

Boletín de Noticias Catholic Parenting

Volumen 13, Número 3,

Mayo/Junio 2019

"La vida se trata de escoger prioridades y ponerlas en el centro de nuestras vidas. Hacemos eso colocando apasionadamente lo que más importa en el centro de cada día"

Matthew Kelly

El 21 de Junio es el Solsticio de Verano. Como una familia podemos disfrutar del postre en la noche, bajo las estrellas en el día más largo del año.

El 28 de Junio es la Fiesta del Sagrado Corazón de Jesús. Diga esta oración-

Sagrado Corazón de Jesús, déjame amarte y hacer que te amen. Amen.

"Nuestros niños nos observan en vivo, y lo que SOMOS habla más fuerte que cualquier cosa que podamos decir."

Wilfred A. Peterson

"Ustedes son el único, irremplazable, irrepitible, rostro de Dios frente a los demás en nuestros días"

San Juan Pablo II

"Los Padres tienen la ventaja del "equipo local" cuando se trata de enseñar a sus niños acerca de la fe

Annemarie Scobey

Descanse del Tiempo de Pantalla este Verano

Los niños esperan con emoción el verano. Es el tiempo para relajarse y ser despreocupados, y necesitan un descanso de sus estudios. Tome un descanso de parte de su tiempo de pantalla- computadoras, iPads, y Televisión, los cuales no deberán ser la mayor parte de su programación para el verano. En nuestros días el año escolar está lleno con el uso de equipos electrónicos que son necesarios para el trabajo de la escuela, especialmente a medida que los niños se hacen mayores. Demasiado tiempo frente a las pantallas se ha relacionado con tiempos de atención más cortos y sobreestimulación emocional. Ayudar a los niños a separarse de los equipos electrónicos como forma de entretenimiento durante las vacaciones de verano es importante para su bienestar emocional. Lejos de los equipos electrónicos los niños pueden aprender a interactuar con otras personas como su forma principal de disfrutar. Los beneficios de la interacción personal superan con creces los beneficios de la interacción electrónica, tanto para los niños como para sus padres.



Aprovechar al máximo el verano incluye lograr que sus niños sean creativos y sociales, tanto dentro como fuera de la casa. El verano es la oportunidad perfecta para compartir tiempo de calidad con sus niños, de uno en uno y como una familia. Ayude a sus niños a ser psicológicamente saludables permitiéndoles permanecer siendo niños mientras puedan serlo, y brindándoles la oportunidad y los medios para ser creativos y jugar. ¡Diviértase este verano!

Adaptado de Catholic Digest

Lecturas Recomendadas: "Don't Forget To Say Thank You (And Other Parenting Lessons That Brought Me Closer to God)" por Lindsay Schlegel

¿Se ha oído decir las mismas cosas a sus niños una y otra vez? ¿"Necesitas ayuda?" "Di gracias" "Espera un minuto". En *Don't Forget to Say Thank You: And Other Parenting Lessons That Brought Me Closer to God*, Lindsay Schlegel reimagina las frases comunes que repetimos como padres y las aplica a nuestra relación con Dios.

¿Qué pasaría si tomamos las cosas que le repetimos a nuestros niños y nos las aplicamos a nosotros mismos? Cuando comenzamos a oír lo que les decimos a nuestros niños como sabiduría que viene de Dios, es claro que las lecciones que estamos tratando de enseñarles a nuestros niños son las que necesitamos aprender como hijos del Altísimo. El preguntarle a su hija, ¿"Necesitas ayuda?" hizo a Schlegel reflexionar sobre la importancia de la Comunión de los Santos y de pedir la ayuda que necesitaba. El decirles a sus niños "Di que lo sientes", le recordó la necesidad de Confesión y de buscar perdón. Y el pedirle a un niño pequeño "espera un minuto" mientras que buscaba sus galletas, obligó a Schlegel a considerar que ella necesitaba tener más paciencia y más confianza en que Dios cuidaría de ella. Schlegel nos invita a aplicarnos las mismas lecciones que ella aprendió a nuestra propia vida como padres y como hijos de Dios a través de preguntas que nos hacen reflexionar y de una oración al final de cada capítulo.



