

SELPA del Condado de El Dorado Boletín Informativo Familiar



29ª Conferencia Anual de Autodefensa

La 29ª Conferencia Anual de Autodefensa, organizada por el Supported Life Institute, se llevará a cabo el 9 y 10 de mayo de 2025, en Sacramento. Este evento presencial reúne a auto defensores, familias, estudiantes con discapacidades y profesionales para desarrollar habilidades de independencia, liderazgo e inclusión comunitaria.

Con talleres dirigidos por pares y sesiones interesantes, la conferencia ofrece herramientas e inspiración para apoyar la autodeterminación y el crecimiento personal. Todos son bienvenidos, ¡especialmente los estudiantes con discapacidades que quieran conectarse, aprender y liderar! Los clientes y sus partidarios deben comunicarse con su Coordinador de servicios de ALTA si están interesados en asistir



Qué esperar en este boletín informativo::

Recursos para familias

Eventos locales

Consejos de autocuidado

Conoce más sobre el SELPA EDCOE



Nuevo sitio web

Línea de tiempo del IEP

Entender la línea de tiempo del IEP ayuda a asegurar que su hijo reciba el apoyo que necesita a tiempo. Hemos anexado una guía útil que define las fechas límite claves en el proceso del IEP, desde la referencia inicial y las evaluaciones a las revisiones anuales y las actualizaciones de progreso. ¡Úsala como referencia rápida para mantenerte informado e involucrado en la trayectoria educativa de tu hijo



Cuatro maneras de evitar comportamientos problemáticos

Echa un vistazo a este video de 12 minutos de The Autism Helper: "Cuatro maneras de evitar comportamientos problema". Este video corto pero impactante comparte consejos prácticos para apoyar el comportamiento positivo en el hogar o en la escuela. Cubre lo siguiente:

- Revisar las expectativas.
- Usar los horarios como estructura.
- Proporcionar una manera para comunicarse en todo momento.
- Ser consciente de la sobrecarga sensorial.

Excelente para padres, cuidadores y educadores, ¡estas estrategias pueden ayudar a prevenir los comportamientos desafiantes antes de que empiecen!



Parada de autocuidado

A medida que mayo florece, es un gran momento para refrescar tu rutina de autocuidado y enfocarte en tu bienestar. Con días más largos y un clima más cálido, aquí hay tres maneras simples de cuidar tu mente y tu cuerpo:

1. Disfruta del sol: pasa al menos 15 minutos al aire libre a diario para aumentar tu producción de vitamina D y mejorar tu estado de ánimo.
2. Practica la atención plena: prueba con unos minutos de meditación o respiración profunda para reducir el estrés y aclarar tu mente.
3. Hidrátate y nútrete: bebe suficiente agua y disfruta de las frutas y verduras de temporada para mantenerte energizado.

¡Los pequeños pasos pueden llevarte a una versión de ti más equilibrada y renovada!



Capacitaciones locales gratuitas



Prepara a tus hijos para el éxito

Jueves, 29 de mayo | 5:30 a 8:00 pm
Exhilaration Station 1412 Broadway,
Placerville

Exhilaration Station
1412 Broadway, Placerville

Taller gratuito para padres con una duración de 2.5 horas para cuidadores de adolescentes (edades de 11 a 17 años). Dirigido por Parent Project, un programa comprobado para ayudar a las familias a afrontar los desafíos de la adolescencia

- Aprende estrategias de comunicación y disciplina.
- Comprende el comportamiento adolescente.
- Desarrolla conexiones más sólidas y gestiona los conflictos.

¡Manualidades y arte gratis para niños! Trae a tus pequeños, disfrutarán de actividades divertidas mientras tu asistes. Gratuito y abierto para todos los padres y cuidadores.



Por favor, escanea el código QR para registrarte y saber más sobre este evento gratuito



Fortalecer las alianzas para los estudiantes con discapacidades

May 22nd & June 26th |
11:00 AM to 12:00

Virtual Series

El Departamento de Educación de California y Seeds of Partnership te invitan a una serie de webinarios enfocados en apoyar a los estudiantes con discapacidades. Diseñadas para padres, educadores y personal de apoyo, cada sesión cubre temas como estrategias de comunicación, participación familiar y apoyos de educación especial. Acompáñanos para aprender, conectarnos y desarrollar alianzas más fuertes que ayuden a los estudiantes a prosperar.



Por favor, escanea el código QR para registrarte y saber más sobre este evento gratuito.

Olimpiadas especiales

Vista Del Lago High School 1970
Broadstone Parkway Folsom, CA
95630



¡Escanea el código QR para obtener más información!



OLIMPIADAS ESPECIALES NORTE DE CALIFORNIA

Olimpiadas especiales

Ven a apoyar a los atletas locales en los Juegos de primavera de Folsom 2025 el sábado, 10 de mayo de 2025, de 8:30 am a 4:30 pm en Folsom, CA. Mira a los atletas de los condados de Sacramento y El Dorado competir en deportes como natación, tenis y atletismo. ¡Es una maravillosa oportunidad para animar a estos inspiradores atletas y celebrar sus logros!

Swimclusion

Equipo de nado adaptado IO21
Harvard Wy, El Dorado Hills,



¡Escanea el código QR para obtener más información!



Swimclusion

Swimclusion® es una nueva iniciativa del Equipo de Natación de El Dorado Hills, los Tasmanian Devils (Taz) para niños de 5 a 18 años que necesiten entrenamiento y apoyo especializado. Atiende a nadadores seguros en el agua con desafíos como autismo, TDAH o diferencias sensoriales en un entorno inclusivo de equipo. El programa tiene como objetivo incluir de 20 a 30 nadadores en su primer año.

SWIMCLUSION EQUIPO DE NADO ADAPTADO



¿Nos falta algo divertido? ¿Sabes de algún próximo evento adaptado a personas con discapacidad? ¡Llama al (530) 295-2470 y háznoslo saber para que podamos incluirlo en un boletín informativo futuro!

¡Gracias por leernos!



OFICINA DE EDUCACIÓN DEL CONDADO DE EL DORADO	(530) 295-2462 / (800) 524-8100
www.edcoe.org	6767 Green Valley Road Placerville, CA