



Noticias de Diciembre 2022



Los Invitamos a...

Fiesta Navideña Anual y Ciudad Dulce de Recursos

8 de Diciembre, 6:00 pm

En el Centro de Niños y familias -- 1150 W. Chestnut, Walla Walla (antes Primaria Blue Ridge).

Fotos con Santa! Habra un interprete de lenguaje de señas disponible. Haga su casa de galletas de jengibre. Juegos y mucha diversion para todos!

RSVP Reserve su lugar!

Una Nota de Padres a Padres...

Hola! familias,

Las fiestas navideñas estan sobre nosotros y yo aun no estoy preparada. Estan pasando muchas cosas en nuestra comunidad para ver y hacer en esta temporada y me siento un poco culpable cuando no atiendo a ciertas festividades. Encuentre un acronimo que puede ayudarme y a mi familia para tener unas fiestas con transiciones suaves y pense en compartirlo con ustedes.

SWEEPS / DTCEJD

S: Dormir La falta de sueno en niños y adultos puede desencadenar el estres, depresion y enfermedades. Trate de mantener sus horarios de ir a la cama a la misma hora, empaque sus pijamas y pongaselas de regreso a casa por si se quedan dormidos.

W: Trabajo Si tiene un pendiente de trabajo, no lo ignore. Realice todas las tareas para pendientes así disfrutara de las fiestas o estarán en tu mente torturándote todo el tiempo. Para los chicos, mantenga sus mentes ocupadas con juegos, rompecabezas o manualidades.

E: Coma Coma sentado y saludable. Ingiera cosas dulces en proporciones adecuadas. Algunas personas el exceso de azúcar les provoca dolor de cabeza, dolor de estomago o problemas de conducta. Traiga su propia comida a los convivios si es necesario y no se disculpe porque su niño esta o no comiendo de lo que hay preparado por la anfitriona.

E: Emociones Enfrentemoslo, en tiempo de fiestas, el ambiente esta cargado de sobre-estimulos sensoriales. Demonos tiempo para ajustarnos a los cambios y así lidiar con las emociones. Esto también es para los chicos. Siente sus emociones cuando lloran por las perdidas o frustraciones que sientas. Predice y preven los berrinches llegando mas temprano a los eventos, cuando menos gente hay y vete temprano de la fiesta antes de que el ruido sea a todo volumen.

P: Juega Diviertete, ejercitate, mantente en movimiento. Camina alrededor de la cuadra si es posible, lee un libro, Observa como los niños disfrutan sus regalos.

S: Di NO No te extraextiendas tu o tu familia. Aprende a decir no sin sentirte culpable. cuando tú dices si a algo, estas diciendo no a otra cosa. Tu no tienes que hacerlo todo o perderás tu salud mental.

Sinceramente,

Angie & Ysabel



SOAR 3 de Diciembre: Desfile de Luces

Sabado, Diciembre 3, 2022

10 am a 12 pm - venga como voluntaria al estacionamiento del Centro de Niños y Familias (antes Blue Ridge) y ayude a decorar la flota para el Desfile de Luces de las Fiestas de Walla Walla que sera mas tarde esa noche.

5:30 pm - Asamblea para participar en el desfile. RSVP reserve su lugar si planea participar, si desea ir arriba, caminando o rodando a los lados de la flota durante el desfile que empieza a las 6:00 pm.

[Regístrate aquí para los eventos con SOAR](#)



Eventos y Actividades Mensuales

Diciembre 2022

Mamas Especiales

- Reunion en Persona en El Centro de Niños y Familias - Dic 20

P2P Municipio Columbia-Dayton

- Dic 18, Fiesta Navideña - 1:30 pm

- Dic 14, P2P Comparta su Comida & BINGO Reunion - 6:00 pm

[See Calendar of Events](#)

Front of shirt:



Back of shirt:



Perdio la Caminata y desea obtener una de estas camisetas?

Tiene hasta el 19 de diciembre para ordenarlas en linea. Son un regalo perfecto para esta temporada.

