terapeuta licenciado del Centro para una Vida Saludable de Melinda Hoag Smith. Este entrenamiento está diseñado para ayudarlo a identificar señales de advertencia, responder de manera adecuada y acceder a recursos de apoyo dentro de su familia y comunidad.



Celebración Anual de Regalos

HAGA CLIC AQUÍ PARA NOMINAR A SU NIÑO/A

Sábado, 14 de diciembre en Oficina de BBBS

¡Las nominaciones para nuestra celebración anual de regalos ya están abiertas! Creemos que cada niño merece vivir la magia de la temporada festiva, y esta es nuestra manera de hacerlo realidad.

La participación se basa en el orden de llegada, y las familias deben estar presentes en el evento el 14 de diciembre para ser elegibles. Aunque no podemos garantizar que se cumplan todas las solicitudes de regalos, nuestra generosa comunidad de donadores está haciendo todo lo posible para realizar el mayor número de deseos festivos. Una vez que se completen las listas de deseos, usted recibirá un mensaje de confirmación con más detalles la semana del evento.

Sabemos lo valiosas que son estas oportunidades para nuestras familias durante la temporada festiva. Si no logra registrarse para la celebración anual de regalos, por favor llame o envíe un mensaje de texto a nuestra Especialista en Recursos Familiares, Marissa, al (714) 619-7020, para unirse a una lista de espera para eventos y programas comunitarios similares, como Families Together of OC. Nos pondremos en contacto tan pronto como tengamos noticias de otras oportunidades, esforzándonos por ayudar a conectar a su familia con experiencias festivas siempre que sea posible.



¡RESERVE LA FECHA!

Cumbre de Salud Mental: Mente y Dinero Importan

Sábado, 22 de febrero de 2025 en Samueli Academy

Están cordialmente invitados a un día de empoderamiento enfocado en el bienestar mental y la estabilidad financiera. Esta cumbre ofrecerá talleres informativos y una feria de recursos para conectarles con expertos en salud mental y planificación financiera.



PARA PADRES DEL PROGRAMA DE LA COMUNIDAD

Queridos Padres y Guardianes,

Al reflexionar sobre el año que hemos tenido hasta ahora, estamos orgullosos de todo lo que hemos logrado juntos. A través de varios eventos y entrenamientos de mentoría, hemos brindado oportunidades significativas para que los mentores y jóvenes se conecten, crezcan y fortalezcan sus relaciones. Estas experiencias compartidas han construido una base sólida para relaciones de mentoría duraderas.

Con la llegada de la temporada festiva, sabemos que las actividades familiares, los viajes y las celebraciones pueden hacer que sea difícil que los mentores y jóvenes pasen tanto tiempo juntos. Aquí les compartimos algunos consejos para ayudar a su hijo/a a mantener su bienestar emocional y seguir en contacto con su mentor:

- **Mantenerse en Contacto con su Mentor:** Anime a su hijo/a a comunicarse con su mentor durante esta época, ya sea con una breve llamada telefónica, un mensaje de texto o incluso una tarjeta de temporada festiva. Mantener la comunicación ayuda a fortalecer su vínculo, incluso cuando no pueden verse en persona.
- **Planear Salidas para Después de las Festividades:** Ayude a su hijo/a a programar su primera salida con su mentor después de la temporada festiva. Tener algo que esperar puede ayudarles a mantenerse positivos y emocionados por reconectar.
- **Apoyar la Expresión Emocional:** La temporada festiva puede despertar muchas emociones. Anime a su hijo/a a hablar abiertamente sobre cómo se sienten, ya sea emoción, ansiedad o incluso un poco de tristeza. Háganle saber que es normal sentir una mezcla de emociones.
- **Crear Momentos Especiales en Familia:** Aunque su hijo/a pueda extrañar a su mentor, esta también es una excelente oportunidad para crear momentos especiales en casa. Las tradiciones familiares, por pequeñas que sean, pueden brindar consuelo y alegría durante la temporada festiva.
- **Enfocarse en la Gratitud:** Anime a su hijo/a a pensar en las cosas por las que está agradecido/a, incluyendo a su mentor, familia y otros aspectos positivos de su vida. Practicar la gratitud puede mejorar su estado de ánimo y ayudarles a reflexionar sobre las relaciones positivas que tienen.
- **Mantenerse Activo y Comprometido:** Mantenerse ocupado/a con actividades divertidas de temporada puede ayudar a los jóvenes a mantenerse entusiasmados y interesados. Ya sea un proyecto de manualidades, hornear o salir a caminar en familia, estos momentos pueden ayudar a manejar sentimientos de soledad o aburrimiento.

Estamos agradecidos por el increíble apoyo que brindan en casa, y estamos aquí para trabajar de la mano con ustedes para asegurar que su hijo/a siga prosperando. ¡Que el próximo año nos traiga más crecimiento y conexión!

