

Project Administrator
Gary Steinert
Regional Supt. of Schools

Project Coordinator
Pat Rhodes

Parent Educators
Janie Atilano
Sterling Dist.#5

Sue Austin
Sterling Dist.#5

Linda Berentes
East Coloma Dist.#12
Riverdale Dist.#14
Montmorency Dist.#145

Sandy Davis
Rock Falls Dist.#13

Mary Etnyre
Sterling Dist.#5

Laura McCullough
Prophetstown-Lyndon-
Tampico Dist.#3
Morrison Dist. #6

Kathy Wolf
Erie Dist.#1

Laura Woodfall
Rock Falls Dist.#13

Resource Center Coor.
Linda Berentes

Resource Centers and Lending Libraries

Erie Elementary
Prophetstown Elementary
Tampico Elementary
Wallace Education Center
Southside School
Merrill School

Administered By
Whiteside County Regional
Superintendent's Office

Funded By
State Board of Education
Erie Dist. #1
Prophetstown Dist. #3
Sterling Dist. #5
Morrison Dist. #6
East Coloma Dist. #12
Rock Falls Dist. #13
Riverdale Dist. #14
Montmorency Dist. #145

Whiteside County

PARENTS AS TEACHERS

1001 West 23rd Street
Sterling, IL 61081

Office Phone 625-1495
Library Warm Line 625-6331

A Whiteside County Regional Office of Education Publication

December 2002

Dear Parents,

The toy lending libraries at Merrill School in Rock Falls and Wallace Education Center in Sterling will be open the first three weeks of December for play time and/or to check out toys to take home. During the scheduled library times this month, we will feature "*FROM LITTLE HANDS.*" This will be an opportunity for children to make projects to use as gifts for the special people in their lives. Visit often and make several. All of the lending library hours are listed on the enclosed calendar.

The parent educators have planned several holiday activities for you and your children. Check the enclosed schedule and mark your calendar now!

Do you have information you would like to pass on to the families who read this newsletter? If so, "*Parent to Parent*" is an opportunity for you to do so. You may submit items for publication one of the following ways:

E-mail: rhodes@whitesideroe.org or
Phone: 815/625-1495

I look forward to hearing from you.

Pat



Healthy Habits, Healthy Kids

Encourage your children to develop these healthy habits:

- Choose nutritious foods and limit sugary snacks and fatty foods, particularly before meals.
- Have your child start the day by eating a healthy breakfast at home or school.
- Teach your child how to stop the spread of germs by washing his or her hands in warm, soapy water before meals.
- Keep your child vaccinated against disease at the right age. Keep a chart of the shots your child has already had and is scheduled to have in the future.
- Turn exercise into family fun. Spend time together as a family playing ball, throwing a Frisbee, walking, or riding bikes.

Information provided by the U.S. Department of Education, Office of Educational Research and Improvement.

What will it taste like?

By eating a variety of foods beginning early in life, children are more likely to try new foods. Children are sometimes distrustful of new things, especially an unfamiliar food.

What will it taste like? Will I like it? The more often children sample new foods, the more comfortable they will be. Experts recommend introducing one new food at a time, along with familiar foods, so children are not overwhelmed.

From the Association for Child Development

T H E

Well-Centered CHILD

SAYING GOOD-BYE GETS EASIER WITH TIME

"Honey, please let go. Mommy has to leave now," urged Becky's mom, wondering if she would have to drive to work with a thirty pound preschooler clamped to her leg. But even though it was getting late, the thought of walking out on her sobbing daughter troubled her. Other children were waving annoyingly cheerful good-byes to their parents.

But not Becky. And Becky was what mattered to her right now.

Sometimes it's difficult to know what to do when your child cries or clings when it's time for you to leave. Such behavior is not unusual or unreasonable for young children. Even ones who have been to school before can fall apart at the last minute and it may continue for some time.

