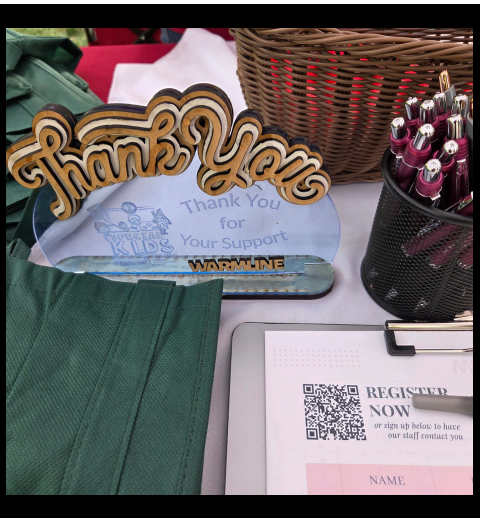
Boletín de Primavera

2026-SPRING

WarmLine FAMILY RESOURCE CENTER



WARMLINE FAMILY RESOURCE CENTER

Mensaje del director ejecutivo

¡Hola familias de WarmLine!

Con el buen tiempo que se avecina, el Centro de Recursos Familiares y el Centro de Empoderamiento Familiar de WarmLine están listos para servirles y apoyarlos a ustedes y a sus hijos/adultos con necesidades especiales con más eventos presenciales en sus comunidades.

Desde que comencé como directora, he buscado fortalecer y desarrollar el sentido de comunidad entre nuestras familias en los 6 condados que atendemos. Me gustaría destacar nuestros próximos eventos presenciales, incluyendo el grupo de Conexión con Cuidadores y el grupo de apoyo en español. Las familias con niños de 0 a 3 años también tendrán más oportunidades de conocer a otros padres en sus comunidades a través de los eventos de WarmLine. ¡Estoy deseando que todos asistan! Me enorgullece que WarmLine sea un medio de conexión para padres y cuidadores.
¡Este año se celebra el 50.° aniversario de la Ley de Educación para Individuos con Discapacidades! Celebramos 50 años garantizando que los estudiantes con discapacidades tengan acceso a una educación pública gratuita y apropiada desde la promulgación de la ley IDEA en noviembre de 1975.

WarmLine siempre ha apoyado y animado a las familias en el ámbito de la Educación Especial. Como padre de un niño con discapacidad, comprendo lo confuso y abrumador que puede ser. Me enorgullece que WarmLine sea el Centro de Empoderamiento Familiar designado para los condados de Sacramento, Yolo, Placer, Nevada, Alpine y El Dorado. Somos un Centro de Empoderamiento Familiar desde 2022; sin embargo, nos surgen preguntas sobre nuestro trabajo y función bajo este título. Espero poder aportar algo de claridad a este tema.

¿Qué es un Centro de Empoderamiento Familiar y qué hace WarmLine como tal?

WarmLine, como Centro de Empoderamiento Familiar, apoya a los padres para que comprendan mejor las necesidades educativas y de desarrollo de sus hijos. Para ello, organizamos talleres sobre diversos temas relacionados con la Educación Especial, como la Resolución Alternativa de Disputas, la Ley IDEA y los derechos de los padres. También asistimos a los padres mediante consultas individuales sobre el IEP y brindamos apoyo y recursos para la transición de nuestros hijos a la edad adulta.

Gran parte de este trabajo se realiza fomentando relaciones positivas con profesionales del sector. Por ejemplo, WarmLine asiste a las reuniones de los Comités Asesores Comunitarios de varias SELPA de nuestra región. Los invito a asistir a nuestro próximo taller de Educación Especial (SPED) el 12 de abril para obtener más información sobre nosotros como FEC. Para obtener más información, consulten nuestro sitio web.

WarmLine continúa expandiendo su alcance y aún queda trabajo por hacer. Somos uno de los dos FEC del estado que abarcan seis condados. Es un honor brindar asistencia a las familias de la región capitalina y sus alrededores.

