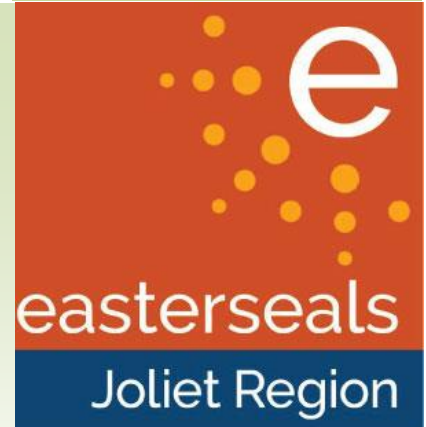


Boletín Mensual



# Easterseals

Boletín Mensual de Febrero

## Contenido

Servicios de Easterseals

Recursos de la comunidad

Despensas de comida - escolar 4

Recursos financieros 6

Recursos de salud mental 8

Recursos Educativos y  
Recreativos

Biblioteca Pública 11

Actividades sensoriales 12

Entrenamiento para ir al Baño 13

Información de Easterseals 14

Contáctanos



Jump Start Presents:

### **Zumbini de San Valentín (Español)**

12 de febrero a las 12:30 PM

Únase con nosotros para cantar, bailar, y jugar con su hijo.

\*A través de Zoom\*

RSVP:

<https://forms.gle/8rXFiYABcXwGUtT56>

## Servicios de Easterseals

### Servicios Jump Start

¿Quién puede recibir los servicios de Jump Start?

- Padres adolescentes
- Abuelos criando nietos
- Familias de escasos recursos
- Un niño con discapacidades
- Un padre con discapacidades
- Lugares para familias sin hogar / transitorios / numerosos
- Problema de salud continuo del niño o padre
- Niño con problemas graves de comportamiento

El programa de Jump Start es un programa de enriquecimiento para padres que se ofrece en los condados de Will, Kendall y Grundy. Es un programa gratuito que ofrece educación para padres y servicios de apoyo durante el embarazo hasta que su hijo tiene 3 años.

El objetivo principal de Jump Start es fortalecer las relaciones entre padres e hijos, reforzar las habilidades de los padres y promover el crecimiento y el desarrollo de los niños para que todos los niños desarrollen una base sólida para el aprendizaje.

### **Grupo de Apoyo Para Padres que Crían Niños con ASD o Cualquier otro Problema de Interacción Social o de Comunicación**

Este grupo reúne a los padres para hablar sobre sus experiencias, apoyarse unos en otros para recibir apoyo y compartir información valiosa. La región de Easterseals Joliet tendrá temas mensuales y tópicos de recursos dentro de la comunidad. El grupo se une cada viernes de 3:00 pm a 4:00 pm por Zoom.

¡Conozca los programas y servicios disponibles!

Envíe un correo electrónico a Alicia a [ahann@joliet.easterseals.com](mailto:ahann@joliet.easterseals.com) para recibir una invitación para unirse al grupo.

¡Es Gratis! Todos son bienvenidos.





# Grupo de Apoyo

**Para Padres que Crían Niños dentro del Espectro Autista (ASD) o Cualquier otro Problema de Interacción Social o de Comunicación**



**Se reúne todos los viernes a las**

**3:00 pm a través de Zoom.**

**Este grupo reúne a padres y cuidadores para hablar sobre sus experiencias, apoyarse unos en otros para recibir apoyo y compartir información valiosa. Easterseals Joliet tendrá diferentes temas y topicos de recursos dentro de la comunidad.**

**Envíe un correo electrónico a Alicia a [ahann@joliet.easterseals.com](mailto:ahann@joliet.easterseals.com) para recibir una invitación para unirse al grupo.**

**¡Gratis! Todos son bienvenidos.  
[ahann@joliet.easterseals.com](mailto:ahann@joliet.easterseals.com)  
[www.easterseals.com/joliet/](http://www.easterseals.com/joliet/)**

## Recursos: Despensas de Comida

Debido a los cambios recientes en las regulaciones federales, el Distrito 202 y Aramark, ahora ofrecen "Servicio de comidas" GRATIS a TODOS los niños hasta los 18 años, estén o no inscritos en el Distrito 202. Todos los niños ahora son elegibles para una semana de desayuno y almuerzo.