Here are a few suggestions:

- 1. Arrive on time and greet the teacher like an old friend.** If you're among the first to arrive, the room will be quieter. Your child will have a chance to see you talking in a friendly way to the adult who will care for him. It's easier for a child to accept a new teacher as a caregiver (and human being!) if it's clear that you like her, too.
- 2. Bring along a comfort item to leave with your child.** It might be a picture of you, a special blanket or stuffed toy. A wise person once described such security items as being like a "portable mom." They do help. In much the same way, a parent who leaves a scarf or other personal item with a toddler is also leaving a concrete message "A piece of me is with you. I'll be back."
- 3. Don't slip away while your child is busy playing.** Doing so may cause her to mistrust you and will only lead to more determined clinging next time. Always let your child know that you're leaving. You'll be helping her learn that separation can be faced and managed.
- 4. Tell your child when you'll return.** Although your child can't tell time yet, he can understand ideas like, "I'll be back when you're playing outside after naptime." Be sure to return when you said you would.
- 5. Say good-bye quickly.** Say it cheerfully. And confidently. (Even if you don't quite feel that way the first few times.) Every since he was a baby, your child has checked the
- 6. Call the school later if you're concerned.** Just as you might give a regretful sigh when seeing a loved one off at the airport, so might your child cry briefly when you say good-bye. Because she's sad when you leave doesn't mean she'll be sad all day, however. Give the school a call later on. Knowing that she's settled in can help you feel better.

expression on your face to find out how to react. When you look worried, he feels worried. Looking cheerful and confident says, "You can handle this!"

It's okay to take a while to learn to say good-bye to someone you love. It helps to keep in mind that saying good-bye gets easier with time and experience. Eventually, your child will understand fully that you'll always return, and will be able to let you go with trust and confidence.

It's okay to take a while to learn to say good-bye to someone you love. It helps to keep in mind that saying good-bye gets easier with time and experience. Eventually, your child will understand fully that you'll always return, and will be able to let you go with trust and confidence.

*SOMETIMES IT'S DIFFICULT TO
KNOW WHAT TO DO WHEN
YOUR CHILD CRIES OR CLINGS*

E L Niño Bien CENTRADO

CON EL PASO DEL TIEMPO, ES MÁS FÁCIL DECIR ADIÓS

"Mi hijita, por favor déjame ir. Mamita ya tiene que irse.", rogaba la mamá de Rebeca, preguntándose a sí misma si tendría que ir a trabajar con una preescolar de treinta libras adherida a su pierna. Ya estaba haciéndose tarde, pero la idea de dejar a su hija llorando le preocupaba. Algunos de los otros niños estaban despidiéndose de sus padres con sonrisas muy irritantes.

Pero Rebeca no. Y Rebeca era quien importaba en este momento.

En ocasiones es difícil saber qué hacer cuando su hijo llora o se aferra a usted cuando es hora de despedirse de él. Este comportamiento no es extraño ni poco razonable en niños pequeños. Aún aquellos niños que han estado bien preparados pueden deshacerse en lágrimas al último momento. A continuación se ofrecen algunas sugerencias:

1. Llegue a tiempo y salude a la maestra como si fuera una amiga de mucho tiempo. Si usted y su hijo son unos de los primeros en llegar, el salón estará un poco más callado. Su hijo tendrá la oportunidad de observarla a usted platicando amablemente con el adulto que va a cuidarlo. Es mucho más fácil para su hijo aceptar a la maestra nueva como cuidadora (¡y ser humano!) si entiende que a usted también le cae bien.

2. Traiga consigo un objeto que pueda dejar con su hijo que ayude a darle seguridad. Pudiera ser una fotografía de usted, una cobijita especial o un juguete de peluche. En una ocasión, una persona muy sabia describió tales objetos de seguridad como "mamá portátil". Son de mucha ayuda. De la misma manera, un padre que deja una bufanda o algún otro objeto personal con su pequeñito, también está dejando un mensaje concreto "Un pedacito de mí está quedándose contigo. Sí voy a regresar."

3. No se vaya a "desaparecer" cuando su hijo esté ocupado jugando. Desaparecer de esta manera causará desconfianza en su hijo y la próxima vez que lo deje, simplemente se aferrará a usted con más fuerza. Avísele siempre a su hijo cuando usted se vaya. De esta manera, usted le estará ayudando a su hijo a aprender que la separación es algo que puede enfrentarse y manejarse.

4. Explíquelo a su hijo a qué hora va a regresar por él. Aunque su hijo no sepa cómo leer el reloj, sí puede entender ideas tales como ésta: "Voy a regresar por tí cuando estés jugando afuera, después de que tomes tu siesta." Asegúrese de regresar a la hora en la que usted quedó con su hijo.