Cabe mencionar que los servicios disponibles a través de los Centros de Empoderamiento Familiar varían según las necesidades de la comunidad. Si desean obtener más información sobre otros FEC del estado, visiten los sitios web de Seeds of Partnership y del Departamento de Educación de California.

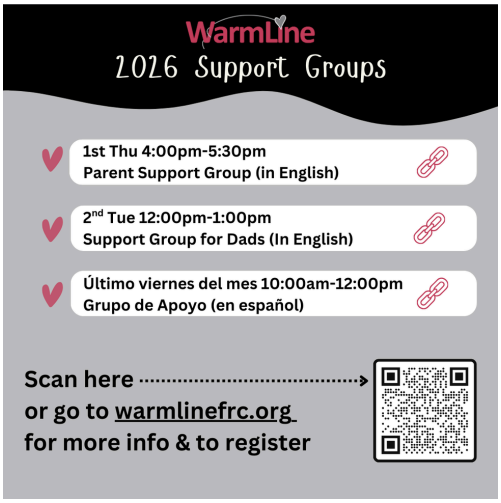
¡WarmLine espera tener noticias suyas pronto!

Linda Hernandez

Oportunidades para conectar con padres que están en una situación similar

En WarmLine nos complace brindar a las familias la oportunidad de conectar con otras personas que comparten una experiencia similar.
Creemos que es importante que todos nos tomemos un tiempo para relajarnos, reflexionar y divertirnos.

De nuestros socios comunitarios
Look up the following groups for their support group info:
SANKOFA every Tues 11-12
SANKOFA (MIND Inst.) 1 Wed/month
rEACH 2 groups 2x/month
WeEMBRACE choose the best method of support for you

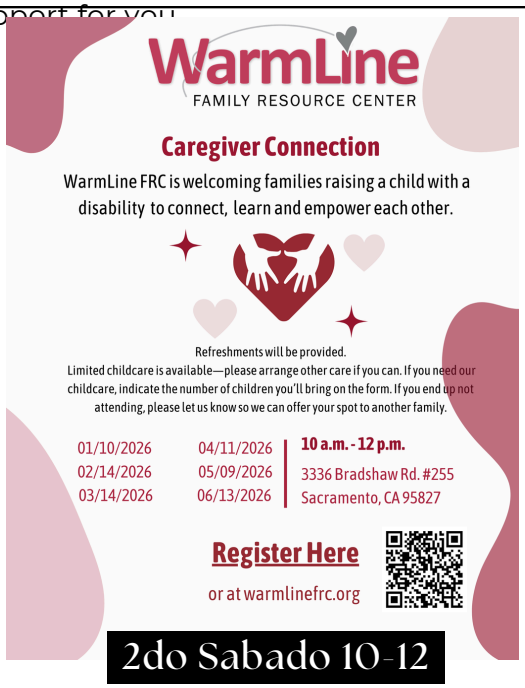


Grupos de Apoyo

WarmLine ofrece apoyo entre pares para padres y cuidadores con hijos con discapacidades del desarrollo.

Esta primavera, ofrecemos grupos de apoyo sin cita previa para padres, especialmente para papás, y por primera vez desde la COVID-19, nuestro grupo de apoyo en español se ofrecerá presencialmente en nuestra oficina.

¡Esperamos verlos esta primavera!



Caregiver Connection

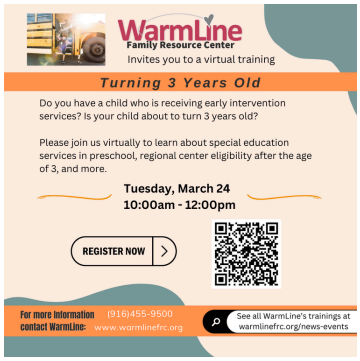
¡No se pierda nuestras Conexiones para Cuidadores!