La comida se puede recoger de 2:30 pm a 6:00 pm en ocho escuelas del Distrito 202. Se servirá una cantidad limitada de comidas hasta las 5:00 pm en las escuelas primarias Lakewood Falls y Grand Prairie.

Llame a Aramark si necesita servicio de comida si no puede recoger comida en los días de servicio designados, al (815) 436-6270.

Para obtener más información, llame a Drio Turcios al (815) 577-4052 o Tamara Castaneda al (815) 436-6270.

**Curbside Pick Up**

#eatwellk12

**EAT WELL**

**Pick Up a Full Week of Meals**

**Service Days Moving to Wednesday's Starting January 27<sup>th</sup>**

**Pick Up Locations**

- Plainfield Central High School
- Plainfield South High School
- Plainfield North High School
- Plainfield East High School
- Drauden Point Middle School
- Timber Ridge Middle School
- Lakewood Falls Elementary School
- Grand Prairie Elementary School

**Service From**  
**2:30pm – 6:00pm**  
*\*Elementary Sites only serve until 5pm*

**FEEL GREAT**

#PSD202

Visit [psd202.org](https://psd202.org) for more details

aramark | District 202

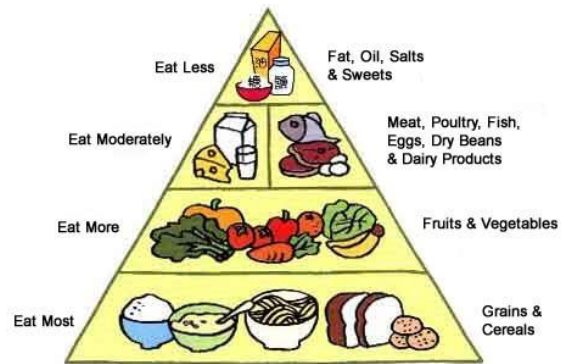
## El Distrito 204 de Joliet Ofrece Servicio de Comida

Durante el cierre de la escuela COVID-19, las comidas se proporcionan los lunes, miércoles y viernes de 11:00 am a 12:30 pm en Joliet Central y West los días en que la escuela estaba programada para estar en sesión.

### Mapa de Central



### Mapa de West



¡Vea estas despensas de comida disponibles en su condado haciendo clic en el enlace!

### [Condado de Kankakee](#)

Salvation Army

### [Condado de Grundy](#)

Grundy County Food Bank

### [Condado de Kendall](#)

Kendall County Community Food Pantry

### [Condado de Grundy](#)

Eastern Illinois Food Bank

### [Condado de Will](#)

Northern Illinois Food Bank



### [Condado de Iroquois](#)

Eastern Illinois Food Bank

## Recursos: Despensas de Comida

Haga clic en la imagen de abajo e ingrese su código postal para encontrar comidas gratis para niños cerca de usted.



## Recursos de la Comunidad: Financiera

### Printing Pickup Services Available!

Email [careerservices@jobs4people.org](mailto:careerservices@jobs4people.org) with your job search related print or scan request. A staff member will contact you when your request is complete. Why not have a Certified Professional Résumé Writer review your résumé before printing? There is no fee for this service.

## Recursos de la Comunidad: Financieros

### ILLINOIS

Assistance Programs, Local Agencies, and Charities

#### Programas y servicios de asistencia de Illinois

##### LISTA DE INFORMACIÓN

Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria de Illinois (SNAP)

Beneficios mensuales de alimentos para ayudar a las personas y familias de bajos ingresos a comprar los alimentos que necesitan para buena salud. Llame: 1-800-843-6154

•

Programa de Ayuda de Illinois para Ancianos, Ciegos o Discapacitados (AABD)

Ayuda a las personas elegibles que son ancianas, ciegas o discapacitadas y que necesitan dinero. Llame: 1-800-843-6154