5. Despidase con rapidez. Despidase con una sonrisa y de manera confiada. (Aún cuando no sienta mucha confianza las

primeras veces.) Desde bebecito su hijo ha estado observando sus expresiones faciales para descubrir cómo reaccionar a las diferentes situaciones. Cuando usted se ve preocupado, él se siente preocupado. Una expresión contenta y confiada le expresa lo siguiente a su hijo: "Tú puedes hacer esto."

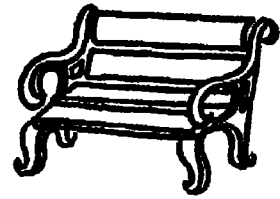
6. Si aún está preocupado, puede llamar a la escuela más tarde. De la misma manera que usted suspira con tristeza al despedirse de un ser querido en el aeropuerto, su hijo también llorará al despedirse de usted. El hecho de que su hijo esté triste al despedirse de usted, no quiere decir que va a estar triste todo el día. Llame a la escuela más tarde. Usted se sentirá mejor sabiendo que su hijo está acomodándose bien.

No hay nada de malo tomarse su tiempo para aprender a despedirse de un ser querido. Es de mucha ayuda saber que el despedirse se vuelve más fácil con el paso del tiempo y la experiencia. Eventualmente su hijo entenderá que usted siempre regresará por él, y podrá despedirse de usted con confianza.

**EN OCASIONES ES DIFÍCIL SABER
QUÉ HACER CUANDO SU HIJO LLORA
O SE AFERRA A USTED**

The Park Bench School of Parenting

Years ago parents got most of their child-rearing information from each other. Articles in the Park Bench School of Parenting are written to revive that custom. If you belong to a parents' group, use these articles as discussion starters. Or ask a friend what he or she would do in a similar situation. Listen to different viewpoints and decide for yourself what's best for your family.



Where's the Nearest APM (Automated Patience Machine)?

Wouldn't it be great to have a huge reserve of patience stashed away somewhere, sort of a parental patience account? When your kids have used up every scrap of patience you can muster, you'd simply make a withdrawal.

You'd insert your card in a nearby APM (Automated Patience Machine), press a few buttons, and out would pop an abundance of:

- **Insight** — It's always a relief to discover that yours isn't the only toddler who sometimes sits down on the sidewalk and refuses to walk—or that lots of four year olds embarrass their parents with silly language. Once you discover that a behavior is typical, it's easier not to take it personally.
When insight grows, patience does, too.
- **Time Off** — You need someone to take care of your kids once in awhile so you can take care of yourself. It's easier to be patient when you're not exhausted. It's easier to be patient when you've had time to do the thing you love, and it's easier to be patient when you've had a chance to step back and get some perspective.
When you recharge, patience does, too.
- **Backward Glances** — Do you remember how good it felt to be with an adult who made you feel safe when you were little? And do you remember how scary it felt to look up at the face of an out-of-control adult? Now you're the grown-up. You get to choose which way to act. A quick backward glance makes it easier to decide.
When memories are close, patience is, too.

- **Pictures** — In your heart are treasured pictures of the very same child who's driving you crazy right now. Take a look: There's one of a baby asleep in your arms, another of a toddler earnestly trying to fit a dandelion back on its stem. Here's a picture of a three-year-old proudly wearing her firefighter hat backwards and one of a kindergartner patiently trying to teach the dog to write his name. Those pictures are reminders that you can feel furious with someone and still love them.

When pictures stay in your heart, patience does, too.

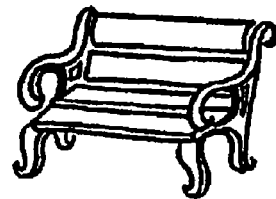
Unfortunately, there's no place to apply for an Automated Patience Machine card as of yet, so it's no doubt better to stock up your own reserves.

Insight, for example, is just knowing what children typically do at various ages. You can get such information at the library, from your child's school or clinic, and from friends who are parents, too. Those friends can also be a great help when you need **Time Off**—especially if you offer to trade. Your **Backward Glances** and **Pictures** are with you any time you need them, of course.

But no matter what you do, there'll always be days when patience is hard to come by. Only computer programs are patient all the time, and who'd want to be raised by one? Maybe you end the day by wishing you'd handled things better. Maybe you feel as if you yelled at your kids all day. On days like that, it's clear who needs and deserves the next supply of patience that becomes available. Be generous and patient with the person who cares so much: You.