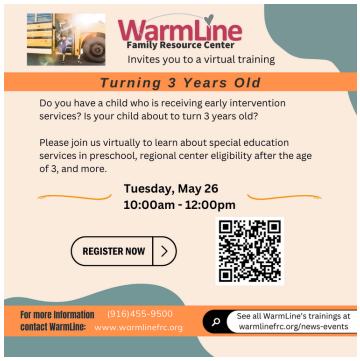
Le invitamos a asistir a uno de nuestros eventos presenciales en nuestra oficina de WarmLine. Hay cuidado infantil limitado.

¡Empiece pronto con WarmLine!

WarmLine ofrece servicios de apoyo a familias con bebés y niños pequeños que cumplen los requisitos para el programa de Intervención Temprana en los condados de Sacramento, Placer, Yolo, El Dorado, Nevada y Alpine.
Consulte nuestras capacitaciones, talleres y eventos de esta primavera.

Niños desde el nacimiento hasta los 3 años con retraso en el desarrollo en una o más áreas, como física, cognitiva, comunicativa, socioemocional y de autoayuda. Para más información, visite el sitio web de Intervención Temprana/Intervención Temprana del Departamento de Servicios de Desarrollo de California.





Más información sobre estos y otros eventos en WarmLineFRC.org

De padre a padre

El personal de WarmLine responde a la pregunta:
¡Las vacaciones de primavera están a la vuelta de la esquina! Eso significa oportunidades para viajar, parques de atracciones, museos y diversión. Para muchas familias, esto puede generar situaciones complicadas. ¿Qué consejos o trucos tienes para las familias que salen esta primavera?

Respuesta de Vio

Viajar con niños especiales puede ser abrumador, pero también una hermosa experiencia para fortalecer los vínculos, y el viaje de cada familia será diferente.
Creo que uno de los pasos más importantes es crear un plan que incluya flexibilidad y el apoyo adecuado. Aquí hay algunos puntos que pueden ser útiles:
1.- Crear un plan sólido
Itinerario
Recrear escenarios con anticipación
Preparar a los niños usando historias sociales o horarios visuales
2.- Alojamiento
Buscar hoteles y atracciones accesibles con servicios sensoriales
Investigar destinos conocidos por su inclusión (parques adaptados para personas con discapacidad, tours sensoriales, espectáculos, etc.)
3.- Documentación
Documentos médicos, pasaporte (si es el caso, también puedes considerar tenerlos en formato electrónico)
4.- El autocuidado de los padres también es importante
Incorporar el descanso y la recuperación en el viaje, no solo actividades

- Celebrar los pequeños logros (un vuelo o viaje por carretera tranquilo, momentos felices, sonrisas, buen descanso, etc.)

Respuesta de Ania

Como a mi hija le encantan las novedades, siempre me aseguraba de llevar algo "nuevo" cuando viajábamos y que fuera de su interés (al menos, algo nuevo para ella, ¡las cosas de segunda mano solían ser nuestras favoritas!). Nuestro imprescindible para viajar es el asiento de inodoro plegable portátil de Frida. Así podía usar un inodoro normal y sentirse segura. También usábamos el orinal portátil My Carry Potty de Penguin en los viajes donde el acceso al baño podía ser limitado.
¡El uso del pase de descuento para discapacitados de los parques estatales (https://www.parks.ca.gov/?page_id=30959) así como el pase de acceso gratuito a los parques nacionales (https://www.nps.gov/subjects/accessibility/interagency-access-pass.htm) también hace que viajar sea más fácil!

Respuesta de Christina

Nuestra familia usa estos recursos para eliminar algunas barreras a la diversión:
1.Calendario de cuenta regresiva
2.Alarmas de pilas para las puertas del hotel
3.Practica el uso de protector solar antes del viaje
4.Busca historias sociales gratuitas sobre los lugares a los que vamos en teacherspayteachers.com

De padre a padre, continuación.

El personal de WarmLine responde a la pregunta:
¡Las vacaciones de primavera están a la vuelta de la esquina! Eso significa oportunidades para viajar, parques de atracciones, museos y diversión. Para muchas familias, esto puede generar situaciones complicadas. ¿Qué consejos o trucos tienes para las familias que salen esta primavera?