Con Aprecio,



Ariana Zavala

Directora de Programas Comunitarios

azavala@ocbig.org



PARA PADRES DEL PROGRAMA DE HIGH SCHOOL BIGS

Queridos Padres y Guardianes,

Sabemos que la temporada festiva puede ser una época ocupada y estresante para las familias. Por favor recuerden que nuestro apoyo no termina cuando suena la campana de la última sesión. En Big Brothers Big Sisters, creemos en apoyar al niño/a en su totalidad, y eso incluye conectarles con cualquier recurso adicional que ellos o su familia puedan necesitar para realmente prosperar.

Les invito a tomarse el tiempo para revisar TODA la información y recursos incluidos en este Boletín Trimestral para Padres. Si usted o su familia necesitan asistencia—ya sea apoyo financiero, servicios de alimentación, recursos de salud mental—no duden en comunicarse. Pueden contactar directamente a su Especialista del Programa para solicitar una referencia a nuestra Especialista en Recursos Familiares. ¡Estamos aquí para ayudar en lo que podamos!



Nadia Sanchez

Gerente del Programa Basado en la Escuela

nsanchez@ocbigs.org

PREGUNTAS Y RESPUESTAS | TESTIMONIOS DE PADRES



P: ¿Qué cambios positivos ha notado en su hijo/a desde que fue conectado con un mentor?

R: "Ahora es más sociable, conversador, y le gusta jugar."

P: ¿Cómo ha impactado la experiencia de mentoría en la confianza, comunicación o rendimiento escolar de su hijo/a?

R: "Se ha vuelto más abierto para compartir sus pensamientos y ideas, tanto en casa como en la escuela. He notado que está más dispuesto a hacer preguntas y asumir roles de liderazgo en actividades de grupo. Su rendimiento escolar también ha mejorado, especialmente en áreas donde acostumbraba a tener dificultades con la concentración o la participación. Mañana recibirá el premio Franklin Falcon Scholar, ¡de lo cual estamos muy orgullosos! Su mentor ha sido un excelente ejemplo y su relación ha ayudado a elevar su autoestima. Estoy muy agradecida con el programa de Big Brothers Big Sisters."

High School Bigs es un programa de mentoría entre pares que conecta a su hijo/a (Little) con un estudiante de la preparatoria (Big) que es su amigo/a y modelo a seguir. Los dos se reúnen una vez por semana después de clases en la escuela primaria. Durante esta sesión, facilitada por un especialista del programa Big Brothers Big Sisters, las parejas dedican tiempo a trabajar en lo académico, desarrollar habilidades sociales y personales y desarrollar una amistad.



NORMAS DE MANTENERSE INVOLUCRADO DURANTE LAS VACACIONES DE INVIERNO

Las vacaciones de invierno son un buen momento para relajarse y pasar tiempo en familia. Sin embargo, la ausencia de nuestras sesiones regulares de mentoría puede afectar a los estudiantes que prosperan gracias a la conexión que tienen con su mentor. Aquí hay algunas formas de ayudar a su hijo/a a navegar los cambios que trae la temporada festiva:

- **Mantener una Rutina:** Aunque no haya clases, mantener una rutina diaria proporciona estabilidad. Anímelos a seguir con las actividades que disfrutaban hacer con su mentor durante las sesiones semanales, como leer, dibujar o jugar.
- **Hablar Sobre los Sentimientos:** Si su hijo/a extraña a su mentor, ayúdelo/a a expresar y procesar sus emociones haciendo preguntas sencillas como, "¿Qué es lo que más extrañas de ver a tu mentor?" Recuérdeles que es normal extrañar la conexión, y asegúreles que las sesiones volverán pronto.
- **Ser Creativo/a:** Anime a su hijo/a a crear algo especial para su mentor, como un dibujo o una nota. Los padres pueden enviar estas creaciones a su Especialista del Programa a través de mensaje de texto, quien las compartirá con los mentores. Esto puede ayudar a su hijo/a a sentirse conectado/a, ¡incluso durante las vacaciones!



REGLAS DE SEGURIDAD PERSONAL

En BBBS, la seguridad es nuestra prioridad número uno. Durante las vacaciones de invierno, por favor recuerden que **los mentores y jóvenes NO tienen permitido tener contacto ni visitas.**

Para la seguridad y bienestar de todos los participantes, está estrictamente prohibido que los jóvenes compartan información de contacto personal con su mentor, como números de teléfono o perfiles en redes sociales.



PLAN DE DESARROLLO PERSONAL

A lo largo del año, su hijo/a y su mentor trabajan en su Plan de Desarrollo de Resultados Juveniles (YODP) para ayudar a alcanzar sus metas.

El YODP es una herramienta que usamos para establecer, seguir y apoyar el progreso en una relación de mentoría. Nos enfocamos en cinco objetivos clave:

1. Aumentar la confianza
2. Desarrollar habilidades sociales
3. Aprender autocontrol
4. Planificación y exploración del futuro
5. Crear relaciones más fuertes

Si tiene metas específicas que le gustaría que su hijo/a trabaje, por favor compártelas con su Especialista del Programa.