La Escuela En El Banco del Parque

Hace muchos años los padres se ayudaban unos a otros para criar a sus hijos. Los artículos que se encuentran en La Escuela en el Banco del Parque fueron escritos para revivir esa costumbre antigua. Si usted participa en un grupo de padres que se reúne con regularidad, puede usar estos artículos para empezar discusiones con ellos. O pregúntele a un amigo o amiga qué haría él o ella en una situación semejante. Escuche bien los diferentes puntos de vista y decida por sí mismo qué es lo mejor para su familia.



¿Dónde Está el Cajero Automático de Paciencia?

¿No sería maravilloso si existiera una reserva enorme de paciencia almacenada en algún lugar? ¿Una "cuenta de paciencia" para padres? Cuando sus hijos hayan agotado su paciencia, usted simplemente tendría que hacer un retiro.

Introduciría su tarjeta en el Cajero Automático de Paciencia más cercano, oprimiría unos cuantos botones y recibiría en abundancia lo siguiente:

- **Entendimiento**— Siempre es un gran consuelo saber que su pequeñito no es el único que en ocasiones se sienta en la acera y se rehusa a caminar—o que muchos niños de cuatro años avergüenzan a sus padres al utilizar palabras chistosas. Una vez que usted haya descubierto que cierto tipo de comportamiento es típico de los niños de esa edad, es mucho más fácil no tomarlo de manera personal. *Entre mayor entendimiento, mayor es la paciencia también.*
- **Tiempo libre**—Usted necesita que alguien cuide de sus hijos de vez en cuando, para que usted pueda tomarse el tiempo para cuidarse a sí mismo. Es mucho más fácil ser paciente si uno no está agotado. Es más fácil ser paciente cuando usted ha tenido tiempo para hacer las cosas que a usted le gustan y es más fácil ser paciente cuando usted ha tenido la oportunidad de tomar un paso atrás y obtener un poco de perspectiva. *Cuando usted recarga sus baterías, también se recarga la paciencia.*
- **Vistazos atrás**—¿Usted se acuerda cuando era pequeño qué bonito se sentía estar con un adulto que lo hacía sentir seguro? Y, ¿se acuerda de sentir miedo al levantar la vista y ver la cara de un adulto fuera de control? Ahora usted es el adulto. Usted puede escoger de qué manera va a actuar. Un vistazo atrás puede ayudarle a decidir cómo actuar. *Cuando los recuerdos están presentes, también está presente la paciencia.*

- **Fotografías**—En su corazón tiene guardadas hermosas fotografías de ese mismo niño que ahora está volviéndolo loco. Mire estas fotografías: Ahí está una de un bebé dormido en sus brazos, ahí hay otra de un pequeñito tratando de armar un diente de león y colocarlo nuevamente en el tallo. Aquí está una fotografía de un niño de tres años usando un sombrero de bomberos al revés y una de un niño de kinder tratando muy pacientemente de enseñarle al perro a escribir su nombre. Esas fotografías le recuerdan que es posible sentir enojo con una persona y amarla al mismo tiempo. Cuando las fotografías permanecen en su corazón, también permanece la paciencia.

Desafortunadamente, aún no existe algún lugar donde se pueda presentar una solicitud para obtener una tarjeta para el Cajero Automático de Paciencia, así que es mejor tratar de aumentar sus propias reservas.

El entendimiento, por ejemplo, significa simplemente saber los comportamientos típicos de los niños en las diferentes edades. Usted puede obtener esta información en una biblioteca, en la escuela de su hijo, en una clínica y de otros amigos, quienes también son padres. Esos amigos también pueden ser de gran ayuda cuando usted necesite un poco de tiempo libre—especialmente si usted se ofrece a hacer lo mismo por ellos. Y claro, sus vistazos atrás y sus fotografías están con usted siempre que las necesite.

Pero no obstante lo que usted haga, siempre habrá días cuando le será difícil encontrar la paciencia. Solamente los programas de computadoras son pacientes todo el tiempo, y ¿quién quiere ser educado por un programa de computadora? Es posible que al final del día usted esté deseando haber manejado las cosas mejor. Es posible que sienta que estuvo gritándoles a sus hijos todo el día. En días como esos, es obvio que usted es el que necesita y se merece la siguiente reserva de paciencia que esté disponible. Sea generoso y paciente con la persona que quiere tanto: usted.

December Parent/Child Activities For All Parents As Teachers families

Gifts From the Kitchen

Date: Tuesday, December 10
Time: 6:30 - 7:30 p.m.
Place: Washington Elementary Gym
Sterling

Parents and children will have the opportunity to make items to take home and use as holiday gifts. All materials will be furnished.