[Presione aqui y haga su orden para las camisetas. Ability Walk & Roll](#)



[RSVP Reserve su lugar](#)

Paralimpicos Basquetbol en Silla de Ruedas

Domingo, Dic 11, 12:30-3:30pm

En el Gimnasio del Centro de Niños y Familias

Parasport Spokane trae sus entrenadores, atletas, y equipo a Walla Walla para ayudar a las personas con discapacidades que se involucren en este deporte.



[Clases GRATIS de Natacion](#)

Las inscripciones para las clases de natacion para niños con necesidades especiales estan abiertas AHORA y cesaran el jueves 8 de diciembre.

Hay una sesión de 2 semanas

(Lun - Jue: 8 dias en total). El tamaño de la clase es de 4 participantes.

Dic 12 a Dic 22, horario 6:15pm - 6:55pm

Use el codigo SWIM cuando se registre en linea para que reciba sus clases GRATIS

VRS Clases de Manualidades y de Comida

VRS ha abierto la opcion de atender en persona a estas clases a 10 participantes. El personal usara cubrebocas todo el tiempo y las mesas estaran ubicadas a distancia una de la otra. Para registrarse en las clases del VRS dirijase a la pagina de [Facebook](#). Tambien puede llamarnos al 509-540-0935 si esto es mas conveniente para Ud.

Actividades de la Comunidad

WA Defensores de personas con Sordera o con Dificultad para Escuchar -Reunion La Vida de los Sordos Importa

Domingo, Diciembre 11, 2022 - 1:00pm a 3:00pm

En el Centro de Niños y Familias, 1150 W. Chestnut St., Walla Walla

ASL Habra un interprete de señas. Venga y conectese con otros y disfrute de los bocadillos, y tambien haremos una rifa. Si Ud. desea participar en un intercambio de adornos navideños, traiga uno envuelto.

Alarmas de Fuego seran distribuidas para aquellos quienes no ha recibido una aun.

RSVP para la Junta La Vida de los Sordos Importa

Información que Ayuda



Washington State
Department of Social
& Health Services

Transforming lives

Developmental Disabilities Administration

Developmental Disabilities Administration

November 22, 2022

Assistive Technology Opportunity for Clients and Providers

Did you know that funding was provided to purchase 4,394 phones to share with DDA clients and providers? The purpose is for clients and providers to have access to the technology needed to engage fully in remote services.

We currently have 3,300 iPhones with a 2-year service plan (depending on when the phone is given out) with unlimited data, text and Wi-Fi hotspot capability. These phones are ready to be distributed to clients and or providers who may not otherwise have access to participate in remote services.

When the service plan has ended, T-Mobile will unlock the phone and the end-user can continue using the phone with any carrier.

If you are in need of a phone for remote services, please contact your DDA Case Resource Manager to request a phone as soon as possible. These phones will be given out on a first come first serve basis.

**La Comunicación efectiva como Pareja despues de la
llegada de los Niños**

Dec 6, 2022 at 7:30 pm

Webinar presentado por la Red de Padres del Estado de WA

Las investigaciones demuestran que la llegada del primer hijo trae un estres inesperado a muchos o todos los matrimonios. Cuando ademas esta el de las necesidades especiales de cuidado, el matrimonio puede recibir un golpe devastador, pero hay estrategias para estar resiliente y conectado, a pesar de todos los estresantes. Bill compartira las 4 cosas mas importantes para ayudarte a salir adelante.

Registrese para el webinar

This holiday, make a difference while you shop

Shop for holiday gifts and supplies at smile.amazon.com and Amazon donates

You shop. Amazon donates.




Amazon Smile

Mas informacion



[Manage](#) your preferences | [Opt Out](#) using TrueRemove™

Got this as a forward? [Sign up](#) to receive our future emails.

View this email [online](#).

P.O. Box 1918 | Walla Walla, WA 99362 US

This email was sent to .

To continue receiving our emails, add us to your address book.

[Subscribe](#) to our email list.