ACTIVIDADES

Tenemos algunas actividades emocionantes programadas para cuando regresemos de las vacaciones:

- **Tarjetas para un ser querido:** Para celebrar las relaciones significativas en sus vidas, los estudiantes diseñarán tarjetas y pulseras para regalar a amigos, familiares o su mentor.
- **Slime:** Esta actividad interactiva es ideal para que los mentores y jóvenes compartan risas, aprendan y formen juntos un recuerdo memorable.
- **Poder de las flores:** Pintaremos nuestras propias macetas, plantaremos semillas en ellas y aprenderemos sobre la responsabilidad mientras crecen.



PARA PADRES DEL PROGRAMA DE WORKPLACE MENTORING



Durante las sesiones grupales mensuales dirigidos por Big Brothers Big Sisters, **Workplace Mentoring** se enfoca en fomentar la preparación para la universidad y la carrera profesional, así como el desarrollo de liderazgo en estudiantes de preparatoria y universitarios a través de la mentoría. Nuestros mentores corporativos, provenientes de algunas de las principales empresas del Condado de Orange, brindan a los estudiantes orientación y apoyo para encaminarlos hacia el éxito y el empoderamiento.

El mes pasado, comenzamos el nuevo año escolar con el regreso de dos de nuestros grupos del programa de Mentoría en el Lugar de Trabajo, ¡y pronto celebraremos la incorporación de dos nuevos grupos!

RECORDATORIOS DEL PROGRAMA



¡**Tomaremos un descanso por los días festivos!** No habrá sesiones programadas en diciembre.



Comidas de Mentoría: Los mentores pueden comerr con sus estudiantes en la escuela durante la hora de lonche. Se debe notificar a los Especialistas del Programa con al menos 5 días de anticipación, y el padre/madre o tutor/a del estudiante debe firmar un permiso antes del encuentro.



Eventos Especiales: Los mentores tienen permiso para asistir a eventos escolares especiales de sus estudiantes (por ejemplo, partidos deportivos, presentaciones, etc.). Se debe notificar a los Especialistas del Programa con al menos 5 días de anticipación, y el padre/madre o tutor/a del estudiante debe firmar un permiso antes del encuentro.



Comunicación en Mentoría: Mentores y estudiantes son bienvenidos a comunicarse fuera de las sesiones programadas a través de mensajes de texto, llamadas y/o Zoom. Cada pareja decidirá cómo desea mantenerse en contacto fuera de las sesiones. Los estudiantes también participarán en llamadas de apoyo de mentoría con su Especialista del Programa cada dos meses.

RECURSOS DE LA COMUNIDAD



Plaza Navideña

¡Celebre el inicio de la temporada festiva con una noche llena de alegría en el centro de Santa Ana! Este evento comunitario gratuito invita a todos a disfrutar de una mágica ceremonia de iluminación del árbol, entretenimiento en vivo y manualidades para todas las edades. Las familias podrán tomarse fotos con Santa en momentos especiales, lo que convierte esta celebración en una excelente oportunidad para apoyar a los negocios locales y compartir el espíritu navideño.

Fecha y Hora: 23 de noviembre, de 5 PM a 8 PM

Location: Plaza Calle Cuatro, 325 E. Fourth Street, Santa Ana, CA 92701

Para más información, visite santa-ana.org/plaza-navidena

Luces Navideñas en Brea

El vecindario de Eagle Hills en Brea es famoso por sus encantadoras exhibiciones de luces a lo largo de la Avenida Primrose y calles cercanas. Este evento gratuito y comunitario se lleva a cabo durante todo diciembre, desde el anochecer hasta las 10 PM cada noche, transformando el vecindario en un paraíso invernal con luces deslumbrantes, decoraciones temáticas e incluso algunos dulces festivos ofrecidos ocasionalmente por los residentes locales.



Ubicación: Brea Eagle Hills (2970 Primrose Ave, Brea, CA 92821)



El Ballet del Cascanueces

¡Viva la magia de la temporada con el Ballet del Cascanueces! Esta clásica presentación da vida al espíritu navideño, perfecta para una salida memorable en familia. Gracias a nuestra colaboración, las entradas son gratuitas para las familias de BBBS y se otorgarán por orden de solicitud.

Fecha y Hora: Sábado, 6 de diciembre | 6:30 PM

Ubicación: Teatro Downey (8435 Firestone Blvd, Downey, CA)

Si está interesado/a, por favor comuníquese con Marissa González al (714) 619-7020 antes del 15 de noviembre



EVENTO DE CARRO CLEMENTINE EN BBBS

¡Consigue tus frutas y verduras frescas en Clementine, el carrito de comida móvil! El Carro Clementine estará en el estacionamiento de Big Brothers Big Sisters con alimentos y suministros gratuitos para familias elegibles de OC* según esté disponible. Se requiere registro avanzado.

15 de noviembre

INSCRÍBETE EN EL PRÓXIMO EVENTO EN OCBIGS.ORG/FOOD-TROLLEY

* Debe ser residente del Condado de Orange con un niño (s) en edad escolar en el hogar



Big Brothers Big Sisters®

OF ORANGE COUNTY
& THE INLAND EMPIRE



1801 E. Edinger, Suite 101 · Santa Ana, CA 92705



OCBIGS.ORG