•

Asistencia temporal de Illinois para familias necesitadas (TANF)

Proporciona dinero en efectivo como asistencia financiera temporal para mujeres embarazadas y familias con uno o más hijos dependientes. Llame: 1-800-843-6154

•

Programa federal de asistencia telefónica de Illinois (Lifeline)

Ofrece descuentos en el servicio mensual básico para clientes. Llame: compañía telefónica local

•

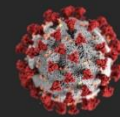
Programa de asistencia telefónica del estado de Illinois (Link-Up)

Ofrece descuentos en los cargos de instalación del servicio telefónico a los participantes elegibles del programa de Illinois. Llame: compañía telefónica local

•

Programa de Alimentos Suplementarios de Productos Básicos de Illinois (CSFP)

Diseñado para ayudar a personas que se sabe que están en riesgo de desnutrición debido a bajos ingresos y malas condiciones de salud. Llame: 217-782-2166



**COVID-19  
RESPONSE**

### Respuesta de COVID-19 de servicios públicos

#### ComEd

Com Ed ha establecido un paquete integral de atención al cliente para ayudar a las familias y comunidades que se están recuperando de los desafíos económicos creados por la pandemia de COVID-19. Moratoria sobre la desconexión de servicios públicos hasta el 31 de marzo de 2021.

[Haga clic aquí.](#)

#### Nicor Gas

Nicor ofrece una moratoria (suspensión temporal) de las desconexiones para los clientes que califiquen hasta el 31 de marzo de 2021.

[Haga clic aquí.](#)



## La salud mental es importante

Sin salud mental no podemos estar sanos. Cualquier parte del cuerpo, incluso el cerebro, puede enfermarse. Todos pasamos por eventos que nos causan altibajos emocionales de vez en cuando. Las condiciones de salud mental van más allá de estas reacciones emocionales que tenemos a situaciones específicas. Se trata de condiciones médicas que causan cambios en nuestra forma de pensar y en nuestro estado de ánimo. Estos cambios pueden alterar tu vida, ya que dificultan tus relaciones con los demás y afectan tu desempeño. Sin el tratamiento adecuado, las condiciones de salud mental pueden empeorar y hacer difícil tu diario vivir. Si crees que tú, o un ser querido podría estar teniendo síntomas de una condición de salud mental, recuerda que:

- Son un trastorno biológico
- Cualquier persona puede presentar un problema de salud mental
- No es culpa tuya ni de tu familia
- Buscar tratamiento te puede ayudar a vivir una vida plena y es una manera de fortalecerte a ti y a tu familia

## Barreras del idioma

Barreras por el idioma pueden causar dificultades al comunicarte con médicos. Hoy en día muchos profesionales médicos hablan un poco de español, especialmente en áreas del país donde hay una comunidad latina grande. Sin embargo, aunque hablen un poco de español puede ser que no entiendan problemas culturales.

Si tú o un ser querido necesita ayuda, pero no hablas inglés, o no dominas bien el idioma, tú tienes el derecho al servicio de acceso a otro idioma, ofrecido en las instituciones que reciben financiamiento por el gobierno federal. Tienes el derecho a solicitar un intérprete capacitado y a recibir los formularios e información en español.

## Falta de Seguro Medico

Los latinos representan un tercio (1/3) de la población que no tiene cobertura de seguro médico. Muchos miembros de la comunidad latina tienen trabajos autónomos o (les pagan el salario mínimo. Por tal razón a menudo estos latinos no tienen seguro médico.

La Ley de Asistencia Sanitaria Accesible facilita y hace accesible conseguir cobertura médica para tratar las condiciones de salud. Para más información vista: <https://www.cuidadodesalud.gov/es/.#sthash.MJ4OKM94.dpuf>

[Para ver el artículo completo, visite NAMI aquí.](#)

Call the NAMI Helpline at

**800-950-NAMI**

Or in a crisis, text "NAMI" to  
741741





NAMI Family Support Group es un grupo de apoyo dirigido para cualquier adulto con un ser querido que tenga síntomas de una afección de salud mental. Obtenga información de los desafíos y éxitos de otras personas que enfrentan experiencias similares.

