



Parent Newsletter

HAPPY NEW YEAR: GOALS

The start of a new year is the ideal time to reflect and plan for what you'd like to achieve together. Goal-setting is an essential part of child development and helps families grow stronger. Goals don't have to be overwhelming—they can range from small, short-term objectives to larger, long-term aspirations. The key is to make them SMART: Specific, Measurable, Achievable, Relevant, and Time-based.

Explore our examples on SMART goals that fit your family's needs below! 

Scan the QR code to learn more about our Family and Parent Support Programs



For families with infants and toddlers

Specific: Establish a bedtime routine to help your child sleep better.

Measurable: Stick to the routine 5 nights a week.

Achievable: Start with a simple sequence: bath, book, bed.

Relevant: Helps improve sleep quality and sets a foundation for healthy habits.

Time-based: Follow the routine for one month and evaluate progress.



For families with preschoolers

Specific: Teach your child to identify and write their name.

Measurable: Practice for 5-10 minutes, 3 times a week.

Achievable: Start with tracing and naming letters.

Relevant: Builds early literacy skills.

Time-based: Aim to achieve this within three months.



For families with teens

Specific: Spend 20 minutes reading together every evening.

Measurable: Track progress using a reading log.

Achievable: Choose books that match their reading level and interests.

Relevant: Encourages a love of reading and strengthens parent-child bonds.

Time-based: Commit to this for 8 weeks and assess the habit's impact.



NEW YEAR'S CONFETTI POPCORN TREAT

INGREDIENTS:

- 8 cups plain popped popcorn (about 1/2 cup unpopped kernels or 2 microwave bags)
- 1 cup white chocolate chips or candy melts
- 1/3 cup colorful sprinkles (gold, silver, or rainbow for a festive touch)
- Optional: 1/4 teaspoon vanilla or almond extract for extra flavor

INSTRUCTIONS:

1. Pop the popcorn according to package instructions and spread it out on a baking sheet lined with parchment paper. Remove any unpopped kernels to keep it kid-safe.
2. In a microwave-safe bowl, melt the white chocolate chips in 15-second intervals, stirring in between until smooth. (This is a great step for older kids with supervision.)
3. Stir in the vanilla or almond extract if desired.
4. Drizzle the melted white chocolate evenly over the popcorn using a spoon or piping bag. Work quickly before the chocolate hardens.
5. Immediately sprinkle the confetti sprinkles over the popcorn so they stick to the melted chocolate.
6. Allow the popcorn to cool and the chocolate to harden. You can speed this up by placing the tray in the fridge for about 10 minutes.


Coming Up...

Family Movie Night | 2935 Bulen Avenue Columbus, OH 43207 | Friday, January 10 · 7 - 10pm

Looking for a free, fun night for the entire family? Join Wesley Church of Hope for family movie night, free popcorn and bottled water. Reserve your tickets on Eventbrite!

Family Vision Board Party | 2505 North Cassady Avenue Columbus, OH 43219 | Saturday, January 11 · 1 - 4pm

Enjoy family vision board party at the Howard- Community Center! Unleash your creativity and make your dreams a reality.

Action for Children has been central Ohio's trusted resource for all things early learning since 1972. As the local child care resource and referral agency, we serve Franklin County, Delaware, Fairfield, Licking, Madison, Pickaway and Union counties. 



Learn more about
Action for Children!




Boletín informativo para padres

FELIZ AÑO NUEVO: METAS

El comienzo de un nuevo año es el momento ideal para reflexionar y planificar lo que les gustaría lograr juntos. Establecer metas es una parte esencial del desarrollo infantil y ayuda a que las familias se fortalezcan. Las metas no tienen por qué ser abrumadoras: pueden ir desde objetivos pequeños a corto plazo hasta aspiraciones más grandes a largo plazo. La clave es que sean SMART (específicas, medibles, alcanzables, relevantes y basadas en el tiempo).

Escanee el código QR para obtener más información sobre nuestros programas de apoyo para familias y padres.



