



REPORT_{to} PARENTS

RP 31:9

Finding Resources to Help Children and Their Families

Where do you turn when your child needs help? Whether your little one is having trouble with reading or your whole family is dealing with a health or money crisis, there is someone who can help or who can guide you to the resources you need. Schools are a great first place to start. Community organizations, the YMCA, churches, temples, and synagogues often can be lifesavers as well. Here's a start on where to look for different types of help:

Tutors Make a Difference. Kids are learning more today than ever before, and sometimes children have trouble keeping up. Yet it's vital that they get caught up. Whether it's reading, writing, math, science, or social studies, there are resources available to tutor children who need help—and to help their parents help them. Talk to your child's teacher, counselor, or principal to discover what you can do at home to help, and find out what programs are available. And then make sure to follow up. Your child's future success can depend on his or her school success, so even if the tutoring or extra help sessions are at an inconvenient time, attending and participating is worth it in so many ways.

Mentors and Big Brothers/Big Sisters. Countless people are devoted to helping other peoples' children succeed in tough times. They understand the pressures many families are under these days and want to use their time and energy to ease the burden. Ask your school counselor or principal if there are programs like Big Brothers/Big Sisters in your area. Find out if there are special mentoring programs that link children with specially trained adults who can provide academic and social help. These people want to help and they can make a world of difference in a child's life.

Caring about Health. Children need to be able to go to the doctor's office both when they're ill or injured and to receive check-ups and preventive care. Uninsured kids often are forced to go without care because their families can't afford it. Fortu-

nately, there's free or low-cost health insurance available for eligible children nationwide. Your school social worker, nurse, or guidance counselor should have all the information you need. You can also find out details about the eligibility requirements in your state by visiting the U.S. Department of Health and Human Services Web site at www.insurekidsnow.gov/questions.asp#what1. Dental care as well as medical care is often available.

Working to Overcome. Maybe your family is undergoing some serious changes, like a move, a divorce, a financial crisis, or a serious illness or death. Perhaps your child is being bullied—or is bullying others. Maybe your child is having difficulty concentrating in the classroom or when doing homework, or seems to be withdrawn. Or perhaps you just sense that something's wrong. Turn to your school social workers. They confidentially work with students and families, teachers, principals, nurses, and others to help children cope better and become more emotionally healthy.

There Is Such a Thing as a Free Lunch. When families find themselves in hard times, financially, their children don't have to worry about going hungry during the school day. Schools offer free and reduced-price lunches for children whose family incomes are below a certain level. And, of course, the Department of Health and Human Services Temporary Assistance for Needy Families program (welfare) can make all the difference when things look their lowest. Ask your child's school counselor for information and assistance signing your children up.

All families face challenges in one form or another, and finding the available resources can help ease the burden. Don't be afraid or ashamed to approach your child's school staff to assist you when times get tough. It will benefit both you and your children.



INFORME a los PADRES

RP 31:9

Cómo Encontrar Recursos para Ayudar a los Niños y Sus Familias

¿A quien puede acudir cuando su niño necesite ayuda? Es importante que sepa que sí hay ayuda o personas que pueden guiarle y ayudarle a encontrar recursos, ya sea si se trata de un problema de su niño con la lectura, o si usted o su familia están enfrentando una crisis de la salud o económica. La escuela es un excelente lugar para comenzar, al igual que las organizaciones comunitarias, el YMCA, las iglesias, templos o sinagogas. Las siguientes son algunas ideas para ayudarle a encontrar ayuda.

Los tutores hacen una diferencia. Hoy en día los niños están aprendiendo más que nunca antes, y a veces es difícil para ellos mantenerse al día. Aun así, es esencial que se mantengan al día. Sea cual sea el problema—la lectura, ortografía, matemáticas, ciencia, o estudios sociales—hay recursos para ayudar a los niños que necesitan ayuda. Converse con el maestro o asesor de su niño, o con la directora de la escuela, para averiguar lo que usted puede hacer en casa, y cuales programas hay disponibles para ayudarlo. Asegúrese de mantenerse al tanto del progreso de su niño, su éxito futuro puede depender de su progreso académico. Así es que aunque las sesiones con el tutor o ayuda extraescolar sean inconvenientes, vale la pena asistir y participar en ellas.

Los mentores y el programa Big Brothers/Big Sisters. Un sinnúmero de personas están dedicadas a ayudarlo a los niños a lograr el éxito a pesar de dificultades. Ellas comprenden las presiones bajo las cuales se encuentran las familias hoy en día, y desean usar su tiempo y energía para aliviar estas presiones. Pregúntele al asesor escolar o a la directora si hay programas como “Big Brothers/Big Sisters” en su región. Averigüe si hay programas especiales de mentores que conectan a los niños con adultos preparados que pueden darles ayuda académica y social. Estas personas desean ayudar y pueden hacer una gran diferencia en la vida de un niño.

Cuidando la salud. Los niños deben ir al doctor cuando estén enfermos o heridos, y deben tener un chequeo anual y cuidado preventivo. Desgraciadamente, muchos niños sin seguro no pueden recibir cuidado medico porque sus padres no pueden

pagar, pero si hay programas de seguro gratis o de bajo costo para niños elegibles. La trabajadora social, enfermera, o asesor deben tener toda la información que necesita. También puede obtener mayores detalles sobre los requisitos de su estado por medio de visitar el sitio de Web del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos en la siguiente dirección: www.insurekidsnow.gov/questions.asp#what1. Algunos de estos programas pueden ofrecer cuidado dental y cuidado médico.

Trabajando para sobrepasar. Posiblemente su familia este pasando a través de cambios serios tales como una mudanza, divorcio, crisis financiera, una enfermedad seria o una muerte.

O quizás su niño sea victima de la intimidación—o esté intimidando a otros niños. Posiblemente su niño esté teniendo dificultades en la sala de clases o al hacer las tareas, o aparenta estar deprimido. O quizás usted siente que algo no está bien. Acuda a los trabajadores sociales de la escuela. Ellos trabajan con los estudiantes, familias, maestros, directores, enfermeras y otras personas de una forma confidencial, para ayudar a los niños a enfrentar las dificultades y mantener una buena salud emocional.

Almuerzo gratis. Cuando las familias se encuentren el dificultades financieras, no necesitan preocuparse de que sus niños pasen hambre durante el día escolar. Las escuelas ofrecen un almuerzo gratis y a un precio reducido para

aquellos niños cuyos ingresos familiares sean bajo cierto nivel. Y por supuesto, el programa de asistencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos “Temporary Assistance for Needy Families” puede hacer toda la diferencia, cuando las cosas se vean muy mal. Para mayores detalles sobre como inscribir a sus niños, comuníquese con el asesor escolar.

Todas las familias enfrentan desafíos de alguna u otra, y el encontrar los recursos apropiados puede ayudar a aliviar la situación. No se sienta avergonzada, ni tenga miedo de acercarse al personal escolar para pedir ayuda. Esta servirá para beneficiarlo tanto a usted como a sus niños.