Los grupos de apoyo de NAMI siguen un modelo estructurado, lo que garantiza que todos tengan la oportunidad de ser escuchados y obtener lo que necesitan.

- Gratis para los participantes
- Diseñado para seres queridos adultos de personas con problemas de salud mental.

## NIU Plática con Café (Ingles)

¡El Grupo de Cuidadores de Autismo de NIU es virtual! Si desea unirse al Plática con Café ([Caregiver Coffee Chat](#)), confirme su asistencia enviando un correo electrónico a Allison Gladfelter a [agladfelter@niu.edu](mailto:agladfelter@niu.edu) para recibir el enlace privado de Zoom. La fecha y la hora varían según el mes. ¡Contáctelos hoy!



## Rockin The Spectrum



### Life and Social Skills

We will work with you and your therapist to work on skills that help your loved ones become more independent.

[Read more](#)

### Date Night

Need a break? Want to spend time with your significant other, spend time with your other children, or even spend time by yourself?

[Read more](#)



## IN-HOME & IN-COMMUNITY ABA THERAPY

### FAMILY-CENTERED SERVICES WITH A FOCUS ON QUALITY OF LIFE

Positive Behavior Supports, Corp. provides a variety of applied behavior analysis (ABA) services to children, adolescents and adults with Autism Spectrum Disorder, skill deficits, learning and developmental disabilities and behavioral issues that are impeding their quality of life.

### FUNDING OPTIONS

Insurance, Grants, and Private Pay

PARENT AND FAMILY  
TRAINING & COMMUNITY  
OUTINGS

COMPREHENSIVE  
BEHAVIORAL  
INTERVENTION &  
IN-HOME THERAPY

CONSULTATION SERVICES  
FOR AGENCIES AND  
SCHOOLS

APPLY ONLINE AT  
[WWW.TEAMPBS.COM](http://WWW.TEAMPBS.COM)

### QUESTIONS?

CONTACT:  
Nikki Griffin, CHICAGOLAND  
REGIONAL COORDINATOR at  
MGRIFFIN@TEAMPBS.COM

PHONE:  
1.855.832.6727 Ext. 1367

### El Centro de Información de Salud Familia a Familia Arc of IL – Serie de talleres sobre Tele-Salud en Español

18 de febrero @ 6:00 pm - 7:00 pm

Únase con nosotros desde el mediodía hasta las 6:00 p. m. el 18 de febrero de 2021 para el seminario web de ILS a la hora del almuerzo. Presentado por Shelly Richardson, directora ejecutiva del Consejo Estatal de Vida Independiente (SILC) de Illinois.

Regístrese con para este seminario web aquí:

<https://www.thearcofil.org/events/category/arc-events/>



## Recursos Educativos & Recreacionales

### ¡Amigos por correspondencia de estudiantes de NIU quieren escribirles!

Si su hijo desea tener un amigo por correspondencia con un estudiante de la asociación de estudiantes de trastornos comunicativos de NIU (estudiantes de patología del habla y audiolgía), envíe un correo electrónico al Dr. Gladfelter (agladfelter@niu.edu) para emparejarlo con un estudiante. ¡Asegúrese de enviar cuántos niños escribirán, sus nombres y edades! ¡Pen Pals en inglés, español y polaco disponibles! ¡Recibir cartas por correo puede ser muy divertido!



### Preescolar “Take and Make”:

#### Masa para baño de burbujas

Este programa está diseñado para niños de 3 años en adelante.

¡Haz tu propia plastilina para la bañera! Cada kit incluye Mr. Bubble Extra Gentle Bubble Bath, maicena, aceite de coco y colorante.

55 kits disponibles. Un kit por niño. Comenzarán a repartir los kits a las 10:00 am el 8 de febrero. Los kits se pueden recoger en el mostrador de Servicios para Jóvenes en la Biblioteca Pública de Plainfield. Los kits se limitan a la cantidad disponible.