¡Explora nuestros ejemplos de objetivos SMART que se adaptan a las necesidades de tu familia a continuación! 



Para familias con bebés y niños pequeños

Específico: Establezca una rutina para la hora de acostarse para ayudar a su hijo a dormir mejor.

Medible: Mantener la rutina 5 noches a la semana.

Alcanzable: Comience con una secuencia simple: baño, libro, cama.

Relevante: Ayuda a mejorar la calidad del sueño y establece una base para hábitos saludables.

Basado en el tiempo: siga la rutina durante un mes y evalúe el progreso.



Para familias con niños en edad preescolar

Específico: Enseñe a su hijo a identificar y escribir su nombre.

Medible: Practica durante 5 a 10 minutos, 3 veces por semana.

Alcanzable: Comience trazando y nombrando las letras.

Relevante: Desarrolla habilidades de alfabetización temprana.

Basado en el tiempo: el objetivo es lograrlo en un plazo de tres meses.



Para familias con adolescentes

Específico: Dedicar 20 minutos a leer juntos todas las noches.

Medible: Realice un seguimiento del progreso mediante un registro de lectura.

Alcanzable: Elija libros que coincidan con su nivel de lectura e intereses.

Relevante: Fomenta el amor por la lectura y fortalece los lazos entre padres e hijos.

Basado en el tiempo: Comprométete con esto durante 8 semanas y evalúa el impacto del hábito.



DELICIA DE PALOMITAS DE MAÍZ CON CONFETI PARA AÑO NUEVO

INGREDIENTES:

8 tazas de palomitas de maíz simples (aproximadamente 1/2 taza de granos sin reventar o 2 bolsas para microondas)
1 taza de chispas de chocolate blanco o caramelos derretidos

1/3 taza de chispitas de colores (doradas, plateadas o de arcoíris para darle un toque festivo)

Opcional: 1/4 cucharadita de extracto de vainilla o almendras para darle más sabor.

INSTRUCCIONES:

1. Prepare las palomitas de maíz según las instrucciones del paquete y extiéndalas sobre una bandeja para hornear cubierta con papel pergamino. Retire los granos que no hayan estallado para que no se dañen.
2. En un recipiente apto para microondas, derrite las chispas de chocolate blanco en intervalos de 15 segundos, revolviendo entre intervalos hasta que la mezcla quede homogénea. (Este es un paso ideal para niños mayores bajo supervisión).
3. Incorpore el extracto de vainilla o de almendras si lo desea.
4. Rocíe el chocolate blanco derretido uniformemente sobre las palomitas de maíz usando una cuchara o una manga pastelera. Trabaje rápidamente antes de que el chocolate se endurezca.
5. Espolvorea inmediatamente las chispas de confeti sobre las palomitas de maíz para que se adhieran al chocolate derretido.
6. Deja que las palomitas se enfríen y que el chocolate se endurezca. Puedes acelerar el proceso colocando la bandeja en el frigorífico durante unos 10 minutos.

Próximamente...

Noche de cine familiar | 2935 Bulen Avenue Columbus, OH 43207 | Viernes 10 de enero · 7:00 p. m. a 10:00 p. m.

¿Buscas una noche divertida y gratuita para toda la familia? Únete a Wesley Church of Hope para disfrutar de una noche de cine familiar, palomitas de maíz y agua embotellada gratis. ¡Reserva tus entradas en Eventbrite!

Fiesta de la Junta de Visión Familiar | 2505 North Cassady Avenue Columbus, OH 43219 | Sábado, 11 de enero · 13:00 a 16:00 h

¡Disfruta de una fiesta familiar de tableros de visión en el centro comunitario Howard! Da rienda suelta a tu creatividad y haz realidad tus sueños.

Action for Children ha sido el recurso de confianza del centro de Ohio para todo lo relacionado con el aprendizaje temprano desde 1972. Como agencia local de recursos y referencias para el cuidado infantil, prestamos servicios en los condados de Franklin, Delaware, Fairfield, Licking, Madison, Pickaway y Union.



¡Aprenda más sobre Acción por los Niños!