Respuesta de Jen

¡Los cargadores portátiles son una gran solución! Asegúrate de que todos los dispositivos (y los propios cargadores) estén completamente cargados antes de salir de casa. Además, si viajas por carretera, ¡los cargadores de coche son ideales!

Respuesta de Diana

Al viajar con un niño con necesidades especiales (capacidades diferentes), la comodidad lo es todo. Un poco de preparación puede evitar mucho estrés. Siempre animo a las familias a pensar con antelación en qué ayuda a su hijo a sentirse tranquilo, seguro y cómodo, especialmente en entornos nuevos o impredecibles.

Dependiendo de las necesidades individuales del niño, los padres pueden considerar llevar:

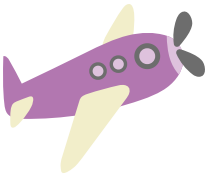
Artículos sensoriales y relajantes
Juguetes sensoriales o juguetes antiestrés favoritos
Auriculares o tapones para los oídos con cancelación de ruido
Herramientas sensoriales orales si el niño las usa
Ropa suave y familiar o incluso su pijama favorita para viajes más largos

Objetos de confort familiares
Un peluche o un objeto de consuelo favorito
Una manta pequeña que huela a hogar
Snacks favoritos o comidas familiares (esto puede marcar una gran diferencia).
El objetivo no es empacarlo todo, sino empacar lo que saben que funciona para su hijo. La previsibilidad y la comodidad contribuyen en gran medida a que el viaje sea más llevadero para todos.

Y, sobre todo, animo a los padres a que intenten disfrutar juntos y de la experiencia. Puede que viajar no siempre parezca perfecto, pero los recuerdos que crean juntos realmente importan más que cualquier otra cosa.

Respuesta de Shannon

Consejos para familias
Verifique la accesibilidad con anticipación llamando al sitio web o consultando las secciones "Información previa a la visita" en los sitios web para consultar los horarios adaptados a las necesidades sensoriales o la ubicación de las rampas para sillas de ruedas.
Intente programar actividades dinámicas que se ajusten a las capacidades de sus hijos y luego continúe con un período de 20 minutos para recargar energías en un espacio tranquilo.
Sitios web para buscar salidas familiares asequibles:
1. Discover & Go
Este programa, asociado con la biblioteca, ofrece pases gratuitos y de bajo costo a museos, centros de ciencias, zoológicos y teatros. Si tiene alguna pregunta, comuníquese directamente con la biblioteca en lugar de con la atracción.
2. Groupon
Cupones con descuento (a menudo del 50 al 90 %) para experiencias locales.
3. Tracks of Joy
Si a su familia le encanta la vida al aire libre pero le cuesta encontrar información confiable sobre accesibilidad, este recurso fue creado por alguien que conoce estos desafíos de primera mano. Este sitio proporciona fotos y detalles sobre la accesibilidad para sillas de ruedas en varios parques estatales, nacionales y algunos locales de California. Se está desarrollando y añadiendo más contenido con el tiempo.



Únase a nosotros, a nuestros socios y a la comunidad en general para disfrutar de eventos divertidos y significativos esta primavera.

Mira nuestro calendario_Aqui

Suscríbete a nuestros correos electrónicos para obtener la información más reciente. Aqui

¡Gracias por leer!

WarmLine FAMILY RESOURCE CENTER	(916) 455-9500 En Español (916) 922-1490
www.WarmLineFRC.org	3336 Bradshaw Rd. Suite #255 Sacramento, CA 95827

WarmLine FRC Board of Directors

Jenny Fitzgerald
President

Maribel Hernandez
Vice President

Suzi McLaughlin
Secretary

Erriel Hawkins
Treasurer

Tricia McCue
Member

Caroline Mathews
Member

Catharine Mikitka
Advisory

Donnell Kenworthy
Advisory