### TEXTOS DE CONSEJOS PEQUEÑOS

*DCM está aquí para ayudarlo a usted y a su pequeño a jugar, aprender, crecer y prosperar juntos. Regístrese para recibir un mensaje de texto semanal, adaptado a la edad de su hijo, con sugerencias para una actividad, enlace a un recurso o de información sobre el desarrollo.*

*¡REGISTRATE GRATIS!*





## Tic Tac Tony!

Tic Tac Tony es un juego preescolar de Fisher-Price. Diseñado para que los niños a partir de los 3 años jueguen fácilmente, este juguete también es muy querido por los niños mayores. Las fichas grandes son divertidas de manipular y más fáciles de colocar en las tragamonedas que en un juego tradicional de Connect 4. Puede encontrar este juguete en su [Walmart](#) local o en línea.

## Bolsas + Gel + Brillantina



= ¡Bolsas sensoriales!



## Hora de trabajar

¿Necesita algo para mantener ocupado a su pequeño? Haga que "trabajen" en sus habilidades motoras finas dándoles pegatinas pequeñas y divertidas para que las coloquen en una hoja de papel. Puede hacer su propia cuadrícula con un marcador o imprimir una. Busque pegatinas pequeñas que sean fáciles de despegar. La mayoría de las tiendas de dólar venden calcomanías para maestros en paquetes. Disfrutarán haciendo un trabajo importante y usted podrá disfrutar de unos minutos de tranquilidad.

### Materiales:

- Hoja de 100 cuentas (o dibuja su propia cuadrícula)

- Pequeñas pegatinas

### Direcciones:

- Imprima o cree una hoja con un gráfico.

- Indíqueles que coloquen una calcomanía en cada caja solamente.

- Una vez que hayan terminado, ¡todo estará listo!

- Guarde la actividad para otro día.

100-Chart

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100



## Aprender a ir al baño

### ¿Qué debo saber sobre el aprendizaje para ir al baño de los niños con trastornos del espectro autista?

Con frecuencia los niños con trastornos del espectro autista o TEA (ASD, por sus siglas en inglés) tienen un desarrollo más lento, se aferran a sus propias rutinas o se sienten más nerviosos al aprender una nueva destreza. Es posible que no entiendan cómo copiar los pasos necesarios para usar el baño o tal vez no entiendan las palabras que los padres usan. Muchos niños con TEA aprenden a ir al baño cuando tienen más edad que los niños de desarrollo típico.

### ¿Cuándo están listos los niños con TEA para aprender a ir al baño?

Los niños pueden estar listos para aprender a usar el baño cuando son capaces de:

- Decirle a un padre o cuidador que necesitan un pañal limpio (o les traen uno).
- Ir por sí solos al baño para orinar (hacer pis) o defecar (hacer caca).
- Parecen interesarse cuando otras personas van al baño.
- Amanecen secos y permanecen así por más tiempo.

El estar listo también puede vincularse con los desafíos de desarrollo y médicos de su hijo. Si su hijo tiene un retraso del desarrollo o le cuesta comunicarse, tal vez no pueda avisarle cuando necesita ir al baño, pero usted puede establecer una rutina para entrenarlo con horarios determinados.

### ¿Cómo debo comenzar a enseñarle a usar el baño?

1. Es posible que los niños con retrasos del desarrollo no estén completamente listos para entrenarlos para usar el baño, pero el entrenamiento con horarios determinados es un buen comienzo.

Durante algunos días, lleve un registro de los momentos en que su hijo tiene movimientos intestinales y moja los pañales. Cuando esté listo para comenzar a entrenarla con horarios determinados, tal vez desee hacer que la niña tome más líquidos para que necesite orinar (hacer pis) más seguido.

Fije horarios para que su hijo se sienta en el inodoro. Para evitar accidentes, asegúrese de fijar horarios con mayor frecuencia de la que su hijo suele mojar sus pañales. Por ejemplo, si su hijo moja sus pañales cada 3 horas, fije horarios para que se sienta en el inodoro cada 2 horas y media.