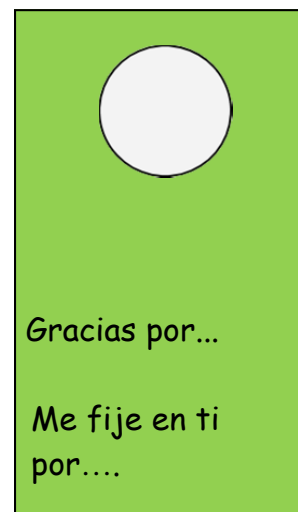
Ideas de 90-Segundos para Ponerle Atención a Su Niño

Esta es una gran idea para compartir palabras de amor, alabanza y aliento con sus niños (esto también funciona con los adolescentes). Haga un colgador para la puerta (vea el ejemplo a la derecha) cortando un patrón sobre una cartulina de colores. Corte un círculo para colocarlo en el pomo de la puerta, y escriba las palabras: *Me fije en ti por... o Gracias por.....* uno en cada lado de la cartulina (la puede plastificar si lo desea).

Ponga una nota adhesiva sobre este signo con una observación específica de su buen comportamiento. Cuélguela en la puerta de su niño después que este dormido.

Estas son otras ideas:

- * Enfatique las cosas positivas
- * Dele todos los días afirmaciones verbales y no verbales
- * Pase tiempo con cada niño de uno en uno
- * Tome sus sentimientos y pensamientos seriamente
- * Esté disponible
- * Dele tareas importantes a su niño para que se sienta capaz y realizado
- * Verbalice expectativas razonables
- * Pase tiempo divirtiéndose con ellos
- * Comparta palabras de amor, alabanza y aliento frecuentemente con su niño



Adaptado de Family Information Services

CONSEJOS PARA PADRES

Sea consciente de sus experiencias espontáneas de fe. Por ejemplo, cuando usted y su niño compartan la experiencia de la belleza de la naturaleza, digan una oración espontánea de alabanza a Dios por la belleza de Su creación. Cuando su niño experimente una pérdida o frustración, hablen acerca de llevar ese sentimiento a Dios. Cuando su niño tenga éxito en algo, utilice la experiencia para ayudarlo a él o ella reflexionar sobre los dones que Dios les ha dado.

Trate la Misa como un evento familiar importante. Siéntese en el frente. Antes de la liturgia, hable con su familia acerca de que lo que usted quiere pedir en la Oración de los Fieles, y lo que le gustaría agradecer a Dios durante la Oración Eucarística. Hable acerca de la homilía cuando vaya de regreso a casa.

Rece en familia Enfóquese primero en los momentos naturales de la vida familiar: durante las comidas, al irse a la cama, en tiempos felices, en tiempos de preocupación, después de una discusión, y cuando alguien está teniendo problemas. Anime a los miembros de la familia a ofrecer sus propias oraciones.

Tenga conversaciones sobre la fe Cuénteles sobre sus propias experiencias de Dios. Utilice historias de las Sagradas Escrituras en los textos de su niño y hablen juntos acerca de lo que significan. Refiérase a las "Personas de Fe" en cada lección de su niño. Busque más información acerca de los santos y amplíe su historia. Hable acerca del santo por el cual le puso el nombre a su hijo.



Adaptado de Catholic Parent

Cuatro Formas de Mantener Su Verano lleno de Fe

Quizás sea porque Jesús es la "Luz del Mundo" que no hay duda de que amamos la luz, especialmente en el verano. Y, a nosotros nos gusta todo lo LUMINOSO del verano. Las hogueras, las luciérnagas, los fuegos artificiales, los atardeceres y los días de sol son cosas favoritas del verano. La luz nos anima y nos hace sentir alegres.