Sponsored by Parents As Teachers, University of Illinois Extension Service, and Washington School

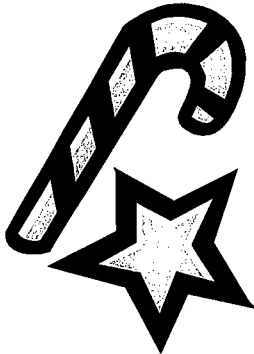
Hosted by Janie Atilano

Candy Cane Ball

Date: Thursday, December 12
Time: 6:30 - 7:30 p.m.
Place: Merrill Elementary Gym
Rock Falls

Bring the family for an evening of music, dancing, and a visit from Santa. We will have a variety of projects for children to make for the special people in their lives. Cookies and milk will be served.

Hosted by Laura Woodfall, Mary Etnyre, Sandy Davis, Linda Berentes, & Sue Austin.



Christmas in the Air

Date: Thursday, December 12
Time: 6:30 - 7:30 p.m.
Place: Erie Elementary Gym & Cafeteria

Bring your children and experience the sights, sounds, and scents of Christmas together. You and your child will also enjoy a make-together activity to take home.

Hosted by Kathy Wolf



There's Music in the Air

Date: Friday, December 13
Time: 10 - 11 a.m.
Place: Tampico Elementary
Preschool Room

Take time to hear and play holiday music this season. Come and enjoy our "stress-less" fun together with instruments and singing.

Hosted by Laura McCullough






There's Music in the Air

Date: Monday, December 16
Time: 9 - 10 a.m.
Place: Northside Music Room
Morrison

Take time to hear and play holiday music this season. Come and enjoy our "stress-less" fun together with instruments and singing.

Hosted by Laura McCullough

December Lending Library Hours

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
<p>1</p> 	<p>2</p> <p>Wallace library 10 a.m.-noon Linda</p> <p>Wallace library 1-2:30 p.m. Alice</p>	<p>3</p> <p>Merrill library 10 a.m.-noon Laura W.</p>	<p>4</p> <p>Erie library 9-11 a.m.</p> <p>Merrill library 10 a.m.-noon Linda</p> <p>Wallace library 3:30-5:00 p.m. Janie</p>	<p>5</p> <p>Wallace library 10 a.m.-noon Mary</p>	<p>6</p>	<p>7</p>
<p>8</p>	<p>9</p> <p>Wallace library 10 a.m.-noon Linda</p> <p>Wallace library 1-2:30 p.m. Alice</p>	<p>10</p> <p>Merrill library 10 a.m.-noon Sandy</p>	<p>11</p> <p>Erie library 9-11 a.m.</p> <p>Merrill library 10 a.m.-noon Linda</p>	<p>12</p> <p>Wallace library 10 a.m.-noon Mary</p>	<p>13</p>	<p>14</p> 
<p>15</p> 	<p>16</p> <p>Wallace library 10 a.m.-noon Linda</p> <p>Wallace library 1-2:30 p.m. Alice</p>	<p>17</p> <p>Merrill library 10 a.m.-noon Linda</p>	<p>18</p> <p>Erie library 9-11 a.m.</p> <p>Merrill library 10 a.m.-noon Linda</p>	<p>19</p> <p>Wallace library 10 a.m.-noon Sue</p>	<p>20</p>	<p>21</p>
<p>22</p>	<p>23</p> <p>Library Closed Winter Break</p>	<p>24</p> <p>Library Closed Winter Break</p>	<p>25</p> <p>Library Closed Winter Break</p>	<p>26</p> <p>Library Closed Winter Break</p>	<p>27</p>	<p>28</p> 
<p>29</p> 	<p>30</p> <p>Library Closed Winter Break</p>	<p>31</p> <p>Library Closed Winter Break</p>	<p><u>Erie</u> The toy lending library is located in the preschool room. Times you may visit are listed above.</p>	<p><u>Morrison</u> A toy lending library is avail- able in Morrison. Ask Laura McCullough for details.</p>	<p><u>Prophetstown</u> The toy lending library is lo- cated in the preschool room. You may use it any school day be- fore and after classes.</p>	<p><u>Tampico</u> The toy lending library is lo- cated in the preschool room. You may use it any school day be- fore and after classes.</p>