2. Para enseñarle a su hija a sentarse en la bacinilla, tal vez tenga que motivarla con música, un cuento, atención o un juguete favorito. Lentamente aumente el tiempo que su hija pasa sentada en la bacinilla (hasta 2 minutos).
3. No es necesario que su hija orine (usted puede llamarlo hacer pis o de otro modo) o defeque (haga caca) cada vez que se sienta.
4. Su hija tiene que poder relajarse en el inodoro para hacer sus necesidades, por lo tanto enséñele a sentarse como primer paso. Si su hija se sienta en un inodoro para adultos, debe estar cómoda y apoyar los pies sobre un banco para que todos sus músculos se relajen. Piense en la posibilidad de usar un asiento adaptador con soportes laterales si notara que su hija está temblorosa al sentarse.
5. Si su hija no puede comprender lo que le dice, use gestos con sus manos o dibujos para decirle que es hora de sentarse en el inodoro. Tal vez resulte útil mostrarle a la niña imágenes de cada paso para ayudarla a aprender: sentarse en el inodoro, usar papel higiénico, tirar de la cadena (salvo que el ruido la altere) y lavarse las manos.

Haga una tabla de actividades con cada imagen puesta en orden. A medida que cada paso se cumpla, puede sacar la imagen de la tabla o colocarla en la parte de "terminado". Si su hija no habla mucho, enséñele un signo o dele una imagen que pueda entregarle para hacerle saber que necesita ir al baño. Esto la ayudará a aprender a decirle cuando necesita ir. Vea en la sección de Recursos, en la página 1, un kit de herramientas que tiene imágenes que puede usar para ayudar a su hija.

6. Cuando su hija orine (haga pis) o defeque (haga caca) en el inodoro, recompénsela inmediatamente con algo especial que no le da en otros momentos. Las recompensas pueden ser un premio de poco valor en una bolsa de sorpresas, un juguete, un dulce o una canción favorita, más elogios y abrazos.

Si su hija defecara (hiciera caca) entre los viajes programados al baño, tendrá que ayudar a tirar la caca en el inodoro y tirar de la cadena. Nunca castigue a su hija por un accidente. El aprendizaje puede tardar entre semanas y meses en transformarse en hábito.

7. Una vez que el entrenamiento con horarios determinados tenga éxito, trabaje para enseñarle a su hija a avisarle cuando necesite usar el baño sola.

### ¿Cuáles son algunos de los posibles obstáculos para aprender a ir al baño?

- Es posible que a su hija no le guste el sonido del inodoro al tirar de la cadena. Si esto ocurriera, tire de la cadena más tarde. Tenga en cuenta que los inodoros que se limpian automáticamente podrían hacer que los niños sensibles a los sonidos se nieguen a usarlos. Puede probar cubrir el sensor con un papelito autoadhesivo para reducir el riesgo de que se active la cisterna mientras la niña esté usando el inodoro.

### Easterseals

Regional Pediatric Center  
212 Barney Dr.  
Joliet, IL 60435  
Teléfono 815-725-2194  
815-725-5150 Fax

Find us on the Web:

<https://www.easterseals.com/joliet/>




We've seen this community come together in incredible ways this year. And as we approach a new year, we recognize that more challenges might be ahead.



We are grateful for your support and wish you every happiness this holiday season and in the new year!

**MARK YOUR CALENDAR FOR THE  
CELEBRATION OF GIVING TELETHON  
APRIL 17, 2021  
FOR MORE INFORMATION,  
VISIT JOLIET.EASTERSEALS.COM**

### ¡Estamos en Facebook!




Easterseals Joliet Region, Inc.  
@eastersealsjolietregion

Easterseals

Regional Pediatric Center

212 Barney Dr.

Joliet, IL 60435



### Make the First Five Count

Is Your Child Under Age 5? Take the Developmental Milestones Screening Children develop skills, or "milestones," at their own pace. How is your child or grandchild doing?

[Take the Screening](#)

### All Abilities. Limitless Possibilities.