El verano es una gran oportunidad para considerar lo que Jesús nos dijo acerca de vivir en la luz del amor de Dios. Él nos dice que abramos nuestros corazones, amemos a los demás y hagamos lo que es correcto. Los días de sol pueden estar llenos de fe y de diversión. Pruebe algunas de estas ideas:

Disfrute la PALABRA: Como familia, memorice a los Efesios 5:8-9 " *En otro tiempo, ustedes eran oscuridad; pero ahora son luz en el Señor. Por tanto, vivan como hijos de luz, porque el fruto del Espíritu se manifiesta en toda bondad, justicia y verdad.*" Hable acerca de lo que significa ser "hijos de la luz" mientras van a las actividades del verano. Haga de la verdad y la bondad sus metas diarias.



Disfrute del CLIMA: El verano nos da más luz y, usualmente mayor tiempo al aire libre juntos. Planifique una vez a la semana una comida al aire libre sin tecnología y pase el tiempo hablando acerca de la vida, la fe y la familia. ¡Comience con una oración familiar- una que hayan escrito juntos- y recuerde que Dios es también un miembro de su familia! Utilice unas pocas horas del tiempo extra del verano para llevar luz y amor a los demás al ayudar a alguien en su vecindario que esté solo o enfermo y que necesite trabajo en su césped, o en su jardín o en hacer el mercado.

Disfrute los EVENTOS: El verano es tiempo de eventos especiales como reuniones, desfiles, ferias, juegos de pelota y conciertos. Cada vez que asista a un evento, haga una lista de las bendiciones que ha recibido. Antes de ir diga una oración corta por el éxito del evento.

Disfrute el VIAJE: A medida que hace viajes de un día o de vacaciones, planifique parar en uno o más lugares llenos de fe. Encuentre una iglesia de interés, un sitio de adoración local, o un museo con arte religioso. O, tome una "Luz de Dios" camine y mire todas las cosas que le recuerden del Amor y la creación de Dios. Tome fotos para un álbum de recuerdos u otra exhibición para recordar a sus niños que su fe es parte de la diversión.

Adaptado de "Family Faith on the Go"

Celebre el Regalo de las Madres (Día de las Madres, 12 de Mayo)

- Pase algún tiempo mirando sus álbumes de recortes y reflexionando sobre la generosidad del amor que le llega a través de la familia y el amor maternal
- Haga que cada uno en la familia escriba una nota de agradecimiento a su Mama y a su Abuela - diga una oración de bendición por todo lo que ellas hacen.

AGRADECIMIENTO

Celebre el Regalo de los Padres (Día del Padre, 16 de Junio)

- Reúnase familiarmente y rece una oración a San José por su Papá y sus intenciones.
- Recuerde agradecerle a su Papá. Escríbale una nota de agradecimiento a su Papá y a sus Abuelos.

Arquidiócesis de Kansas City en
Kansas
Oficina de Matrimonio y Vida
Familiar

Boletín de Noticias
Catholic Parenting
12615, Parallel Parkway
Kansas City, Kansas 66109

Teléfono: 913-721-1570 ext.

Boletín de Noticias
Catholic Parenting

Coloque aquí el logo de su
parroquia y/o la información
la persona a contactar

Bendición de Verano – Para Nuestra Familia

*Que hagamos de nuestros hogares lugares de descanso,
alegría, amor, paz y seguridad.*

*Que seamos generosos y considerados, que no
pensemos solo en nosotros mismos
sino más bien que ayudemos a otros a disfrutar las bendiciones del verano.*

*Señor Dios, Creador de todas las cosas, guía
nuestros pasos y fortalece nuestros corazones
durante estos meses de verano y días de vacaciones.*

Danos el don de refrescar nuestra mente y cuerpo.

*Que constantemente hagamos una diferencia significativa en las vidas de
nuestros seres amados y en el mundo a nuestro alrededor, mientras
disfrutamos los días cálidos del verano.*

*Te lo pedimos a través de Jesucristo, Nuestro Señor
Amen.*